



## چند دلیل خوب برای واکسیناسیون در برابر کووید-۱۹

چرا خود را در برابر کووید-۱۹ واکسینه کنیم؟ برای اینکار دلایل خوب بسیاری وجود دارد. واکسیناسیون کووید-۱۹ برای مبارزه با همه گیری کووید-۱۹ بسیار مهم است. واکسیناسیون مکمل اقدامات دیگر مانند رعایت قوانین بهداشت و رفتار است. واکسیناسیون از شما در برابر بیماری ها و به ویژه در برابر روند شدید بیماری محافظت می‌کند. هر چه افراد بیشتری در سوئیس واکسینه شوند، نیاز به اقدامات دیگر کمتر میشود.

### متخصصان سلامت را حمایت کنید

کادر بهداشت و نظام سلامت در مواقعی تحت فشار شدید این بیماری همه گیر هستند. با محافظت از خود از طریق واکسیناسیون، نیازی به درمان روند سخت بیماری کووید-۱۹ ندارید. با انجام این کار، شما به کاهش بار سیستم سلامت کمک می‌کنید و درمان سایر بیماری ها و موارد اضطراری همچنان امکان پذیر می‌شود.

### از مردم اطراف خود محافظت کنید

با واکسیناسیون، خطر ابتلا شما به بیماری و سرایت آن به دیگران بسیار کمتر میشود. حتی اگر واکسیناسیون به طور کامل از انتقال جلوگیری نکند، شما می‌توانید از افراد آسیب پذیر محافظت کنید. برای مثال افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف که واکسیناسیون برای آنها چنان موثر نیست. واکسیناسیون شما همچنین از افرادی که نمی‌توانند به دلایل پزشکی واکسینه شوند و همچنین کودکانی که هنوز امکان واکسینه شدن را ندارند، محافظت می‌کند. هرچه افراد بیشتری واکسینه شوند تعداد افرادی که به بیماری کووید-۱۹ مبتلا شده و افراد دیگر را مبتلا می‌کنند، کمتر میشود.

### تقویت سلامت روان

شیوع ویروس کرونا در این بیماری همه گیر باعث کاهش تماس ما با هموعان خود شده. این می‌تواند سلامتی را مختل کند و بیماری روانی را باعث شود یا تشدید کند. ایمنی از طریق واکسیناسیون کووید-۱۹ می‌تواند به کاهش اضطراب و برقراری مجدد تماس ها با آسودگی خیال، کمک کند. واکسیناسیون همچنین اقدامی است که نشان از همبستگی ما با هموعانمان دارد.

### با اثرات همه گیری مبارزه کنید

اگر افراد کمتری به کووید-۱۹ مبتلا شوند، زندگی عادی روزمره دوباره امکان پذیر است. واکسیناسیون همراه با رعایت قوانین بهداشت و رفتار، موثرترین راه برای مهار بیماری همه گیر و همچنین بازگشت به جریان عادی زندگی شاد و بی‌دغدغه است. هر چه تعداد افراد بیشتری در سوئیس واکسینه شوند، سایر اقدامات زودترکنار گذاشته میشوند. شما با واکسیناسیون سهم مهمی در سلامت خود و دیگران - در سوئیس، در اروپا و در سراسر جهان - دارید.

### از خود در برابر روند سخت بیماری محافظت کنید

بیماری کووید-۱۹ می‌تواند، به ویژه برای افراد مسن و افراد مبتلا به بیماری های مزمن بسیار خطرناک باشد. افراد جوانتر و سالم اغلب در صورت آلوده شدن به ویروس کرونا فقط دارای علائم خفیف یا بدون علائم هستند. اما روند بیماری آنها نیز می‌تواند سخت باشد. با واکسیناسیون می‌توانید از خود در برابر بیماری کووید-۱۹، به ویژه انواع سخت آن، محافظت کنید. مراجعه افراد واکسینه شده به بیمارستان، به دلیل ابتلا به کووید-۱۹، بسیار کمتر از افراد واکسینه نشده است. واکسن های مورد استفاده در سوئیس مطمئن هستند و ایمنی بسیار خوبی در برابر بیماری کووید-۱۹ ایجاد میکنند. برای کسب مجوز توصیه واکسن در سوئیس، مبنایست فواید آن به وضوح بیشتر از خطرات آن باشد. تجربه استفاده از این واکسن ها تا کنون این را به وضوح نشان داده.

### از عوارض کووید-۱۹ جلوگیری کنید

پس از ابتلا به بیماری، ظاهر شدن مشکلات سلامتی دراز مدت (Long Covid) ممکن است - مانند تنگی نفس در طول فعالیت های شدید یا خستگی. این می‌تواند برای افراد جوان تروسال نیز اتفاق افتد. واکسن زدن خطر ابتلا به این بیماری و عوارض دراز مدت احتمالی را کاهش می‌دهد. در مقابل، عوارض جانبی جدی پس از واکسیناسیون با واکسن های کووید-۱۹ مورد استفاده در سوئیس به ندرت رخ می‌دهد. انتظار نمی‌رود که عوارض بعدی ایبی پیش آیند.

### از طریق مطمئن ایمن شوید

به دست آوردن ایمنی از طریق ابتلا به بیماری توصیه نمی‌شود. زیرا احتمال ابتلا به بیماری با روندی سخت و یا با عوارض دراز مدت وجود دارد. واکسیناسیون کووید-۱۹، ایمنی بهتر و طولانی تری را به صورت کنترل شده و بدون خطر ابتلا به ویروس کرونا ایجاد میکند. با توجه به وضعیت فعلی تحقیقات، واکسیناسیون، حداقل دوازده ماه در برابر بیماری محافظت می‌کند. در حال حاضر در بین اکثر مردم نشانی از این که محافظت در برابر روند سخت بیماری پس از این زمان کاهش یابد، وجود ندارد. حتی افرادی که قبلاً تست کرونای آنها مثبت بوده است باید در صورت امکان یک بار در عرض سه ماه پس از ابتلا، واکسینه شوند. به این ترتیب آنها بهتر و نیز برای مدت طولانی تری در برابر ابتلای دوباره به بیماری محافظت می‌شوند.