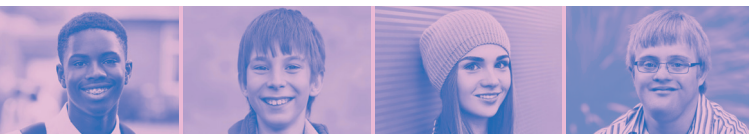


What to expect after your COVID-19 vaccination:
Advice for children and young people - Tetum



**Depoizde sa'ida maka atu
espera husi**

COVID-19

Ita-nia vasinasaun

**Programa vasinasaun ba
labarik no joventude**



**Hatene barak liu tan iha
www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine**



**Servisu saúde oferese
hela vasina COVID-19
ba labarik hotu no
joventude.**

Folleta ida ne'e informa
ba Ita kona-ba sa'ida maka
bele akontese depoizde
Ita simu ona vasinasaun.

Efeitú sekundariu:

Hanesan mos ai-moruk selu-seluk, vasina bele kauza efeitú sekundariu. Barak liu efeitú ne'e kmaan deit no mosu iha tempu badak deit, no la'os ema hotu hetan buat hirak ne'e. Efeitú sekundariu baibain nian ne'e tenke para ona iha loron ida ka rua. Vasina Pfizer ne'e bele kauza efeitú sekundariu depoizde simu doze segundu duke simu doze primeiru nian.

Efeitú sekundariu baibain nian ne'e maka mosu iha loron primeiru ka loron segundu ne'e inklui:

- sente moras, sente todan no manas oituan iha Ita-nia liman sorin maka simu ona injesaun
- sente kolen
- ulun moras, isin-moras no isin malirin

Ita mós bele hetan sintomas hanesan gripe hanesan bee-doko no isin nakdedar ba loron ida ka rua. Maske nune'e, isin manas bele indika katak Ita hetan COVID-19 ka infesaun seluk.

Ita bele deskansa no bele hemu ai-moruk paracetamol (ho doze maka sujere ona iha ninia falun) atu halo Ita sente di'ak.

Efeitú sekundariu ne'ebé la'os baibain mak kuandu bubu iha glándula iha kalilin ka iha kakorok sorin ne'ebé hanesan ho liman ne'ebé hetan vasina. Ida ne'e bele mosu to'o loron 10, sé buat ne'e mosu kle'ur liu tan, entaun tenke ba konsulta ho Ita-nia doutor.

Sa'ida maka tenke halo sé Ita preokupa kona-ba Ita-nia efeitu sekundariu.

Sintoma sira ne'e baibain mosu la to'o semana ida. Sé Ita-nia sintomas ne'e aumenta atka sé Ita preokupa, Ita ka Ita-nia inan-aman bele telefone ba Ita-nia GP ka servisu Out of Hours nian. Sé Ita buka sujestaun husi dotór ida ka enfermeiru ida, asegura katak Ita informa ba sira kona-ba Ita-nia vasinasaun (hatudu kartaun vasinasaun ba sira) para sira bele ezamina Ita loloos.

Ita mós bele kesar konaba efeitu sekundaria maka Ita deskonfia husi vasina ne'e ka husi ai-moruk sira liu husi eskema Yellow Card ka liu husi download aplikasaun Yellow Card iha coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk.



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

Iha efeitu sekundariu seluk maka todan tebes ka lae?

Foin dadauk ne'e kazu moras-bubu ba fuan (buat ne'e bolu hanesan miocardite ka pericardite) reporta mosu ona ouituan deit depoizde simu vasina COVID-19.

Kazu hirak maka mosu ona liuliu ba mane joven sira ne'ebé akontese deit iha loron hirak depoizde simu ona vasinasaun. Balun husi ema hirak ne'e rekupera lalai no sente diak liu depoizde sira ba deskansa no simu tratamentu simples deit. Ita tenke ba buka tratamentu mediku ka ba Ita-nia GP ka Departementu Urjente nian sekuandu Ita esperiênsia:

- hirus-matan sente moras
- iis badak
- fuan sente hanesan tuku-tuku makaas

Ita bele hetan COVID-19 husi vasina ne'e ka lae?

Ita labele hetan COVID-19 husi vasina maibé iha possibilidade katak Ita hetan ona COVID-19 maibé la hatene se Ita iha sintoma até depoizde ita-nia loron vasinasaun nian. Sintomas importante liu husi COVID-19 bele hamosubuat hirak tuirmai ne'e:

- komesa me'ar la para
- isin manas
- abilidade ba horon ka gostunian lakon ka muda (anozmia).

Maske isin manas bele akontese iha loron ida ka rua nia laran depoizde vasinasaun, sé Ita hetan sintoma COVID-19 seluk ka se Ita-nia isin manas kleur liu, entaun hela iha uma no aranja atu halo teste.

Depoizde sa'ida maka tenke halo



Depoizde Ita-nia vasinasaun, Ita sei simu kartaun dokumentasaun ida. Ita sei ofereze doze segundu depoizde liu ona semana

8 ka 12. Ita sei hetan informasaun kona-ba tempu mak loos ba Ita-nia vasina doze segundu atu ajuda fó protesaun diak liu no kleur liu tan ba Ita.

Rai Ita nia kartaun dokumentasaun ho seguru. Sé Ita presija vasina doze segundu, la bele haluha ba Ita-nia oráriu vasina tuir mai.

Sé Ita sente la diak ba atende Ita-nia loron atu simu vasinasaun

Se Ita moras, di'ak liu hein to'ó wainhira Ita rekupera ona mak simu Ita-nia vasina. Ita labele atende markasaun vasina ne'e sekuandu Ita iha kuarentena hela, hein rezultadu teste COVID-19, ita tenke hein semana 12 depoizde Ita-nia rezultadu teste COVID-19 sai positivu ka semana 4 sé Ita bele kona risku boot liu tan.

Vasina ne'e sei proteje Ita ka lae?

Vasina COVID-19 ne'ebé Ita simu, hatudu ona katak nia bele hatún possibilidade atu Ita sofre husi moras COVID-19.

Doze vasina miliaun ba miliaun ne'e distribui ona ba mundu tomak. Vasina ne'e efeitivu tebes ba labarik no joventude sira.



Ida ne'e sei presija semana balun para Ita-nia isin dezenvolve protesaun ruma maka halo husi vasina ne'e. Hanesan mós ai-moruk sira seluk, laiha vasina maka efetivu tebes, tanba ne'e Ita tenke kontinua kuidadu tuir orientasaun sira atu evita infesaun.

Ema balun sei bele hetan COVID-19 maske hetan ona vasinasaun, maibé ida ne'e sei la grave.

Sa'ida maka Ita tenke halo depoizde simu ona vasina ne'e?

Vasina ne'e sei la fó infesaun COVID-19, no nia sei redus Ita-nia possibilidade atu kona moras. Ne'e nafatin importante atu kontinua tuir matadalan nasionál atuál. Ita bele kontinua ba eskola, kolejio ka fatin servisu depoizde Ita simu ona vasinasaun ne'e.

Atu proteje Ita-nia an no Ita-nia família, maluk no kolega sira Ita tenke nafatin:

- prátika distansiamentu sosiál
- uza máskara
- fase Ita-nia liman didi'ak no dala barak
- loke janela atu husik anin fresku tama
- halo tuir orientasaun atuál iha www.nidirect.gov.uk/coronavirus



Oinsá COVID-19 ne'e bele da'et?

COVID-19 da'et liu husi kabeen musan ne'ebé tama ita wainhira dada iis liu husi inus ka ibun, liu-liu wainhira ko'alia ka me'ar. Ita bele hetan ida ne'e hodi ka'er ita-nia matan, inus no ibun depoizde iha kontaktu ho sasan sira ne'ebé kontaminadu ona.

Informasaun liu tan

Favór le folleta informasaun produktu ne'e atu hetan informasaun detalla liu tan kona-ba Ita-nia vasina, inklui ninia efeitu sekundariu, iha website Coronavirus Yellow Card.

Ita mós bele relata efeitu sekundaria ne'ebé ita deskonfia iha sítiu internet ne'ebé hanesan ka hodi download aplikasaun Yellow Card.

Informasaun liu tan disponível hela iha www.nidirect.gov.uk/coronavirus



Informasaun loos iha tempu publikasaun ne'e. Ba versaun ikus folleta ida ne'e no format alternativu sira seluk vizita sítiu internet PHA

www.publichealth.hscni.net

© Crown copyright 2021

Informasaun ne'e dezenvolve ona liu husi Ajénsia Seguransa ba Saúde Públiku Reinu Unidu no uza bazeia ba Lisensa Governu Aberta v3.0

 **Public Health Agency**

Public Health Agency
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:

