



MAGPABAKUNA NA LABAN SA COVID-19 LIGTAS AT EPEKTIBO ITO!

Mga impormasyon tungkol sa pagiging ligtas ng bakuna at kung paano ninyo maiiwasan ang COVID-19

Alamin ang higit pa sa hpsm.org/covid-19/vaccination

Bakit mahalaga na magpabakuna laban sa COVID-19?

Bagama't banayad ang mga sintomas ng karamihan sa mga taong nagkakaroon ng COVID-19, puwede ring magdulot ang COVID-19 ng malubhang karamdaman at maging pagkamatay. Mahalagang magpabakuna laban sa COVID-19 dahil makakatulong ito sa mga sumusunod:

- ✓ Para panatilihin ligtas ang inyong pamilya at komunidad
- ✓ Para wakasan ang pandemic
- ✓ Para makapagsama-sama na tayong muli sa hinaharap, kabilang ang pagkakaroon ng mga pagtitipon at pagbabalik ng mga bata sa paaralan

Paano naging ligtas ang mga bakuna kung nabuo ang mga ito sa loob lang ng maikling panahon?

Naging posible ang mabilis na paggawa ng bakuna laban sa COVID-19 dahil sa mga sumusunod:

- Nakabatay ang mga bakuna sa ilang dekada ng pananaliksik. Inaaral na ng mga siyentista ang mga coronavirus sa loob ng mahigit 20 taon. Ang coronavirus na nagdulot ng COVID-19 ay isa lang sa maraming uri ng coronavirus.
- Ibinabahagi ng mga siyentista mula sa buong mundo ang kani-kanilang datos sa isa't isa.
- Malaking pondo mula sa iba't ibang panig ng mundo ang napunta sa pananaliksik.
- Marami agad na tao ang nagpalista para mapasama sa mga pag-aaral sa bakuna.

Sa ngayon, tatlong bakuna laban sa COVID-19 ang aprubado ng FDA:

moderna

Pfizer

Johnson & Johnson

Walang nilaktawang anumang hakbang ang FDA sa pagsusuri sa mga bakuna laban sa COVID-19 para sa kaligtasan at tagumpay ng mga ito. Ang mga bakuna laban sa COVID-19 ay sumailalim sa parehong mga paraan ng pagsusuri ng gamot na ilang dekada nang ginagamit ng mga eksperto para matiyak na ligtas at epektibo ang mga ito.

Paano makakatulong ang mga bakuna sa pagprotekta sa akin laban sa COVID-19?

Gumagana ang mga bakuna sa pamamagitan ng pag-uutos sa inyong mga cell na gumawa ng hindi mapanganib na protein na matatagpuan sa COVID-19. Sa pamamagitan ng pagprotekta sa inyo laban sa protein, matututunan ng inyong katawan kung paano kayo poprotektahan laban sa COVID-19. **Hindi babaguhin ng alinman sa mga bakuna laban sa COVID-19 ang inyong genes sa anumang paraan.**

- **Parehong mRNA na bakuna ang Pfizer at Moderna.** Gumagamit ang mga ito ng messenger RNA (mRNA) para sabihan ang mga cell sa katawan na gumawa ng protein. Ang parehong bakuna ay nakakapagbigay ng ganap na proteksiyon laban sa COVID-19 sa humigit-kumulang 95% ng mga kaso.

- **Ang Johnson & Johnson ay isang viral vector vaccine.** Gumagamit ito ng isang binago at hindi mapanganib na cold virus para sabihan ang mga cell ng katawan na gumawa ng protein. Ang bakuna ng Johnson & Johnson ay nakakapagbigay ng ganap na proteksiyon laban sa COVID-19 sa 72% ng mga kaso. Pansamantalang inihinto ang paggamit dito, pero dahil idineklara na ng mga pang-estado at pederal na awtoridad na ligtas ang bakuna, sinimulan na ulit ng San Mateo County Health ang paggamit dito. Ang bakuna ay magkakaroon ng label ng babala at mga materyales para sa impormasyon para makapagpasya ang mga residente kung gusto nila ang bakuna.

Puwede ba akong magkaroon ng COVID-19 dahil sa bakuna laban sa COVID-19?

Hindi magdudulot ng COVID-19 ang mga bakuna laban sa COVID-19. Puwede kayong makaranas ng mga side effect pagkatapos mabakunahan. Hindi ito nangangahulugan na may COVID-19 na kayo. Isa itong pangkaraniwang senyales na tumatalab ang bakuna. Ang mga karaniwang side effect ay:

- Kirok, pamamaga, at pamumula sa tinurukang braso
- Panginginig, pagod, at sakit ng ulo at iba pang bahagi ng inyong katawan

Banayad at katamtaman lang ang karamihan sa mga side effect at nawawala rin ang mga ito sa loob ng tatlong araw. Kung hindi, o kung mayroon kayong anumang tanong, tawagan ang inyong tagabigay ng serbisyo sa pangunahing pangangalaga (primary care provider o PCP) o ang Linya ng Pagpapayo ng Nars ng HPSM sa **1-833-846-8773**.

Nagkaroon na ako ng COVID-19. Dapat pa ba akong magpabakuna?

Oo, dapat pa rin kayong magpabakuna kahit nagkaroon na kayo ng COVID-19. Hindi alam ng mga eksperto kung hanggang kailan protektado laban sa COVID-19 ang mga tao pagkatapos nilang gumaling mula rito. Kung magkakaroon kayo ulit ng COVID-19, puwede rin ninyong mahawa ang mga tao sa paligid ninyo.

May mga isyu ako sa kalusugan, dapat pa rin ba akong magpabakuna?

Kung mayroon kayong mga isyu sa kalusugan gaya ng sakit sa puso, diabetes, o sakit sa baga, puwede at dapat kayong magpabakuna. Mas mahalaga para sa inyo na mabakunahan. Ito ay dahil mas malamang na magkasakit o mamatay mula sa COVID-19 ang mga taong may mga isyu sa kalusugan.



Tawagan ang inyong PCP bago kayo magpabakuna laban sa COVID-19 kung kayo ay:

- **May mga tanong pa tungkol sa kung ligtas ba para sa inyo ang magpabakuna**
- **May mga allergy sa Polyethylene glycol (PEG) o Polysorbate**
- **Hindi sigurado kung ano ang mga allergy ninyo**

Dapat bang magpabakuna ang mga buntis at nagpapasuso?

Batay sa kasalukuyang ebidensiya, naniniwala ang mga eksperto sa kalusugan na ligtas ang bakuna laban sa COVID-19 sa mga buntis, mga nagpaplanong mabuntis sa hinaharap, at mga nagpapasuso.

Magkano ang bakuna laban sa COVID-19?

Libreng mababakunahan ang mga miyembro ng HPSM. Para sa higit pang impormasyon tungkol sa kung paano iiskedyul ang inyong appointment, bisitahin ang hpsm.org/vax.