



[Vaccine Site Name Here]

अपने COVID-19 के टीके के बाद

खुराक #1

लगाए जाने की तारीख:

खुराक #2 ?

वापिस बुलाए जाने की तारीख:

क्या उम्मीद करें



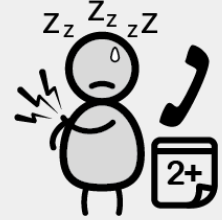
ज्यादातर लोग 6 से 12 घंटे के बाद बीमारी, थकान या दर्द महसूस करते हैं



आपको 2 दिन में बेहतर महसूस होना चाहिए



आपके शरीर को अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली बनाने में 14 दिन का समय लगता है



यदि 2 दिन बाद भी आपकी तबियत और ज़्यादा खराब लगती है तो _____ पर कॉल करें गंभीर लक्षणों के लिए (जैसे साँस लेने में कठिनाई) 9-1-1 पर कॉल करें

आप बेहतर महसूस करने के लिए क्या कर सकते हैं



अकड़न में आराम के लिए अपनी बांह को हिलाएं और एक आइस पैक का प्रयोग करें



दर्द से राहत दिलाने वाली दवाई खाएं (Acetaminophen या Ibuprofen)



बहुत से तरल पदार्थ पिएं



यदि मुमकिन हो तो आराम करें

आप दूसरों को आश्वासन देने के लिए क्या कह सकते हैं

“बाकी के टीके तो लगवाए हुए ही हैं, उनसे मुझे यह विकल्प चुनने में मदद मिली।”

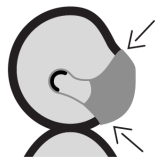
“टीकों की वजह से पोलिओ और चेचक जैसी बीमारियाँ लगभग विलुप्त ही हो गई हैं।”

“यह एक ऐसा काम है जो मैं अपने और अपने प्रियजनों के लिए कर सकता/ती हूँ।”

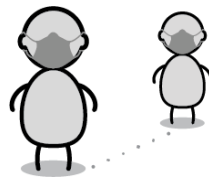


सवाल?

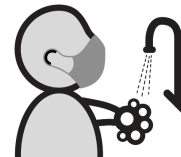
सार्वजनिक जगहों पर सुरक्षित रहना



ऐसा मास्क पहनें जो अच्छे से फिट होता हो



दूसरों से दूरी बनाए रखें



अपने हाथ कई बार धोएं या सैनिटाइज़ करें

जब तक अधिकतर लोगों को टीका नहीं लग जाता, तब तक मास्क पहनना और दूसरों से दूरी बनाए

