

<b>English</b>	<b>Latvian</b>
<b>Waiting after your COVID-19 vaccination</b>	<b>Nogaidīšana pēc vakcinācijas pret COVID-19</b>
<b>What is changing?</b>	<b>Kas mainās?</b>
<p>Until now, people receiving the Moderna or Pfizer vaccines have been asked to wait for 15 minutes before leaving the vaccine centre in case of serious allergic reaction. This 15 minute wait has now been suspended for adults after 1st doses, 2nd doses and boosters.</p>	<p>Līdz šim Moderna un Pfizer vakcīnas saņēmējiem lūdza nogaidīt 15 minūtes pirms doties prom no vakcinācijas centra, lai pārlicinātos, ka nesākas nopietna alerģiska reakcija. Šis 15 minūšu nogaidīšanas periods tagad ir atcelts pieaugušajiem pēc 1. devas, 2. devas un balstvakcīnām.</p>
<b>Why is this changing?</b>	<b>Kāpēc tas mainās?</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Because of the Omicron variant, the booster programme for adults is being speeded up.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Omikrona varianta dēļ balstvakcinācijas programma pieaugušajiem tiek paātrināta.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• We now have much more experience with giving these vaccines to millions of people and the rate of serious allergic reactions is very low (around 5-10 per million doses). People are not normally observed for 15 minutes after other vaccinations.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mums tagad ir daudz lielāka pieredze miljoniem cilvēku vakcinēšanā, un nopietnas alerģiskas reakcijas tiek konstatētas ļoti reti (apmēram 5 - 10 uz vienu miljonu devu). Pēc citām vakcīnām cilvēkus parasti nenovēro 15 minūtes ilgi.</li> </ul>
<b>Who is advising this change?</b>	<b>Kas iesaka ieviest šo izmaiņu?</b>
<p>The change has been advised by the four UK Chief Medical Officers, and has the support of the</p>	<p>Šo izmaiņu iesaka visas četras galvenās medicīnas amatpersonas Apvienotajā Karalistē, un to atbalsta</p>

<p>Medicines Healthcare products Regulatory Agency (MHRA) and the Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI).</p>	<p>Zāļu un veselības aprūpes produktu regulēšanas pārvalde (Medicines Healthcare products Regulatory Agency - MHRA) un Apvienotā vakcinācijas un imunizācijas komiteja (Joint Committee on Vaccination and Immunisation - JCVI).</p>
<p><b>What should I do when I attend for vaccination?</b></p>	<p><b>Kas man jādara, ierodoties uz vakcināciju?</b></p>
<p>Please make sure you tell the vaccine centre if:</p>	<p>Pasakiet vakcinācijas centrā, ja:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• you have a history of allergic reactions, particularly to other vaccines, or if you had an immediate reaction after a previous dose. (A family history of allergies is not a risk factor.) If so, you may be advised to stay for the 15 minutes;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jums ir bijušas kādas alerģijas reakcijas, it īpaši pret citām vakcīnām, vai ja jums ir bijusi tūlītēja reakcija pēc kādas iepriekšējās devas. (Alerģiju vēsture ģimenē nav riska faktors.) Ja tā ir, tad jums varētu ieteikt uzturēties 15 minūtes;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• you have previously fainted following vaccination.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jums iepriekš ir bijis ģībonis pēc vakcinācijas.</li> </ul>
<p>As with any vaccine, you must not drive for 15 minutes after the vaccine – this is because of the risk of fainting. If you do faint, stay flat on your back with your legs raised. If this doesn't make you feel better, then call for help. Otherwise, you will be able to leave the centre straight after your vaccine as long as you feel OK.</p>	<p>Tāpat kā pēc citām vakcīnām, jūs nedrīkstat vadīt automašīnu 15 minūtes pēc vakcinēšanās – tas ir ģībšanas riska dēļ. Ja jūs noģībstat, palieciet guļus uz muguras, paceļot kājas uz augšu. Ja jums tas nepalīdz, sauciet pēc palīdzības. Citādi jūs varēsiet atstāt centru tūlīt pēc vakcinēšanās, ja jutīsieties labi.</p>
<p><b>What happens if I do get symptoms of an allergic reaction?</b></p>	<p><b>Ko darīt, ja man tiešām būs alerģiski simptomi?</b></p>
<p>Keep this flyer handy. You should look out for the following 'ABC' symptoms:</p>	<p>Saglabājiet šo brošūru. Jums jāuzmanās no šādiem "EEA" simptomiem:</p>

<b>Airway</b>	<b>Elpceļi</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• persistent cough</li> <li>• vocal change (hoarse voice)</li> <li>• swollen tongue causing difficulty swallowing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uzmācīgs klepus</li> <li>• balss izmaiņas (aizsmakums)</li> <li>• mēles pietūkums, kas apgrūtina rīšanu</li> </ul>
<b>Breathing</b>	<b>Elpošana</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• difficult or noisy breathing</li> <li>• wheezing (like an asthma attack)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• apgrūtināta vai skaļa elpošana</li> <li>• sēkšana (kā astmas lēkmes laikā)</li> </ul>
<b>Consciousness</b>	<b>Apziņa</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• feeling lightheaded or prolonged faint</li> <li>• clammy skin</li> <li>• confusion</li> <li>• unresponsive/unconscious</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• galvas reiboņi vai ilgstošs ģībonis</li> <li>• svīšana</li> <li>• apjukums</li> <li>• samaņas zudums</li> </ul>
These symptoms typically happen within 15 minutes of vaccination. If you experience any of these, call out for help and <b>ring 999 immediately</b> (or ask someone to do this for you).	Šie simptomi parasti parādās 15 minūšu laikā pēc vakcinācijas. Ja jums ir kāds no tiem, sauciet pēc palīdzības un <b>bez kavēšanās zvaniet uz 999</b> (vai palūdziet kādu to jūsu vietā izdarīt).
The following symptoms are NOT a serious allergic reaction, but imply a more mild reaction:	Tālāk minētie simptomi NAV nopietna alerģiska reakcija, bet liecina par vieglāku reakciju:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Swollen lips, face or eyes</li> <li>• Itchy skin rash eg hives</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pietūkušas lūpas, seja vai acis</li> <li>• niezoši izsitumi, piem., nātrene</li> </ul>
<b>Further information</b> If you have any side effects after vaccination, please report to the Yellow Card Scheme at <a href="http://www.coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk">www.coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk</a>	<b>Papildu informācija</b> Ja jums ir jebkādas blaknes pēc vakcinācijas, lūdzu, ziņojiet par tām Yellow Card shēmā, kas pieejama vietnē <a href="http://www.coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk">www.coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk</a>
You can also read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, on the Coronavirus Yellow Card website.	Jūs arī varat iepazīties ar produkta informācijas brošūru, lai uzzinātu vairāk par vakcīnu, tostarp par iespējamajām blaknēm, Coronavirus Yellow Card tīmekļa vietnē.
Information correct at time of publication. For the latest version of this leaflet and alternative	Informācija ir pareiza publicēšanas brīdī. Lai saņemtu šīs brošūras izlaiduma pēdējo versiju un citus

formats visit the PHA website <a href="http://www.publichealth.hscni.net">www.publichealth.hscni.net</a>	formātus, apmeklējiet PHA tīmekļa vietni <a href="http://www.publichealth.hscni.net">www.publichealth.hscni.net</a>
Published December 2021 by the Public Health Agency.	Publicējusi Public Health Agency (Sabiedrības veselības aģentūra) 2021. gada decembrī.
© Crown copyright 2021 This information was originally developed by 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.