



### Karaniwang Epekto (Side-effects) ng Pagbabakuna

- Maaari kang magkaroon ng mga epekto (side-effects) sa unang 2 araw pagkatapos mabakunahan.
- Ang mga epektong ito ay maaaring maapektuhan ang iyong kakayahang gawin ang mga pang-araw-araw na gawain, ngunit dapat na mawala ang mga ito sa loob ng isa o dalawang araw.
- Para sa mga dalawang-dosis na bakuna, ang mga epekto ay mas karaniwan pagkatapos ng pangalawang dosis. Mahalagang makakuha ng pangalawang dosis kahit na magkaroon ka ng mga epekto pagkatapos ng unang dosis, maliban kung ang isang tagapagbigay ng bakuna o iyong doktor ay magsasabi sa iyo na huwag.
- Ang mga epekto ng bakuna ay normal at nagpapakita na ang iyong katawan ay natututong bumuo ng imyunidad. Hindi lahat ay nagkakaroon ng mga epekto. Makipag-ugnayan sa iyong doktor kung mayroon kang:
  - Mga epekto ng bakuna na nagtatagal nang higit sa 2 araw
  - Mga sintomas na nagsimula higit sa 2 araw pagkatapos mong mabakunahan
  - Alinman sa mga sintomas na ito: ubo, pangangapos ng hininga, sipon, namamagang lalamunan, o bagong pagkawala ng panlasa o pang-amoy (dahil sa ang mga ito ay hindi mga epekto ng bakuna)
  - Mga sintomas na lumalala o nakapag-papaalala sa iyo.

#### Karaniwang epekto ng bakuna

- Namamaga o namumulang braso
- Lagnat, panggiginaw, pananakit ng kalamnan
- Pananakit ng ulo
- Pakiramdam ng pagkapagod

### Mga tip para tumulong sa mga epekto ng bakuna

- Lapatan ng isang malinis, malamig at basang tela para bawasan ang sakit at pagkaasiwa sa iyong braso. Maaari ring makatulong na gamitin o i-ehersisyo ang iyong braso. Para bawasan ang pagkaasiwa mula sa lagnat, uminom ng maraming likido at manamit nang magaan.
- Ang mga gamot na hindi nireresetahan tulad ng acetaminophen (Tylenol®) o ibuprofen (Motrin® or Advil®) ay makakatulong kung magkakaroon ka ng pananakit, lagnat, sakit ng ulo, o pagkaasiwa.

### Mga Reaksyong Allergy

Tulad ng anumang gamot, bibihira ngunit posible na magkaroon ng malubhang reaksyon, tulad ng hindi makahinga. Malamang na hindi ito mangyari. Kung mangyayari man, tawagan ang 911 o pumunta sa pinakamalapit na silid pang-emerhensya.

### Ang bakuna ay hindi ka pinoprotektahan agad-agad

Itinuturing kang ganap na nabakunahan

- 2 linggo pagkatapos ng isahang-dosis ng Johnson & Johnson (J&J)/Janssen na bakuna o
- 2 linggo pagkatapos ng pangalawang dosis sa serye ng 2-dosis ng Pfizer o Moderna na bakuna.

**Itabi ang iyong kard sa bakuna para sa iyong mga rekord**

### Patuloy na protektahan ang iyong sarili at ibang tao laban sa COVID-19

**Mahalagang magpatuloy na gumawa ng mga hakbang para protektahan ang iyong sarili at ibang mga tao kahit pagkatapos na ikaw ay ganap na mabakunahan.** Magsuot ng isang maayos ang pagkakakasya na maskara sa itaas ng iyong bibig at iling, hugasan nang madalas ang iyong mga kamay, manatili nang hindi bababa sa 6 na talampakan ang layo mula sa ibang tao, iwasan ang mga umpukan ng tao at mga espasyo na hindi maganda ang bentilasyon (ang mga lugar sa labas o mga espasyo na maganda ang bentilasyon ay mas ligtas). Ito ay lalong





Los Angeles County

## BAKUNA SA COVID-19: Pagkatapos mong mabakunahan

mahalaga kung ikaw ay nasa publiko o nasa paligid ng mga hindi nabakunahang tao, partikular ang mga taong nasa mas mataas na panganib ng malubhang impeksyon.

May ilang bagay na maaari mong simulang gawin pagkatapos mong ganap na mabakunahan. Maaari mong:

- Bisitahin panloob kasama ang iba pang mga ganap na nabakunahang tao nang hindi nagsusuot ng maskara o pisikal na dumidistansya.
- Bisitahin panloob kasama ang mga hindi nabakunahang tao mula sa isa pang sambahayan nang hindi nagsusuot ng mga maskara o dumidistansya, maliban kung sinuman sa mga taong iyon o kanilang mga miyembro ng sambahayan ay may [pinataas na panganib para sa malubhang sakit mula sa COVID-19](#).
- Maglakbay, hangga't ginagawa mo ang lahat ng mga pag-iingat na inilarawan sa [payo sa paglalakbay ng LA County](#).

Para sa higit pang impormasyon, bisitahin ang webpage na "[Pagkatapos mong mabakunahan](#)" (iiskan ang QR code o pumunta sa [VaccinateLACounty.com](#)).



### Mag-sign up para sa v-safe, ang Mga Sentro ng Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit checker ng kalusugan

Kung mayroon kang smart phone, mangyaring mag-sign up sa [vsafe.cdc.gov](#) para masabihan ang Mga Sentro ng Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit tungkol sa anumang mga epekto.