COVID-19 રસી અને હૃદયની સ્થિતિ

કેનેડામાં લોકોને શું જાણવું જોઈએ

COVID-19 રસી હવે ઉપલબ્ધ છે. ઘણા લોકોની જેમ, તમારી પાસે પણ રસી વિશે પ્રશ્નો હોઈ શકે છે.
આમાં તેની સલામતી, તેને પહેલા કોણે મેળવવી જોઈએ, અને આડઅસરો શામેલ છે.
આ માહિતી અગ્રણી તબીબી જર્નલમાં વૈજ્ઞાનિક પ્રકાશનો પર આધારિત છે.
તબીબી નિષ્ણાતો દ્વારા સમીક્ષા કરાઇ છે કે જેઓ હૃદયના દર્દીઓની સંભાળ રાખે છે.

શું હૃદયની સ્થિતિ અને જોખમનાં પરિબળોવાળા લોકોને COVID-19 રસી લેવી જોઈએ?

હા. હેલ્થ કેનેડા મોટાભાગના લોકોને રસી અપાવવાની સલાહ આપે છે, સિવાય કે તમને કોઈ હેલ્થકેર પ્રોફેશનલ દ્વારા રસી ન લેવાની સૂચના આપવામાં આવે છે [૧,૨,૩].

શું હૃદયની સ્થિતિ અથવા જોખમનાં પરિબળોવાળા લોકો માટે રસી સલામત છે. કેમ કે તેઓનો વિકાસ એક વર્ષ કરતા ઓછા સમયમાં થયો છે?

25 ફેબ્રુઆરી, 2021 ના રોજ, COVID-19 રસી પ્રાપ્ત કરનાર 1.2 મિલિયન લોકોનો અભ્યાસ ધ ન્યૂ ઇંગ્લેંડ જર્નલ મેડિસિનમાં પ્રકાશિત થયો હતો. અભ્યાસ હૃદયની સ્થિતિ અથવા જોખમના પરિબળોવાળા લોકોમાં રસીની સલામતી અને અસરકારકતાની પુષ્ટિ કરે છે. વાસ્તવિક-વિશ્વના અભ્યાસો હૃદયની સ્થિતિ અથવા જોખમનાં પરિબળોવાળા લોકોમાં રસીઓની સલામતી અને અસરકારકતાનું નિરીક્ષણ કરવાનું ચાલુ રાખે છે.

હૃદયની સ્થિતિમાં જીવતા એક વ્યક્તિ તરીકે, તમારે રસીના વિકાસની ગતિ વિશે ચિંતા ન કરવી જોઈએ, રસી બનાવવા માટેની માનક પ્રથાઓ સ્થાને હતી અને સંશોધનકારો અને જાહેર આરોગ્ય નિયમનકારો COVID-19 રસીના પરિણામ પર સતત નજર રાખી રહ્યા છે.

હૃદયની સ્થિતિ ધરાવતા લોકો માટે કોવિડ -19 રસી કેમ મહત્વપૂર્ણ છે?

હૃદયની સ્થિતિ અને હૃદયરોગના જોખમના પરિબળોવાળા લોકોમાં ગંભીર બીમારી અથવા મૃત્યુનું જોખમ COVID-19 [૨,૫] થી વધારે છે. રસી તમારા શરીરને કેવી રીતે વાયરસ સામે લડવું તે શીખવવાનું કામ કરે છે જેનાથી COVID-19 થાય છે. જો તમને કોવિડ -19 થાય છે અને રસી આપવામાં આવે છે, તો તમે ગંભીર માંદગીમાં અથવા મરી જવાની સંભાવના ઓછી છે.

શું મારા જેવા લોકો પર રસી પરીક્ષણ કરાઈ હતી?

હા. અધ્યયનમાં હૃદયની સ્થિતિ અને / અથવા જોખમનાં પરિબળોવાળા લોકો શામેલ છે [૬,૧૨].

શું હૃદયની સમસ્યાવાળા બાળકોને COVID-19 ની રસી લેવી જોઈએ?

મોટાભાગનાં સ્થળોએ બાળકો હજી રસી મેળવી શકતા નથી. આ એટલા માટે છે કારણ કે તે હજી પણ બાળકોમાં પરીક્ષણ કરવામાં આવે છે. પુખ્ત વયના લોકો કરતા બાળકો COVID-19 થી ખૂબ બીમાર થવાની સંભાવના ઓછી હોય છે. આમાં હૃદયની સમસ્યાવાળા બાળકોનો સમાવેશ થાય છે. તમારી સંભાળ ટીમ તમને જણાવશે કે તમારા બાળકને ક્યારે રસી આપી શકાય છે .

COVID-19 રસી અને હૃદયની સ્થિતિ

કેનેડામાં લોકોને શું જાણવું જોઈએ

હૃદયની પરિસ્થિતિઓ ધરાવતા લોકો માટે COVID-19 રસી સલામતી વિશે હેલ્થકેર નિષ્ણાતો શું કહે છે?

15 જાન્યુઆરી, 2021 ના રોજ, અમેરિકન હાર્ટ એસોસિએશને એક નિવેદન બહાર પાડ્યું હતું જેમાં હૃદયની સ્થિતિવાળા લોકોને COVID-19 રસી જલ્દીથી મળે તે માટે વિનંતી કરી હતી:

"ખાસ કરીને, રક્તવાહિનીના જોખમનાં પરિબળો, હૃદયરોગ, અને હાર્ટ એટેક અને સ્ટ્રોકથી બચી ગયેલા લોકોને વહેલી તકે રસી અપાવવી જોઈએ કારણ કે તેઓને રસી કરતાં વાયરસથી વધુ જોખમ રહેલું છે."

12 ફેબ્રુઆરી, 2021 ના રોજ, અમેરિકન કોલેજ ઓફ કાર્ડિયોલોજી (એસીસી) એ અમેરિકન કોલેજ ઓફ કાર્ડિયોલોજી [૨] ના જર્નલમાં એક અભ્યાસ પ્રકાશિત કર્યો. એસીસીના અધ્યયનમાં, કોવિડ -૧૯ થી હૃદયની (દા.ત. હૃદયની સ્થિતિ અથવા જોખમના પરિબળોવાળા લોકો) ગંભીર બીમારી અથવા મૃત્યુ માટેના વધુ જોખમવાળા લોકો માટે ઓછા જોખમવાળી વસ્તી કરતા રસીની ઉપ્લબ્ધતાને અગ્રતા આપવી. જો તમને ખાતરી ન હોય તો, હેલ્થકેર પ્રદાતા સાથે તમારી COVID-19 અને રસીકરણના જોખમોની ચર્ચા કરો.

શું હૃદયની પરિસ્થિતિઓવાળા લોકો COVID-19 થી બીમાર છે?

સ્વસ્થ હૃદયવાળા લોકોની તુલનામાં, હૃદયની સ્થિતિ ધરાવતા લોકોની COVID-19 થી માંદગીમાં વધુ આવવાની અથવા મૃત્યુ થવાની સંભાવના વધારે હોય છે. જર્નલ ઓફ અમેરિકન કોલેજ ઓફ કાર્ડિયોલોજી [૨] માં પ્રકાશિત થયેલા અભ્યાસ મુજબ, હૃદયની સમસ્યાઓ ધરાવતા લોકોમાંથી કેટલાકને વધુ જોખમ હોય છે.
આમાં શામેલ છે:

- ·હૃદયની શક્તિ અથવા હૃદયની નિષ્ફળતા સાથે સમસ્યાઓ
- ·હૃદય ટ્રાન્સપ્લાન્ટ
- ·જટિલ પુખ્ત જન્મજાત હૃદય રોગ
- ·ધમનીઓ અને કંઠમાળ સાથેનું અવરોધ
- ·ફેફસાના રુધિરવાહિનીઓમાં ઉચ્ચ દબાણ (પલ્મોનરી હાયપરટેન્શન)
- ·હૃદય લય સાથે સમસ્યા
- ·જે લોકો છેલ્લાં છ મહિનામાં હૃદયની સમસ્યા માટે હોસ્પિટલમાં દાખલ થયા છે

શું ત્યાં અન્ય સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ છે જે COVID-19 ને વધુ ખતરનાક બનાવી શકે છે?

એવા લોકો કે જેમની પાસે આરોગ્યની સમસ્યાઓ છે જે હૃદયની સમસ્યાઓ તરફ દોરી શકે છે, તેઓ કોવિડ -૧૯ ને કારણે ખૂબ બીમાર થવાની સંભાવના પણ વધારે હોય છે, જેમ કે:

- ·ડાયાબિટીસ
- ·હાઈ બ્લડ પ્રેશર (હાયપરટેન્શન)
- ·વધારે વજન અથવા મેદસ્વી થવું
- ·હૃદય રોગ માટે એક અથવા વધુ જોખમકારક પરિબળો
-

આથી જ પોતાને COVID-19ની બીમારીથી બચાવવા માટે રસી મેળવવી મહત્વપૂર્ણ છે.

COVID-19 રસી અને હ્રદયની સ્થિતિ

COVID-19 રસી અને હ્રદયની સ્થિતિ

લોહી પાતળુ થનારા લોકો રસી મેળવી શકે છે?

હા. તમને જે સ્થળે તમારો શોટ મળ્યો છે ત્યાં તમને વધુ ઉઝરડો લાગી શકે છે. ઇંજેક્શન સાઇટ પર તમને થોડો વધુ રક્તસ્રાવ પણ થઈ શકે છે. જો તમારું લોહીનુ સ્તર વધારે પાતળું હોય તો આ સંભવિત છે.

શું રસી મને બીમાર અનુભવાય છે?

તમને કેટલીક આડઅસર થઈ શકે છે પરંતુ દરેક ડોઝ મેળવ્યા પછી તે 2 દિવસથી ઓછા સમય સુધી રહે છે. આડઅસરોનો અર્થ એ છે કે તમારું શરીર COVID-19 માં પ્રતિરક્ષા બનાવી રહ્યું છે. સામાન્ય આડઅસરો એ COVID-19 કરતા ઘણી ઓછી ગંભીર માનવામાં આવે છે. આમાં શામેલ છે:

- ·ઈન્જેક્શન સાઇટ પર પીડા
- ·સ્નાયુ અને સાંધાનો દુખાવો
- ·માથાનો દુખાવો
- ·ઠંડી
- ·તાવ
- ·થાક

રોગ નિયંત્રણ અને નિવારણ કેન્દ્રો અનુસાર, બીજી માત્રા પછી આડઅસરો વધુ સામાન્ય છે. ભાગ્યે જ, વ્યક્તિઓ એલર્જીક પ્રતિક્રિયા અનુભવી શકે છે. નાની સંખ્યામાં લોકોને ગંભીર આડઅસર હોય છે જે દૈનિક પ્રવૃત્તિઓમાં વિક્ષેપ લાવી શકે છે.

શું આડઅસર હાર્ટ દર્દીઓ માટે ખરાબ છે?

હ્રદયની સ્થિતિ અથવા જોખમના પરિબળોવાળા લોકોની હ્રદયની સ્થિતિ ન હોય તેવા લોકો કરતાં વધુ ખરાબ અથવા વધુ આડઅસર થાય છે તેવું સૂચવવા માટે હાલમાં કોઈ પુરાવા નથી.

શું રસી વિશે ચિંતા મને બીમારીનો અનુભવ કરશે?

કદાચ. તે સમજવું મહત્વપૂર્ણ છે કે રસી પોતે જ નહીં, રસીકરણ વિશે ચિંતા માથાનો દુખાવો, સ્નાયુઓમાં દુખાવો અને ઠંડી જેવી સમાન આડઅસર પેદા કરી શકે છે. આરામ કરવાની ટીપ્સમાં તમારું રસી લેતી વખતે તમારું મનપસંદ સંગીત સાંભળવું, માસ્ક સાથે ચાલવા જવાનું, ધ્યાન કરવું અથવા કુટુંબના સભ્ય અથવા મિત્રને તમારી સાથે લેવાનો સમાવેશ થાય છે.

એકવાર મને રસી આપવામાં આવે છે, શું મારે હજી માસ્ક પહેરવું અને શારીરિક અંતર રાખવુ પડશે?

હા. યોગ્ય રક્ષણાત્મક ઉપકરણોની સાવચેતીઓ (દા.ત. માસ્ક) અને શારીરિક અંતર, જેમ કે જાહેર આરોગ્ય દ્વારા ભલામણ કરવામાં આવે છે, તે તમારા રસીકરણ પછી પણ મહત્વપૂર્ણ છે. આ એટલા માટે છે કારણ કે જો તમને COVID-19 મળે છે, તો તમે તેને સંવેદનશીલ અને અનવેક્સીનેટેડ લોકોમાં ફેલાવવામાં સક્ષમ છો.

મારે કઇ રસી લેવી જોઈએ?

આદર્શ રસીની પસંદગી વય અને જોખમનાં પરિબળોના આધારે જાહેર આરોગ્ય દ્વારા નક્કી કરવામાં આવશે, હાલમાં, હેલ્થ કેનેડા સલાહ આપે છે કે 55 વર્ષ કે તેથી વધુ ઉંમરના લોકો એસ્ટ્રાઝેનેકા રસીને ટાળે છે જ્યાં સુધી નાના પુખ્ત વયના લોકોમા લોહીના ગંઠાઇ જવાના દુર્લભ જોખમ વિશે વધુ જાણી શકાય નહીં [૧૩].

COVID-19 રસી અને હૃદયની સ્થિતિ

COVID-19 રસી અને હૃદયની સ્થિતિ

હું હજી પણ રસી મેળવવાની ચિંતા કરું છું. હું શું કરી શકું છુ?

તમે સલામતી, રસીકરણ રોલઆઉટ યોજના, વિજ્ઞાન અને કેનેડિયન COVID-19 ડેટા વિશે ચર્ચા કરતી નીચેની ખૂબ માનનીય વેબસાઇટ્સ પર પણ COVID-19 અને રસી વિશે વધુ શીખી શકો છો::

- કેનેડિયન મેડિકલ એસોસિએશન: COVID-19 પરના પ્રશ્નો અને જવાબો (Canadian Medical Association: Questions and Answers on COVID-19).
- કેનેડા સરકાર: COVID-19 (Government of Canada: Vaccines for COVID-19).
- અમેરિકન કોલેજ ઓફ કાર્ડિયોલોજી COVID-19 હબની રસીઓ (American College of Cardiology: COVID-19 Hub).
- કેનેડિયન કાર્ડિયોલોજી સોસાયટી: COVID-19 સ્ત્રોતો. (Canadian Cardiovascular Society: COVID-19 resources).
- કેનેડિયન આરોગ્ય માહિતી સંસ્થા: COVID-19 ડેટા અને માહિતી. (Canadian Institute of Health Information: COVID-19 Data and Information.

જો તમને હજી પણ વધુ માહિતીની જરૂર હોય તો, પરિવારના સભ્યો સાથે ચર્ચા કરો અથવા તમારા હેલ્થકેર પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો. જો કે, આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાઓ અત્યંત વ્યસ્ત છે અને તમારી સમસ્યાઓનું તાત્કાલિક ધ્યાન આપવામાં સક્ષમ નહીં હોય.

હું રસી લેવા માંગુ છું. હું તેને કેવી રીતે મેળવી શકું?

COVID-19 રસી સમયરેખા અને પ્રાધાન્યતા જૂથો પ્રદેશ, પ્રાંત અને પ્રદેશો દ્વારા અલગ અલગ હોય છે. તમારા પ્રદેશની રસીની યોગ્યતા અને સમયરેખા વિશેની માહિતી શોધવા માટે કેનેડા સરકારની વેબસાઇટ તપાસો. (Government of Canada website).

મારી રસીકરણ નિમણૂક પહેલાં મારે શું કરવું જોઈએ?

હાર્ટલાઇફ ફાઉન્ડેશન વેબસાઇટના સ્રોત પૃષ્ઠ પર હાર્ટ કન્ડિશનવાળા લોકો માટે અમારી ટોપ 10 રસીકરણ ટિપ્સ તપાસો. (heartlife.ca/covid)

ચાઇનીઝ કેનેડિયન હાર્ટ એન્ડ બ્રેઇન એસોસિએશન *(cchaba.ca)* ની ભાગીદારીમાં અને હૃદયરોગના નિષ્ણાતોના સહયોગથી હાર્ટલાઇફ ફાઉન્ડેશન *(heartlife.ca)* દ્વારા આ માહિતી તમારા માટે લાવવામાં આવી છે. આ સંસાધનને કેનેડિયન કાર્ડિયોલોજી સોસાયટી *(ccs.ca)* દ્વારા સમર્થન આપવામાં આવ્યું છે, કેનેડિયન પુખ્ત જન્મજાત હાર્ટ નેટવર્ક *(cachnet.org)* અને કેનેડિયન હાર્ટ નિષ્ફળતા એસોસિએશન *(heartfailure.ca).*
અનુવાદ મદદ માટે આભાર: *Jigar, Yashesh* અને *Khushali* ભારતથી.

સંદર્ભ:

1. Awerbach, et al. COVID-19 Vaccination in Adults with Congenital Heart Disease. American College of Cardiology. 24 February 2021. URL.
2. Driggin E, et al. ACC Health Policy Statement on Cardiovascular Disease Considerations for COVID-19 Vaccine Prioritization. 17 February 2021. URL.
3. Ministry of Health. COVID-19 Vaccination Recommendations for Special Populations. 12 February 2021. URL.
4. Dagan B, et al. BNT162b2 mRNA Covid-19 Vaccine in a Nationwide Mass Vaccination Setting. 24 February 2021. URL.
5. Botly L, et al. COVID-19 Pandemic: Global Impact and Potential Implications for Cardiovascular Disease in Canada. 6 June 2020. URL.
6. Polack F, et al. Safety and Efficacy of the BNT162b2 mRNA Covid-19 Vaccine. 31 December 2020. URL.
7. FDA Briefing Document. Pfizer-BioNTech COVID-19 Vaccine. 10 December 2020. ULR
8. Product Monograph for Health Canada. Pfizer-BioNTech COVID-19 Vaccine. 03 March 2021. ULR
9. FDA Briefing Document. Janssen Ad26.COV2.S Vaccine for the Prevention of COVID-19. 26 February 2021. URL.
10. Product Monograph for Health Canada. Janssen COVID-19 Vaccine. 05 March 2021. URL.
11. FDA Briefing Document. Moderna COVID-19 Vaccine. 17 December 2020. URL.
12. Product Monograph for Health Canada. Modern COVID-19 Vaccine. 22 February 2021. URL.
13. Product Monograph for Health Canada. AstraZeneca COVID-19 Vaccine. 24 March 2021. URL.

HeartLife FOUNDATION

Chinese Canadian Heart & Brain Association

Canadian Cardiovascular Society

CHFS SCIC Canadian Heart Failure Society Société canadienne d'insuffisance cardiaque

"દર્દીઓ માટે દર્દીઓ દ્વારા બનાવેલ શંસાધન"