

कोविड -१९ लसी

कोविड -१९ साठी आता बऱ्याच लसी आहेत. सर्व गंभीर आजार किंवा मृत्यूपासून बचाव करतात आणि सर्व सुरक्षित आहेत. आपणास कोणती लस मिळेल ते कदाचित आपण निवडू शकणार नाही, जितक्या लवकर आपण उपलब्ध असलेल्या कोणत्याही लसीने लसीकरण कराल, तितकेच लवकरच आपले संरक्षण होईल. लसीकरण केल्याने आजाराचा/रोगाचा प्रसार कमी होतो.



कोविड -१९ विषाणूची आपले शरीर ओळख पटविण्याकरिता अनेक पद्धती वापरतो व पुढे संघर्ष करण्यासाठी संरक्षण ("अँटीबॉडीज") तयार करतात. लस सहसा स्नायूंमध्ये इंजेक्शनद्वारे दिली जाते (वरच्या दंडामध्ये देणे बहुतेकदा सोपे असते). आपले पूर्णपणे संरक्षण करण्यासाठी, दुसऱ्या डोसची आवश्यकता असल्यास, ती लस (लसीच्या प्रकारावर अवलंबून) ३ ते १२ आठवड्यांनंतर घ्यावी.

कोणतीही लस आपणास कोविड -१९ या आजाराने आजारी करत नाही.

लस सुरक्षित आणि प्रभावी आहेत

लसी खर्च काम करतात. आपण आणि आपल्या ओळखीच्या बऱ्याच जणांचे अनेक आजारांविरुद्ध सुरक्षितपणे लसीकरण केले गेले आहे. लसिंमुळे, असे काही आजार जे आपणास नुकसान करणारे किंवा अगदी प्राणघातक होते, जसे की पोलिओ आणि चेचक (smallpox), ते आता अगदी दुर्मिळ किंवा पूर्णपणे अदृश्य आहेत.

कोविड -१९ च्या लसी इतक्या वेगवान गतीने विकसित केल्या गेल्या आहेत, ते सुरक्षित आहेत हे आम्हाला कसे कळेल?

सर्व लसींची तपासणी-ही लस हानिकारक नाही, सर्वोत्तम मात्रा शोधण्याकरिता, कोणतेही गंभीर दुष्परिणाम नाहीत, आणि ते प्रभावी आहे हे निश्चित करण्यासाठी केली जाते. कोविड -१९ च्या लसींची बरेच भिन्न देश - भिन्न लोक-विविध आजार असलेले, आणि विस्तृत वयोगटातील 250,000 पेक्षा अधिक लोकांवर चाचण्या घेतल्या गेलेल्या आहेत. बऱ्याच महिन्यांनंतर, नवीन लसिंमुळे जवळजवळ कोणाकडूनही आरोग्यविषयक समस्या उद्भवल्या नाहीत. आणि म्हणूनच कोविड -१९ च्या लसी या लवकर मंजूर झाल्यात.

बरेच संशोधन जे लस विकसित करण्यासाठी वापरले जाते ते कोविड -१९ च्या साथीच्या आधीच सुरुवात झालेली होती. 2002 मध्ये (SARS) आणि 2012 (MERS) या इतर कोरोनावायरसचा उद्रेकांमुळे त्यांस रोखण्यासाठी नवीन लस आणि लस तंत्रज्ञानाचा विकास घडविला आहे. हे आणि जगभरातील अन्य संशोधनांमुळे कोविड -१९ लसीचा विकास वेगवान झाला. जगभरातील कोट्यावधी लोकांनी या लसीचा उपयोग केले असता फार कमी गंभीर दुष्परिणाम नोंदविल्या गेले आहे.



लसी कशी कार्य करतात? ते आपल्याला आजारी करतात? ते आपले डीएनए बदलतात?

जगभरात 70 पेक्षा अधिक कोविड -१९ च्या लसी तयार केल्या आहेत किंवा आधीपासून वापरात आहेत, परंतु त्या सर्व शरीरास विषाणूची ओळख पटविण्याकरिता प्रशिक्षण देण्यासाठी आणि त्याविरुद्ध लढण्यासाठी अँटीबॉडीज बनविण्याचे कार्य करतात.

१) निष्क्रीय व्हायरस लसिंमध्ये कोविड -१९ विषाणूचा एक प्रकार वापरला जातो जो आपल्याला आजारी बनवू शकत नाही. (Sinopharm -साइनोफार्म, SinoVac -सिनोवॅक, इतर)

२) व्हायरल वेक्टरच्या लसिंमध्ये विषाणूच्या बाहेरून फक्त तुकडा वापरला जातो (ज्याला “स्पाइक प्रथिने” म्हणतात). (Johnson & Johnson, Sputnik V, AstraZeneca, इतर)

३) रिकॉम्बिनेंट प्रोटीन लसांमध्ये स्पाइकपासून लहान प्रोटीनचे तुकडे मिसळले जातात. (Novavax)

४) मेसेंजर आरएनए (एमआरएनए) लस पेशींना स्पाइक प्रथिने कसे बनवायचे याबद्दल सूचना देतात ज्यामुळे शरीरात लढण्यासाठी अँटीबॉडीज बनविणे सुरू होते. एमआरएनए जीन्स किंवा डीएनए आहेत त्या आपल्या पेशींचा प्रविष्ट होत नाही म्हणून ते आपले डीएनए बदलू शकत नाही. खरं तर, एमआरएनए इतके नाजूक आहे की ते आपल्या सूचना दिल्यानंतर पटकन नष्ट होतो. (Moderna, Pfizer, others, इतर)

इतर विषाणूप्रमाणे, कोविड -१९ विषाणू बदलत आहे (बदल घडवून आणत आहे) ज्याचा अर्थ कोविड -१९ विषाणूच्या वेगवेगळ्या आवृत्त्या (रूपे) वेगवेगळ्या प्रदेशात पसरत आहेत. अनेक लसी वेगवेगळ्या आवृत्त्यांवर काम करतात. परंतु काही प्रकारांसाठी, प्रत्येक वर्षी इन्फ्लूएन्झा (फ्लू) लस बदलल्याप्रमाणे, या लसींमध्ये बदल करावे लागतील.

नंतर दुष्परिणाम किंवा समस्या विकसित होणार नाहीत हे आम्हाला कसे कळेल?

कोविड -१९ लसिंचे दुष्परिणाम म्हणजे आपण जेथे लस टोचली तेथे लालसरपणा, सूज किंवा वेदना होणे, याशिवाय डोकेदुखी, सांधे किंवा स्नायू दुखणे, थकवा किंवा सौम्य ताप (ज्याचा अर्थ असा आहे की आपले शरीर अँटीबॉडीज बनवित आहे आणि जे होणे आवश्यक आहे). काही लोकांना 1 किंवा 2 दिवसांसाठी अस्वस्थ वाटणे आणि काहीना अजिबात दुष्परिणाम न होणे सामान्य आहे. दुसऱ्या लसीनंतर दुष्परिणाम कदाचित कमी अधिक होऊ शकतात. लसींचा दशलक्षांमध्ये एकापेक्षा कमी लोकांना रक्ताच्या गुठळ्यासारखे अधिक गंभीर दुष्परिणाम झाला आहे. लासिंनी बाधित झालेल्या लोकांची संख्या खूपच कमी आहे, लसीकरण न करणे आणि कोविड -१९ हा आजार होणे हे लस घेण्यापेक्षा धोकादायक आहे.

कोविड -१९ लसीमुळे अँलर्जिक प्रतिक्रिया उद्भवणे अत्यंत दुर्मिळ आहे. पण आपणास लसीकरणानंतर १५ ते ३० मिनिटे थांबवू शकतात जेणे करून काही अँलर्जिक प्रतिक्रिया उद्भविली तर उपचार करता येईल.

नवीन लसिंमधील दशकांचा अनुभव दर्शवितो की कुठलीही समस्या ही साधारण लस घेतल्यानंतर पहिल्या दोन महिन्यांमध्ये उद्भवू शकते. जवळजवळ कुठलेही दुष्परिणाम कोविड १९ लसींमध्ये सापडलेले नाही.

कोविड -१९ मुळे माझ्या समाजाला/समुदायाला मोठा फटका बसला आहे परंतु काही लोक लस घेऊ इच्छित नाहीत. लसीकरणासाठी मी त्यांना कसे प्रोत्साहित करू?

लोकांना लसी नको म्हणून अनेक कारणे आहेत. मागील गैरवर्तन, ज्यामध्ये आरोग्ययंत्रणेद्वारे मिळालेल्या भेदभावांचा किंवा सरकारवरचा अविश्वास यांसारख्या अनुभवांचा समावेश आहे जे संशयास्पद होण्यास भरपूर कारणे आहेत. आणि जेव्हा बातम्या आणि सोशल मीडिया परस्पर विरोधी संदेशांनी भरलेले आहे, ते लोकांना जवळजवळ कोणत्याही कल्पनांसाठी “पुरावा” शोधण्यास मदत करते. कारण कोविड -१९ सर्वाधिक त्या लोकांना हानी पोहचवितो ज्यांच्याजवळ संसाधने कमी आहेत, त्यांच्या आरोग्यच्या अधिक समस्या आहेत, आणि जे गर्दीच्या ठिकाणी राहतात किंवा काम करतात, म्हणून हे अधिक महत्वाचे आहे की जे लोक जास्ती जोखीमवर आहेत त्यांना अचूक माहिती मिळावी आणि त्यांचे लसीकरण व्हावे.

कोविड -१९ च्या लस प्रत्येकांसाठी, कोणत्याही किंमतीशिवाय उपलब्ध असणे आवश्यक आहे.



- ऐका, प्रमाणित करा आणि आश्वासन द्या. आरोग्यसमस्येसह लोकांचे अनुभव ऐकणे आणि त्यांना प्रतिसाद देणे विशेषतः कोविड-१९ लसिविषयी त्यांना काय वाटते, जेणेकरून त्यांच्या मागील अनुभव व समस्यांची नोंद घेता येईल व आपणास त्यांना सत्य काय आणि असत्य काय हे समजावून सांगता येईल.
- आपल्या कृतींसह बोला. आपण स्वतः लसीकरण करून घ्या आणि इतर समुदायातील प्रतिष्ठित व्यक्तींना/नेत्यांना तसे करण्यास प्रोत्साहित करा.



आम्ही सर्व भाषांमधील रेडिओ मेसेज/स्पॉट्स बनवतो जेणे करून समुदायातील आणि धार्मिक नेते ते स्वतः लसीकरण का घेतात याचे स्पष्टीकरण देऊ शकतात आणि इतरांना प्रोत्साहित करू शकतात.



आमच्या गट बैठकीत आम्ही लोकांनी काय एकलं आणि त्यांना काय भीती वाटते याची चर्चा करतो. कोविड-१९ ने इजा पोहचलेल्या कुटुंबांना ज्या प्रमाणे अन्न व इतर मदतीची आवश्यकता आहे व ज्यास आपण मदत करतो त्याच प्रमाणे लसीकरण करणे हे आरोग्याच्या हक्कांपैकी एक आहे यांविषयी बोलतो.



इथल्या लोकांना हे माहित आहे लस आपल्या मुलांना संरक्षण देण्यास मदत करते आणि सुरक्षित आहेत. येथे व इतर देशांत तयार केलेले औषधे आम्ही सर्व कुठल्याही समस्येशिवाय वापरतो. कोविड-१९ लसी या काही अपवाद यास नाही आहेत. तेच अधिकारी याची खात्री करतात की लसी सुरक्षित आहेत.



लोकांकडे खरोखर लसिंबद्दल विचित्र कल्पना आहेत. त्यांच्या या गैरसमजूती आदरपूर्वक सोडविण्याचा मी माझ्यावतीने पूर्ण प्रयत्न करतो.

- आपल्या देशात किंवा इतर ठिकाणी ज्यांना लसीकरण करण्यात आले होते त्या लोकांचा दाखला देवून सांगा की ते आजारी पडलेली नाही आणि कोविड -१९ ने आजारी पडण्याचे प्रमाण आता कमी आहे.
- हे स्पष्ट करा की ते जरी तरुण आणि मजबूत असले तरीही, लसीकरण केल्याने त्यांचे कुटुंब, मित्र आणि सहकर्मी हे त्यांच्यापासून आजारी पडण्याची शक्यता कमी होते.

कोविड -१९ लस कोणाला मिळाली पाहिजे?

प्रत्येकाला कोविड -१९ ही लस मिळावी. जेव्हा प्रत्येकासाठी पुरेसे लस नसते तेव्हा सर्वात आधी आजारी पडण्याचा धोका असलेल्या लोकांच्या गटांना ही लस देणे योग्य होते:

- आरोग्य कर्मचारी जे कोविड -१९ पासून आजारी असलेल्या लोकांची काळजी घेतात किंवा त्यांच्याबरोबर वेळ घालवतात
- ज्या कामगारांची कामे त्यांना रोज बऱ्याच लोकांच्या संपर्कात आणतात, खासकरून जर गर्दीच्या ठिकाणी राहतात
- जेष्ठ मंडळी, ज्यांना कोविड -१९ चा गंभीर आजार होण्याची शक्यता तरुणांपेक्षा अधिक आहे
- लोक ज्यांना हृदय, मूत्रपिंड किंवा फुफ्फुसांचा आजार, मधुमेह, लठ्ठपणा, डाऊन सिंड्रोम आणि इतर आजार किंवा व्यंग आहेत

मुले यांवर कोविड -१९ च्या लसींचा कसा परिणाम होतो यावर संशोधन चालू आहे, मात्र १२ वर्ष व त्यावरील वयातील मुलांना लस देणे सुरक्षित आहे. असे दिसते की गर्भधारणेच्या काळात कोविड होणे लसीकरण करण्यापेक्षा अधिक धोकादायक असेल.

एखाद्या व्यक्तीस आधीच कोविड -१९ झाले असल्यास, त्यांनी अद्यापही लसीकरण करायला पाहिजे परंतु त्यांनी संसर्ग झाल्यानंतर ३ महिने होईपर्यंत प्रतीक्षा करावी.

आम्ही आपल्या मांडीमध्ये इंजेक्शन देऊ शकतो जेणे करून आपल्या हातास इजा होणार नाही.



मला लस लागल्यानंतर काय होते?

लसीकरणानंतर, आपले शरीर संरक्षण तयार करण्यास सुरवात करते, आणि अंतिम लसीकरणानंतर सुमारे दोन आठवड्यांनी आपले संरक्षण सर्वात मजबूत असेल, आपल्याला संपूर्ण संपूर्ण सुरक्षित बनवेल. आपणास यापुढे कोविड-१९ गंभीर आजारी करणार नाही.

जर समुदायामध्ये प्रत्येकास संपूर्ण लसी दिल्या असेल तर त्यांना यापुढे मास्क घालण्याची किंवा सोबत असताना इतर खबरदारी घेण्याची आवश्यकता राहणार नाही. आणि पूर्णपणे लसीकरण केलेले लोक न-लसीकरण झालेले पण निरोगी व्यक्ती किंवा कुटुंबासह कुठल्याही खबरदारीशिवाय सुरक्षितपणे राहू शकतात.

परंतु जो पर्यंत समाजातील बहुतेक लोकं संपूर्ण लसीकरण करणार नाहीत, तोपर्यंत कोविड -१९ या आजाराने प्रसार होत राहिल आणि ते आजारी करत राहिल. विशेषतः जेव्हा वृद्ध लोकांसह, आरोग्याच्या समस्या असलेले लोकांसह किंवा मधुमेह, श्वासोच्छ्वासाच्या समस्या इत्यादी सारख्या दीर्घकालीन आजार असलेल्या लोकांसह वेळ घालवितांना प्रत्येकाने कोविड -१९ चा प्रसार रोखण्यासाठी खबरदारी घेणे आवश्यक आहे: मास्कचा वापर, वारंवार हात धुणे, ज्यांच्यासह आपण राहत नाही त्यांच्याबरोबर घरामध्ये राहणे टाळणे आणि इतरांपासून कमीत कमी 2 मीटर (6 फूट) अंतर ठेवणे.

विषमता आणि साथीचा रोग

कोविड -१९ ने जगभरातील लोक आणि राष्ट्रांमध्ये भयंकर असमानता अधोरेखित केली आहे. विषाणूचा प्रसार रोखण्यासाठी ठेवलेल्या क्वारंटीनचा/टाळेबंदीचा लोकांना वेगळ्या प्रकारे ते कसे कमवितात, ते कुठे राहतात आणि त्यांना असलेला संसाधनांपर्यंत पोहचू शकणे यानुसार परिणाम झाला आहे. लोक भुकेले आहेत, नोकरी व उत्पन्न गमाविलेले आहेत, घरातून काढून टाकण्यात आलेले आहेत, आवश्यक असलेली औषधे नाकारण्यात आलेली आहेत, नैराश्याने ग्रस्त आहेत आणि काहींच्या मानसिक आरोग्यावर ताणतणाव आहेत. या समस्या संबोधित करण्यासाठी, बरेच लोक आणि गट एकमेकांना मदत करण्यासाठी आणि स्थानिक आणि राष्ट्रीय सरकारकडून पाठिंब्याची मागणी करण्यासाठी एकत्र आले आहेत.

हीच असमानता लसी मिळण्यासाठी आंतरराष्ट्रीय स्तरावर घडत आहे. श्रीमंत देश लसी विकत घेत आहेत तर गरीब देशांतील सरकारे त्यांच्या लोकांना लसीकरण करण्यामध्ये रांगेत सर्वात शेवटी आहेत. याचा अर्थ या देशांमध्ये या साथीच्या आजाराने आणलेले दुख व गरिबी हे अधिक काळ टिकेल. समान कोविड-१९ चा प्रतिसाद खालील बाबींची मागणी करतो:

- कोविड-१९ लसी, विकत घेण्याच्या क्षमतेवरून नाही, तर ते मिळण्याची सर्वांना योग्य संधी.
- औषध कंपन्यांनी तंत्रज्ञान हस्तांतरित करणे आवश्यक आहे जेणेकरून जेथे त्यांची आवश्यकता आहे तेथे प्रादेशिक लसी बनविता येतील.
- जागतिक व्यापार संघटनेने कोविड -१९ साथीचा रोग आपत्कालीन म्हणून ओळखले पाहिजे आणि ट्रिप्सवरील करार (Trade-Related Aspects of International Property Rights) माफ करावा जेणे करून देश स्वतः लस तयार करू शकतील.

