



[Vaccine Site Name Here]

# После вакцинации от COVID-19

Первая доза  
Получена:

\_\_\_\_\_

Вторая доза?  
Приходите:

\_\_\_\_\_

## Чего ожидать



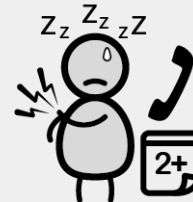
Большинство людей чувствуют **недомогание, усталость и болезненность** через **6-12 часов**.



Через **2 дня** Вам должно **стать лучше**.



Для того чтобы Ваш организм **выработал систему защиты** потребуется **14 дней**.



Если **через 2 дня** Вам **стало хуже**, позвоните \_\_\_\_\_. В случае возникновения **серьезных симптомов** (например, **затрудненного дыхания**) звоните **9-1-1**.

## Что Вы можете сделать для улучшения своего самочувствия



**Подвигайте рукой, чтобы размять ее, и приложите лед**



Примите болеутоляющее (**ацетаминофен** или **ибупрофен**)



Пейте побольше жидкости



По возможности **отдохните**

## Что Вы можете сказать, чтобы подбодрить окружающих

“Наличие других вакцин помогло мне сделать этот выбор”.

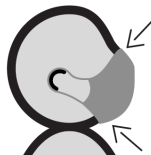
“Вакцины практически избавили нас от полиомиелита и оспы”.

“Это - единственное, что я могу сделать для себя и своих близких”.

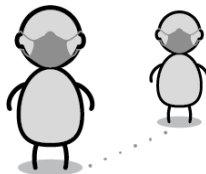


**Вопросы?**

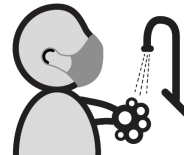
## Безопасность в общественных местах



**Носите хорошо прилегающую маску**



**Соблюдайте дистанцию** между Вами и другими людьми



**Почаще мойте** или **дезинфицируйте** руки

**Лучше всего носить маску и соблюдать дистанцию, пока большинство людей не пройдут вакцинацию**