

	Romanian
COVID-19 vaccination	Vaccinare împotriva COVID-19
Protection for health and social care workers	Protecție pentru cadrele din domeniul medical și al asistenței sociale
The COVID-19 vaccine is now available to help protect all frontline health and social care workers, including HSC Trust employees, care home staff and domiciliary and primary care staff	Vaccinul COVID-19 este acum disponibil pentru a ajuta la protejarea tuturor cadrelor din domeniul medical și al asistenței sociale
COVID-19 immunisation Protect yourself	Imunizarea COVID-19 Protejați-vă
Contents	Cuprins
Why it's important to get your COVID-19 vaccination	De ce este important să vi se administreze vaccinul COVID-19?
Will the vaccine protect me?	Mă va proteja vaccinul?
Will the vaccine protect those I care for?	Vaccinul va proteja persoanele de care am grijă?
Will the vaccine have side effects?	Vaccinul va avea efecte secundare?
Who cannot have the vaccine?	Cui nu i se poate administra vaccinul?
What if I'm pregnant?	Ce ar fi dacă sunt însărcinată?
Can I go back to work after having my vaccine?	Pot să mă întorc la serviciu după vaccinare?
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	Pot să sufăr de COVID-19 după vaccinare?
What do I do next?	Care este următorul pas?
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	Ce ar trebui să fac dacă nu mă simt bine când am următoarea programare?
After I have had the vaccine will I still need to follow all the infection prevention and control advice?	După ce sunt vaccinat(ă), va trebui să continui să respect toate sfaturile de prevenire și control al infectării?
I have had my flu vaccine, do I need the COVID-19 vaccine as well?	Eu mi-am făcut vaccinul anti-gripal, am nevoie și de vaccinul COVID-19?
Getting your COVID-19 vaccination as soon as you can should protect you, and may help to protect your family and those you care for	Administrarea cât mai curând a vaccinului COVID-19 ar trebui să vă protejeze și poate ajuta să vă protejeze familia și persoanele pe care le îngrijiți.
The COVID-19 vaccine should help reduce the rates of serious illness and save lives, and will therefore reduce pressure on health and social care services.	Vaccinul COVID-19 ar trebui să ajute să reducă rata îmbolnăvirilor și să salveze vieți și așadar va reduce presiunea asupra serviciilor de asistență medicală și socială.
Why it's important to get your COVID-19 vaccination	De ce este important să vi se administreze vaccinul COVID-19?
If you're a frontline health and social	Dacă sunteți cadru în domeniul medical

care worker, you are more likely to be exposed to COVID-19 at work. Health and social care workers (particularly in care homes) are at much higher risk of repeated exposure to the infection.	sau de asistență socială, este foarte posibil să fiți mult mai expus(ă) la COVID-19 la serviciu. Cadrele din domeniul medical sau de de asistență socială (mai ales cele din azilele de îngrijire) au un risc sporit de expunere repetată la infecție.
Catching COVID-19 can be serious and may lead to long-term complications. These are more common in older staff or those with underlying clinical risk factors.	Contractarea COVID-19 poate fi severă și poate conduce la complicații pe termen lung. Acestea apar mai des la personalul mai în vârstă sau cei cu comorbidități clinice.
You can have COVID-19 without any symptoms and pass it on to family, friends and patients/ residents, many of whom may be at increased risk from coronavirus.	Puteți suferi de COVID-19 fără niciun simptom și puteți transmite familiei, prietenilor și pacienților/rezidenților, mulți dintre aceștia fiind supuși unui risc sporit din cauza coronavirusului.
Being healthy doesn't reduce your risk of catching COVID-19 or passing it on.	Faptul că sunteți o persoană sănătoasă nu reduce riscul de a contracta COVID-19 și de a-l transmite mai departe.
With high rates of COVID-19, it's important to help stop the spread of coronavirus, to avoid pressure on the health service and to keep the health and social care workforce safe.	Considerând rata de infectare crescută cu COVID-19, este important să ajutăm la oprirea transmiterii coronavirusului pentru a evita presiunea asupra serviciului de sănătate și pentru a menține siguranța cadrelor din domeniul medical și de asistență socială.
For more information on the COVID-19 vaccine and how to book, visit <a href="http://www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine">www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine</a>	Pentru mai multe informații cu privire la vaccinul COVID-19 și cum să faceți o programare, vizitați <a href="http://www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine">www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine</a>
Will the vaccine protect me?	Mă va proteja vaccinul?
The COVID-19 vaccination will reduce the chance of you suffering from COVID-19 disease. Like all medicines, no vaccine is completely effective and it takes a few weeks for your body to build up protection from the vaccine. Some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but this should lessen the severity of any infection.	Vaccinarea COVID-19 vă reduce șansele de a suferi din cauza afecțiunii COVID-19. Asemenea tuturor medicamentelor, niciun vaccin nu este complet eficient și durează câteva săptămâni până când corpul dvs. va fi protejat de vaccin. Unele persoane pot încă contracta COVID-19 în ciuda vaccinării dar ar trebui ca severitatea infecției să fie mult redusă.
<a href="#">The vaccine has been shown to be effective and no safety concerns were seen in studies of more than 20,000 people.</a>	S-a demonstrat că vaccinul este eficient și nu există îngrijorări cu privire la siguranța acestuia în cadrul studiilor derulate asupra a mai mult de 20.000 de persoane.

Will the vaccine protect those I care for?	Vaccinul va proteja persoanele de care am grijă?
The evidence on whether COVID-19 vaccination reduces the chance of you passing on the virus is less clear. Most vaccines reduce the overall risk of infection, but some vaccinated people may get a mild infection or an infection with no symptoms and therefore be able to pass the virus on. It is highly likely that any infection in a vaccinated person will be less severe and that they will be infectious for a shorter period of time. We therefore expect that vaccinated health and social care staff will be less likely to pass infection to their friends and family and to the vulnerable people that they care for.	Dovezile cu privire la reducerea șansei de a transmite virusul în urma vaccinării COVID-19 sunt mai puțin clare. Marea majoritate a vaccinurilor reduc riscul general al infecției dar unele persoane vaccinate este posibil să sufere din cauza unei infecții ușoare sau o infecție fără niciun simptom și așadar să poată transmite virusul mai departe. Este foarte posibil ca orice infecție a vreunei persoane vaccinate să fie mai puțin severă și ca aceste persoane să poată infecta alte persoane pentru o perioadă mai scurtă de timp. Așadar noi ne așteptăm ca personalul vaccinat să transmită mai puțin infecția prietenilor și familiei și persoanelor vulnerabile de care au grijă.
Will the vaccine have side effects?	Vaccinul va avea efecte secundare?
Like all medicines, vaccines can cause side effects. Most of these are mild and short term, and not everyone gets them. Even if you do have symptoms after the first dose, you still need to have the second dose. Although you may get some protection from the first dose, having the second dose will give you the best protection against the virus.	Asemenea tuturor medicamentelor, vaccinurile pot cauza efecte secundare. Marea majoritate a acestora sunt ușoare și de scurtă durată și nu toate persoanele suferă din cauza lor. Chiar dacă prezentați simptome după prima doză, totuși trebuie să vi se administreze și a doua doză. Deși este posibil să fiți oarecum protejat(ă) după prima doză, a doua doză vă va oferi cea mai bună protecție împotriva virusului.
Very common side effects include:	Efectele secundare foarte obișnuite includ:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection. This tends to be worst around 1-2 days after the vaccine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• o senzație de durere, apăsare pe brațul unde vi s-a făcut injecția. Aceasta se poate simți cel mai rău la o zi – două după vaccin</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• feeling tired</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• oboseală</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• headache</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• durere de cap</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• general aches, or mild flu like symptoms</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dureri generale sau simptome asemănătoare gripei</li> </ul>
Although feeling feverish is not uncommon for two to three days, a high	Deși o stare febrilă nu este neobișnuită în primele două sau trei zile, de obicei

temperature is unusual and may indicate you have COVID-19 or another infection (see advice on page 6).	nu apare o temperatură ridicată și aceasta poate indica că suferiți de COVID-19 sau altă infecție (a se vedea sfaturile de la pagina 6).
You can take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) and rest to help you feel better. Do not exceed the normal dose.	Puteți lua o doză obișnuită de paracetamol (urmați sfaturile de pe ambalaj) și odihniți-vă pentru a vă ajuta să vă simțiți mai bine. Nu depășiți doza obișnuită.
These symptoms normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, call NHS 111. If you do seek advice from a doctor or nurse, make sure you tell them about your vaccination (show them the vaccination card) so that they can assess you properly.	Aceste simptome de obicei durează mai puțin de o săptămână. Dacă simptomele dvs. nu se îmbunătățesc sau dacă sunteți îngrijorat(ă), sunați la Serviciul național de sănătate (NHS) la nr. 111. Dacă aveți nevoie de sfaturi de la un doctor sau un asistent medical, asigurați-vă că le spuneți despre vaccinare (arătați-le carnetul de vaccinare) pentru a vă putea consulta corespunzător.
You can report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. You can do this online by searching Coronavirus Yellow Card or by downloading the Yellow Card app.	Puteți raporta orice efecte secundare suspectate ale vaccinilor și medicamentelor prin intermediul Yellow Card Scheme (Schema cartonașului galben). Puteți face acest lucru prin căutarea pe internet sau prin descărcarea aplicației Yellow Card.
Who cannot have the vaccine?	Cui nu i se poate administra vaccinul?
The vaccines do not contain living organisms, and so are safe for people with disorders of the immune system. These people may not respond so well to the vaccine. There are very few individuals who cannot receive the COVID-19 vaccine, including those who have had a previous systemic allergic reaction to a previous dose of the same COVID-19 vaccine or to any component of the COVID-19 vaccine.	Vaccinele nu conțin organisme vii și așadar sunt sigure pentru persoanele cu afecțiuni ale sistemului imunitar. Este posibil ca aceste persoane să nu răspundă la fel de bine la aceste vaccinuri. Există câteva persoane care nu pot primi vaccinul COVID-19 inclusiv cele care au prezentat o reacție alergică sistemică la o doză anterioară a aceluiași tip de vaccin COVID-19 sau la oricare dintre componentele vaccinului COVID-19.
If in doubt, speak to the relevant specialist or the local immunisation or health protection team.	Dacă aveți nelămuriri, vorbiți cu specialistul relevant sau echipa locală de imunizare sau protecție a sănătății.
What if I'm pregnant?	Ce ar fi dacă sunt însărcinată?
Like all new medicines, the vaccines have not yet been tested in pregnant	Asemenea tuturor medicamentelor, vaccinurile nu au fost încă testate pe

<p>women. So, we advise that most low risk women should wait until their baby is born before they are vaccinated. Please speak to your employer about other ways to reduce your risk of COVID-19.</p>	<p>femei însărcinate. Deci, noi sfătuim ca marea majoritate a femeilor în situație de risc redus ar trebui să aștepte până după nașterea bebelușului înainte de a fi vaccinate. Vă rugăm să discutați cu angajatorul dvs. cu privire la alte modalități de a vă reduce riscul de COVID-19.</p>
<p>Most women who catch COVID-19 during pregnancy do not suffer a more serious outcome than non-pregnant women and will go on to deliver a healthy baby. As more safety data on the vaccine becomes available this advice may change. If you are pregnant, but believe you are at high risk, you may wish to discuss having the vaccine now with your doctor or nurse.</p>	<p>Marea majoritate a femeilor care contractează COVID-19 în timpul sarcinii nu suferă mai rău decât femeile care nu sunt însărcinate și vor naște un bebeluș sănătos. Pe măsură ce mai multe date statistice devin disponibile, este posibil ca aceste sfaturi să se modifice. Dacă sunteți însărcinată dar considerați că sunteți într-o situație de risc sporit, poate doriți să discutați acum administrarea vaccinului cu doctorul sau asistenta dvs.</p>
<p>If you find out that you are pregnant after you have had the vaccine, don't worry. The vaccines do not contain organisms that multiply in the body, so they cannot cause COVID-19 infection in you or your unborn baby. As for other vaccines, there will be a national monitoring system to follow up women who are vaccinated in pregnancy. We hope this will provide early reassurance for women as time goes on.</p>	<p>Dacă descoperiți că sunteți însărcinată după ce vi s-a administrat vaccinul, nu vă îngrijați. Vaccinurile nu conțin organisme care se multiplică în corp deci nu pot cauza o infectare cu COVID-19 a dvs. sau a bebelușului nenăscut. Precum în cazul altor vaccinuri, există un sistem național de monitorizare a femeilor care sunt vaccinate în timpul sarcinii. Noi sperăm că acesta va reasigura femeile în timp.</p>
<p>Women of childbearing age, those who are pregnant, planning a pregnancy or breastfeeding, please read the detailed information at <a href="http://www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine">www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine</a></p>	<p>Femeile de vârstă fertilă, cele însărcinate, cele care plănuiesc o sarcină sau alăptează, vă rugăm să citiți informațiile detaliate de pe pagina de internet <a href="http://www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine">www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine</a></p>
<p>Can I go back to work after having my vaccine?</p>	<p>Pot să mă întorc la serviciu după vaccinare?</p>
<p>Yes, you should be able to work as long as you feel well. If your arm is particularly sore, you may find heavy lifting difficult. If you feel unwell or very tired you should rest and avoid operating machinery or driving.</p>	<p>Da, ar trebui să puteți lucra atâta timp cât vă simțiți bine. Este posibil să vă fie dificil să ridicați lucruri grele dacă vă doare brațul. Dacă nu vă simțiți bine sau vă simțiți foarte obosit(ă), ar trebui să vă odihniți și să evitați să folosiți mașinării sau să conduceți.</p>
<p>Can I catch COVID-19 from the</p>	<p>Pot să sufăr de COVID-19 după</p>

vaccine?	vaccinare?
<p>You cannot catch COVID-19 from the vaccine but it is possible to have caught COVID-19 and not realise you have the symptoms until after your vaccination appointment.</p> <p>If you have any of the symptoms of COVID-19, stay at home and arrange to have a test.</p>	<p>Nu puteți contracta COVID-19 din vaccin dar este posibil să fi contractat COVID-19 și să nu vă fi dat seama că aveți simptome decât după ce ați avut programarea pentru vaccinare.</p> <p>Dacă aveți vreun simptom COVID-19, stați acasă sau aranjați să vi se facă un test.</p>
<p>If you need more information on symptoms visit <a href="http://www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice">www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice</a> Please continue to have the regular COVID-19 tests that your employer arranges.</p>	<p>Dacă aveți nevoie de mai multe informații despre simptome, vizitați <a href="http://www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice">www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice</a>. Vă rugăm să continuați să faceți testele regulate de COVID-19 pe care angajatorul dvs. le oferă.</p>
What do I do next?	Care este următorul pas?
<p>Plan to attend your second appointment. You should have a record card with your next appointment written on it, for a date between 3 and 12 weeks after the first.</p>	<p>Plănuțiți să vă prezentați la a doua programare. Ar trebui să aveți data următoarei programări notată un cartonaș, pentru cândva între 3 și 12 săptămâni de la data primei programări.</p>
<p>Keep your card safe and make sure you keep your next appointment to get your second dose.</p>	<p>Păstrați cartonașul în siguranță și asigurați-vă că vă prezentați la următoarea programare pentru a doua doză.</p>
<p>It is important to have both doses of the same vaccine to give you the best protection.</p>	<p>Este important să vi se administreze ambele doze ale aceluiași vaccin pentru a vă oferi cea mai bună protecție.</p>
<p>What should I do if I am not well when it is my next appointment?</p>	<p>Ce ar trebui să fac dacă nu mă simt bine când am următoarea programare?</p>
<p>If you are unwell, it is better to wait until recovered to have your vaccine, but you should try to have it as soon as possible. You should not attend a vaccine appointment if you are self-isolating, waiting for a COVID-19 test or unsure if you are fit and well.</p>	<p>Dacă nu vă simțiți bine, este mai bine să așteptați până vă reveniți pentru a vi se administra vaccinul dar ar trebui să încercați să vi se administreze cât de curând posibil. Să nu vă prezentați la programarea de vaccinare dacă vă auto-izolați, dacă așteptați să vi se facă un test COVID-19 sau nu sunteți sigur(ă) dacă sunteți bine sănătos(sănătoasă).</p>

After I have had the vaccine, will I still need to follow all the infection prevention and control advice?	După ce sunt vaccinat(ă), va trebui să continui să respect toate sfaturile de prevenire și control a infectării?
While two doses of the vaccine will reduce your chance of becoming seriously ill, no vaccine is completely effective and it will take a few weeks for your body to build up protection.	În timp ce două doze de vaccin vor reduce șansele de a vă îmbolnăvi grav, niciun vaccin nu este complet eficient și va dura câteva săptămâni până când organismul dvs. va fi protejat.
So, you will still need to follow the guidance in your workplace, including wearing the correct personal protection equipment and taking part in any screening programmes.	Deci, va trebui să continuați să urmați îndrumările de la locul de muncă, inclusiv să purtați echipamentul corect de protecție personală și să participați la programele de depistare.
To continue to protect yourself, your patients/residents, your family, friends and colleagues, you should follow the general advice at work, at home and when you are out and about:	Pentru a continua să vă protejați pe dvs., pacienții / rezidenții, familia, prietenii și colegii, va trebui să urmați sfaturile la locul de muncă, acasă și atunci când sunteți pe afară:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• practise social distancing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• practicați socio-distanțarea</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• wear a face covering</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• purtați o mască facială</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• wash your hands carefully and frequently</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spălați-vă pe mâini cu atenție și frecvent</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• follow the current guidance <a href="http://www.nidirect.gov.uk/coronavirus">www.nidirect.gov.uk/coronavirus</a></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• urmați îndrumările curente <a href="http://www.nidirect.gov.uk/coronavirus">www.nidirect.gov.uk/coronavirus</a></li> </ul>
Please read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, by searching Coronavirus Yellow Card. You can also report suspected side effects on the same website or by downloading the Yellow Card app. <a href="http://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk">coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk</a>	Vă rugăm să citiți prospectul de informare al produsului pentru mai multe detalii despre vaccin, inclusiv posibilele efecte secundare, prin căutarea Coronavirus Yellow Card (Cartonașul galben privind Coronavirus). Puteți de asemenea raporta efectele secundare suspectate pe aceeași pagină de internet sau prin descărcarea aplicației Yellow Card. <a href="http://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk">coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk</a>
Remember	Rețineți
COVID-19 is spread through droplets breathed out from the nose or mouth, particularly when speaking or coughing. It can also be picked up by touching your eyes, nose and mouth after contact with contaminated objects and surfaces.	COVID-19 se răspândește prin stropi expirați pe nas sau gură, mai ales atunci când se vorbește sau se tușește. Se poate de asemenea contracta prin atingerea ochilor, nasului sau gurii după contactul cu obiecte sau suprafețe contaminate.

I have had my flu vaccine, do I need the COVID-19 vaccine as well?	Eu mi-am făcut vaccinul anti-gripal, am nevoie și de vaccinul COVID-19?
The flu vaccine does not protect you from COVID-19. As you are eligible for both vaccines you should have them both, but normally separated by at least a week.	Vaccinul anti-gripal nu vă protejează de COVID-19. Întrucât sunteți eligibil(ă) pentru ambele vaccinuri, ar trebui să vi se administreze ambele dar de obicei la un interval de cel puțin o săptămână.
<b>Vaccination, helping</b> to protect those most vulnerable.	Vaccinarea ajută la protejarea celor mai vulnerabile persoane
If you need more information on the COVID-19 vaccination please visit: <a href="http://www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine">www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine</a>	Dacă aveți nevoie de mai multe informații despre vaccinarea împotriva COVID-19, vă rugăm să vizitați: <a href="http://www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine">www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine</a>