

為心臟病患者提供的 《十大新冠肺炎 (COVID-19) 接種提示》 加拿大人必須知道的健康信息

- 1** 向您的家人、心臟病專家或家庭醫生尋求建議。瞭解您是否適合接種COVID-19疫苗。通過值得信賴的醫療建議，您可以減少對疫苗的焦慮並保護您的健康。
- 2** 如果您仍然擔心接種疫苗，諮詢您的醫生關於如何降低您的焦慮程度。
- 3** 在接種疫苗之前，試著放鬆自己。對疫苗接種的焦慮，而不在於係疫苗本身，會導致副作用，例如頭痛、肌肉疼痛和發冷。
- 4** 在預約接種疫苗之前，您需要做好準備。疫苗接種人員可能會詢問您的心臟疾病和藥物。
- 5** 如果您正在服用庫馬丁 (Coumadin) 或華法林 (Warfarin) 等藥物，請確保您的抗凝水平(INR)穩定且處於正常水平。如果您的抗凝水平不穩定或過高，您應該在接種疫苗前與醫生討論。
- 6** 如果您服用抗凝藥，則注射部位周圍會有更大的瘀塊或出血。這是正常。比其他人，您可能需要多些時間按您注射部位去止血。在您離開疫苗接種診所之前，出血應該停止。
- 7** 根據美國疾病控制和預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention) 的報告，在第二劑疫苗之後，副作用更為常見。與您的僱主和家人安排休假或承擔家庭責任，以便您可以在每次劑量前後獲得足夠的休息。
- 8** 明智地安排您的疫苗接種預約。例如，在星期五接種疫苗，以便您可以週末休息，然後再返回工作崗位。如果你有複雜的心臟疾病，並且只能在工作日聯繫您的醫生或心臟病專家，請在工作日安排您的疫苗接種預約，以防您因副作用而需要醫療護理。
- 9** 遵守公共衛生規則，接種疫苗之後在疫苗接種管理現場等待至少15分鐘。將允許您獲得幫助，如果您遇到任何即時副作用。透過這樣做，如果您遇到任何直接的副作用，您可以迅速得到醫療援助。
- 10** 並非所有有關COVID-19疫苗的信息都是可靠和準確。如果您在COVID-19疫苗接種之前或之後遇到令您擔心嘅信息，詢問您的家人、醫生或從可靠的網站閱讀有關疫苗的最新信息。例如，加拿大醫學協會網站 (Canadian Medical Association) 以及《COVID-19疫苗+心臟疾病》信息中可靠網站列表去了解更多有關COVID-19疫苗的知識。將有助於您做出明智的選擇及保護你的健康。

該資源是由心臟生命基金會 (heartlife.ca) 和加拿大華人心資腦明協會 (cchaba.ca) 以及心臟病專家合作提供。該資源是加拿大心血管學會 (ccs.ca) 認可的資源。