



Public Health
England

NHS



Τι να περιμένετε μετά τον εμβολιασμό σας κατά του **COVID-19**

Πληροφορίες για άτομα
που μόλις εμβολιάστηκαν
κατά του COVID-19

Μάθετε περισσότερα στο [nhs.uk/CovidVaccine](https://www.nhs.uk/CovidVaccine)

Περιεχόμενα

Ποιες είναι οι παρενέργειες;

Μπορώ να προσβληθώ από τον COVID - 19 μέσω των εμβολίων;

Πότε μπορώ να επιστρέψω στις καθημερινές μου δραστηριότητες;

Τι πρέπει να κάνω στη συνέχεια;

Τι πρέπει να κάνω αν δεν είμαι καλά όταν είναι το επόμενο ραντεβού μου;

Το εμβόλιο θα με προστατέψει;

Τι μπορώ να κάνω μετά τον εμβολιασμό μου;

Παρακαλούμε διαβάστε το φυλλάδιο με τις πληροφορίες του προϊόντος για για περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με το εμβόλιό σας, συμπεριλαμβανομένων των παρενεργειών, ανατρέχοντας στην Coronavirus Yellow Card.

Μπορείτε, επίσης, να αναφέρετε πιθανές παρενέργειες στην ίδια ιστοσελίδα ή να κατεβάσετε την εφαρμογή Yellow Card.



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

Ο εμβολιασμός κατά του COVID-19 προσφέρεται στα άτομα που κινδυνεύουν περισσότερο από τις επιπλοκές του COVID-19.

Το φυλλάδιο σας ενημερώνει σχετικά με το τι να περιμένετε μετά τον εμβολιασμό σας. Αν χρειάζεστε δεύτερη δόση εμβολίου, βεβαιωθείτε ότι έχετε προγραμματίσει το επόμενο ραντεβού σας.

Κατόπιν λεπτομερούς αξιολόγησης ευρείων μελετών ασφάλειας και αποτελεσματικότητας, η Medicines and Healthcare products Regulatory Agency (MHRA) έχει πλέον εγκρίνει πολλούς διαφορετικούς τύπους εμβολίων κατά του COVID-19 για χρήση στο Ηνωμένο Βασίλειο.

Μία ανεξάρτητη ομάδα ειδικών έχει προτείνει το NHS να προσφέρει αυτά τα εμβόλια σε όσους διατρέχουν κίνδυνο να νοσήσουν και να υποφέρουν από σοβαρές επιπλοκές.

Τώρα που είναι διαθέσιμα περισσότερα εμβόλια, παρέχουμε προστασία σε όλους τους ενήλικους ανάλογα με το πόσο βρίσκονται σε κίνδυνο.

Ποιες είναι οι παρενέργειες;

Όπως όλα τα φάρμακα, τα εμβόλια μπορούν να προκαλέσουν παρενέργειες. Οι περισσότερες από αυτές είναι ήπιες και βραχυχρόνιες και δεν παρουσιάζονται σε όλους. Ακόμη κι αν είχατε συμπτώματα μετά την πρώτη δόση, θα πρέπει να κάνετε τη δεύτερη δόση. Παρόλο που μπορεί να έχετε κάποια προστασία από την πρώτη δόση, ακολουθώντας το πλήρες συνιστώμενο πρόγραμμα θα έχετε καλύτερη προστασία από τον ιό.

Στις πολύ συχνές παρενέργειες την πρώτη ή τη δεύτερη ημέρα περιλαμβάνονται οι εξής:

- αίσθηση πόνου, βάρους και ευαισθησίας στον βραχίονα που κάνατε την ένεση
- αίσθηση κόπωσης
- κεφαλαλγία, πόνοι και ρίγη

Ενδέχεται επίσης να έχετε συμπτώματα όμοια με αυτά της γρίπης με επεισόδια ρίγους και τρόμου. τρέμουλου Ωστόσο, υψηλός πυρετός θα μπορούσε επίσης να σημαίνει ότι έχετε COVID-19 ή άλλη λοίμωξη (δείτε τις συμβουλές στη σελίδα 5). Μπορείτε να αναπαυθείτε και να πάρετε τη συνήθη δόση παρακεταμόλης (ακολουθήστε τις οδηγίες στη συσκευασία) για να σας βοηθήσει να αισθανθείτε καλύτερα.

Μία σπάνια παρενέργεια είναι οι διογκωμένοι αδένες στη μασχάλη ή τον λαιμό, στην πλευρά του βραχίονα που κάνατε το εμβόλιο. Αυτό μπορεί να διαρκέσει για 10 ημέρες περίπου, αλλά αν διαρκέσει περισσότερο, δείτε τον γιατρό σας. Αν πρόκειται να κάνετε μαστογραφία μερικές εβδομάδες μετά το εμβόλιο, τότε θα πρέπει να το αναφέρετε αυτό κατά τη διαδικασία.

Τι πρέπει να κάνω αν ανησυχώ για τα συμπτώματά μου;

Συνήθως, τα συμπτώματα αυτά διαρκούν λιγότερο από μία εβδομάδα. Αν τα συμπτώματά σας επιδεινώνονται ή αν ανησυχείτε, καλέστε το NHS 111. Αν αναζητήσετε τη συμβουλή κάποιου γιατρού ή νοσηλεύτη, βεβαιωθείτε ότι θα τον ενημερώσετε για τον εμβολιασμό σας (δείξτε τους τη κάρτα εμβολιασμού) έτσι ώστε να μπορέσουν να σας αξιολογήσουν κατάλληλα. Μπορείτε, επίσης, να αναφέρετε πιθανές ύποπτα συμπτώματα παρενεργειών εμβολίων και φαρμάκων μέσω του προγράμματος Yellow Card. Αυτό μπορεί να γίνει ηλεκτρονικά αναζητώντας την Coronavirus Yellow Card ή αν κατεβάσετε την εφαρμογή Yellow Card (ανατρέξτε στη σελίδα2).

Πρόσφατα υπήρξαν αναφορές εξαιρετικά σπάνιων περιστατικών που αφορούσαν θρομβώσεις και ασυνήθιστη αιμορραγία μετά τον εμβολιασμό με AstraZeneca (AZ). Η κατάσταση αυτή ερευνάται προσεκτικά αλλά οι παράγοντες κινδύνου για αυτά τα περιστατικά δεν είναι ακόμη ξεκάθαροι. Λόγω του υψηλού κινδύνου επιπλοκών και θανάτου από COVID-19, η MHRA, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας και ο Ευρωπαϊκός Οργανισμός Φαρμάκων έχουν καταλήξει ότι τα οφέλη από τον εμβολιασμό είναι πολύ μεγαλύτερα.

Αν παρουσιάσετε κάποια από τις ακόλουθες παρενέργειες από περίπου 4 ημέρες έως 4 εβδομάδες μετά τον εμβολιασμό σας θα πρέπει να ζητήσετε επειγόντως ιατρική συμβουλή.

- νέα, σοβαρή κεφαλαλγία η οποία δεν υποχωρεί με τα συνήθη αναλγητικά ή επιδεινώνεται
- ασυνήθιστη κεφαλαλγία η οποία επιδεινώνεται όταν ξαπλώνετε ή όταν σκύβετε ή μπορεί να συνοδεύεται από
θολή όραση, ναυτία και έμετο
 - δυσκολία στην ομιλία σας,
 - αδυναμία, υπνηλία ή κρίσεις επιληψίας
- νέο, ανεξήγητο εξάνθημα, μώλωπας ή αιμορραγία
- δυσκολία στην αναπνοή, πόνος στο στέρνο, οίδημα στα πόδια ή επίμονο κοιλιακό άλγος

Οι παρενέργειες είναι διαφορετικές για κάθε δόση;

Όλα τα εμβόλια κατά του COVID-19 δεν είναι ίδια - κάποια ενδέχεται να προκαλέσουν παρενέργειες μετά την πρώτη δόση, άλλα προκαλούν περισσότερες παρενέργειες μετά τη δεύτερη δόση. Οι πολύ συνήθεις παρενέργειες είναι ίδιες και θα έπρεπε και πάλι να διαρκούν μία ή δύο ημέρες μόνο.

Μπορώ να προσβληθώ από τον COVID - 19 μέσω των εμβολίων;

Δεν μπορείτε να προσβληθείτε από COVID-19 από κάποιο εμβόλιο αλλά είναι πιθανό να προσβληθείτε από COVID-19 και να μην γίνουν αντιληπτά τα συμπτώματα παρά μόνο μετά το ραντεβού σας για εμβολιασμό.

Τα πιο σημαντικά συμπτώματα του COVID-19 είναι πρόσφατη εμφάνιση κάποιου από τα εξής:

- ένας νέος, συνεχής βήχας.
- υψηλή θερμοκρασία
- απώλεια της ή αλλαγή στη συνήθη αίσθηση γεύσης ή όσφρησης (ανοσμία).

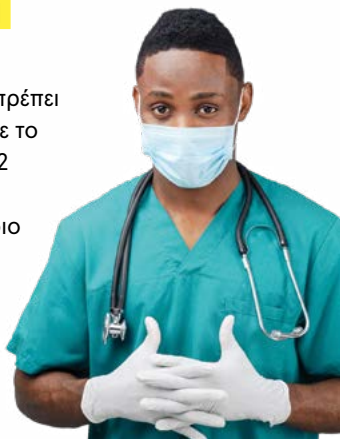
Παρόλο που ο πυρετός μπορεί να εμφανιστεί τις πρώτες μία ή δύο ημέρες μετά τον εμβολιασμό, αν έχετε κάποια άλλα συμπτώματα COVID ή αν ο πυρετός σας διαρκεί περισσότερο, παραμείνετε σπίτι και προγραμματίστε να κάνετε ένα τεστ.

Πότε μπορώ να επιστρέψω στις καθημερινές μου δραστηριότητες;

Θα πρέπει να μπορείτε να επανέλθετε στις συνήθεις δραστηριότητές σας εφόσον αισθάνεστε καλά. Αν ο βραχίονάς σας είναι ιδιαίτερα ευαίσθητος, μπορεί να έχετε δυσκολία να σηκώσετε βάρη. Αν δεν αισθάνεστε καλά ή αισθάνεστε μεγάλη κόπωση θα πρέπει να αναπαυτείτε και να αποφεύγετε τη χρήση μηχανημάτων ή την οδήγηση.

Τι πρέπει να κάνω στη συνέχεια;

Αν αυτή είναι η πρώτη δόση, θα πρέπει να έχετε μία κάρτα καταγραφής με το επόμενο ραντεβού μεταξύ 3 και 12 εβδομάδων. Είναι σημαντικό να κάνετε και τις δύο δόσεις με το ίδιο εμβόλιο για να έχετε τη βέλτιστη προστασία.





Διατηρήστε την κάρτα σας ασφαλή. Αν αυτή είναι η πρώτη δόση σας, μην ξεχάσετε να τηρήσετε το επόμενο ραντεβού σας.

Τι πρέπει να κάνω αν δεν είμαι καλά όταν είναι το επόμενο ραντεβού μου;

Αν δεν αισθάνεστε καλά, είναι καλύτερα να περιμένετε μέχρι να αναρρώσετε για να κάνετε το εμβόλιό σας. Δεν πρέπει να πάτε στο ραντεβού για τον εμβολιασμό σας αν είστε σε απομόνωση, αν περιμένετε τα αποτελέσματα ενός τεστ για COVID-19 ή αν είχατε θετικό τεστ COVID-19 εντός 4 εβδομάδων.

Το εμβόλιο θα με προστατέψει;

Το εμβόλιο που κάνατε κατά του COVID-19 έχει δείξει ότι μειώνει την πιθανότητα βαριάς νόσησης από COVID-19. Κάθε εμβόλιο έχει δοκιμαστεί σε περισσότερους από 20.000 ανθρώπους και πολλά έχουν χρησιμοποιηθεί σε πολλές διαφορετικές χώρες.

Ενδέχεται το σώμα σας να χρειαστεί λίγες εβδομάδες για να αναπτύξει κάποια προστασία από το εμβόλιο. Όπως συμβαίνει με όλα τα φάρμακα, κανένα εμβόλιο δεν είναι πλήρως αποτελεσματικό, έτσι θα πρέπει να συνεχίσετε να λαμβάνετε τις συνιστώμενες προφυλάξεις για να αποφύγετε τη μόλυνση. (λοιμωξη) Κάποιοι άνθρωποι μπορεί και πάλι να προσβληθούν από COVID-19 παρά τον εμβολιασμό τους, αλλά θα είναι λιγότερο σοβαρό.

Τι μπορώ να κάνω μετά τον εμβολιασμό μου;

Το εμβόλιο δεν μπορεί να σας μεταδώσει μεταδώσει τον COVID-19 και ο πλήρης εμβολιασμός θα μειώσει τις πιθανότητες να νοσήσετε σοβαρά. Δεν γνωρίζουμε πόσο πολύ θα μειώσει τον κίνδυνο να νοσήσετε από τον ιό. Έτσι είναι σημαντικό να συνεχίσετε να ακολουθείτε τις τρέχουσες εθνικές οδηγίες.

Για να προστατέψετε τον εαυτό σας, την οικογένειά σας, τους φίλους και τους συναδέλφους σας θα ΠΡΕΠΕΙ ακόμη να:

- τηρείτε αποστάσεις
- φοράτε μάσκα
- πλένετε τα χέρια σας συχνά και προσεκτικά
- να ανοίγετε τα παράθυρα για να μπαίνει φρέσκος αέρας
- ακολουθήστε τις τρέχουσες οδηγίες στο www.gov.uk/coronavirus

Να θυμάστε

Ο COVID-19 εξαπλώνεται μέσω σταγονιδίων που εκπνέονται από τη μύτη ή το στόμα, ειδικά όταν μιλάμε ή βήχουμε. Μπορείτε επίσης να κολλήσετε αν αγγίζετε τα μάτια, τη μύτη ή το στόμα σας, μετά από την επαφή σας με μολυσμένα αντικείμενα και επιφάνειες.

Εμβολιασμός, βοήθεια για προστασία των πιο ευπαθών ατόμων.

Αν θέλετε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον εμβολιασμό κατά του COVID-19 επισκεφτείτε το: nhs.uk/CoronavirusVaccination

© Crown copyright 2021.
COV2020307V4GR 1p 12M MAR 2021 (APS)
Public Health England gateway number: 2021087

Το φυλλάδιο αυτό είναι επίσης διαθέσιμο σε γραφή braille, ως βίντεο BSL, σε Μεγάλη εκτύπωση Large, σε έκδοση Easy Read, μεταφρασμένο σε περισσότερες από 23 γλώσσες για παραγγελία από το www.healthpublications.gov.uk

ή καλέστε 0300 123 1002