



Public Health
England

NHS

接种

COVID-19

疫苗后的事宜

向刚接种 COVID-19 疫苗
的人提供的信息

欲查询详情, 敬请访问 nhs.uk/CovidVaccine

内容

有哪些副作用？

我会从疫苗感染到 COVID-19 吗？

我什么时候可以恢复日常活动？

接下来我该做什么？

如果到下一次接种时我感到不适，该怎么办？

疫苗会保护我吗？

接种疫苗后，我能做什么？

请看一遍冠状病毒黄卡 (Coronavirus Yellow Card), 阅读产品信息小册子, 了解更多关于疫苗的信息, 包括可能的副作用。

您还可以在同一个网站上或通过下载黄卡手机程序来通报疑似副作用情况。



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

最容易因 COVID-19 而引发并发症的人士将获得 COVID-19 疫苗接种。

这本小册子告诉您接种疫苗后的事宜。如果您需要接种第二剂疫苗，请务必安排好您的下一次预约。

独立的专家组织建议 NHS 向高危受感染人群以及有严重并发症的人群提供这些疫苗。

药品和保健品监管局 (MHRA) 在对有关安全性和有效性的大型研究进行详细审查后, 现已批准几种不同类型的 COVID-19 疫苗在英国使用。

现在随着疫苗的充足供应, 我们按照风险顺序向所有成年人提供保护。

有什么副作用?

像所有药物一样, 疫苗也会引起副作用。大多数副作用是轻微和短时间的, 并非所有人都会出现副作用。即使在第一剂疫苗之后您确实有副作用, 但仍需接种第二剂。尽管您在第一剂疫苗之后获得一些保护, 但接种推荐的全剂量疫苗将为您提供最佳的病毒防护。

在头一两天非常普遍的副作用包括：

- 在您手臂的接种处感到疼痛、有沉重感和有触痛感
- 觉得疲倦
- 头痛、疼痛和发冷

您也可能会出现类似流感的症状,并伴随着一两天的发抖和颤抖。然而,发烧也可能表明您患有 COVID-19 或有另一种感染(请见第 5 页的建议)。您可以休息和服用正常剂量的扑热息痛(按照包装上的建议)来让您觉得好受一点。

不普遍的副作用是,与接种疫苗的手臂同侧的腋下或颈部腺体肿胀。这种情况可能会持续 10 天左右,但如果持续时间更长,请就医。如果您在接种疫苗后的几周内要做乳房 X 光检查,则应该在 X 光检查时提及接种过疫苗。

如果我担心自己的症状,该怎么办?

这些症状通常持续不到一周。如果您的症状似乎在恶化或如果您不放心,请拨打 111 联系 NHS。如果您确实需要寻求医生或护士的建议,请确保您要让他们知道您的疫苗接种情况(如果可能,让他们看您的疫苗接种卡),以便他们可以对您进行适当的评估。您也可以通过黄卡计划(Yellow Card scheme)来通报对疫苗和药物的疑似副作用情况。您可以看一遍冠状病毒黄卡(Coronavirus Yellow Card)或下载黄卡手机程序来在线通报(请见第2页)。

近期有报道指出,在接种阿斯利康(AZ)疫苗后有可能导致血栓或异常出血等罕见情况。我们正仔细审查此问题,但针对此情况的风险因素目前尚未查明。由于 COVID-19 引起并发症和死亡的风险很高,MHRA、世界卫生组织和欧洲药品管理局得出的结论是,总体来说,疫苗非常有利于全民接种。

每一剂疫苗的副作用是否不同？

并不是所有 COVID-19 疫苗的作用机制都是一样的 – 有些疫苗很有可能在接种第一剂后就会引起更多的副作用，而有些疫苗在接种第二剂后才会引起更多的副作用。无论哪种疫苗，它们非常普遍的副作用都是相同的，并且只会持续一两天。

如果您在接种疫苗后约 4 天到 4 周内出现下列情况，则应紧急寻求医疗咨询。

- 新发的剧烈头痛，服用平时的止痛药都无济于事或服用后头痛更恶化
- 当躺下或弯腰时头痛会更加剧烈且不寻常或可能伴有
 - 视力模糊、恶心和呕吐
 - 说话困难，
 - 虚弱、嗜睡或抽搐
- 新发且原因不明的针孔瘀伤或出血
- 呼吸急促、胸痛、腿部肿胀或持续性腹痛

我会从疫苗感染到 COVID-19 吗？

您不会从疫苗中感染到 COVID-19，但有可能是您已经患有 COVID-19，在预约了接种疫苗之后才意识到您有症状。

识别是否感染 COVID-19 最重要的症状是近期有否出现以下情况：

- 持续咳嗽
- 发烧
- 丧失或改变平时的味觉或嗅觉(嗅觉缺失症)。

尽管在接种疫苗后的一两天内会出现发烧，但如果您有任何一种 COVID 的症状或发烧迟迟未退，请留在家中，安排进行病毒检测。

我什么时候可以恢复日常活动？

只要您没觉得不舒服，则应该可以恢复正常的活动。如果您的手臂特别酸痛，举重物的时候可能会觉得困难。如果您觉得不舒服或非常疲倦，则应该休息并避免操作机器或驾驶。

接下来我该做什么？

如果这是您的第一剂疫苗，您应有一张接种记录卡，您的下一次接种应是在 3 到 12 个星期时间内。接种两剂同一种疫苗可以为您提供最佳保护，这一点很重要。





请保管好您的记录卡。如果这是您的第一剂疫苗,别忘了下一次前来接种您的第二剂疫苗。

如果到下一次接种时我感到不适,该怎么办?

如果您身体不适,最好是等到您康复之后才接种疫苗。如果您正自我隔离、正等待进行 COVID-19 病毒检测或在获得呈阳性的 COVID-19 病毒检测结果后 4 周内,则不应该前来接种疫苗。

疫苗会保护我吗?

已证明您所接种的 COVID-19 疫苗可以减少您患上 COVID-19 疾病的机会。每种疫苗已在两万多人中进行了测试,多款疫苗还在许多不同的国家使用。

您的身体可能需要几周的时间才能从疫苗中建立起保护。像所有药物一样,没有一种疫苗是完全有效的,因此,您应继续采取建议的预防措施来避免感染。有些人尽管接种了疫苗,但仍可以感染上 COVID-19,但病情应该不会太严重。

接种疫苗后,我可以做什么?

疫苗不会让您感染 COVID-19,而全剂量疫苗将降低您因病毒而患上重病的机会。我们不知道它能在多大程度上降低您将病毒传染给他人的风险。所以请务必继续遵循最新的全国性防疫指南。

为了保护自己、家人、朋友和同事,您仍需:

- 实行社交距离
- 戴口罩
- 彻底和经常洗手
- 打开窗户让新鲜空气进入室内
- 遵循目前的防疫指南

www.gov.uk/coronavirus

紧记

COVID-19 通过从口或鼻呼出的飞沫传播,尤其是在说话或咳嗽时。接触被污染的物件和表面后触摸自己的眼、口和鼻都可以感染到病毒。

接种疫苗,有助保护最易受感染人群。

如需更多关于 COVID-19 疫苗接种的信息,请访问: nhs.uk/CoronavirusVaccination

© 皇家版权 2021

COV2020307V4CH 1p 12M MAR 2021 (APS)

英格兰公共卫生局网关号:2021085

这本小册子还有盲文版、英国手语 (BSL) 视频版、大字版、易读版,翻译成 23 种语言,可从 www.healthpublications.gov.uk 订购或致电 0300 123 1002