



Public Health  
England

**NHS**

**Ko gaidīt pēc**

**COVID-19  
vakcinācijas**

Informācija cilvēkiem,  
kuri ir tikko vakcinēti  
pret COVID-19

**Uzziniet vairāk vietnē [nhs.uk/CovidVaccine](https://www.nhs.uk/CovidVaccine)**

## Saturs

Kādas ir blaknes?

---

Vai es varu inficēties ar COVID-19  
vakcinējoties?

---

Vai es varu turpināt dienu tāpat kā parasti?

---

Ko man vajadzētu darīt tālāk?

---

Ko man vajadzētu darīt, ja nākamā  
apmeklējuma laikā es esmu slims?

---

Vai vakcīna mani aizsargās?

---

Ko es varu darīt pēc vakcinēšanās?

**Lūdzu, meklējiet “Coronavirus Yellow Card”  
un izlasiet informatīvo lapu ar zāļu aprakstu,  
lai uzzinātu vairāk par savu vakcīnu, tostarp  
par iespējamajām blaknēm.**

**Jūs arī varat ziņot par iespējamajām blaknēm  
tajā pašā tīmekļa vietnē vai lejupielādējot  
Yellow Card lietotni.**



[coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk)

## **Vakcinācija pret COVID-19 tiek piedāvāta tām personām, kurām ir vislielākais COVID-19 izraisīto komplikāciju risks.**

Šajā brošūrā ir paskaidrots, ko varat gaidīt pēc vakcinācijas. Ja jums ir nepieciešama otra vakcīnas deva, neaizmirstiet vienoties par nākamo apmeklējuma reizi.

**Pēc lielu pētījumu par vakcīnu drošību un efektivitāti detalizētās pārskatīšanas Medicines and Healthcare products Regulatory Agency (MHRA) tagad ir apstiprinājusi vairākus atšķirīgus COVID-19 vakcīnu tipus izmantošanai Apvienotajā Karalistē.**

Neatkarīgu ekspertu grupa ir ieteikusi NHS piedāvāt šīs vakcīnas personām, kurām ir risks inficēties un ciest no nopietnām komplikācijām.

Tagad, kad ir pieejams lielāks daudzums vakcīnu, mēs piedāvājam aizsardzību visiem pieaugušajiem viņiem pastāvošā riska secībā.

### **Kādas ir blaknes?**

Tāpat kā visiem medikamentiem arī vakcīnām var būt blaknes. Gandrīz visas no blaknēm ir neizteiktas un īslaicīgas, un tās nav visiem. Pat tad, ja jums ir simptomi pēc pirmās devas, jums ir nepieciešama arī otrā deva. Kaut arī jums jau var būt nodrošināta kaut kāda aizsardzība pēc pirmās devas saņemšanas, pilns ieteiktais vakcinācijas kurss nodrošina vislabāko aizsardzību pret šo vīrusu.

## **Ļoti biežas blaknes pirmajā dienā vai pirmajās divās dienās ir šādas:**

- sāpes, smaguma sajūta vai jutīgums rokā, kurā tika veikta injekcija;
- noguruma sajūta;
- galvassāpes, sāpes un drebuļi.

Jums arī vienu vai divas dienas var būt gripai līdzīgi simptomi ar trīcēšanas vai drebēšanas epizodēm. Tomēr augsta temperatūra var arī norādīt, ka jums ir COVID-19 vai cita infekcija (skatiet ieteikumu 5. lappusē). Jūs varat atpūsties un lietot parasto paracetamola devu (skatiet ieteikumu uz iepakojuma), lai tas palīdzētu jums justies labāk.

Neparastas blaknes ir pietūkuši limfmezgli padusēs vai uz kakla tajā pašā pusē, kurā injicēta vakcīna rokā. Tas var ilgt aptuveni 10 dienas, bet, ja šīs blaknes saglabājas ilgāk, vērsieties pie ārsta. Ja jums pāris nākamajās nedēļās pēc vakcinēšanās ir jādodas uz mamogrāfiju, jums vajadzētu pēc ierašanās to pieminēt.

## **Ko man vajadzētu darīt, ja es esmu noraizējies par saviem simptomiem?**

Šie simptomi parasti ilgst mazāk nekā nedēļu. Ja simptomi saasinās vai esat nobažījies, zvaniet NHS uz numuru 111. Vēršoties pēc ieteikuma pie ārsta vai medmāsas, neaizmirstiet pateikt, ka esat vakcinējies (parādiet vakcinācijas karti), lai viņi varētu jūs pareizi novērtēt. Jūs arī varat ziņot par iespējamajām vakcīnu un medikamentu blaknēm, izmantojot Yellow Card shēmu. Jūs varat darīt to tiešsaistē, meklējot "Coronavirus Yellow Card" vai lejupielādējot Yellow Card lietotni (lūdzu, skatiet 2. lappusē).

Nesen ir ziņots par kādu ārkārtīgi retu problēmu – asins recekļiem un neparastu asiņošanu pēc vakcinācijas ar AstraZeneca (AZ). Tas tiek rūpīgi izmeklēts, tomēr vēl nav skaidrs kādi ir saistītie riska faktori. Tā kā COVID-19 rada augstu komplikāciju un nāves risku, MHRA, Pasaules Veselības organizācija un Eiropas Zāļu aģentūra ir secinājusi, ka vakcinācija ir ļoti vēlama.

**Ja jums rodas kāda no tālāk norādītajām problēmām laikā no 4 dienām līdz četrām nedēļām pēc vakcinācijas, jums ir steidzami jākonsultējas ar veselības aprūpes speciālistu.**

- Nesen sākušās, spēcīgas galvassāpes, kuras pastiprinās vai nepāriet, lietojot parastos pretšāpju līdzekļus
- Neparastas galvassāpes, kuras kļūst šķietami stiprākas, noguļoties vai noliecoties, vai kuras ir vienlaikus ar:
  - redzes traucējumiem, nelabumu un vemšanu;
  - runas grūtībām;
  - vājuma sajūtu, miegainību vai krampjiem
- Jauni, neizskaidrojami zilumi, kas atgādina adatas dūrienus, vai asiņošana
- Elpas trūkums, krūškurvja sāpes, kāju pietūkums vai nepārejošas sāpes vēderā

### **Vai katras devas blaknes ir atšķirīgas?**

Ne visas COVID-19 vakcīnas ir vienādas – dažas mēdz radīt vairāk blakņu pēc pirmās devas, bet citas rada vairāk blakņu pēc otrās devas. Bieži sastopamās blaknes ir tādas pašas, un tam vajadzētu ilgt tikai vienu vai divas dienas.

## Vai es varu inficēties ar COVID-19 vakcinējoties?

Jūs nevarat inficēties ar COVID-19 vakcinējoties, bet varat būt ar to inficējies jau pirms vakcinēšanās un inficēšanās simptomi var būt parādījušies tikai pēc vakcinēšanās.

### Vissvarīgākie COVID-19 simptomi ir šādi (un var būt arī tikai viens no šiem simptomiem):

- nesen sācies uzmācīgs klepus;
- augsta temperatūra;
- parastās garšas sajūtas vai ožas zudums vai izmaiņas (anosmija).

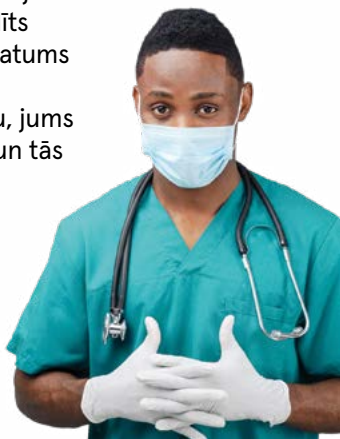
Kaut arī drudzis var sākties vienu vai divas dienas pēc vakcinācijas, ja jums ir citi COVID simptomi vai drudzis ir ilgāks, palieciet mājās un veiciet testu.

## Vai es varu turpināt dienu tāpat kā parasti?

Ja vien jūtaties labi, jums vajadzētu spēt atsākt visas ierastās darbības. Ja jūsu roka ir īpaši sāpīga, jums var būt grūti pacelt smagus priekšmetus. Ja nejūtaties labi vai esat ļoti noguris, atpūties un izvairieties no mašīnu tehnikas izmantošanas un transportlīdzekļu vadīšanas.

## Ko man vajadzētu darīt tālāk?

Ja šī ir jūsu pirmā deva, jums vajadzētu būt ierakstu kartītei, kurā ir norādīts nākamās vakcinācijas reizes datums nākamo 3-12 nedēļu laikā. Lai saņemtu vislabāko aizsardzību, jums ir svarīgi saņemt abas vienas un tās pašas vakcīnas devas.





**Turiet kartīti drošā vietā.  
Ja tā ir jūsu pirmā saņemtā  
deva, neaizmirstiet ierasties  
uz nākamo apmeklējumu.**

## **Ko man vajadzētu darīt, ja pirms nākamā apmeklējuma es esmu slims?**

Ja nejutaties labi, jums labāk vajadzētu atveseļoties un tikai pēc tam vakcinēties. Jums nevajadzētu ierasties uz vakcināciju, ja jūs pašizolējaties, gaidāt COVID-19 testu vai pēdējo 4 nedēļu laikā jūsu COVID-19 testa rezultāts ir bijis pozitīvs.

## **Vai vakcīna mani aizsargās?**

Jūsu saņemtā COVID-19 vakcīna ir uzskatāmi parādījusī, ka var samazināt iespēju ciest no COVID-19 slimības. Katra vakcīna ir pārbaudīta, testos piedaloties vairāk nekā 20 000 cilvēkiem, un daudzas vakcīnas ir tikušas izmantotas arī daudzās citās valstīs.

**Var paiet dažas nedēļas, līdz organisms iegūs noteiktu aizsargspēju vakcīnas rezultātā.** Tāpat kā visi medikamenti, neviena vakcīna nav pilnīgi efektīva, tādēļ jums vajadzētu turpināt veikt ieteiktos piesardzības pasākumus, lai izvairītos no inficēšanās. Daži cilvēki var saslimt ar COVID-19, neraugoties uz vakcināciju, tomēr slimībai nevajadzētu būt tik smagai.

## **Ko es varu darīt pēc vakcinēšanās?**

Jūs nevarat inficēties ar COVID-19 vakcinējoties, un pilns vakcinācijas kurss samazinās iespēju, ka varat nopietni saslimt. Mēs nezinām, cik lielā mērā tas samazinās risku, ka varat inficēt citus. Tādēļ jums ir svarīgi turpināt ievērot pašreizējos valsts līmeņa norādījumus.

Lai aizsargātu sevi un savu ģimeni, draugus un kolēģus, jums vēl arvien VAJAG:

- sociāli distancēties;
- valkāt sejas masku;
- rūpīgi un bieži mazgāt rokas;
- atvērt logus un vēdināt telpas;
- ievērot pašreizējos norādījumus, kas doti vietnē [www.gov.uk/coronavirus](http://www.gov.uk/coronavirus)

## Atcerieties!

COVID-19 izplatās ar sīkiem pilieniem, kas tiek izelpoti pa degunu vai muti, it īpaši runāšanas vai klepošanas laikā. Ar to var inficēties arī pieskaroties acīm, degunam un mutei pēc pieskaršanās priekšmetiem un virsmām, uz kurām ir vīruss.

## Vakcinācija, palīdzot aizsargāt pašus neaizsargātākos.

Ja jums ir nepieciešama plašāka informācija par vakcināciju pret COVID-19, apmeklējiet vietni: [nhs.uk/CoronavirusVaccination](http://nhs.uk/CoronavirusVaccination)

© Crown copyright 2021  
COV2020307V4LAV 1p 12M MAR 2021 (APS)  
Public Health England vārtejas numurs: 2021091

Šī brošūra ir pieejama arī Braila rakstā, videoierakstā britu zīmju valodā, lielā drukā un viegli lasāmā versijā; tā ir tulkota 23 valodās, un to var pasūtīt vietnē [www.healthpublications.gov.uk](http://www.healthpublications.gov.uk)  
Varat arī zvanīt uz numuru 0300 123 1002