कोरोना टीकाकरण के बारे में सवाल–जवाब

1. टीका मुझे कोरोना से कैसे सुरक्षित रखेगा?

कोरोना के टीके में मृत कोरोना वायरस का एक छोटा सा टुकड़ा होता है। जब आप टीका लगवाते हैं तो आपका शरीर संक्रमण से लड़ने के लिए एंटीबॉडी तैयार करता है, जिससे हमारे शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता पैदा होती है। जैसे कि सैनिक युद्ध के लिए तैयारी करते है। टीकाकरण के बाद यदि आप किसी कोरोना संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आते हैं, तो आपका शरीर वायरस की तुरन्त पहचान कर लेगा और बीमारी होने से पहले ही उसे खत्म कर देगा। इसलिए जिन लोगों का संपूर्ण टीकाकरण हो जाता है, उनको संक्रमण और गंभीर कोरोना का खतरा बहुत कम हो जाता है, लेकिन अगर कोरोना उन लोगों को होता है जिन्होंने टीका नहीं लगवाया, तो यह एक गंभीर बीमारी का रूप ले सकता है।

2- कोरोना सिर्फ शहरों में फैलता है, गांवों में इसका इतना असर नहीं है, तो फिर मुझे टीका लगवाने की क्या आवश्यकता है?

यह सच है कि शहरों में कोरोना तेजी से फैलता है क्योंकि लोग काम के दौरान दूसरे लोगों से संपर्क में आते हैं। वे बंद कमरों व भीड़–भाड़ वाली जगहों पर रहते हैं और काम करते हैं। लेकिन गांवों से भी कई लोग काम के लिए शहर और वहां के बाजार में जाते है और वहां पर जाने अनजाने कोरोना से संक्रमित हो जाते हैं। इस वर्ष गांवों में बड़ी संख्या में लोगों को कोरोना की बीमारी हुई और इनमें से कई लोगों की मृत्यु भी हुई। कोरोना संक्रमण वापस कभी भी लौट सकता है और इस समय बचाव के लिए टीकाकरण ही हमारा सबसे बड़ा हथियार है।

3. शहर में काम पर जाने वाले प्रवासी कामगारो व श्रमिको को टीका क्यों लगवाना चाहिए?

जब आप शहर में काम करने जाते हैं, तो आपको भीड़–भाड़ वाले वाहन में यात्रा करनी पड़ती है। अलग–अलग गाँवों से आने वाले लोगों के साथ रहना और काम करना पड़ता है। कोरोना वायरस घर के अंदर, बंद जगह वाले स्थानों और भीड–भाड़ में तेजी से फैलता है। लॉकडाउन खुलने से अहमदाबाद, सूरत, मुंबई जैसे शहरों में कोरोना के मामले बढ़ने की संभावना है। अगर आपको कोरोना की बीमारी हो गई तो 15–20 दिन तक काम पर नही जा पाएंगे, हॉस्पीटल में भर्ती भी रहना पड़ सकता है, खर्चा आएगा। टीका आपको और आपके परिवार को कोरोना संक्रमण से बचाने का सबसे अच्छा उपाय है।

4. क्या मुझे टीका लगवाने के बाद भी मास्क पहनने और दूरी बनाए रखने की जरूरत है?

यह टीका आपको कोरोना होने के संभावना को कम कर देता है, परन्तु खत्म नहीं करता। इसलिए आपको निम्न बातों का ध्यान रखना चाहिए:

- नाक और मुंह ढकने के लिए मास्क पहनें।
- भीड़ और सामाजिक समारोहों में न जाए।
- 2 मीटर की दूरी बनाए रखें।
- अपने हाथ साबुन से बार–बार धोएं।

5. यदि हम टीका लगवाएंगे तो हमें कोरोना हो जाएगा।

यह सच बात नहीं है, टीके में मृत कोरोना वायरस का एक छोटा सा टुकड़ा होता है। लेकिन यह टुकड़ा बीमारी पैदा नहीं कर सकता है, बल्कि टीकाकरण आपको कोरोना से बचाएगा।

6. टीकाकरण के बाद कितने समय तक टीका मुझे करोना से सुरक्षित रखेगा?

टीके की दूसरी खुराक के बाद शरीर को कोरोना से पर्याप्त सुरक्षित करने में 2 से 3 सप्ताह का समय लगता है। दूसरी खुराक लगने के 3 सप्ताह के बाद आप ज्यादा अच्छी तरह से सुरक्षित रहेंगे। तकरीबन 6 महीने तक आप वायरस से सुरक्षित रहेंगे।

7. मुझे मधुमेह (डायबिटीज)/ उच्च रक्तचाप (हाईपरटेन्शन)/कोई अन्य पुरानी बीमारी है। क्या मुझे कोरोना का टीका लगवाना चाहिए?

यदि आपको पहले से ही कोई पुरानी बीमारी जैसे मधुमेह (डायबिटीज), उच्च रक्तचाप (हाईपरटेन्शन), कैंसर, हार्ट या लिवर आदि की बीमारी है तो भी कोरोना का टीका लगवाना सुरक्षित है। असल में यदि आपको ऐसी बीमारी है तो आपको गंभीर कोरोना होने की ज्यादा संभावना है और कोरोना का टीका गंभीर बीमारी, अस्पताल में भर्ती होने और मृत्यु से रक्षा करता है। यदि आप पहले से कोई दवा ले रहे हैं तो टीका लगाने वाले को इसकी जानकारी देवे।

8. क्या स्तनपान कराने वाली माताओं को भी टीका लगवाना चाहिए?

टीकाकरण मां और नवजात के लिए सुरक्षित है। प्रसव के तुरंत बाद मां को टीका लगाया जा सकता है। माँ के दूध से बच्चे को कोरोना से लड़ने की शक्ति मिलेगी और बच्चा सुरक्षित रहेगा।

9. कुछ महीने पहले मुझे कोरोना हुआ था। क्या मुझे फिर भी टीका लगवाने की आवश्यकता है?

हां, आपको फिर भी टीका लगवाना चाहिए। जब किसी व्यक्ति को एक बार कोरोना हो जाता है तो उसका शरीर बीमारी से लड़ने के लिए एंटीबॉडी तैयार करता है। यह एंटीबॉडी 5 से 6 महीने की छोटी अवधि के लिए बीमारी से सुरक्षा प्रदान करती हैं। एंटीबॉडी का असर खत्म होने के बाद आपको फिर से कोरोना हो सकता है, इसलिए पॉजिटिव रिपोर्ट मिलने के 3 महीने बाद जरूर टीका लगवाएं।

10. यदि कोई व्यक्ति शारीरिक रूप से बहुत कमजोर है, तो क्या उसे भी टीका लगवाना चाहिए?

यदि कोई व्यक्ति शारीरिक रूप से कमजोर है तो उसके लिए टीका लेना सुरक्षित है। दरअसल वैक्सीन उन्हें कोरोना वायरस और गंभीर बीमारी से बचाएगी। हालांकि अगर कोई गंभीर रूप से बीमार और अस्पताल में भर्ती है तो उसे ठीक होने के 4 सप्ताह बाद टीका लगवाना चाहिए। टीका लगवाने से पहले आप अपने डॉक्टर से सलाह ले सकते हैं। टीका लगाने वाले को अपनी पर्ची और दवाएं दिखानी चाहिए।

11. मुझे कोरोना के टीके की पहली खुराक लग गई है। मुझे दूसरी खुराक कब लगवानी चाहिए?

आपको दूसरी खुराक कब लगनी चाहिए यह आपके पहले टीके पर निर्भर करता है। यदि आपको पहली खुराक कोविशील्ड लगी है तो 3 महीने बाद दूसरी खुराक लगवा सकते हैं। यदि आपको पहली खुराक कोवैक्सिन लगी है तो आप एक महीने बाद दूसरी खुराक लगवा सकते हैं।

12. क्या कोरोना टीकाकरण के बाद मुझे बच्चे नहीं होंगे?

यह एक अफवाह है। टीके और बच्चे पैदा करने की क्षमता के बीच कोई संबंध नहीं है। हमारे देश में करोड़ों लोगों का टीकाकरण किया जा चुका है। पहले ऐसी अफवाहें थीं कि खसरा और पोलियो के टीके से बांझपन हो सकता है लेकिन इसमें सच्चाई नहीं है।

13. क्या टीका लगवाने के बाद शराब पीने से टीके का प्रभाव या टीका बेअसर हो जाता है या शरीर में हानिकारक प्रभाव होता है?

इस बात का कोई सबूत नहीं है कि शराब कोरोना के टीके की प्रभावशीलता को कम करती है या टीकाकरण के बाद शराब के सेवन से शरीर पर प्रभाव होता है।

14. मैंने सुना है कि टीका लगवाने वालों में लंबे समय तक कमजोरी रहती है। मुझे खेत एवं फिल्ड में काम करना होता है मैं अब बीमार पड़ने का खतरा नहीं उठा सकता।

कोरोना का टीका सुरक्षित है। किसी भी अन्य टीके की तरह कुछ लोगों में हल्के लक्षण हो सकते हैं। इसके सामान्य प्रभाव है – बुखार, सिरदर्द, कमजोरी, शरीर में दर्द, हाथ में दर्द आदि। आप टीकाकरण केंद्र पर बुखार की दवा मांग सकते हैं जिससे आपकी तकलीफ कम हो जाएगी। यह लक्षण केवल 3 या 4 दिन तक रहते है। वहीं अगर आपको कोरोना हो जाता है तो हल्के लक्षण भी 10–15 दिनों तक रह सकते हैं और उसका असर एक महीने से ज्यादा समय तक रह सकता है। यदि आपको कोई गंभीर लक्षण हो तो आपको अपने नजदीकी पीएचसी या अमृत क्लिनिक में जाना चाहिए या सलाह के लिए अमृत हेल्पलाइन 9278706369 पर कॉल करना चाहिए।

15. मेरे पड़ोसी ने मुझे बताया कि किसी गांव के एक व्यक्ति की टीका लगने के दो दिन के भीतर ही मौत हो गई। हर कोई कह रहा है कि टीके के कारण उनकी मौत हुई है।

कोरोना के टीके सुरक्षित हैं। इन्हें खूब अध्ययन (सर्वे) के बाद तैयार किया गया है। भारत में अब तक करोड़ों लोगों का टीकाकरण किया जा चुका है। सरकार टीके के प्रभावों को इकट्ठा करती है और उसका विश्लेषण करती है। टीका लगवाने वाले प्रत्येक 10,000 लोगों में 1 व्यक्ति को दुष्प्रभाव (साइड इफेक्ट) होता है। लेकिन यदि 10,000 लोगों को कोरोना हुआ तो 1000–1500 को गंभीर बीमारी होगी और 100 लोगों की मौत हो सकती है।

16. मेरे दोस्त ने मुझे बताया कि टीकाकरण करवाने वालों की छः महीने में मौत हो जाएगी।

यह सच नहीं है। आपको जो जानकारी में है क्या वो आपने खुद देखी है नही तो ज्यादा संभावना है कि वो अफवाह हो आप ऐसी बातों पर विश्वास ना करे। कोरोना के टीके पूरी तरह सुरक्षित है। वैज्ञानिकों ने दुनिया भर में टीकाकृत लोगों की जानकारी को इकट्ठा किया है एवं इससे यह साफ पता चला है कि टीका गंभीर बीमारी से बचाता है और अस्पताल में भर्ती होने की जरूरत को बहुत कम करता है।

17. अगर मुझे मासिक धर्म हो रहा है तो क्या मुझे टीका लगवाने से पहले कुछ दिनों तक इंतजार करना चाहिए?

मासिक धर्म के दौरान महिला टीका लगवा सकती है। एक बहुत बड़ी अफवाह फैल रही है कि मासिक धर्म के दौरान महिलाएं कमजोर होती हैं और उन्हें संक्रमण का खतरा होता है या यह कि इस अवधि के दौरान टीका प्रभावी नहीं होता है। यह सच नहीं है, मासिक धर्म और टीकाकरण के बीच कोई संबंध नहीं है।

18. अगर बच्चों के लिए कोई टीका नहीं है तो उन्हें कोरोना की संभावित तीसरी लहर से कैसे बचाया जा सकता है?

कोरोना सभी उम्र के लोगों को प्रभावित करता है हालाँकि, गंभीरता और मृत्यु विशेष रूप से 50 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में ज्यादा होती है। बच्चों में गंभीर कोरोना की संभावना कम है। वर्तमान में उपलब्ध टीकों की जाँच अब तक बच्चों में नहीं की गई है। 18 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के टीके के लिए अध्ययन जारी है। जब तक हम शोध से अधिक जानकारी नहीं मिलती है, तब तक बच्चों के लिए सबसे अच्छी सुरक्षा यह है कि उनके आसपास के वयस्क टीका लगवाएं, मास्क का उपयोग करें और सभाओं, शादियों व भीड़–भाड़ से बचें। हमें बच्चों को मास्क लगाना और हाथ धोना सिखाना चाहिए।

19. मेरी उम्र 18–44 साल के बीच है। मैं टीका कहाँ से लगवा सकता/सकती हूँ?

प्रखंड (ब्लाक) के सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों में 18 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों के लिए सभी दिन टीके उपलब्ध हैं। कुछ दिन टीके प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों पर भी उपलब्ध होते हैं। आप अपने आधार कार्ड व फोन नम्बर के साथ टीकाकरण के लिए इनमें से किसी भी जगह जा सकते हैं। आपको पहले से ऑनलाइन पंजीकरण करने की आवश्यकता नहीं है। अपने आस–पास टीकाकरण केंद्र की जानकारी के लिए कृपया अपने क्षेत्र की एएनएम और आशा से संपर्क करें।

20. मैंने अखबार में पढ़ा कि कोरोना के मामले कम हुए हैं, लेकिन जब यह लौटेगा तो इसका असर बच्चों पर पड़ेगा। क्या यह सच है?

2020 में कोरोना की पहली लहर में कम लोग संक्रमित हुए और 50 साल से अधिक उम्र के लोग, उच्च रक्तचाप (हाईपरटेन्शन), मधुमेह (डायबिटीज), हार्ट और लिवर की बीमारी वाले लोग सबसे अधिक प्रभावित हुए। 2021 में दूसरी लहर में पाँच से दस गुना ज्यादा लोग संक्रमित हुए थे। कम उम्र के लोगों को भी अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा और कई की तो मौत भी हो गई। इस लहर में ज्यादातर वयस्कों के संक्रमित होने से बच्चे भी संक्रमित हो गए। हालांकि, उनमें हल्के लक्षण थे। दूसरी लहर अब थम गई चूँकि इतने सारे लोग संक्रमित थे और उन्होंने वायरस से प्रतिरक्षा (इम्यूनिटी) विकसित कर ली है। इसलिए कुछ महीनों के बाद जब उनकी प्रतिरोधक क्षमता खत्म हो जाएगी तो तीसरी लहर आ सकती है। यदि बड़ी संख्या में वयस्क संक्रमित होते हैं, तो बच्चे भी उसी अनुपात में संक्रमित होंगे, और ज्यादातर में हल्के लक्षण होंगे। इस बात का कोई प्रमाण नहीं है कि केवल बच्चों को ही संक्रमण होगा या तीसरी लहर में बच्चों में गंभीर बीमारी होगी।

21. हमें बड़ी संख्या में क्यों इकट्ठा नहीं होना चाहिए?

कोरोना वायरस संक्रमित व्यक्ति के नाक और मुंह के द्वारा हवा में फैलता है। भीड़भाड़ वाले बंद स्थान और ऐसे स्थान जहां लोग निकट संपर्क में आते हैं, वहाँ वायरस तेजी से फैलता हैं। सभाओं के दौरान, भले ही एक व्यक्ति बीमार हो उससे कई अन्य लोगों को बीमारी का खतरा रहता है, क्योंकि वे एक ही जगह की हवा में सांस लेते है।

22. मैंने सुना है कि यदि मैंने टीकाकरण नहीं करवाया है तो मुझे राशन नहीं मिलेगा। क्या ये सच है?

यह सच नहीं है। टीकाकरण करवाने के सम्बन्ध में प्रत्येक व्यक्ति को अपना व्यक्तिगत अधिकार है। किसी के साथ भी जबरदस्ती नहीं करनी चाहिए। यदि आपको कोरोना का टीका नहीं लगने पर राशन से वंचित किया जाता है तो आप राशन डीलर या पंचायत में किसी से भी बात कर सकते हैं। आप अमृत क्लिनिक या आजीविका ब्यूरो के कार्यकर्ताओं से संपर्क कर सकते हैं। वो आपकी मदद करेंगे। हालांकि, कोरोना के खिलाफ टीके सबसे प्रभावी सुरक्षा कवच हैं।