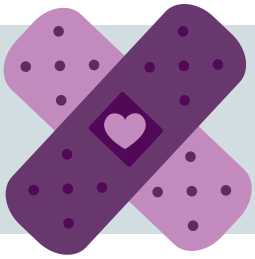

# خپل ماشوم
# د کوویډ-19 څخه خوندي وساتئ

تاسې غواړئ چې خپل ماشوم خوندي او صحتمند ساتلو لپاره هر هغه څه وکړئ چې تاسې یې کولی شئ. خپل ماشوم ته واکسین کول یوه بله لاره ده چې ورسره تاسې کولی شئ دوی د کوویډ-19 څخه خوندي ساتلو کې مرسته وکړئ. د کوویډ-19 واکسین اوس د 6 میاشتو او پورته عمر لرونکو ماشومانو لپاره وړاندیز کیږي. ستاسې ماشوم ته واکسین کول دوی سره مرسته کوي چې په ښوونځي کې، د ماشومانو پاملرنې او نورو فعالیتونو کې خوندي پاتې شي.

- د کوویډ-19 واکسین خوندي دي. د واکسین خوندیتوب ډېر مهم دی. واکسینونه په ډیر دقت سره مطالعه (څېړل) شوي او ماشومانو او تنکي ځوانانو ته د ورکولو وړاندیز څخه د مخه خوندي ښودل شوي.
- ماشومان د کوویډ-19 څخه ډېر زیات ناروغه کیدی شي. واکسینونه د ستاسې ماشوم د کوویډ-19 له کبله د زیات ناروغه کیدو یا روغتون ته تللو څخه ساتلو کې مرسته کوي.
- ستاسې ماشوم ممکن د واکسین کیدو څخه وروسته څه جانبي عوارض ولري، کوم چې نورمالې نښې دي چې د دوی بدن د ویروس وړاندې محافظت رامنځته کوي. دا سمه ده که دوی کوم جانبي عوارض ونلري. په حقیقت کې، ډېټا (معلومات) ښیې چې جانبي عوارض په 11-5 کاله عمر لرونکو ماشومانو کې د لویو ماشومانو/ځوانانو په پرتله کم پېښیږي.
- دا مهمه ده چې خپل ماشوم ته واکسین وکړئ که دوی د مخه کوویډ-19 هم درلود ځکه چې واکسینونه اضافي محافظت (خوندیتوب) ورکوي.
- د کوویډ-19 واکسین وړیا دي، او د واکسین کولو لپاره تاسې بیمه لرلو ته اړتیا نلرئ.
- د کوویډ-19 واکسین د شنډیدو (د حمل توان د لاسه ورکول) لامل نه ګرځي.

## څنګه باید خپل ماشوم واکسین کړئ

- د لیدنېټو (ملاقات لپاره وخت اخستل) په اړه د خپل ماشوم ډاکټر یا د کورنۍ درملو کلینیک سره وګورئ.
- د mn.gov/vaxforkids څخه لیدنه وکړئ تر څو نږدې چمتو کونکي یا درملتونونه ومومئ او اړیکه ورسره ونیسئ، په شمول د:
    - ◊ د ماشومانو او د کورنۍ درملو کلینیکونو، د لومړنۍ (ابتدایي) پاملرنې چمتو کونکو، فدرالي وړ رووغتیایي مرکزونو، د عامه روغتیا ځایي (محلي) ادارو، قبیلوي (قومي) روغتیایي ادارې، د ایالت ټولنیزې ساحې او کلینیکونو، او د هند د روغتیا خدمتونو محلونو.
- د واکسین کولو هغه کلینیکونه وګورئ چې ستاسې سیمه کې په ښوونځیو یا د ټولنې نورو ځایونو کې وړاندیز کیږي.

## هغه واکسینونه چې شتون لري

د کوویډ-19 واکسینونو یو څو ډوله شتون لري: فېزر او موډرنا. CDC د یو ډول واکسین د پاڅه بل کول نه وړاندیز کوي. هر واکسین د واړه ماشومانو د کوویډ-19 سره د زیات ناروغه کیدو څخه خوندي ساتلو کې مرسته کوي. د واکسینونو په ټولو محلونو کې هر ډول واکسین شتون نلري. د ټولو نه مهمه خبره دا ده چې د ستاسې د ماشوم واکسین کولو فرصت باید د لاسه ورنکړل شي.

# د کوویډ-19 واکسین ډوزونه او د واکسین پواسطه د ډوزونو تر منځ وخت (موده)

- واکسینونه او د ډوزونو شمېر چې ستاسې ماشوم یې ترلاسه کوي د دوی عمر پورې اړه لري.
- د 6 میاشتو څخه تر 11 کاله عمر لرونکو ماشومانو لپاره واکسینونه د لویو ماشومانو او لویانو لپاره د واکسینونو په پرتله د واکسین یو کوچنی ډوز وي. د واکسین د ډوز اندازه د ماشوم د عمر پر بنسټ وي، نه د دوی د جسامت یا وزن.
- ماشومان باید د دوی د ابتدایي (لومړنی) واکسین لړۍ د ټولو ډوزونو لپاره ورته واکسین واخلي. د ابتدايي واکسین لړۍ د یو ځانګړي واکسین د ډوزونو ابتدايي شمېر ته وايي چې یو شخص ورته اړتیا لري. بوسټر (تقویتي) واکسینونه په دې کې شامل ندي.
- د ټر ټولو غوره خوندیتوب لپاره د ټولو وړاندیز شوو واکسینونو اخستل مهم دي. 5 کلن او پورته عمر لرونکي ماشومان چې د فېزر واکسین ترلاسه کوي باید یو تقویتي ډوز ترلاسه کړي. هغه ماشومان چې موډرنا واکسین ترلاسه کوي هغوی ته په دغه وخت کې یو تقویتي ډوز اخستل نه وړاندیز کیږي.

**فېزر** (عمرونه د 6 میاشتو څخه تر 4 کلنۍ پورې)
1 (لومړی) ډوز (ابتدايي) ← په 3-8 اونیو کې ← 2 (دوهم) ډوز (ابتدايي) ← لږ تر لږه په 8 اونیو کې ← 3 (دریم) ډوز (ابتدايي)

**فېزر** (عمرونه 5-17 کلنۍ پورې)
1 (لومړی) ډوز (ابتدايي) ← په 3-8 اونیو کې ← 2 (دوهم) ډوز (ابتدايي) ← لږ تر لږه په 5 میاشتو کې ← 3 (دریم) ډوز بوسټر (تقویتي)

**موډرنا** (عمرونه د 6 میاشتو څخه تر 17 کلنۍ پورې)
1 (لومړی) ډوز (ابتدايي) ← په 4-8 اونیو کې ← 2 (دوهم) ډوز (ابتدايي)

ستاسې د ماشوم د روغتیا پاملرنه چمتوکونکی کولی شي نور معلومات چمتو کړي او د لومړي ډوز اخستلو په مهال د ټولو وړاندیز شوي ډوزونو مهالویش کولو کې مرسته وکړي.

هغه ماشومان چې د معافیت کمزوری سیستم ولري (معافیت یې کمزوری وي) به مختلف (بدل) وړاندیزونه ولري. مور پلار او سرپرست باید د دوی د ماشوم د روغتیا پاملرنه چمتوکونکي سره خبرې وکړي.

د واکسین د ډوزونو په اړه د نورو معلوماتو لپاره، د CDC بیاکتنه وکړئ: د عمر او د واکسین د نوعې (ډول) پر بنسټ د کوویډ-19 واکسین د وړاندیز شوي ډوزونو لپاره At-A-Glance COVID-19 Vaccination Schedules (په یو نظر کتلو د COVID-19 واکسینونو مهالویشونه) (www.cdc.gov/vaccines/covid-19/downloads/covid-19-vacc-schedule-at-a-glance-508.pdf).

mn.gov/vaccine

MINNESOTA

Minnesota Department of Health | health.mn.gov | 625 Robert Street North PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975 | 651-201-5000
د یو بدیل فورمېټ (بڼې) د غوښتنې لپاره د health.communications@state.mn.us سره اړیکه ونیسئ. (Pashto)

7/22/2022