টিকা সম্পর্কে আমাদের সবারই ভালো প্রশ্ন রয়েছে

COVID-19 এর টিকা কি নিরাপদ?

কানাডায় প্রদত্ত COVID-19 এর টিকাসমূহ নিরাপদ এবং কার্যকর। হেলথ কানাডা (Health Canada) এর বৈজ্ঞানিক বিশেষজ্ঞ এবং ডাক্তারদের কমিটি দ্বারা এই টিকাগুলো অনুমোদিত হয়েছে। এই টিকাগুলো কানাডায় ব্যবহৃত অন্য যেকোনো টিকার মতো একই গুণ এবং সুরক্ষা মান বিবেচনা করে সংরক্ষণ করা হয়েছে।

কানাডা ও কিউবেকের একটি অত্যন্ত সমন্বিত টিকা পর্যবেক্ষণ ব্যবস্থা রয়েছে।

COVID-19 এর বিরুদ্ধে এই টিকাগুলো কতটা কার্যকর?

গুরুতর অসুস্থতা, হাসপাতালে ভর্তি এবং মৃত্যুর বিপরীতে COVID-19 এর সকল টিকা 80% এরও বেশি কার্যকর। টিকা নিয়ে যদি আপনার কোনো উদ্বেগ থাকে, তাহলে টিকা প্রদানের সেন্টারে আপনার মূল্যায়ন পরিচালনাকারী স্বাস্থ্যসেবা পেশাজীবীর সাথে কথা বলুন। এরপর আপনি একটি অবগত সিদ্ধান্ত নিতে পারবেন।

টিকা গ্রহণ কেন গুরুত্বপূর্ণ?

COVID-19 এর প্রতিষেধক টিকাগুলো গুরুতর অসুস্থতা এবং জটিলতার ঝুঁকি প্রতিরোধ করে। COVID-19 এর বিপক্ষে টিকা গ্রহণের মূল উদ্দেশ্য হচ্ছে COVID-19 এর কারণে হাসপাতালে ভর্তি এবং এর সাথে জড়িত মৃত্যু হ্রাস করা। স্বাস্থ্য ও সামাজিক সেবা কার্যক্রম বজায় রাখতে এবং যত দ্রুত সম্ভব জনগণকে একটি সাধারণ জীবনে ফিরিয়ে নিয়ে আসার সুযোগ দিতে একে অবদান রাখতে হবে।

কারা ঝুঁকির মধ্যে রয়েছেন?

জটিলতা তৈরি এবং COVID-19-এ মৃত্যুবরণের ক্ষেত্রে প্রবীণরা উচ্চ ঝুঁকিতে রয়েছেন। দীর্ঘস্থায়ী অসুস্থতায় আক্রান্ত ব্যক্তিবর্গ, যাদের সংক্রমিত ব্যক্তিদের সাথে নিয়মিত যোগাযোগ থাকে বা হ্রাসপ্রাপ্ত রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা রয়েছে তারাও ঝুঁকিতে রয়েছেন, তবে এক্ষেত্রে বয়সই ঝুঁকির মূল কারণ।

আমি কোথায় টিকা নিতে পারি?

একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট দ্বারা বা এটি ছাড়াই আপনি টিকা নিতে পারবেন। আপনার নিকটস্থ ঠিকানা এবং গ্রহণযোগ্য তারিখ খুঁজতে, ভিজিট করুন Québec.ca/vaccinCOVID। বিনামূল্যে টিকা পাওয়া যায়। বেসরকারি খাতে COVID-19 এর টিকা দেওয়া হয় না।

আমার যদি ইন্টারনেট ব্যবহার করতে সমস্যা হয়?

যদি আপনার ইন্টারনেট ব্যবহার করতে সমস্যা হয়, তাহলে সাহায্যের জন্য পরিবার বা বন্ধুদের বলুন। যদি আপনার কাছে ইন্টারনেট অ্যাক্সেস না থাকে, তাহলে 1-877-644-4545 (টোল-ফ্রি নম্বর) নম্বরে কল করুন।

আমার কাছে হেলথ ইনস্যুরেন্স কার্ড না থাকলেও কি আমি টিকা পেতে পারি?

যদি আপনি একজন স্থায়ী বাসিন্দা না হন এবং আপনার কাছে হেলথ ইনস্যুরেন্স কার্ড না থাকে, এরপরেও আপনি COVID-19 এর টিকা গ্রহণ করতে পারবেন, কেননা এটি কিউবেক (Quebec)-এর বাসিন্দাদের প্রত্যেককে রক্ষা করার জন্য একটি জনস্বাস্থ্যগত পদক্ষেপ। **আপনার অভিবাসন অবস্থা নির্বিশেষে, আপনি টিকা গ্রহণ করতে পারবেন। এই তথ্য শুধুমাত্র টিকা রেজিস্ট্রিতে ব্যক্তিদের পরিচয় প্রতিষ্ঠিত করতে ব্যবহৃত হয়।** এটি কর্তৃপক্ষের কাছে প্রেরণ বা অন্য উদ্দেশ্যে ব্যবহৃত হয় না। যদি আপনার কাছে হেলথ ইনস্যুরেন্স কার্ড না থাকে, তাহলে 1-877-644-4545 (টোল-ফ্রি নম্বর) নম্বরে কল করুন।

ভালোভাবে সুরক্ষিত হতে আমার কয়টি COVID-19 টিকা ডোজের প্রয়োজন?

প্রথম ডোজ কার্যকর হতে কমপক্ষে 14 দিন সময় লাগে। সংক্রমণ আরো হ্রাস করতে এবং এর প্রদত্ত সুরক্ষার পাশাপাশি সুরক্ষার সময়কাল বৃদ্ধি করার জন্য দ্বিতীয় ডোজটি আবশ্যক। প্রায় এক সপ্তাহ পর দ্বিতীয় ডোজটি কার্যকর হয়। এই দ্বিতীয় ডোজ গ্রহণের এক সপ্তাহ পর, আপনি পর্যাপ্ত সুরক্ষিত থাকবেন। আরো ভালো সুরক্ষার জন্য, দ্বিতীয় ডোজটি অবশ্যই প্রথম ডোজ গ্রহণের আট সপ্তাহ বা তার বেশি সময়ের পর দিতে হবে।

টিকা গ্রহণের পূর্বে যেসকল ব্যক্তি অন্তত 21 দিন COVID-19 এ আক্রান্ত ছিলেন, তাদের জন্য একটি একক ডোজ আবশ্যক। সংক্রমণ প্রতিরোধ ব্যবস্থার প্রতিক্রিয়াকে এমনভাবে শুরু করে যেভাবে টিকার প্রথম ডোজটি করে থাকে। সুতরাং কোনো ব্যক্তি যিনি COVID-19 এ আক্রান্ত হয়েছেন তার ক্ষেত্রে টিকার ডোজ বুস্টার প্রভাব ফেলবে, ঠিক যেমনটি কখনোই সংক্রমিত হননি এমন কোনো ব্যক্তি যখন দ্বিতীয় ডোজ গ্রহণ করেন তার ক্ষেত্রে হয়। মনে রাখবেন যে COVID-19 এ আক্রান্ত হয়েছেন এমন কোনো ব্যক্তি টিকার দুইটি ডোজ গ্রহণ করলে তা বিপজ্জনক নয়।

টিকা প্রদানের সেন্টারে আপনার দ্বিতীয় ডোজের জন্য দ্বিতীয় অ্যাপয়েন্টমেন্ট আপনাকে দেওয়া হবে।

আমি কি টিকা গ্রহণের প্রমাণ পাব?

কিউবেক (Quebec)-এ আপনি যখন টিকা গ্রহণ করবেন, তখন আপনাকে টিকা গ্রহণের প্রমাণের একটি কাগজের কপি দেওয়া হবে। COVID-19 টিকাসহ, সকল টিকার ক্ষেত্রে এটি প্রযোজ্য। COVID-19 এর টিকা গ্রহণের পর, টিকা গ্রহণের একটি ডিজিটাল প্রমাণও আপনি পাবেন। টিকা গ্রহণের প্রমাণ হলো একটি পিডিএফ ফাইল যা আপনি আপনার কম্পিউটার বা মোবাইল ডিভাইস থেকে ডাউনলোড করতে পারবেন। আপনার কাছে টিকা গ্রহণের ডিজিটাল প্রমাণ থাকা সত্ত্বেও, আপনার প্রমাণের কাগজ কপি সাথে রাখতে আপনাকে **দৃঢ়ভাবে** পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে।

COVID-19 এর টিকা গ্রহণের পর, আপনি আপনার টিকা গ্রহণের ডিজিটাল প্রমাণ **সেলফ-সার্ভিস পোর্টালেও** ডাউনলোড করতে পারবেন। এতে প্রবেশ করতে, এই ওয়েবসাইটে যান https://covid19.quebec.ca/PreuveVaccinale. পোর্টালে যাওয়ার পর, আপনাকে নীচের তথ্য প্রদান করতে বলা হবে:

- আপনার নামের প্রথমাংশ ও শেষাংশ;
- আপনার জন্ম তারিখ;
- প্রথমবার COVID-19 এর টিকা গ্রহণের তারিখ;
- প্রথমবার COVID-19 এর টিকার যে ব্র্যান্ড আপনি গ্রহণ করেছেন;
- আপনার হেলথ ইনস্যুরেন্স নম্বর।

এই তথ্যগুলো যাচাই করার পর, কোনো ত্রুটির বার্তা প্রদর্শিত না হলে, আপনি আপনার টিকা গ্রহণের ডিজিটাল প্রমাণ ডাউনলোড করতে পারবেন। সেক্ষেত্রে, পোর্টালে আপনি আপনার প্রমাণ ডাউনলোড করতে পারবেন না। একটি ত্রুটির বার্তা প্রদর্শিত হবে যদি:

- আপনার প্রদত্ত কিছু তথ্য কুইবেক ভ্যাকসিনেশন রেজিস্ট্রি বা Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) রেজিস্ট্রারের তথ্যের সাথে মিলে না।
- RAMQ-এর সাথে আপনার পিতামাতা নিবন্ধিত নন।

টিকাপ্রাপ্ত সকল ব্যক্তিদের জন্য টিকা গ্রহণের ডিজিটাল প্রমাণ তৈরির কাজ চলছে।
যেসকল ব্যক্তির বয়স 14 বছর বা তার থেকে কম, তারা পোর্টালের মাধ্যমে তাদের প্রমাণ ডাউনলোড করতে পারবেন না।

যদি টিকা গ্রহণের প্রমাণ হিসেবে আপনার কাগজ বা ডিজিটাল কপিতে ভুল থাকে, তাহলে আপনাকে অবশ্যই সেগুলো সংশোধন করতে হবে। COVID-19 টিকা - সমস্যা সমাধানের সেবা নির্বাচন করে অনলাইনে Clic Santé-এর একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট নির্ধারণ করুন। এরপর আপনার হেলথ ইনস্যুরেন্স কার্ড বা অন্যান্য শনাক্তকারী ডকুমেন্ট সাথে নিয়ে আপনাকে অবশ্যই একটি টিকা প্রদানের সেন্টারে স্বশরীরে যেতে হবে।

টিকা প্রদানের প্রমাণ সম্পর্কে আরো তথ্যের জন্য, ভিজিট করুন:
https://www.quebec.ca/en/health/health-issues/a-z/2019-coronavirus/progress-of-the-covid-19-vaccination/proof-covid-19-vaccination

মনে রাখবেন: COVID-19 এর সাথে সম্পর্কিত উপসর্গসমূহ এবং চিকিৎসা সংক্রান্ত জটিলতা টিকা হ্রাস করে। টিকা গ্রহণ হচ্ছে সুরক্ষার সর্বোত্তম রূপ।