

	Lithuanian
COVID-19 vaccination	Skiepai nuo COVID-19
What to expect	Ko galima tikėtis
Information for people who have had their first COVID-19 vaccination	Informacija žmonėms, kuriems gavo pirmąją vakcinos nuo COVID-19 dozę
COVID-19 immunisation Protect yourself	Imunizacija nuo COVID-19 Apsaugokite save
Contents	Turinys
What are the side effects?	Kokie yra šalutiniai poveikiai?
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	Ar galiu susirgti COVID-19 nuo vakcinos?
Can I go back to normal activities after having my vaccine?	Ar galiu grįžti prie įprastos veiklos po vakcinos?
What do I do next?	Ką daryti toliau?
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	Ką turėčiau daryti, jei prastai jaučiuosi. Kada bus kitas vizitas?
Will the vaccine protect me?	Ar vakcina mane apsaugos?
Can I give COVID-19 to anyone, now I have had the vaccine?	Ar galiu užkrėsti kitą žmogų, jei dabar gavau vakciną?
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. coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk	Daugiau informacijos apie vakciną, įskaitant galimus šalutinius poveikius, rasite produkto informaciniame lapelyje; ieškokite koronaviruso geltonosios kortelės. Apie įtariamus šalutinius poveikius taip pat galite pranešti tame pačiame tinklapyje arba atsisiuntę geltonosios kortelės programą. coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
People who are most at risk from the complications of COVID-19 are being offered the COVID-19 vaccination first.	Pirmiausia vakcina nuo COVID-19 siūloma tiems žmonėms, kuriems yra didžiausia rizika susirgti COVID-19 komplikacijomis.
The vaccine you are being offered is among the first to be approved as safe and effective by the Medicines and Healthcare products Regulatory Agency (MHRA). You have just received your first dose and now should plan to attend your next appointment. This leaflet is a guide to what to do now.	Jums siūloma viena iš pirmųjų vakcinų, kurią Vaistų ir sveikatos priežiūros produktų reguliavimo agentūra (angl. MHRA) patvirtino kaip saugią ir veiksmingą. Jūs ką tik gavote pirmąją vakcinos dozę ir dabar turėtumėte planuoti atvykti į kitą paskirtą vizitą. Šiame lankstinuke pateikiama informacija, ką turite daryti dabar.

In Northern Ireland, the types of COVID-19 vaccine to be used require two doses to provide the best protection. They have been shown to be safe and effective in clinical trials.	Šiaurės Airijoje naudojamos COVID-19 vakcinos rūšys reikalauja dviejų dozių, kad būtų suteikta geriausia apsauga. Klinikinių tyrimų metu buvo įrodyta, kad jos yra saugios ir veiksmingos.
An independent group of experts has recommended that these vaccines are offered to those at highest risk of catching the infection and suffering serious complications if they do catch the infection.	Nepriklausoma ekspertų grupė rekomendavo šias vakcinas siūlyti tiems žmonėms, kuriems yra didžiausia rizika užsikrėsti infekcija ir patirti sunkių komplikacijų, jei jie užkrėstų virusu.
This includes older adults in care homes and frontline health and social care workers. When more vaccine becomes available, the vaccines will be offered to other people at risk as soon as possible.	Tai apima vyresnio amžiaus suaugusius žmones slaugos namuose, sveikatos priežiūros ir socialinės rūpybos darbuotojus. Kai turėsime daugiau vakcinų, ji bus kuo greičiau pasiūlyta kitų rizikos grupių žmonėms.
What are the side effects?	Kokie yra šalutiniai poveikiai?
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.	Kaip ir visi kiti vaistai, vakcinos gali sukelti šalutinių poveikių. Dauguma jų yra lengvi ir trumpalaikiai, ir jie gali pasireikšti tik kai kuriems žmonėms. Net jei po pirmosios dozės pasireiškia simptomai, jums vis tiek reikalinga antroji dozė. Nors jau pirmoji dozė suteikia nedidelę apsaugą, antroji dozė dar geriau apsaugos nuo viruso.
Very common side effects include:	Dažniausi šalutiniai poveikiai:
• 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	• skausmas, sunkumas ir jautrumas toje rankos vietoje, kurioje buvo atlikta injekcija. Tai dažniausiai pablogėja praėjus 1–2 dienoms po skiepo
• feeling tired	• nuovargis
• headache	• galvos skausmas
• general aches, or mild flu like symptoms	• bendras skausmas ar simptomai, panašūs į lengvą gripą
Although feeling feverish is not uncommon for two to three days, a high temperature is unusual and may indicate you have COVID-19 or another infection (see advice on page 5). An uncommon side effect is swelling of the glands. You can rest and take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) to help make you feel better.	Nors dvi ar tris dienas normalu turėti šiek tiek pakilusią temperatūrą, tačiau aukšta temperatūra yra nebūdinga ir gali reikšti, kad sergate COVID-19 ar kita infekcija (žr. patarimą 5 psl.). Retai pasitaikantis šalutinis poveikis yra liaukų patinimas. Galite ilsėtis ir išgerti įprastą paracetamolio dozę (laikykites pakuotėje pateiktų rekomendacijų), kad pasijustumėte geriau.
These symptoms normally last less than	Šie simptomai paprastai trunka mažiau

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 record card) so that they can assess you properly. You can also report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme.	nei savaitę. Jei manote, kad simptomai blogėja arba esate susirūpinę, skambinkite Nacionalinei sveikatos tarnybai (angl. NHS) telefonu 111. Jei patarimo kreipiatės į gydytoją ar slaugytoją, būtinai pasakykite jam apie skiepą (parodykite skiepų kortelę), kad jis galėtų tinkamai įvertinti. Apie įtariamus vakcinų ir vaistų šalutinius poveikius taip pat galite pranešti per geltonosios kortelės (angl. <i>Yellow Card</i>) programą.
You can do this online by searching Coronavirus Yellow Card or by downloading the Yellow Card app.	Tai galite padaryti internete susiradę koronaviruso geltonąją kortelę arba atsisiųsdami „Geltonosios kortelės“ programą.
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	Ar galiu susirgti COVID-19 nuo vakcinos?
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.	Jūs negalite susirgti COVID-19 nuo vakcinos, tačiau galite sirgti COVID-19 ir nesuprasti, kad turite simptomų tol, kol nebūsime paskiepyti.
The most important symptoms of COVID-19 are recent onset of any of the following:	Pagrindiniai COVID-19 simptomai yra neseniai atsiradę:
• a new continuous cough	• naujas nuolatinis kosulys
• a high temperature	• aukšta temperatūra
• a loss of, or change in, your normal sense of taste or smell.	• įprasto skonio ar kvapo praradimas ar pasikeitimas
Although a mild fever can occur within a day or two of vaccination, if you have any other COVID symptoms or your fever lasts longer, stay at home and arrange to have a test.	Nors lengvas karščiavimas gali pasireikšti per vieną ar dvi dienas po skiepo, tačiau jei pasireiškia kiti COVID simptomai arba karščiavimas trunka ilgiau, likite namuose ir susitarkite dėl tyrimo.
If you need more information on symptoms visit www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice	Jei reikia daugiau informacijos apie simptomus, apsilankykite www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice
Can I go back to normal activities after having my vaccine?	Ar galiu grįžti prie įprastos veiklos po vakcinos?
Yes, you should be able to resume activities that are normal for you as long as you feel well. If your arm is particularly sore, you may find heavy	Taip, galite grįžti prie įprastos veiklos, jei gerai jaučiatės. Jei labai skauda ranką, jums gali būti sunku kelti sunkius daiktus. Jei prastai jaučiatės arba esate

lifting difficult. If you feel unwell or very tired you should rest and avoid operating machinery or driving.	labai pavargę, turėtumėte ilsėtis, nevaldyti mechanizmų ir nevairuoti.
What do I do next?	Ką daryti toliau?
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. It is important to have both doses of the same vaccine to give you the best protection.	Planuokite atvykimą į antrą paskirtą vizitą. Jūs turėtumėte turėti įrašų kortelę, kurioje bus nurodytas kitas vizitas praėjus 3–12 savaitėms po pirmojo vizito. Svarbu gauti abi tos pačios vakcinos dozes, kad būtų suteikta geriausia apsauga.
Keep your card safe and make sure you keep your next appointment to get your second dose.	Saugiai laikykite kortelę ir būtinai atvykite į kitą paskirtą vizitą, kad gautumėte antrąją dozę.
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	Ką turėčiau daryti, jei prastai jaučiuosi. Kada bus kitas vizitas?
If you are unwell, it is better to wait until you have 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.	Jei prastai jaučiatės, geriau palaukite, kol pasveiksite, kad gautumėte vakciną, tačiau turėtumėte pabandyti ją gauti kuo greičiau. Neikite skiepytis, jei esate saviizoliacijoje, laukiate COVID-19 tyrimo arba abejojate, ar esate sveikas ir gerai jaučiatės.
Will the vaccine protect me?	Ar vakcina mane apsaugos?
The COVID-19 vaccine that you have had has been shown to reduce the chance of you suffering from COVID-19 disease. Each vaccine has been tested in more than 20,000 people in several different countries and shown to be safe.	Įrodyta, kad vakcina nuo COVID-19, kuria pasiskiepijote, sumažina tikimybę susirgti COVID-19 liga. Kiekviena vakcina buvo iširta su daugiau nei 20 000 žmonių keliose šalyse ir duomenys rodo, kad ji yra saugi.
It may take a week or two for your body to build up protection from the first dose of vaccine. Like all medicines, no vaccine is completely effective, so you should continue to take recommended precautions to avoid infection. Some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but this should be less severe.	Gali praeiti viena ar dvi savaitės, kol jūsų organizmas sukurs apsaugą nuo pirmosios vakcinos dozės. Kaip ir visi vaistai, nė viena vakcina nėra visiškai veiksminga, todėl turėtumėte ir toliau laikytis rekomenduojamų atsargumo priemonių, kad išvengtumėte infekcijos. Nepaisant gautos vakcinos, kai kurie žmonės vis tiek gali susirgti COVID-19, tačiau susirgimas bus lengvesnės formos.

Can I give COVID-19 to anyone, now I have had the vaccine?	Ar galiu užkrėsti kitą žmogų, jei dabar gavau vakciną?
The vaccine cannot give you COVID-19 infection, and a full course will reduce your chance of becoming seriously ill. We do not yet know whether it will stop you from catching and passing on the virus, but we do expect it to reduce this risk. So, it is still important to follow the guidance in your local area to protect those around you.	Nuo vakcinės negalite užsikrėsti COVID-19, o visas skiepų kursas sumažins tikimybę, kad sunkiai susirgsite. Mes dar nežinome, ar vakcina neleis užkrėsti ir perduoti viruso kitam žmogui, tačiau tikimės, kad ji sumažins riziką. Taigi, svarbu toliau laikytis vietos rekomendacijų, kad apsaugotumėte aplinkinius.
To protect yourself and your family, friends and colleagues, you still need to	Norėdami apsaugoti save, savo šeimą, draugus ir kolegas, jūs toliau turite:
• practise social distancing	• laikytis saugaus atstumo
• wear a face covering	• dėvėti apsauginę veido kaukę
• wash your hands carefully and frequently	• kruopščiai ir dažnai plauti rankas
• follow the current guidance at www.nidirect.gov.uk/coronavirus	• laikytis dabartinių rekomendacijų www.nidirect.gov.uk/coronavirus
Remember	Prisiminkite
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 plinta lašais, iškvėptais per nosį ar burną, ypač kalbant arba kosėjant. Juo taip pat galima užsikrėsti palietus akis, nosį ir burną po kontakto su užterštais daiktais ir paviršiais.
Vaccination, helping to protect those most vulnerable.	Vakcina padeda apsaugoti labiausiai pažeidžiamus žmones.
If you need more information on the COVID-19 vaccination please visit: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Jei reikia daugiau informacijos apie vakciną nuo COVID-19, apsilankykite: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine