|  |  |
| --- | --- |
| Polish Translation | English |
| Szczepionka COVID-19 | COVID-19 vaccine |
| **Przewodnik po jesiennym boosterze COVID-19** | **A guide to the COVID-19 autumn booster** |
| Osoby w wieku 50 lat i starsze, mieszkańcy domów opieki dla osób starszych, osoby w wieku 5 lat i starsze w grupie ryzyka klinicznego oraz personel pierwszego kontaktu z opieką zdrowotną i socjalną otrzymają tej jesieni dawkę przypominającą przeciwko koronawirusowi (COVID-19). | 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. |
| **Komu proponuje się jesienny booster?** COVID-19 jest poważniejszy u osób starszych i osób z pewnymi podstawowymi schorzeniami. Oczekuje się, że w okresie tej zimy wiele infekcji dróg oddechowych, w tym COVID-19 i grypa, może krążyć na wysokim poziomie – może to wywierać rosnącą presję na szpitale i inne służby zdrowia. Z tych powodów osobom w wieku 50 lat i starszym, osobom przebywającym w domach opieki oraz osobom w wieku 5 lat i starszym w grupach ryzyka klinicznego oferuje się jesienną dawkę przypominającą szczepionki przeciw COVID-19. Booster zostanie również zaoferowany pracownikom pierwszej linii opieki zdrowotnej i społecznej, tym, którzy opiekują się słabszymi osobami i rodzinami osób z osłabionym układem odpornościowym. | **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. |
| Jesienna dawka przypominająca jest oferowana osobom o wysokim ryzyku powikłań zakażenia COVID-19, które mogło nie otrzymać żadnego wzmocnienia przez kilka miesięcy. Ponieważ liczba zakażeń COVID-19 prawdopodobnie wzrośnie w okresie zimowym, ta dawka przypominająca powinna pomóc zmniejszyć ryzyko przyjęcia do szpitala osób z COVID-19. | 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. |
| Booster może również zapewnić pewną ochronę przed łagodniejszą infekcją Omicronem, ale taka ochrona nie trwa długo | The booster may also provide some protection against milder Omicron infection but such protection does not last for long. |
| **Czas jesiennego boostera**  Szczepienia będą dostępne od września do grudnia, a osoby o najwyższym ryzyku zostaną zaszczepione jako pierwsze. Jesienną dawkę przypominającą należy przyjąć co najmniej 3 miesiące po ostatniej dawce szczepionki.  Jeśli kwalifikujesz się do szczepionki przeciw grypie, być może będziesz w stanie otrzymać ją w tym samym czasie – jeśli nie, prosimy zrobić to pomimo wszystko, drugą szczepionkę możesz otrzymać później. | **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. |
| **Jaka szczepionka zostanie Ci zaoferowana?**  Otrzymasz dawkę przypominającą szczepionki firmy Pfizer lub Moderna. Możesz otrzymać ofertę zaktualizowanej wersji kombinacji tych szczepionek przypominających – szczepionki mieszane obejmują:   * połowę dawki oryginalnej szczepionki w połączeniu z: * połową dawki szczepionki przeciwko szczepowi Omikron.   Zarówno oryginalne, jak i kombinowane szczepionki bardzo dobrze wzmacniają ochronę, chociaż szczepionki kombinowane wykazują nieco wyższy poziom przeciwciał przeciwko niektórym szczepom Omikron. | **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. |
| Ponieważ nie możemy przewidzieć, jakie warianty wirusa COVID-19 będą krążyć tej zimy, Komisja „Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI)” stwierdziła, że oba rodzaje szczepionek mogą być stosowane u dorosłych i że nikt nie powinien opóźniać szczepienia, aby otrzymać szczepionkę mieszaną. Dlatego otrzymasz odpowiednią dla siebie szczepionkę we właściwym czasie. | 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. |
| **Prosimy o zaakceptowanie oferowanych Ci szczepień, gdy tylko będziesz w stanie – ważne jest, aby przed zimą otrzymać dawkę przypominającą i wzmocnić swoją ochronę przed ciężką chorobą.** | **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.** |
| **Kto nie może skorzystać z oferty jesiennego boostera** Jest bardzo niewiele osób, które nie powinny otrzymać szczepionki przypominającej. Jeśli wystąpiła poważna reakcja na wcześniejszą dawkę szczepionki, należy to omówić z lekarzem. | **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. |
| **Skutki uboczne** **Częste skutki uboczne:** Podobnie jak w przypadku poprzednich dawek, typowe skutki uboczne są takie same dla wszystkich szczepionek COVID-19, w tym szczepionek mieszanych stosowanych tej jesieni i obejmują:   * odczuwanie bólu, ciężkości i tkliwości w ramieniu, w którym dokonano wstrzyknięcia – zwykle jest to najgorsze około 1 do 2 dni po szczepieniu * uczucie zmęczenia * ból głowy * ogólne bóle lub łagodne objawy grypopodobne   Możesz odpocząć i zażyć paracetamol (zgodnie z zaleceniami dotyczącymi dawkowania na opakowaniu), aby poczuć się lepiej.  Chociaż gorączka może wystąpić w ciągu jednego lub dwóch dni po szczepieniu, jeśli masz jakiekolwiek inne objawy COVID-19 lub gorączka utrzymuje się dłużej, pozostań w domu, może też być konieczne wykonanie testu. Objawy po szczepieniu zwykle trwają krócej niż tydzień. Jeśli objawy wydają się nasilać lub jeśli jesteś zaniepokojony, skontaktuj się ze swoim lekarzem rodzinnym lub przychodnią poza godzinami pracy (Out of Hours). Możesz również zgłosić podejrzenie skutków ubocznych szczepionek i leków za pośrednictwem programu Żółtej Karty. | **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. |
| **Poważne skutki uboczne:** Przypadki zapalenia serca (nazywanego zapaleniem mięśnia sercowego lub zapaleniem osierdzia) były zgłaszane bardzo rzadko po szczepionkach Pfizer i Moderna COVID-19. Przypadki te obserwowano głównie u młodszych mężczyzn, w ciągu kilku dni po szczepieniu. Większość osób dotkniętych chorobą poczuła się lepiej i szybko wróciła do zdrowia po odpoczynku i prostych zabiegach. Należy pilnie zasięgnąć porady lekarza lub oddziału ratunkowego, jeśli po szczepieniu wystąpią:   * ból w klatce piersiowej * duszność * uczucie szybkiego bicia, trzepotania lub łomotania serca   Jeśli po podaniu jakiejkolwiek poprzedniej dawki wystąpiły poważne działania niepożądane, można zalecić unikanie lub opóźnienie dalszego szczepienia. Powinieneś omówić to z lekarzem lub specjalistą. Proszę zapoznać się z informacją o programie Żółtej Kartki (Yellow Card) na końcu ulotki, aby dowiedzieć się, jak zgłaszać skutki uboczne. | **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. |
| **Czy po zaszczepieniu nadal możesz zarazić się COVID-19?** Booster COVID-19 zmniejszy tej zimy prawdopodobieństwo poważnej choroby wywołanej przez COVID-19. Może to potrwać kilka dni, aby organizm zbudował dodatkową ochronę po szczepionce przypominającej. Jak wszystkie leki, żadna szczepionka nie jest całkowicie skuteczna – niektórzy ludzie mogą nadal zarazić się COVID-19 pomimo szczepienia, ale każda infekcja powinna być mniej poważna. | **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. |
| **Jeśli nie miałeś wszystkich szczepień** Jeśli nie otrzymałeś jeszcze jednej z pierwszych 2 dawek szczepionki (lub trzeciej dawki dla osób z osłabionym układem odpornościowym), powinieneś otrzymać je jak najszybciej. Jeśli kwalifikujesz się do jesiennej dawki przypominającej, ale uważasz, że nie otrzymałeś poprzedniej dawki przypominającej, nadal powinieneś otrzymać szczepionkę – nie będziesz potrzebować kolejnej dawki. | **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. |
| **Jeśli masz pozytywny wynik COVID-19, kiedy możesz otrzymać jesienny booster?** Jeśli źle się czujesz, poczekaj, aż wyzdrowiejesz, aby otrzymać szczepionkę. Jeśli potwierdziłeś, że masz COVID-19, najlepiej poczekaj 4 tygodnie przed otrzymaniem jesiennego boostera. Nie powinieneś zgłaszać się na szczepienie, jeśli się izolujesz lub jeśli czekasz na test na COVID-19. | **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. |
| **Dalsze informacje** Poniższe ulotki informacyjne COVID-19 można przeczytać na stronie internetowej PHA www.pha.site/covid19infomaterials   * COVID-19 Czego można się spodziewać po szczepieniu * COVID-19 Przewodnik po programie * W ciąży? Zaszczep się na COVID-19 * Szczepienia COVID-19 – poradnik dla osób z osłabionym układem odpornościowym   Przeczytaj ulotki informacyjne dla brytyjskich odbiorców szczepionek Pfizer i Moderna, aby uzyskać więcej informacji na temat szczepionki, w tym możliwych skutków ubocznych.  W przypadku bardzo małej liczby osób lekarz może zalecić inną szczepionkę.  Więcej informacji na temat sposobu uzyskania jesiennego boostera mocy można znaleźć na stronie nidirect.gov.uk/covid-vaccine  Podejrzewane działania niepożądane można zgłaszać na stronie internetowej Żółtej Karty (Yellow Card) lub dzwoniąc pod numer 0800 731 6789 (od 9 do 17 od poniedziałku do piątku) lub pobierając aplikację Yellow Card: www.mhra.gov.uk/yellowcard  Informacje aktualne w momencie publikacji. Najnowszą wersję tej ulotki oraz alternatywne formaty można znaleźć na stronie internetowej PHA 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 |
| Publikacja we wrześniu 2022 r. przez Agencję Zdrowia Publicznego.  © Crown copyright 2022. Niniejsza publikacja została zaadaptowana na podstawie informacji pierwotnie opracowanych przez brytyjską Agencję Bezpieczeństwa Zdrowia i jest używana na podstawie licencji Open Government w wersji 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 |