



## INFORMASJON OM VAKSINERING

Norsk | English | Shqip | Soomaali | Türkçe

اردو | دری/فارسی | کوردی | عربی



Denne brosjyren er finansiert  
med tilskudd fra IMDi.

# Innhold

Norsk 1

English 3

Shqip 5

Soomaali 7

Türkçe 9

اردو 12

دری/فارسی 14

کوردی 16

عربی 18

## Hvorfor tar vi vaksinen?

Hensikten med vaksinasjon er å komme tilbake til et normal liv. Forskning viser også at vaksinene er den mest effektive forbyggende tiltak mot koronaviruset. Vaksinene gjør sykdomsforløpet mildere uten å bli utsatt for alvorlig bivirkninger.

- ▶ Vaksinen er frivillig, gratis og man trenger ikke å oppgi betalingsinformasjon.
- ▶ Det er Pfizer og Moderna vaksine som er godkjent i Norge og i EU.
- ▶ Ingen av dem inneholder stoffer som ikke er tillatt.
- ▶ Du blir kontaktet av

fastlegen eller kommunen for vaksinasjon når det er din tur.

- ▶ Noen får elektronisk melding når personen kan bestille time til vaksinen.
- ▶ Følg med på din kommunes nettside for detaljer. Last ned Helseboka appen for å enkelt registrere deg for COVID-19 koronavaksinen.
- ▶ Du må informere om du er gravid (evt. har underliggende sykdommer), har allergi, bruker medisin eller har helseproblemer.

## Hva skjer på vaksinasjonsdagen?

1. Før du får vaksinen blir du spurt om din helse og om du er frisk. minutter slik at du kan bli fulgt opp dersom du skulle få noen form for reaksjoner.
2. Du skal få vaksinen i overarmen i form av sprøyte. En ny dose skal gis etter noen ukers mellomrom.
3. Etter vaksinasjonen vil du bli bedt om å vente på vaksinasjonsstedet i minst 20
4. En kan reagere på vaksinen inntil tre dager etter vaksinasjonen, dermed følg med på dine bivirkninger eller symptomer etter vaksinasjonen.

Symptom 	Tiltak 
Symptom som er typiske vaksinasjonsbivirkninger:  Feber, hodepine, trøtthet, verk i muskler eller ledd	Holde seg hjemme til man er feberfri og har bedre allmenntilstand  Hvis symptom varer over 48 timer (evt. tre dager), vurdere eventuell testing for koronavirus
Symptom som ikke er typisk for vaksinasjonsbivirkning:  Hoste, sår hals, rinnende nese, tungpusthet, mistet smak/luktesansen	Holde seg hjemme og testes for koronavirus

For oppdatering følg **IRN** sin Facebook og Instagram

For mer informasjon sjekk Folkehelseinstituttet (FHI) og Helsedirektoratets sider



## Why Should We be Vaccinated?

The purpose of vaccination is to return to normal life. Research shows that these vaccines are the most effective preventive measure against the coronavirus disease. The vaccines will ensure milder and less serious symptoms if you do become infected.



- ▶ Vaccination is voluntary and free, and no payment information is required.
- ▶ The approved vaccines in Norway and the EU are Pfizer and Moderna.
- ▶ Neither vaccine contains non-approved substances.
- ▶ You will be contacted by your

physician or municipality for a vaccination when it is your turn.

- ▶ Some people will receive a text message for booking a vaccination appointment.
- ▶ Follow your municipality's website for details. Download the Helseboka app, where you can register for the COVID-19 vaccine.
- ▶ You must state whether you are pregnant (or have an underlying condition), or if you have allergies, use any medication or have any health problems. [helseproblemer](https://helseproblemer.no).

## What Takes Place on Vaccination day?

1. Before you are given the vaccine, you will be asked about your health. vaccination place for at least 20 minutes in case you have any reactions that require assistance.
2. You will be given the vaccine in your upper arm in the form of an injection. A new dose will be administered after a few weeks.
3. After the vaccination, you will be asked to wait at the
4. Some may have a reaction to the vaccine within a period of three days after vaccination. Note whether you have any side effects or symptoms after vaccination.

Symptoms 	Measures 
<p>Symptoms that are typical side effects of vaccination:</p> <p>Fever, headache, fatigue, muscle or joint pain</p>	<p>Stay home until the fever is gone and you feel better</p> <p>If symptoms continue after 48 hours (or three days), consider possible testing for COVID-19</p>
<p>Symptoms that are not typical side effects of the vaccine:</p> <p>Cough, sore throat, runny nose, wheezing, or reduced sense of smell or taste</p>	<p>Stay home and have yourself tested for COVID-19</p>

For updates, follow **IRN** on Facebook and Instagram

For more information, check the websites of the Norwegian Institute of Public Health (FHI) and the Norwegian Directorate of Health



## Pse duhet të vaksinohemi?

Qëllimi i vaksinimit është kthimi në jetën normale. Kërkimet tregojnë se këto vakcina janë masat parandaluese më efikase kundër sëmundjes së koronavirusit. Vaksinat do të garantojnë simptoma më të lehta dhe më pak serioze, nëse infektoheni.

- ▶ Vaksinimi është vullnetar dhe falas, dhe nuk kërkohet informacion për pagesën.
- ▶ Vaksinat e miratuara në Norvegji dhe BE janë Pfizer dhe Moderna.
- ▶ Asnjëra nga vaksinat nuk përmban substanca të pa miratuara.

- ▶ Kur t'ju vijë radha, do t'ju kontaktojnë mjeku ose bashkia juaj për një vaksinim.
- ▶ Disa njerëz do të marrin një mesazh me tekst për rezervimin e një takimi për vaksinim.
- ▶ Ndiqni uebfaqen e bashkisë për detaje. Shkarkoni aplikacionin Helseboka, ku mund të regjistroheni për vaksinën kundër COVID-19.
- ▶ Duhet të konstatooni nëse jeni shtatzënë (ose keni sëmundje kronike) apo keni alergji, përdorni ndonjë mjekim ose keni probleme shëndetësore.

## Çfarë ndodh ditën e vaksinimit?

1. Para se t'ju japin vaksinën, do t'ju pyesin për shëndetin.
2. Vaksinën do t'ju bëjnë në pjesën e sipërme të krahut në formën e injektimit. Pas disa javësh do t'ju bëjnë një dozë tjetër.
3. Pas vaksinimit do t'ju kërkojnë të prisni në vendin e vaksinimit të paktën 20 minuta, në rast se keni ndonjë reaksion që kërkon asistencë.
4. Disa mund të kenë reaksion ndaj vaksinës brenda një periudhe tre-ditore pas vaksinimit. Kontrolloni nëse keni efekte anësore ose simptoma pas vaksinimit.

 <b>Simptomat</b>	 <b>Masat</b>
<p>Simptomat që janë efekte anësore tipike të vaksinimit:</p> <p>Temperatura, dhimbja e kokës, lodhja, dhimbja e muskujve ose gjymtyrëve</p>	<p>Qëndroni në shtëpi derisa t'ju bjerë temperatura dhe të ndiheni më mirë</p> <p>Nëse simptomat vazhdojnë pas 48 orëve (ose tre ditëve), merrni parasysh të bëni një testim për COVID-19</p>
<p>Simptomat që nuk janë efekte anësore tipike të vaksinimit:</p> <p>Kolla, acarimi i fytit, rrjedhja e hundëve, gulçimi ose ndjesia e reduktuar e nuhatjes ose shijes</p>	<p>Qëndroni në shtëpi dhe testohuni për COVID-19</p>

Për azhurnime, ndiqni **IRN**-në në Facebook dhe Instagram

Për më shumë informacion, kontrolloni uebfaqet e Institutit Norvegjez të Shëndetit Publik (**FHI**) dhe Drejtorisë Norvegjeze të Shëndetësisë



# Soomaali

## Maxay tahay sababta la noo tallaalayo?

Ujeedada talaalka waa in lagu laabto nolashii caadiga ahayd. Cilmi baaris ayaa muujisay in talaaladaani ay yihiin tallaabooyinka kahortagga ee ugu waxtarka badan ee looga hortagi karo cudurka korona fayras. Tallaalka wuxuu kaa fududaynayaa kaana yareynayaa halista astaamaha haddii aad qaado cudurka.



- ▶ Tallaalku waa mid ikhtiyaari ah oo lacag la'aan ah, oo wax macluumaad lacag bixineed ahna looma baahna.
- ▶ Tallaallada laga ansixiyay Norway iyo EU-da waa Pfizer iyo Moderna.
- ▶ Labada tallaalka midkoodna kuma jiraan walxo/maadooyin aan la ansixinin.
- ▶ Waxaa kula soo xiriiri doona dhakhtarkaaga ama maamulka degmadaada si aad u qaadato

tallaalka marka ay tookadaada tahay.

- ▶ Dadka qaar waxaa loo soo diri doonaa farriin qoraal ah si ay u qabsadaan ballanta tallaalka.
- ▶ Booqo websaydhka degmadaada si aad uga hesho wixii faahfaahin ah. Soo dejiso ablikeeshinka 'Helseboka', halkaas oo aad iskaga diiwaan gelin karto tallaalka COVID-19.
- ▶ Waa inaad sheegtaa inaad uur leedahay (ama aad qabto xaalado caafimaad oo soo jireen ah), ama haddii aad qabto xasaasiyad, inaad isticmaasho daawo ama aad qabto dhibaatooyin caafimaad.

## Maxaa dhacaya maalinta tallaalka?

1. Kahor intaan lagu siin tallaalka, waxaa lagu weydiin doonaa caafimaadkaaga.
2. Waxaa tallaalka lagaa siin doonaa gacantaada kore qaab duritaan ah. Qiyaas/doos cusub ayaa lagu siin doonaa dhowr toddobaad kadib.
3. Tallaalka kadib, waxaa lagaa codsan doonaa inaad sii joogto goobta tallaalka ugu yaraan 20 daqiiqo si laguu caawiyo lacala haddii aad la kulanto falcelinno u baahan caawimaad.
4. Dadka qaarkood waxaa laga yaabaa inay fal-celin kala kulmaan tallaalka muddo saddex maalmood gudahood ah kadib markii la tallaalo. Iska fiiri inaad qabto waxyeellooyin gaar ah ama astaamo kadib markaad tallaalka qaadatid.

Astaamo 	Tallaabooyinka 
<p>Astaamaha ah waxyeellooyinka caadiga ah ee lagu garto tallaalka:</p> <p>Qandho, madax xanuun, daal, murqaha ama kalagoosyada oo xanuuna</p>	<p>Joog guriga ilaa inta qandhadu kaaga dageyso oo aad ka ladnaanayso</p> <p>Haddii astaamuhu sii socdaan 48 saac-dood kadib (ama saddex maalmood), tixgeli inaad iska baarto COVID-19</p>
<p>Astaamaha waxyeellooyinka gaarka ah ee aan lagu ogeyn tallaalka:</p> <p>Qufac, cuna xanuun, sanko oo dareera, xiiqo, ama dareenka wax urinta ama dhadhanka oo yaraada</p>	<p>Guriga joog oo iska baar COVID-19</p>

Wixii warbixino cusub ah, **IRN** kala soco Facebook iyo Instagram

Wixii faahfaahin dheeraad ah ka fiiri websaydhyaada Machadka Caafimaadka Dadweynaha ee Norway (**FHI**) iyo Wasaarada Caafimaadka Norway



## Neden aşı olmalıyım?



Aşılamanın amacı, normal yaşama dönmektir. Araştırmalar, aşıların koronavirüs hastalığına karşı en etkili önleyici yöntem olduğunu göstermektedir. Aşılar, hastalığın size bulaşması halinde daha hafif ve daha az semptomların görülmesini temin edecektir.

- ▶ Aşılama gönüllü ve ücretsizdir ve hiçbir ödeme bilgisine ihtiyaç duyulmaz.
- ▶ Norveç ve AB'deki onaylı aşılar Pfizer ve Moderna'dır.
- ▶ Hiçbir aşıda onaylanmamış maddeler bulunmamaktadır.
- ▶ Sıranız geldiği zaman doktorunuz veya belediyeniz sizinle irtibat kuracaktır.

- ▶ Bazı insanlara, bir aşılama randevusu rezerve etmek üzere bir metin mesajı gönderilecektir.
- ▶ Ayrıntılar için belediyenizin web sitesini takip edin. COVID-19 aşısı için kaydolabileceğiniz Helseboka uygulamasını indirin.
- ▶ Hamile olup olmadığınızı (atta yatan bir durumunuzun olup olmadığı), alerjilerinizin olup olmadığı, herhangi bir ilaç kullanıp kullanmadığınızı veya herhangi bir sağlık sorununuz olup olmadığına dair durumları bildirmelisiniz.

## Aşılama gününde ne yapılır?

1. Size aşı uygulanmadan önce, sağlık durumunuzla ilgili sorular sorulacaktır.
2. Bir enjeksiyon halinde kolunuzun üst kısmına aşı tatbik edilecektir. Birkaç hafta sonra yeni bir doz tatbik edilecektir.
3. Aşılama sonrasında, herhangi bir yardım gerektirebilecek her türlü reaksiyona karşı, en az 20 dakika boyunca aşılama yerinde beklemeniz sizden istenecektir.
4. Bazı insanlarda, aşılamadan sonraki üç günlük dönem boyunca aşya karşı bir reaksiyon oluşabilmektedir. Aşılama sonrasında her türlü yan etkiyi veya belirtiyi kaydedin.

<b>Belirtiler</b> 	<b>Önlemler</b> 
Aşılamanın tipik yan etkilerini ortaya koyan belirtiler:  Ateş, baş ağrısı, bitkinlik, kas veya eklem ağrıları	Ateş geçene veya kendinizi evde hissedene kadar evde kalın  Eğer belirtiler 48 saatten (veya üç gün) sonra devam ediyorsa, COVID-19 için test yaptırma olasılığını düşünün
Aşılamanın tipik olmayan yan etkilerini ortaya koyan belirtiler:  Öksürük, boğaz ağrısı, burun akıntısı, hırıltılı soluma veya koku veya tat almada azalma	Evde kalın ve COVID-19 için test yaptırın

Güncellemeler için, Facebook ve Instagram'da **IRN'yi takip edin**

Daha fazla bilgi için, Norveç Kamu Sağlığı Enstitüsü (FHI) ve Norveç Sağlık Müdürlüğü'nün web sitelerine göz atın



## ویکسینیشن والے دن کیا ہوگا؟

1. آپ کو ٹیکہ لگانے سے پہلے آپ سے آپ کی صحت کے متعلق پوچھا جائے گا۔  
ہو سکتا ہے کہ آپ کو کوئی ایسا رد عمل ہو جس کے لیے آپ کو مدد کی ضرورت ہو۔

2. یہ ویکسین آپ کو ٹیکے کی صورت میں آپ کے بازو کے اوپری حصے میں لگائی جائے گی۔ چند ہفتے کے بعد آپ کو اس کی دوسری خوراک دی جائے گی۔

4. بعض لوگوں کو ویکسینیشن لگوانے کے بعد تین دن کے اندر اندر اس کے خلاف رد عمل ہو سکتا ہے۔ یہ دیکھیں کہ آپ کو ویکسینیشن کے بعد کوئی شکایات یا علامات تو نہیں ہوتیں۔

3. ویکسینیشن کے بعد آپسے ویکسینیشن لگانے والے مقام پر کم از کم ۲۰ منٹ تک انتظار کرنے کو کہا جائے گا تاکہ کیونکہ



### اقدامات

اس وقت تک گھر ہی پر رہیں جب تک بخار اتر نہیں جاتا اور آپ کی طبیعت بہتر نہیں ہو جاتی  
اگر یہ شکایات 48 گھنٹے (تین دن) کے بعد بھی جاری رہتی ہیں تو Covid 19 کا ٹیسٹ کروانے کے بارے میں سوچیں

گھر پر رہیں اور Covid 19 کا ٹیسٹ کروائیں



### شکایات

وہ شکایات جو ویکسینیشن کے عمومی ضمنی اثرات میں شامل ہیں  
بخار، سردرد، تھکن، پٹھوں یا جوڑوں میں درد

وہ شکایات جو ویکسین کے عمومی ضمنی اثرات میں شامل نہیں  
کہانسی، گلا خراب ہونا، ناک بہنا، سانس میں سیٹی کی آواز یا سونگھنے یا ذائقے کی حس میں کمی

اپ ڈیٹ کے لیے IRN کو فیس بک اور انسٹاگرام پر فالو کریں  
مزید معلومات کے لیے نارویجین انسٹیٹیوٹ آف پبلک ہیلتھ (FHI) اور نارویجین ڈائریکٹوریٹ آف ہیلتھ کی ویب سائٹ ملاحظہ کریں۔



## ہمیں ویکسینیشن کیوں کروانا چاہیے؟

- ◀ بعض لوگوں کو ویکسینیشن کے لیے وقت مقرر کرنے کے بارے میں ایک ٹیکسٹ میسج آئے گا
- ◀ تفصیلات کے لیے اپنی بلدیہ کی ویب سائٹ سے رجوع کریں۔ Helseboka
- ◀ ایپ ڈاؤن لوڈ کریں جس پر آپ Covid-19 کی ویکسینیشن کے لیے اپنی رجسٹریشن کروا سکتے/سکتی ہیں
- ◀ آپ کو چاہیے کہ یہ بتائیں کہ آپ حاملہ تو نہیں (یا آپ کو کوئی بیماری تو نہیں)، یا آپ کو کسی چیز سے الرجی ہے، آپ کوئی دوائی استعمال کر رہے/رہی ہیں یا آپ کو صحت سے متعلق کوئی مسئلہ ہے۔
- ◀ ویکسینیشن کا مقصد معمول کی زندگی کی طرف واپسی ہے۔ تحقیق سے یہ پتہ چلتا ہے کہ یہ ویکسینز کورونا وائرس کی بیماری کے خلاف سب سے موثر حفاظتی تدبیر ہے۔ ویکسینز اس بات کو یقینی بناتی ہیں اگر آپ کو انفیکشن ہو جاتا ہے تو آپ کی علامات کم درجے کی اور کم خطرناک ہوں گی۔
- ◀ ویکسینیشن کروانا آپ کی مرضی پر منحصر ہے اور بلا معاوضہ ہے اور ادائیگی کے متعلق کسی قسم کی معلومات مطلوب نہیں
- ◀ ناروے اور ای یو (EU) میں منظور شدہ ویکسینز فائزر (Pfizer) اور موڈرنا (Moderna) ہیں۔
- ◀ ان میں سے کسی ویکسین میں غیر منظور شدہ اجزا شامل نہیں
- ◀ آپ کی ویکسینیشن باری آنے پر آپ کے/کی معالج یا آپ کی بلدیہ (میونسپلٹی) کی طرف سے آپ کے ساتھ رابطہ کیا جائے گا

## در روز واکسین چی اتفاق می افتد؟

1. قبل از اینکه پیچکاری شوید، درمورد سحتمندی شما از شما پرسیده خواهد شد.
2. این واکسین به شکل پیچکاری در قسمت فوقانی بازوی شما تطبیق خواهد شد. بعد از چند هفته یک دوز جدید، زرق و تطبیق خواهد شد.
3. بعد از این پیچکاری، از شما خواسته میشود در مرکز واکسیناسیون بمدت ۲۰
4. بعضی اشخاص ممکن است بعد از پیچکاری در جریان یک دوره سه روزه نسبت به این واکسین عکس العمل نشان بدهند. متوجه باشید که آیا بعد از پیچکاری، کدام عوارض جانبی یا اعراض و علایم دارید یا خیر.

 <b>اقدامات</b>	 <b>اعراض و علایم</b>
<p>تا زمانیکه تب از بین برود و حال شما بهتر شود، در خانه بمانید</p> <p>اگر اعراض و علایم بعد از 48 ساعت (یا سه روز) ادامه پیدا کرد، برای تست احتمالی کووید-19 آماده باشید</p>	<p>اعراض و علایمی که عوارض جانبی معمول این پیچکاری میباشند عبارتند از</p> <p>تب، سردرد، ماندگی، درد عضله یا مفصل</p>
<p>در خانه بمانید و تست کووید-19 بدهید</p>	<p>اعراض و علایمی که عوارض جانبی معمول این پیچکاری نیستند</p> <p>سرفه، گلودرد، ریزش بینی، خس خس صدر (سینه) یا کم شدن حس بویایی یا ذائقه</p>

برای آپدیت، فیسبوک و انستاگراما **IRN** تعقیب کنید  
 برای معلومات بیشتر، ویسایت های انستیتوت صحت عامه ناروی (FHI) و اداره صحت ناروی را  
 چک کنید



# دری/فارسی

## چرا ما باید واکسین شویم؟

ملاقات واکسین، یک پیام کتبی کوتاه دریافت خواهند کرد.

◀ برای دریافت جزئیات ویسایت شاروالی خود را تعقیب کنید. اپلیکیشن Helseboka را جهت ثبت نام کردن برای واکسین کووید-۱۹ دانلود کنید.

◀ اگر حامله هستید (یا یک مریضی از سابق دارید)، الرجی دارید، کدام دوا مصرف میکنید یا کدام مشکلات صحتی دارید، حتما آنرا بگویید.

هدف از واکسین برگشت به زندگی نورمال است. تحقیقات نشان میدهد که این واکسین ها در مقابل مریضی کروناویروس بیشترین موثریت و قیایوی را دارد. اگر شما مصاب به این مریضی شدید، این واکسین ها باعث میشوند اعراض و علایم خفیف و کمتر جدی را از خود نشان دهید.

◀ پیچکاری، داوطلبانه و رایگان است و ضرورت به ارائه معلومات پرداخت نمیشد.

◀ واکسین های (Pfizer) و (Moderna) واکسین های تایید شده در ناروی و اتحادیه اروپا میباشد.

◀ هیچ یک از این واکسین ها مواد غیر-مجاز را در خود ندارند.

◀ زمانیکه نوبت شما فرا میرسد، داکتر یا شاروال شما جهت پیچکاری با شما به تماس خواهد شد.

◀ بعضی از اشخاص جهت ریزرف کردن قرار

## له پوڅی واکسین چی پرووده دات؟

1. پيش ټه وهی که واکسینه که ت لیدریت  
پرسارت لیده کریت دهر باره ی  
ته ندر ووستیت.۔
2. واکسینه که له سه رووی بآلت ده دریت، که  
ده رزیه که، ههروه ها دوای چند  
حفته یه کی تر ده رزیه کی دیکه ت  
لیده دریت.
3. دوای واکسینه که داوات لیده کریت که له
4. هندیگ که س له ماوه ی سڼ پوڅی دوای  
واکسینه که کار دانه وهی ته ندر ووستیان  
ده ییت. سه رنج بده له وهی ټایا به ریزت  
هیچ یه که له م نیشانه ی خوواره وهت  
هه یه له وای لیدانی واکسینه که:

 <b>پوڅو وینی پیوویست</b>	 <b>نیشانه کان</b>
<p>له مال هوه مینه ووه تا ټه وکاته ی که له رزووات نامین و حالت باش ده ییت</p> <p>ټه گهر ټم نیشانه دوای ټپه رپوونی ٤٨ کاتزمیر (یا خود سڼ پوڅی) به رده وام بوون، ټه و ده توانیت پشکینی فایرؤسی کرونا بکه یت</p>	<p>ټه و نیشانه به رچاوانه ی که به هو ی واکسینه که وه دروست ده بن</p> <p>له رزوو تا، سه رټیشه، ماندووی، نازاری ماسوولکه کان</p>
<p>له مال هوه مینه ووه و پشکینی فایرؤسی کرونا بکه</p>	<p>ټه و نیشانه ی که راسته و خو له ژپر کار بگه ری واکسینه که ده رنا که ون</p> <p>کوڅکه، قورگ ټه ستوربوون، ناوبه رپوونی لووت، پڅمین، یا خود که مپوونه وهی ههستی بونکردن و تامکردن</p>

بۆ زانیاری نوڅی سه ردانی سایتی **IRN** بکه له سه ر فه یسبووک یا خود ټینستیگرام.  
بۆ زانیاری زیاتر سه ردانی سایتی ټینستیتی نوروژی بۆ ته ندر ووستی گشتی بکه (**FHI**)  
وههروه ها سایتی به رټیوه به رایه تی ته ندر ووستی نوروژی.



# كوردى

## زانيارى دهربارهى واكسینه كه

◀ هەندىك كەس بە نامەى ئەلیكترۆنى ئاگادار دەكرینهوه، بۆ ئەوهى وادهیهك دیارى بکەن بۆ واكسینه كە.

◀ ئەپلیكەيشنى (بۆ زانیارى زیاتر سەردانى وئیسایتى ئەنجومەنى شارەكەت بکە Helseboka داوئلوڊ بکە، چونکە لە ڤیگەى ئەو ئەپلیكەيشنەوه دەتوانى خۆت بۆ واكسینه كە ناوئوس بکەیت.

◀ پئویستە لەسەرت كە بارودۆخى تەندروستت رابگەپەنیت كە ئابا نەخۆشى درێژخایەنت هەیه یان ( بۆ ژنان كە ئایا سكرپت هەیه)، یاخود حەساسیەتت هەیه، یاخود هێچ دەرمانێك بەكار دەهێنیت.

مەبەست لە کوتان (واکسین) گەرانهوهیه بۆ ژيانیکى ئاسایی. لیکۆلینهوهکان ئەویان دەرختوووه كە واكسین کاریگەرترین پئوهی بەرگریه لە دژی نەخۆشى كړۆنا. واكسینه كە گەرەنتی ئەوهت پئهدات كە كەمترین نیشانەکانی نەخۆشیه كەت لێدەربکەوئیت، تەنانەت ئەگەر نەخۆشیش بکەوئیت.

◀ واكسینکردن بە وویستی خۆتە و بئ بەرامبەرە، هەربۆیه باسی پارە ناکرێت.

◀ واكسینی ڤیگەپئدراو لە نۆرۆیژ و یه كئیبی ئەوروپا فایزەر و مۆڤرنایه.

◀ هێچ كام لەو واكسینانە ماددەى نەشیاووئان تئیدا نی یه.

◀ بەررێت لەلایەن دکتۆر یاخود ئەنجومەنى شارەوانییهوه پەپوهەندیت پئوه دەكرێت كاتێك كە سەرت دئیت.

## ماذا يحدث يوم التحصين؟

1. قبل أن تحصل على اللقاح، سيتم سؤالك حول صحتك.
2. سيتم إعطاؤك اللقاح في الجزء العلوي من ذراعك في شكل حقنة. وسيتم إعطائك جرعة جديدة بعد بضعة أسابيع.
3. بعد التحصين، سيُطلب منك الانتظار في مكان التحصين لمدة ٢٠ دقيقة على الأقل في حالة معاناتك أي تفاعلات قد تتطلب المساعدة.
4. قد يحظى البعض بتفاعل تجاه اللقاح خلال فترة ثلاثة أيام بعد التحصين. لاحظ ما إذا كانت لديك أي آثار جانبية أو أعراض بعد التحصين.

 الأعراض	 الإجراءات الاحترازية
الأعراض التي تعتبر آثار جانبية معتادة للتحصين الحمى والصداع والتعب وآلام العضلات أو المفاصل	ابق في المنزل حتى تختفي الحمى وتشعر بحالة صحية أفضل في حالة استمرار الأعراض بعد 48 ساعة (أو ثلاثة أيام)، فيجب عليك الاهتمام بإجراء الاختبار المحتمل لكوفيد-19
الأعراض التي لا تعتبر آثار جانبية معتادة للتحصين السعال أو التهاب الحلق أو سيلان الأنف أو الصفير أو انخفاض حاسة الشم أو التذوق	ابق في المنزل واختبر نفسك للكشف عن الإصابة بمرض كوفيد-19

للتحديثات، تابع [IRN](#) على فيسبوك وانستجرام  
لمزيد من المعلومات، تحقق من مواقع الويب الخاصة بالمعهد الزويجي للصحة العامة (FHI) ومديرية الصحة الزويجية



## لماذا يجب تحصيننا؟

التفاصيل. قم بتنزيل تطبيق هيلسبوكا، حيث يمكنك التسجيل للحصول على لقاح كوفيد-١٩.

◀ يجب أن تذكر ما إذا كنتِ حاملاً (أو تعاني حالة مرضية كامنة)، أو إذا كنت تعاني الحساسية، استخدم أي دواء أو تعاني أي مشاكل صحية.

يكمُن الغرض من التحصين في العودة إلى الحياة الطبيعية. وتكشف الأبحاث عن أن هذه اللقاحات هي الإجراء الوقائي الأكثر فعالية ضد مرض فيروس كورونا. ستضمن اللقاحات أعراضاً أكثر اعتدالاً وأقل خطورة إذا أصبحت مصاباً بالعدوى.

◀ التحصين طوعي ومجاني، ولا حاجة لمعلومات الدفع.

◀ اللقاحين المعتمدين في النزوح والاتحاد الأوروبي هما فايزر ومودرنا.

◀ لا يحتوي أي من اللقاحين على مواد غير معتمدة.

◀ سيتم الاتصال بك من قبل طبيبك أو البلدية للحصول على التحصين عندما يأتي دورك.

◀ سيتلقى بعض الأشخاص رسالة نصية لحجز موعد للتحصين.

◀ اتبع الموقع الإلكتروني لبلديتك للحصول على







Islamsk Råd Norge

[www.irn.no](http://www.irn.no)