



Mae Brechu yn achub bywydau

接种疫苗挽救生命



COVID-19

新型冠状病毒肺炎疫苗 成人指南

2021年1月修订 – Chinese Mandarin



GIG
CYMRU
NHS
WALES



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE

本宣传单介绍了COVID-19疫苗的接种情况，谁有资格以及谁需要接种疫苗以保护他们因由冠状病毒带给他们的侵害。

内容



什么是COVID-19 或者冠状病毒？



我会获得哪种疫苗？



谁应该接种 COVID-19 疫苗？



我怀孕了，还可以接种疫苗吗？



我正在母乳喂养期，该怎么办？



谁不能接种疫苗？



疫苗将会保护我吗？



疫苗会产生副作用吗？



我能从疫苗中感染 COVID-19 新型冠状病毒肺炎

吗？



接下来我该怎么办？



如果我在约会当天身体不适，该怎么办？



接种疫苗后，我能把COVID-19传给他人吗？



更多信息

COVID-19 新型冠状病毒肺炎是由一种称为SARS-CoV-2的新型冠状病毒引起的。它是在2019年末首次发现的。它具有很高的传染性，可导致严重的呼吸道疾病。

许多被感染的人可能没有任何症状或仅有轻微症状。通常从咳嗽，发烧，头痛和失去味觉或嗅觉开始。

有些人会感到非常疲倦，肌肉酸痛，嗓子疼，腹泻和呕吐，发烧和意识模糊。然后少数人继续患有严重疾病，这可能需要住院或接受重症监护。

总体而言，不到100名感染者中有1人死于COVID-19，但这在75岁以上人群中是接近十分之一的。尽管一些最近经过测试的治疗确实有助于降低并发症的风险，但COVID-19仍没有解药。

我会获得哪种疫苗？

在英国，我们将仅使用符合安全性和有效性要求标准的COVID-19疫苗。包括疫苗在内的所有药物都必须经过安全性和有效性测试，然后才能使用。

每种疫苗在几个不同国家的成千上万的人中进行了测试，证明是安全有效的。将为您提供其中一种疫苗，要根据哪一个可用。这些疫苗也许没有完整的英国上市许可（许可证），但将根据全面的安全性和有效性得到药品和保健产品监管局（MHRA）的授权。

MHRA 只会批准那些供应给英国，并符合预期的安全性，质量和功效标准的疫苗。

当前可用的疫苗需要两次分开的剂量才能提供最佳的长期保护。

谁应该接种

COVID-19

疫苗？

疫苗和免疫联合委员会（JCVI）是一个独立的专家小组，建议NHS国民医疗服务体系首先向最容易感染和患有严重并发症的人群提供这些疫苗。

这包括老年人，一线卫生和社会保健工作者以及那些身在临床的人群。当有更多疫苗可用时，疫苗将尽快提供给其他有风险的人。

冠状病毒可以影响任何人。如果您是老年人，并且有长期健康问题，COVID-19新型冠状病毒肺炎可能会非常严重，有时甚至致命。

您应在提供的第一批疫苗中接种COVID-19疫苗，如果您是：

- 在养老院生活或工作的人群
- 一线医护人员
- 一线社会护理工作
- 提供个人护理的家庭照料者
- 65岁及以上的人群
- 临床上极为脆弱的人群

每位临床上非常脆弱的人都有资格获得COVID-19疫苗。根据病情的严重程度为您提供疫苗。您的GP社区医生可以就您是否符合条件提供建议。

该疫苗还将提供给16岁以上的人群，条件如下：

- 血液癌症（如白血病，淋巴瘤或骨髓瘤）
- 糖尿病
- 心脏问题

- 胸部不适或呼吸困难，包括支气管炎，肺气肿或严重哮喘
- 肾脏疾病
- 肝脏疾病
- 由于疾病或治疗（例如HIV感染，类固醇药物，化学疗法或放射疗法）导致的免疫力低下
- 有过器官移植
- 患过中风或短暂性脑缺血发作（TIA）
- 神经或肌肉消瘦状况，包括癫痫和失智症
- 严重或极度的学习障碍
- 唐氏综合症
- 您的脾脏有问题，如镰刀型细胞贫血症或脾脏切除
- 严重超重（BMI为40或以上）
- 严重精神疾病

这些人群中的某些人在临床上可能非常脆弱，该人群小组的一部分可能会更早地被提供疫苗。

在为 16-64 岁 具有长期健康状况的人群提供的同时，该疫苗还将提供给：

- 那些老年人或残疾人的主要照顾者，如果照顾者生病，被照顾者就可能会有危险
- 处于长期护理和家庭护理中的年轻人和工作人员

在这些小组之后，将为50-64岁的人群提供疫苗接种。

当有更多疫苗可用时，我们将为更多群体提供疫苗。

我怀孕了，还可以接种疫苗吗？

COVID-19疫苗尚未在怀孕的人群中进行测试，因此，在获得更多信息之前，怀孕的人不应该按常规使用这种疫苗。

疫苗接种和免疫联合委员会（JCVI）认识到，疫苗接种的潜在好处对某些孕妇尤为重要。这包括具有高风险感染的人群或那些有临床表现他们会由于COVID-19新型冠状病毒肺炎而遭受严重并发症的高风险人群。在这种情况下，您应该与您的医生或护士讨论疫苗接种的情况，您可能会觉得接种疫苗会更好一些。

如果您怀孕了，除非您处于高风险，否则不应该接种疫苗。怀孕结束后可以接种疫苗。如果先接种了第一剂后怀孕，则应将第二剂推迟到怀孕结束后再接种，除非您处于高风险的情况下。

没有建议避免在接种COVID-19疫苗后怀孕。

我正在母乳喂养期，该怎么办？

没有有关COVID-19疫苗对母乳喂养或母乳喂养的婴儿的安全性的数据。

即使这样，COVID-19疫苗仍不被认为对母乳喂养的婴儿具有风险性，并且母乳喂养的益处是众所周知的。因此，JCVI建议在母乳喂养期间可以接种疫苗。如果您正在母乳喂养，您也许会决定等到母乳喂养结束后再进行疫苗的接种。

谁不能接种疫苗？

极少数人不能接种COVID-19疫苗。这包括对疫苗中的任何成分或者对先前接种相同剂量的同一疫苗有严重过敏反应的人。如果您曾经有过严重的过敏反应，请告诉您的医生或护士，因为可能会为您提供替代疫苗。

如果您当前不适并伴有发烧，或最近28天内COVID-19测试呈阳性，则应该预订晚些的预约。

疫苗将会保护我吗？

接种COVID-19疫苗会减少您遭受因患COVID-19引发疾病的机会。研究表明，从单剂疫苗接种的两到三周后，短期保护水平较高，对于长期保护则需要接种第二剂。

疫苗不含活生物体，因此对免疫系统紊乱的人是安全的。这些人对疫苗的反应可能不太好。

像所有药物一样，没有一种疫苗是100%有效的——有些人尽管接种了疫苗仍可能得COVID-19新型冠状病毒肺炎，但应该不会那么严重。

疫苗会产生副作用吗？

像所有的药物一样，疫苗也会引起副作用。其中大多数是温和和短期的，而且并非所有人都会产生副作用。

即使您在接种第一剂之后的确出现症状，您仍然需要接种第二剂。

非常常见的副作用包括:

- 注射疫苗几天后手臂上有疼痛，沉重感和压痛
- 感觉疲劳
- 头痛
- 普通性的疼痛或轻度流感样症状

轻度发烧可能会发生两到三天，但高温却很少见，如高温这可能表明您患有COVID-19或是其他感染。您可以服用正常剂量的扑热息痛 Paracetamol（按照包装上的建议）并注意休息有助于让您感觉好一些。服用不要超过正常剂量。罕见的副作用是出现局部腺体肿胀。

接种疫苗后的症状通常持续不到一周。如果您的症状感觉变得更糟或您对此担心，请上网查看 111.wales.nhs.uk 如果需要，请拨打威尔士医疗服务体系 NHS Wales 电话 111 或您的社区医院 GP surgery. 如果您的所在地不能使用111，请拨打 0845 46 47. 从固定电话和移动电话拨打威尔士 NHS 111 是免费的。拨打 0845 46 47 的费用是 2p 每分钟，另加电话提供商的常规接通费用。



如果您的确需要寻求医生或护士的建议，请确保告诉他们您的疫苗接种情况（向他们出示疫苗接种卡），以便他们可以对您进行正确地评估。

您还可以通过黄卡计划（Yellow Card scheme）向疫苗和药品报告可疑的副作用。

少数情况下，有些人在接种疫苗后出现过敏反应。这可能会影响身体的一部分或全部出现皮疹或瘙痒。更罕见的是，有些人在接种疫苗后很快就会出现严重反应，这会导致呼吸困难并可能导致他们晕倒。这称为过敏反应，可能与其他药物和食物一起发生。这些反应很少见，而且护士受过训练来处理。患有过敏反应的人可以得到成功治疗，通常可以在几个小时内康复。

我能从疫苗中感染COVID-19 新型冠状病毒肺炎吗？

您不会从疫苗中感染COVID-19。但是有可能已经感染了COVID-19，直到您在疫苗预约接种后才意识到自己有症状。

COVID-19新型冠状病毒肺炎的最重要症状是在近期出现以下任何一项：

- 新的连续性的咳嗽
- 发高烧
- 失去或改变了正常的味觉和嗅觉
- 有些人还有喉咙痛，头痛，鼻塞，腹泻，恶心和呕吐的症状

如果您有上述任何症状，请留在家里并安排一次测试

如果您需要更多有关症状的信息，请访问
111.wales.nhs.uk

接下来我该怎么办？

您将收到有关何时何地接种疫苗的信息。预约当天，穿上适当的服装，以方便上臂接受接种。如果您害怕针刺或感到焦虑，请告知给您接种疫苗的人。他们会理解并可以为您提供帮助。

第一次接种后，您需要计划参加第二次接种的预约。

两个剂量的疫苗会对您有最好的长期保护，这一点是很重要的。保存好您的接种卡，确保您参加下一次接种预约以获得第二剂。

如果我在约会当天身体不适，该怎么办？

如果您确感严重不适，并伴有发烧，请拨打电话取消预约并等到您康复后再接种疫苗。如果您正在自我隔离或等待COVID-19新型冠状病毒肺炎的测试或结果，则不应该出席疫苗的预约。



接种疫苗后，我能把 COVID-19 传给他人吗？

疫苗将减少您患重病的机会。我们尚不知道它是否会阻止您感染和传播该病毒。所以，重要的是您要继续遵循COVID-19指南以保护您周围的人。

为了保护自己和家人，朋友和同事，您仍然需要：

- 保持社交距离
- 戴口罩
- 仔细并经常洗手
- 遵循当前的指导：
gov.wales/coronavirus

记住：

COVID-19新型冠状病毒肺炎通过从鼻子或嘴中呼出的飞沫传播，尤其是在说话或咳嗽时。接触被污染的物体和表面后，可以通过触摸您的眼，鼻和口来获得。

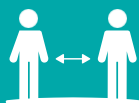
三个规则 保持威尔士安全



勤洗
手



戴
口罩



保持
2m 间距

更多信息

您可以通过下方链接的网站中找到有关COVID-19疫苗的更多信息，包括其内容和可能的副作用

[**https://111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)**](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) 及
[**www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19**](http://www.gov.uk/government/collections/mhra-guidance-on-coronavirus-covid-19)

您可以在线报告可疑的副作用 [**coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk**](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk) 或者通过下载 the Yellow Card app.

要了解NHS如何使用您的信息，请访问
[**111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights**](https://111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights)

需要此传单的更多副本，请访问
[**phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/**](https://phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/)

© Public Health Wales, January 2021
(with acknowledgement to Public Health England)

版本 2

ISBN 978-1-78986-154-203

