



آموزش به بیمار

آیا می دانید چه مراقبتهایی قبل و بعد از تزریق واکسن کوید باید رعایت کنیم؟



بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی
مدیریت پرستاری
واحد آموزش سلامت



منبع: دستورالعمل پیشگیری و درمان کووید وزارت بهداشت
در صورت نیاز به توضیحات بیشتر با شماره تلفن کلینیک
آموزش سلامت ۰۵۱۳۵۰۷۲۱۷۱ تماس بگیرید.



با ما همراه باشید در سایت بیمارستان شریعتی:



در منزل چه اقداماتی لازم است؟

- ۱- استراحت بیشتر و استفاده از مایعات
- ۲- در صورت تب و درد عضلانی از استامینوفن ساده استفاده نمایید
- ۳- دوز اول واکسن حفاظتی نیست پس ماسک بزنید و در مکانهای شلوغ قرار نگیرید.
- ۴- **مصونیت طول می کشد. شما دو هفته پس از دریافت دوز دوم واکسن به عنوان شخصی کاملاً واکسینه شده در نظر گرفته خواهید شد. ولی تا زمانی که تمام جامعه واکسینه نشده اند باید اصول بهداشتی را رعایت نمایید
- ۴- از داروهای مکمل یا موه های حاوی ویتامین ث مانند لیمو ترش- سیب استفاده نمایید
- ۵- همچنان استفاده از ماسک و شستشوی دست رکن اصلی پیشگیری از ویروس است
- ۶- دورهمی خانوادگی با توجه به شیوع کوید نوع دلتا نداشته باشید



مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از خود پس از تزریق واکسن کرونا می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده سلامت خود را حفظ نمایید.



مقدمه:

ویروس کرونا، گروه بزرگی از ویروس ها هستند که در انسان، عمدتاً از طریق تماس مستقیم با فرد بیمار سرایت پیدا می کند. این ویروس همچنین می تواند از طریق لمس سطح آلوده و سپس لمس دهان، بینی یا چشم ها سرایت پیدا کند.

پیش از مراجعه به مراکز منتخب چه کنیم؟

- ۱- همیشه اطلاعات را از منابع معتبر سوال کنید (مراکز بهداشتی درمانی- پزشکان و پرستاران)
- ۲- اگر در حال حاضر بیمار هستید یا علائم کرونا را دارید حتماً با پزشک مشورت نمایید.
- ۳- در صورت داشتن حساسیت (آلرژیک) نسبت به واکسن ها.



- ۴- شب قبل از واکسیناسیون، خوب بخوابید و به میزان کافی آب و مایعات بنوشید تا در روز واکسیناسیون حال خوبی داشته باشید.
- ۵- اگر شرایط پزشکی خاصی دارید، مثلاً باردار هستید یا مشکل/نقص سیستم ایمنی دارید، به مسئولین بهداشت اطلاع دهید.
- ۶- بهتر است تاریخ و محل واکسیناسیون را در جایی ثبت کنید

بعد از تزریق واکسن چه اقداماتی لازم است؟



- ۱- بعد از تزریق باید حدود ۱۵ دقیقه در مراکز بهداشتی بمانید تا تیم بهداشتی، شما را کنترل کند و مطمئن شود که هیچ واکنش فوری نداشته باشید. قابل ذکر است که واکنش شدید بسیار نادر است.

واکسن ها به گونه ای طراحی شده اند تا بدون خطر ابتلا به بیماری، برای شما مصونیت ایجاد کنند. ولی داشتن علائم خفیف تا ملایم که خودبه خود در عرض چند روز برطرف می شوند، نیز امری عادی است.

عوارض واکسن چیست؟



- ۱- درد بازو در محل تزریق واکسن
**ممکن است علائمی مانند: گرمی، قرمزی و تورم داشته باشید
- **بتر است با دست واکسینه شده فعالیت زیادی انجام نشود
- **به مدت ۱۸ تا ۲۴ ساعت استحمام نشود
- ۲- تب خفیف و لرز
- ۳- خستگی و سردرد

**محل واکسن را دستکاری نکنید. فقط می توانید از کمپرس

سرد و گرم برای کاهش درد استفاده کنید

۴- دردهای عضلانی یا مفصلی

۵- لرز

۶- اسهال

اگر علائم بیشتر از چند روز ادامه پیدا کرد یا واکنش شدیدتری

تجربه کردید، با پزشک خود تماس بگیرید

توجه توجه



آبریزش بینی، از دست دادن حس بویایی و چشایی، بعد از تزریق واکسن مرتبط با عوارض واکسن نیست. ممکن است ابتلا به کوید باشد. قرنطینه باشید و فقط جهت انجام تست کوید به پزشک مراجعه نمایید