

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

English	Latvian
What to expect after your COVID-19 vaccination	Ko gaidīt pēc vakcinācijas pret COVID-19
Information for people who have just had a COVID-19 vaccination	Informācija cilvēkiem, kuri tikko vakcinējušies pret COVID-19
Find out more at www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Uzziniet vairāk vietnē www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Contents	Saturs
<ul style="list-style-type: none"> • What are the side effects? 	<ul style="list-style-type: none"> • Kādas ir blaknes?
<ul style="list-style-type: none"> • Can I catch COVID-19 from the vaccines? 	<ul style="list-style-type: none"> • Vai es varu inficēties ar COVID-19 vakcinējoties?
<ul style="list-style-type: none"> • When can I go back to daily activities? 	<ul style="list-style-type: none"> • Kad es varu turpināt savas ikdienas gaitas?
<ul style="list-style-type: none"> • Will the vaccine protect me? 	<ul style="list-style-type: none"> • Vai vakcīna mani aizsargās?
<ul style="list-style-type: none"> • What can I do after I have had the vaccine? 	<ul style="list-style-type: none"> • Ko es varu darīt pēc vakcinēšanās?
Please read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, by searching Coronavirus Yellow Card.	Lūdzu, izlasiet produkta informācijas brošūru, lai uzzinātu vairāk par vakcīnu, tostarp par iespējamajām blaknēm, meklējot “Coronavirus Yellow Card”.
You can also report suspected side effects on the same website or by downloading the Yellow Card app.	Jūs arī varat ziņot par iespējamajām blaknēm tajā pašā tīmekļa vietnē vai lejupielādējot Yellow Card lietotni.
https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk	https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
People who are most at risk from the complications of	Vakcinācija pret COVID-19 tiek piedāvāta cilvēkiem, kuriem ir

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

<p>coronavirus (COVID-19) are being offered the COVID-19 vaccination. This leaflet tells you what to expect after you have had your primary or booster vaccination.</p>	<p>vislielākais COVID-19 izraisīto komplikāciju risks. Šajā brošūrā ir pastāstīts, ko jūs varat gaidīt pēc sākotnējās vakcinācijas vai revakcinācijas.</p>
<p>What are the side effects?</p>	<p>Kādas ir blaknes?</p>
<p>Like all medicines, vaccines can cause side effects. Most of these are mild and short-term, and not everyone gets them. The very common side effects are the same and should still only last a day or two.</p>	<p>Tāpat kā visiem medikamentiem arī vakcīnām var būt blaknes. Gandrīz visas blaknes ir vieglas un īslaicīgas, un tās nav visiem. Visbiežāk sastopamās blaknes ir vienādas, un tām vajadzētu ilgt tikai vienu vai divas dienas.</p>
<p>Very common side effects in the first day or two include:</p>	<p>Starp ļoti bieži sastopamām blaknēm pirmajā vai pirmajās divās dienās ir šādas:</p>
<ul style="list-style-type: none"> • having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection 	<ul style="list-style-type: none"> • sāpes, smaguma sajūta vai jutīgums rokā, kurā tika veikta injekcija;
<ul style="list-style-type: none"> • feeling tired 	<ul style="list-style-type: none"> • noguruma sajūta;
<ul style="list-style-type: none"> • headache, aches and chills 	<ul style="list-style-type: none"> • galvassāpes, sāpes un drebuļi.
<p>You may also have flu like symptoms with episodes of shivering and shaking for a day or two. However, a high temperature* could also indicate that you have COVID-19 or another infection. You can rest and take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) to help make you feel better.</p>	<p>Jums arī vienu vai divas dienas var būt gripai līdzīgi simptomi ar trīcēšanas vai drebēšanas epizodēm. Tomēr augsta temperatūra* var arī norādīt, ka jums ir COVID-19 vai cita infekcija. Jūs varat atpūsties un iedzert parasto paracetamola devu (ievērojot ieteikumus uz iepakojuma), lai uzlabotu savu pašsajūtu.</p>

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

<p>*If you are on chemotherapy and have a high temperature, contact your local cancer care unit.</p>	<p>*Ja jums tiek veikta ķīmijterapija un jums ir augsta temperatūra, sazinieties ar vietējo vēža pacientu aprūpes nodaļu.</p>
<p>An uncommon side effect is swollen glands in the armpit or neck on the same side as the arm where you had the vaccine. This can last for around 10 days, but if it lasts longer see your doctor. If you are due for a mammogram in the few weeks after the vaccine, then you should mention that when you attend.</p>	<p>Neparastas blaknes ir pietūkuši limfmezgli padusēs vai uz kakla tajā pašā pusē, kurā injicēta vakcīna rokā. Tas var ilgt apmēram 10 dienas, bet, ja šīs blaknes turpinās ilgāk, vērsieties pie ārsta. Ja jums pāris nākamajās nedēļās pēc vakcinēšanās ir jādodas uz mamogrāfiju, jums vajadzētu pēc ierašanās to pieminēt.</p>
<p>What should I do if I am concerned about my symptoms?</p>	<p>Ko man vajadzētu darīt, ja man ir bažas par simptomiem?</p>
<p>These symptoms normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, call your GP or Out of Hours service. If you do seek advice from a doctor or nurse, make sure you tell them about your vaccination (show them the vaccination card – keep your card safe) so that they can assess you properly. You can also 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.</p>	<p>Šie simptomi parasti ilgst mazāk nekā nedēļu. Ja šķiet, ka simptomi pasliktinās, vai ja jums ir bažas, zvaniet savam GP vai uz tālruņa numuru pakalpojumu sniegšanai ārpus parastā darbalaika. Vēršoties pēc padoma pie ārsta vai medmāsas, neaizmirstiet pateikt, ka esat vakcinējies(-usies) (parādiet vakcinācijas karti – glabājiet to drošā vietā), lai viņi varētu jūs pareizi izmeklēt. Jūs arī varat ziņot par iespējamajām vakcīnu un medikamentu blaknēm, izmantojot Yellow Card shēmu. Jūs varat darīt to tiešsaistē, meklējot “Coronavirus Yellow Card” vai lejupielādējot Yellow Card lietotni.</p>

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk	https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
<p>Are there other more serious side effects?</p>	<p>Vai ir citas nopietnākas blaknes?</p>
<p>There have been reports of an extremely rare condition involving blood clots and unusual bleeding after the AstraZeneca and Janssen vaccines. Because of the high risk of complications and death from COVID-19, the Medicines and Healthcare products Regulatory Agency (MHRA), the World Health Organisation and the European Medicines Agency have concluded that the balance is very much in favour of vaccination.</p>	<p>Ir bijuši ziņojumi par kādu ārkārtīgi retu problēmu, kas saistīta ar asins trombiem un neparastu asiņošanu pēc vakcinācijas ar AstraZeneca un Janssen vakcīnām. Ņemot vērā augsto komplikāciju un nāves risku no COVID-19, Medicines and Healthcare Products Regulatory Agency (MHRA, Zāļu un veselības aprūpes produktu regulēšanas aģentūra), Pasaules Veselības organizācija un Eiropas Zāļu aģentūra ir secinājušas, ka, visu apsverot, vakcinācija tomēr ir ļoti vēlama.</p>
<p>If you experience any of the following from more than 4 days and within 28 days after vaccination you should seek medical advice urgently from your GP or Emergency Department.</p>	<p>Ja jums rodas kāda no tālāk norādītajām problēmām vairāk nekā 4 dienas un ne vairāk kā 28 dienas pēc vakcinācijas, jums ir steidzami jāvēršas pēc padoma pie sava GP vai neatliekamās palīdzības nodaļā.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • a new, severe headache which is not helped by usual painkillers or is getting worse 	<ul style="list-style-type: none"> • nesen sākušās, spēcīgas galvassāpes, kuras nepāriet, lietojot parastos pretsāpju līdzekļus, vai pastiprinās;
<ul style="list-style-type: none"> • an unusual headache which seems worse when lying down or bending over or may be accompanied by 	<ul style="list-style-type: none"> • neparastas galvassāpes, kuras šķietami pastiprinās noguļoties vai noliecoties vai kuras parādās kopā ar

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

<ul style="list-style-type: none"> - blurred vision, nausea and vomiting 	<ul style="list-style-type: none"> - redzes traucējumiem, nelabumu un vemšanu,
<ul style="list-style-type: none"> - difficulty with your speech 	<ul style="list-style-type: none"> - runas grūtībām,
<ul style="list-style-type: none"> - weakness, drowsiness or seizures 	<ul style="list-style-type: none"> - vājuma sajūtu, miegainību vai krampjiem;
<ul style="list-style-type: none"> • new, unexplained pinprick bruising or bleeding 	<ul style="list-style-type: none"> • jauni, neizskaidrojami zilumi, kas atgādina adatas dūrienus, vai asiņošana;
<ul style="list-style-type: none"> • shortness of breath, chest pain, leg swelling or persistent abdominal pain 	<ul style="list-style-type: none"> • elpas trūkums, sāpes krūtīs, kāju pietūkums vai pastāvīgas sāpes vēderā.
<p>Worldwide, rare cases of inflammation of the heart called myocarditis or pericarditis have been reported after Pfizer and Moderna COVID-19 vaccines.</p>	<p>Pasaulē ir saņemti ziņojumi par retiem sirds iekaisuma gadījumiem, ko sauc par miokardītu un perikardītu, pēc vakcinācijas ar COVID-19 Pfizer un Moderna vakcīnām.</p>
<p>These cases have been seen mostly in younger men within several days after vaccination. Most of these people recovered and felt better following rest and simple treatments.</p>	<p>Šie gadījumi ir konstatēti galvenokārt gados jaunākiem vīriešiem dažu dienu laikā pēc vakcinācijas. Vairums no šiem cilvēkiem atveseļojās un jutās labāk pēc atpūtas un vienkāršas ārstēšanas.</p>
<p>You should seek medical advice urgently if you experience:</p>	<p>Jums ir steidzami jāvēršas pie ārsta, ja jums rodas:</p>
<ul style="list-style-type: none"> • chest pain 	<ul style="list-style-type: none"> • sāpes krūtīs;
<ul style="list-style-type: none"> • shortness of breath 	<ul style="list-style-type: none"> • elpas trūkums;
<ul style="list-style-type: none"> • feelings of having a fast-beating, fluttering, or pounding heart 	<ul style="list-style-type: none"> • sajūta, ka sirds pukst ļoti strauji, neregulāri vai stipri.

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

Can I catch COVID-19 from the vaccines?	Vai es varu inficēties ar COVID-19 vakcinējoties?
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 nevarat inficēties ar COVID-19 vakcinējoties, bet varat būt ar to inficējies(-usies) jau pirms vakcinēšanās un inficēšanās simptomi var parādīties tikai pēc vakcinēšanās.
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 arrange to have a test.	Kaut arī vienu vai divas dienas pēc vakcinācijas var sākties drudzis, ja jums ir jebkādi citi COVID-19 simptomi vai drudzis turpinās ilgāk, palieciet mājās un veiciet testu.
When can I go back to daily activities?	Kad es varu turpināt savas ikdienas gaitas?
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 lifting difficult. If you feel unwell or very tired you should rest and avoid operating machinery or driving.	Ja vien jūtaties labi, jums vajadzētu spēt atsākt ierastās ikdienas gaitas. Ja jūsu roka ir īpaši sāpīga, jums varētu būt grūti celt smagus priekšmetus. Ja nejūtaties labi vai jūtat lielu nogurumu, atpūties un izvairieties no tehnikas lietošanas vai transportlīdzekļu vadīšanas.
Will the vaccine protect me?	Vai vakcīna mani aizsargās?
The COVID-19 vaccines that you have had have been shown to reduce the chance of you suffering from COVID-19 disease.	Ir pierādīts, ka jūsu saņemtās COVID-19 vakcīnas var samazināt iespēju ciest no COVID-19 slimības.
It may take a few weeks from the first dose for your body to build up protection. Your body should respond more quickly (after a few days) after any additional doses.	Var paiet dažas nedēļas pēc pirmās devas, līdz organisms iegūs noteiktu aizsargspēju vakcīnas rezultātā. Pēc turpmākajām devām jūsu organismam vajadzētu reaģēt ātrāk

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

<p>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.</p>	<p>(pēc dažām dienām). Tāpat kā visi medikamenti, neviena vakcīna nav pilnīgi efektīva, tādēļ jums jāturpina ievērot ieteiktos piesardzības pasākumus, lai izvairītos no inficēšanās. Daži cilvēki var saslimt ar COVID-19, neraugoties uz vakcināciju, tomēr slimībai nevajadzētu būt tik smagai.</p>
<p>What can I do after I have had the vaccine?</p>	<p>Ko es varu darīt pēc vakcinēšanās?</p>
<p>The vaccine cannot give you COVID-19 infection, and a full course will reduce your chance of becoming seriously ill. It will help to reduce the risk of you passing on the virus. So it is important to continue to follow current national guidance.</p>	<p>Jūs nevarat inficēties ar COVID-19 no vakcīnas, un pilns vakcinācijas kurss samazinās iespēju nopietni saslimt. Vakcīna samazinās risku inficēt citus. Tādēļ jums ir svarīgi turpināt ievērot pašreizējos valsts noteikumus.</p>
<p>To protect yourself and your family, friends and colleagues you must still:</p>	<p>Lai aizsargātu sevi un savu ģimeni, draugus un kolēģus, jums jāturpina:</p>
<ul style="list-style-type: none"> • wear a face covering where advised 	<ul style="list-style-type: none"> • valkāt sejas aizsegu vietās, kurās ieteikts to darīt;
<ul style="list-style-type: none"> • practise social distancing 	<ul style="list-style-type: none"> • sociāli distancēties;
<ul style="list-style-type: none"> • wash your hands carefully and frequently 	<ul style="list-style-type: none"> • rūpīgi un bieži mazgāt rokas;
<ul style="list-style-type: none"> • open windows to let fresh air in 	<ul style="list-style-type: none"> • atvērt logus un vēdināt telpas;
<ul style="list-style-type: none"> • follow the current guidance at www.gov.uk/coronavirus 	<ul style="list-style-type: none"> • ievērot pašreizējos noteikumus, kas atrodami vietnē www.gov.uk/coronavirus

Latvian translation of *What to expect after your COVID vaccination*

Vaccination, helping to protect those most vulnerable.	Vakcinācija palīdz aizsargāt vismazāk aizsargātos cilvēkus.
If you need more information on the COVID-19 vaccination please visit: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Ja jums nepieciešama plašāka informācija par vakcināciju pret COVID-19, apmeklējiet vietni: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Information correct at time of publication. For the latest version of this leaflet and alternative formats visit the PHA website www.publichealth.hscni.net	Informācija bija pareiza publicēšanas brīdī. Lai saņemtu šīs brošūras izlaiduma pēdējo versiju un citus formātus, apmeklējiet PHA tīmekļa vietni www.publichealth.hscni.net
Published September 2021 by the Public Health Agency.	Publicējusi Public Health Agency (Sabiedrības veselības aģentūra) 2021. gada septembrī.
© Crown copyright 2021. This information was originally developed by the UK Health Security Agency and is used under the Open Government Licence v3.0	© Crown copyright 2021. Šo informāciju sākotnēji sagatavoja UK Health Security Agency (Apvienotās Karalistes Veselības drošības aģentūra), un tā tiek izmantota saskaņā ar Open Government Licence v3.0.