|  |  |
| --- | --- |
| Translation | English |
| Covid-19 vakcīna | COVID-19 vaccine |
| **Ceļvedis par Covid-19 rudens balstvakcīnu** | **A guide to the COVID-19 autumn booster** |
| Šoruden koronavīrusa (Covid-19) balstvakcīna tiks piedāvāta personām no 50 gadiem, veco ļaužu pansionātu iemītniekiem, bērniem no piecu gadu vecuma, ja viņi ir klīniskā riska grupā, kā arī veselības un sociālās aprūpes iestāžu darbiniekiem, kuriem ir tieša saskare ar pakalpojumu saņēmējiem. | People aged 50 years and older, residents in care homes for older people, those aged 5 years and over in a clinical risk group and frontline health and social care staff will be offered a booster of coronavirus (COVID-19) vaccine this autumn. |
| **Kam tiek piedāvāta rudens balstvakcīna?**Covid-19 nopietnākus riskus rada gados vecākām personām un personām, kurām ir noteiktas veselības problēmas. Paredzams, ka šoziem saskarsimies ar daudz elpceļu infekciju paveidiem, tostarp Covid-19 un gripu. Tādējādi var ievērojami palielināties slimnīcu un citu veselības aprūpes iestāžu noslodze. Tādēļ rudenī Covid-19 balstvakcīna tiek piedāvāta personām no 50 gadiem, veco ļaužu pansionātu iemītniekiem, bērniem no piecu gadu vecuma, ja viņi ir klīniskā riska grupā. Balstvakcīna tiks piedāvāta arī tiem veselības un sociālās aprūpes iestāžu darbiniekiem, kuriem ir tieša saskare ar pakalpojumu saņēmējiem un kuri aprūpē mazāk aizsargātas personas, kā arī ģimenēm, kurās ir persona ar novājinātu imūnsistēmu. | **Who is being offered an autumn booster?** COVID-19 is more serious in older people and in people with certain underlying health conditions. This winter it is expected that many respiratory infections, including COVID-19 and flu may be circulating at high levels – this may put increasing pressure on hospitals and other health care services. For these reasons, people aged 50 years and over, those in care homes, and those aged 5 years and over in clinical risk groups are being offered an autumn booster of COVID-19 vaccine. A booster will also be offered to front-line health and social care staff, those who care for vulnerable individuals and families of individuals with weakened immune systems. |
| Rudens balstvakcīna tiek piedāvāta personām, kurām ir augsts risks gūt ar Covid-19 infekciju saistītas komplikācijas un kuras vairākus mēnešus nav saņēmušas papildu aizsardzību. Ziemā ar Covid-19 inficēto personu skaits visdrīzāk palielināsies, tādēļ šai balstvakcīnai vajadzētu samazināt risku, ka Covid-19 dēļ jums būs nepieciešama ārstēšana slimnīcā. | The autumn booster is being offered to those at high risk of the complications of COVID-19 infection, who may have not been boosted for a few months. As the number of COVID-19 infections is likely to increase over the winter, this booster should help to reduce your risk of being admitted to hospital with COVID-19. |
| Šī balstvakcīna var nodrošināt arī zināmu aizsardzību pret vieglāku infekcijas paveidu – *Omicron*, tomēr šī aizsardzība nebūs ilgstoša. | The booster may also provide some protection against milder Omicron infection but such protection does not last for long. |
| **Kad jāsaņem rudens balstvakcīna?** Vakcīna būs pieejama no septembra līdz decembrim. Vispirms vakcīnu saņems personas, kuras ir pakļautas vislielākajam riskam. Rudens balstvakcīnu jums vajadzētu saņemt vismaz trīs mēnešus pēc pēdējās vakcīnas devas saņemšanas. Ja jums pienākas gripas vakcīna, abas vakcīnas varat saņemt vienlaicīgi. Ja tas nav iespējams, tik un tā saņemiet piedāvāto vakcīnu, jo otru varēsiet saņemt arī vēlāk. | **Timing of the autumn booster** Vaccination will be available between September and December, and those at highest risk will be vaccinated first. You should have your autumn booster at least 3 months after your last dose of vaccine.  If you are eligible for a flu vaccine, you may be able to have them at the same time – if not please go ahead anyway, you can catch up with the other vaccine later. |
| **Kāds vakcīnas veids tiks piedāvāts?**  Jūs saņemsiet *Pfizer* vai *Moderna* balstvakcīnas devu. Jums var tikt piedāvāta atjaunināta šo balstvakcīnu kombinācija, kas var būt šāda:   * puse no sākotnēji saņemtās vakcīnas devas un * puse no *Omicron* paredzētās vakcīnas devas.   Gan sākotnēji saņemtās, gan kombinētās vakcīnas ievērojami uzlabo aizsardzību, tomēr kombinētās vakcīnas nodrošina nedaudz augstāku antivielu līmeni aizsardzībai pret dažiem *Omicron* vīrusa celmiem. | **Which vaccine will you be offered?**  You will be given a booster dose of a vaccine made by Pfizer or Moderna. You may be offered an updated combination version of these booster vaccines – the combination vaccines include:   * a half-dose of the original vaccine combined with: * a half-dose of a vaccine against the Omicron variant.   Both the original and the combination vaccines boost protection very well, although the combination vaccines produce slightly higher levels of antibody against some strains of Omicron. |
| Nav iespējams paredzēt, kuri vīrusa Covid-19 varianti būs jāārstē šoziem, tomēr *Joint Committee on Vaccination and Immunisation* (*JCVI*, Vakcinācijas un imunizācijas apvienotā komiteja) nolēma, ka pieaugušo vakcinēšanai var izmantot abu veidu vakcīnas, un nevienam nevajadzētu atlikt vakcinēšanos, lai saņemtu kombinētās vakcīnas. Tāpēc jums tiks piedāvāta piemērota vakcīna pareizajā laikā. | As we cannot predict which variants of the virus of COVID-19 will be circulating this winter, the Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI) have concluded that both types of vaccine can be used in adults, and that no one should delay vaccination to receive combination vaccines. So you will be offered the right vaccine for you at the right time. |
| **Lūdzu, piekrītiet piedāvātajai vakcinācijai, tiklīdz tas ir iespējams, jo ir svarīgi saņemt balstvakcīnu, lai iegūtu aizsardzību pret nopietnu saslimšanu vēl pirms ziemas sākuma.** | **Please accept the vaccination that is offered to you as soon as you are able to – it is important to have your booster and build up your protection against severe illness before the winter.** |
| **Kuras personas nedrīkst saņem piedāvāto rudens balstvakcīnu?** Ir ļoti maz personu, kurām šī balstvakcīna nav ieteicama. Ja jums ir bijusi smaga reakcija uz kādu iepriekšējo vakcīnas devu, pārrunājiet to ar savu ārstu. | **Who cannot take up the offer of an autumn booster** There are very few people who should not have this booster. If you have had a severe reaction to a previous dose of the vaccine you should discuss this with your doctor. |
| **Kādas var būt blaknes?** **Visbiežāk sastopamās blaknes**: visām Covid-19 vakcīnām ir tām raksturīgās blaknes. Gan iepriekšējām devām, gan šoruden izmantotajām kombinētajām vakcīnām tās ir šādas:   * sāpes, smaguma sajūta vai jutīgums rokā, kurā tika veikta injekcija, – šīs blaknes ir visizteiktākās vienu vai divas dienas pēc vakcinācijas; * nogurums; * galvassāpes; * vispārējas sāpes vai viegli gripai līdzīgi simptomi.   Lai uzlabotu pašsajūtu, atpūtieties un lietojiet paracetamolu (ievērojiet zāļu instrukcijā sniegtos ieteikumus par devu). Kaut arī drudzis var sākties vienu vai divas dienas pēc vakcinācijas, ja jums ir jebkādi citi Covid-19 simptomi vai drudzis ir ilgāks, palieciet mājās. Var būt nepieciešams veikt testu. Simptomi pēc vakcinācijas parasti ilgst mazāk nekā nedēļu. Ja šķiet, ka simptomi pasliktinās, vai rodas jebkādas bažas, sazinieties ar savu ģimenes ārstu (*General Practitioner, GP*) vai zvaniet uz tālruņa numuru pakalpojumu sniegšanai ārpus darbalaika (*Out of Hours service*). Varat arī ziņot par iespējamajām vakcīnu un zāļu blaknēm, izmantojot shēmu *Yellow Card*. | **Side effects** **Common side effects**: As with your previous doses, the common side effects are the same for all COVID-19 vaccines, including the combination vaccines being used this autumn, and include:   * having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection – this tends to be worst around 1 to 2 days after the vaccine * feeling tired * headache * general aches or mild flu-like symptoms   You can rest and take paracetamol (follow the dose advice in the packaging) to help you feel better.  Although a fever can occur within a day or two of vaccination, if you have any other COVID-19 symptoms or your fever lasts longer, stay at home and you may need to have a test. Symptoms following vaccination normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, contact your GP or Out of Hours service. You can also report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. |
| **Nopietnas blaknes**: pēc *Pfizer* un *Moderna* Covid-19 vakcīnas saņemšanas ļoti reti ziņots par sirds iekaisuma gadījumiem (miokardītu vai perikardītu). Šie gadījumi novēroti galvenokārt gados jaunākiem vīriešiem un dažu dienu laikā pēc vakcinācijas. Lielākajai daļai pašsajūta uzlabojās pēc atpūtas un ierasto zāļu lietošanas. Jums ir steidzami jāvēršas pie sava ārsta vai neatliekamās medicīniskās palīdzības nodaļā, ja pēc vakcinācijas jums ir šādi simptomi:   * sāpes krūtīs; * elpas trūkums; * sajūta, ka sirds pukst ļoti strauji, neregulāri vai stipri.   Ja jums ir bijušas nopietnas blaknes pēc kādas no iepriekšējām devām, varētu būt ieteicams nesaņemt turpmākas vakcīnas, vai arī saņemt tās vēlāk. Jums tas jāpārrunā ar savu ārstu vai medicīnas speciālistu. Informācija par shēmu *Yellow Card* un ziņošanu par blaknēm ir sniegta šīs brošūras beigās. | **Serious side effects**: Cases of inflammation of the heart (called myocarditis or pericarditis) have been reported very rarely after both the Pfizer and Moderna COVID-19 vaccines. These cases have been seen mostly in younger men and within several days of vaccination. Most of the people affected have felt better and recovered quickly following rest and simple treatments. You should seek medical advice urgently from your doctor or Emergency Department if, after vaccination, you experience:   * chest pain * shortness of breath * feelings of having a fast-beating, fluttering or pounding heart   If you had serious side effects after any previous dose you may be advised to avoid or delay further vaccination. You should discuss this with your doctor or specialist. Please see the information on the Yellow Card scheme at the end of the leaflet to see how to report side effects. |
| **Vai ar Covid-19 var inficēties arī pēc vakcīnas saņemšanas?**Covid-19 balstvakcīna mazinās risku, ka šoziem varat nopietni saslimt ar Covid-19. Papildu aizsargspēju organisms var iegūt dažu dienu laikā pēc balstvakcīnas saņemšanas. Tāpat kā jebkuras citas zāles, neviena vakcīna nevar sniegt pilnīgu aizsardzību, tāpēc ar Covid-19 var saslimt arī vakcinētas personas, tomēr infekcijai nevajadzētu būt nopietnai. | **Can you still catch COVID-19 after having the vaccine?** The COVID-19 booster will reduce the chance of you becoming severely unwell from COVID-19 this winter. It may take a few days for your body to build up some extra protection from the booster. Like all medicines, no vaccine is completely effective – some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but any infection should be less severe. |
| **Ja nav saņemtas visas vakcīnas devas**Ja vēl nav saņemta kāda no pirmajām divām vakcīnas devām (vai trešā deva, ja jums ir novājināta imūnsistēma), jums vajadzētu to saņemt pēc iespējas ātrāk. Ja jums pienākas rudens balstvakcīna, taču šķiet, ka nesaņēmāt iepriekšējo balstvakcīnu, saņemiet tagad piedāvāto balstvakcīnu – vēl viena deva nebūs jāsaņem. | **If you have not had all your vaccinations** If you have not yet had either of your first 2 doses of the vaccine (or a third dose for those with a weakened immune system) you should have them as soon as possible. If you are eligible for the autumn booster but think you have missed a previous booster you should still go ahead – you will not need another dose. |
| **Kad var saņemt rudens balstvakcīnu, ja Covid-19 testa rezultāts ir pozitīvs?** Ja jums ir slikta pašsajūta, vispirms atveseļojieties. Pēc tam varat saņemt vakcīnu. Ja Covid-19 testa rezultāts ir pozitīvs, rudens balstvakcīnu vajadzētu saņemt pēc četrām nedēļām. Lūdzu, nenāciet saņemt vakcīnu, ja ievērojat pašizolāciju vai vēl gaidāt Covid-19 testa rezultātu. | **If you have a COVID-19 positive result, when can you have your autumn booster?** If you are unwell, wait until you have recovered to have your vaccine. If you have had confirmed COVID-19 you should ideally wait 4 weeks before having your autumn booster. You should not attend for vaccination if you are self-isolating or waiting for a COVID-19 test. |
| **Papildinformācija** PHA (Public Health Agency, Sabiedrības veselības aģentūra) vietnē www.pha.site/covid19infomaterials ir pieejamas šādas brošūras ar informāciju par Covid-19:   * Ko gaidīt pēc vakcinācijas pret Covid-19? * Vakcinācija pret COVID-19. Programmas ceļvedis * Jūs esat stāvoklī? Vakcinējieties pret COVID-19 * Covid-19 vakcinācija – ceļvedis personām ar novājinātu imūnsistēmu   Plašāku informāciju par savu vakcīnu, tostarp iespējamajām blaknēm, lasiet Pfizer un Moderna informatīvajās brošūrās, kas paredzētas vakcīnas saņēmējiem Apvienotajā Karalistē.  Ļoti nelielam skaitam personu ārsts var ieteikt kādu citu vakcīnu.  Informācija par rudens balstvakcīnas saņemšanu ir sniegta vietnē nidirect.gov.uk/covid-vaccine  Ja jums rodas aizdomas par blaknēm, ziņojiet par tām Yellow Card tīmekļa vietnē vai zvaniet uz tālruņa numuru 0800 731 6789 (no plkst. 9.00 līdz 17.00, no pirmdienas līdz piektdienai). To varat izdarīt arī Yellow Card lietotnē, ko varat lejupielādēt no vietnes www.mhra.gov.uk/yellowcard  Informācija tās publicēšanas brīdī ir pareiza. Šīs brošūras jaunākā versija, tostarp brošūra citos formātos, ir pieejama PHA tīmekļa vietnē www.publichealth.hscni.net | **Further information** You can read the following COVID-19 information leaflets on the PHA website www.pha.site/covid19infomaterials   * COVID-19 What to expect after vaccination * COVID-19 A guide to the programme * Pregnant? Have your COVID-19 vaccinations * COVID-19 vaccinations – a guide for people with a weakened immune system   Read the product information leaflets for UK recipients of the Pfizer and Moderna vaccines for more details on your vaccine, including possible side effects.  For a very small number of people another vaccine product may be advised by your doctor.  For more information on how to get your autumn booster, visit nidirect.gov.uk/covid-vaccine  You can report suspected side effects on the Yellow Card website or by calling 0800 731 6789 (9am to 5pm Monday to Friday) or by downloading the Yellow Card app: www.mhra.gov.uk/yellowcard  Information correct at time of publication. For the latest version of this leaflet and alternative formats visit the PHA website www.publichealth.hscni.net |
| Publicēja Public Health Agency 2022. gada septembrī.  © Crown copyright 2022. Šī brošūra satur Apvienotās Karalistes Veselības aizsardzības aģentūras (Health Security Agency) sākotnēji sniegto informāciju, un tā tiek izmantota saskaņā ar valsts atklāto licenci Open Government Licence v 3.0. | Published September 2022 by the Public Health Agency.  © Crown copyright 2022. This publication is adapted from information originally developed by the UK Health Security Agency and is used under the Open Government Licence v 3.0 |