



MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

VACCINATION INFORMATION SHEET MODERNA / SPIKEVAX COVID-19 VACCINE

The Moderna/Spikevax vaccines have been authorised by the Health Sciences Authority (HSA) for use in Singapore. The vaccines are available for persons aged 6 months and above. Read this information carefully. Consult your doctor or clinic if you have questions.

1. What is COVID-19?

COVID-19 is a respiratory illness that can range from mild to severe disease. Spread is mainly through droplets, airborne particles, or touching contaminated surfaces. Symptoms appear 2 to 14 days after exposure, and can include fever, cough, shortness of breath, sore throat, runny nose or loss of smell or taste. Complications can include respiratory failure, heart attacks, blood clots and other long-term problems.

2. What is the Moderna/Spikevax COVID-19 vaccine?

The Moderna/Spikevax COVID-19 vaccine protects against COVID-19. The vaccine contains messenger RNA (mRNA) which helps your immune system to produce protection. The vaccine reduces the risks of infection and severe disease from COVID-19, and has good protection against the current virus variants.

The primary series of the vaccine consists of 2 doses taken at the recommended interval of 8 weeks or at least 28 days apart. Additional doses of the vaccine may be taken after completion of a primary series in accordance with prevailing recommendations.

The vaccine is safe, but like other vaccines and medications, side effects can happen. These are usually mild and get better in 1 to 3 days.

3. Who should get the vaccine? Who should not get the vaccine?

You should get this vaccine to be protected against COVID-19. You must be 6 months old and above.

You should **NOT** get this vaccine if you had a high-risk allergic reaction (including anaphylaxis), to a prior dose of this vaccine if it occurred within 4 hours of vaccination, or if you have a known allergy to any ingredients in this vaccine, such as Polyethylene glycol (PEG) (see Section 5). If you had an allergy or anaphylaxis to other vaccines, you **CAN** receive this vaccine without the need for an allergist review.

Tell your doctor or nurse before getting this vaccine if you:

- had a fever in the past 24 hours
- have active cancer treatment, organ/stem cell transplantation, or are immunocompromised
- have a low platelet count, bleeding disorder, or taking blood thinning medications
- had COVID-19 infection before, or received another COVID-19 vaccine

Most people with the above conditions or situations can receive the vaccine, but the doctor or nurse may provide additional advice.

4. How is the Moderna/Spikevax COVID-19 vaccine given?

This vaccine is given as an injection into the muscle of your upper arm, or alternatively for children, as an injection into the thigh muscle.

5. What are the ingredients in the Moderna/Spikevax COVID-19 Vaccine?

The Moderna/Spikevax COVID-19 Vaccine includes the following ingredients: messenger ribonucleic acid (mRNA), lipids (SM-102, polyethylene glycol [PEG] 2000 dimyristoyl glycerol [DMG], cholesterol, and 1,2-

distearoyl-sn-glycero-3-phosphocholine [DSPC]), tromethamine, tromethamine hydrochloride, acetic acid, sodium acetate, and sucrose.

6. What are the possible side effects? How do I manage the side effects?

Like other vaccines and medications, side effects can happen. Most side effects are mild or moderate, and usually get better within a few days. The table below lists some common side effects that have been reported with this vaccine, and how to manage them.

Side Effects	How to Manage
Pain, redness, swelling at the injection site	Those with fever are advised to self-isolate at home until the fever subsides. Paracetamol 1 to 2 tablets every 6 hours for adults or dosed according to the child's weight as needed.
Fever, chills	
Headache, muscle pain, joint pain	
Tiredness	Rest
Lymph node swelling at neck or arms	Usually gets better by itself in a week or so

- See a doctor if side effects persist or get worse.
- See a doctor to get tested for COVID if you develop cough, sore throat, or runny nose, since you do not develop full protection until at least 2 weeks after completing the second dose.
- Very rarely, this vaccine may cause a severe allergic reaction or anaphylaxis. Symptoms include difficulty breathing, swelling of your face/throat/eyes/lips, fast heartbeat, dizziness/weakness, or rash. If you experience these, **seek medical attention immediately**. Call 995 or go to the nearest A&E immediately.
- Very rarely, this vaccine may cause heart inflammation (myocarditis). Symptoms include chest pain, difficulty breathing or abnormal heartbeats. If you experience these, seek medical attention immediately.
- If you experience side effects after vaccination which are not listed above, please consult your doctor.

7. Any Other Advice?

Advice for different groups of vaccine recipients:

- If you are on blood thinning medicines, press firmly on the injection site for 5 minutes.
- If you are on active cancer treatment, recent organ/stem cell transplantation or are on aggressive immunotherapy, please consult your specialist to discuss if you can get this vaccine.
- Pregnant women and those planning to get pregnant should get vaccinated. Vaccination carries significant benefits for pregnant women and women trying to conceive. There is no evidence that vaccination is harmful in pregnancy.

Before vaccination:

- Continue to take your medications as usual, and do not stop them just for the vaccination.
- Avoid dehydration or skipping meals, to reduce risk of fainting after vaccination.
- If you have a fever or are acutely ill, you should re-schedule your vaccination.

After vaccination:

It is advisable to avoid the following after vaccination, to reduce the risk of adverse effects:

- Men aged 12-29 should avoid strenuous physical activity or intense exercise for one week after each dose.

8. How do I report side effects?

If you experience severe or unusual side effects, see your doctor, who will be able to advise you and report the side effects to HSA. You may also report side effects directly to HSA on a form by scanning this **QR code**.



The content of this information sheet was updated on 01/03/2024. For the latest COVID-19 vaccine consumer information, please refer to the HSA website at <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>

MOH MODERNA / SPIKEVAX COVID-19 VACCINATION FORM - FORM 1
TO BE COMPLETED BY PATIENT (please approach our staff if you need help)

PART A: PERSONAL PARTICULARS										<i>Queue</i>	<i>Registration</i>	
NAME (BLOCK LETTERS):						NRIC No./Foreign Identification No. (FIN):						
Gender:		Date of Birth (dd/mm/yyyy):		Age:		Ethnic Group:		Residential Status:				
☐ Male ☐ Female						☐ Chinese ☐ Indian ☐ Malay ☐ Others		☐ Citizen ☐ Long term ☐ Permanent Resident ☐ Other				
Address*:								Handphone Number:				
Postal Code:								Email Address*:				
PART B: MEDICAL INFORMATION										<i>Waiting Area</i>		
PART B1: FEVER										NO	YES	
Have you had a fever (temperature $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$) in the past 24 hours?										☐	☐	
PART B2: ADVERSE EVENTS TO VACCINES										NO	YES	
Have you ever had any allergic reactions to a previous dose of an mRNA COVID-19 vaccine (Pfizer-BioNTech/Comirnaty or Moderna/Spikevax)?												
- Anaphylaxis: severe reaction with two or more of the following: (a) hives or face/eyelid/lip/throat swelling, (b) difficulty breathing, (c) dizziness - Have you had rash OR hives OR face/eyelid/lip swelling?										☐	☐	
Have you been diagnosed with heart inflammation (myocarditis/pericarditis) after a previous dose of a COVID-19 vaccine?										☐	☐	
PART B3: SPECIAL SITUATIONS (CAN STILL VACCINATE)										NO	YES	
Have you ever had anaphylaxis to medications, insect stings, food, or unknown triggers (For females) Are you pregnant or suspect that you are pregnant (late menstrual period)? Are you currently taking these medications or have these medical conditions?										☐	☐	
- Blood-thinning medications (e.g., warfarin, apixaban, rivaroxaban etc) - Bleeding disorder or low platelets - On cancer treatment (immunotherapy / chemotherapy / radiotherapy in the past 3 months OR planned in the next 2 months)[#] - Recent transplant in the past 3 months[#] - Aggressive Immunotherapy for non-cancer conditions (e.g. rituximab etc)[#]										☐	☐	
PART C: PATIENT DECLARATION AND CONSENT												
I declare that the information I have given is true and complete to the best of my knowledge												
I have been informed of the risks, benefits, and side effects of COVID-19 vaccination, and I wish to receive COVID-19 vaccination												
☐ I AGREE to receive COVID-19 vaccination; OR ☐ I DO NOT wish to receive COVID-19 vaccine**												
Name of patient / parent / guardian				NRIC No. / FIN				Signature		Date (dd/mm/yyyy)		

* Fields not required if names are submitted via nominal roll, appointment booking system and healthcare workers under the self-vaccination exercise.

** If patient **does not** wish to receive COVID-19 vaccine, there is no need to complete **FORM 2**.

Memo from treating specialist is required to proceed with vaccination.

MOH MODERNA / SPIKEVAX COVID-19 VACCINATION FORM (ASSESSMENT CLINIC) – FORM 2
TO BE COMPLETED BY DOCTOR OR NURSE AT THE VACCINATION SITE

PART D: CLINICAL SAFETY REVIEW OF PATIENTS			
PART D1: NOT ELIGIBLE FOR PFIZER-BIONTECH / COMIRNATY IF YES → DO NOT VACCINATE		NO	YES
• Child under 6 months old		☐	☐
PART D2: CONTRAINDICATIONS TO COVID-19 VACCINE IF YES → DO NOT VACCINATE		NO	YES
• High-risk/immediate (onset ≤4h) allergic reaction or anaphylaxis to previous dose of same vaccine, or any of its components		☐	☐
• Myocarditis / pericarditis after a previous COVID-19 vaccine		☐	☐
PART D3: PRECAUTIONS → POSTPONE VACCINATION IF YES → DO NOT VACCINATE		NO	YES
• Fever (≥ 37.5°C) in past 24 hr → Re-schedule vaccination when fever has resolved		☐	☐
PART D4: SPECIAL SITUATIONS → CAN VACCINATE IF YES to being on anti-coagulation, has bleeding disorder or low platelets →		NO	YES
• Advise to hold firm pressure at injection site for 5 minutes		☐	☐
IF YES to being/possibly pregnant →		☐	☐
• Check if patient wishes to discuss with obstetrician (optional)		☐	☐
IF YES to any of the below, check if the suitability has been assessed by treating specialist		☐	☐
• On cancer treatment (immunotherapy / chemotherapy / radiotherapy) less than 3 months ago or planned in the next 2 months		☐	☐
• Recent transplant in the past 3 months		☐	☐
• Aggressive immunotherapy for non-cancer conditions (e.g., rituximab, etc.)		☐	☐
IF YES to history of anaphylaxis →		☐	☐
• ENSURE POST-VACCINATION OBSERVATION PERIOD OF 30 MINUTES		☐	☐
CLINICAL ASSESSMENT: ☐ Risks, benefits, adverse effects discussed; patient form & consent checked VACCINATE? ☐ YES → PROCEED TO VACCINATION ☐ NO ☐ Not eligible OR has contraindications → NO VACCINATION ☐ Fever → RESCHEDULE vaccination when fever has resolved		Form Completed by _____ Name (stamp) / Signature / Date	
PART E: VACCINATION RECORD			
COVID-19 vaccine given: ☐ #1 Date: ☐ #2 Date: ☐ #3 Date: ☐ #4 Date: ☐ #5 Date: ☐ #6 Date: <i>Please record any further doses, as applicable</i>	Injection site: ☐ Left deltoid ☐ Right deltoid ☐ Left thigh ☐ Right thigh ☐ Other _____	Vaccine Brand (*specify version): ☐ Pfizer-BioNTech/Comirnaty (Original / Bivalent / XBB.1.5)* ☐ Moderna/Spikevax (Original / Bivalent / XBB.1.5)* ☐ Sinovac-CoronaVac ☐ Novavax/Nuvaxovid ☐ Other _____	Batch number: Bottle number (if applicable):
Place of Vaccination:		Vaccinated by: _____	
		Name (stamp) / Signature / Date	
PART F: OBSERVATION & DISCHARGE			
☐ Vaccine card & vaccine information sheet (VIS) given ☐ Observe patient after vaccination (for syncope, anaphylaxis etc) ☐ If allergic symptoms develop during observation, observe until stable or refer to ED			Time of vaccination:
Remarks by doctor (If treatment required):		Assessed by: _____	
		Name (stamp) / Signature / Date	

¹ For persons with history of anaphylaxis or allergic reactions (<4h) to any other COVID-19 vaccines, observe for **30 min.**

冠病疫苗接种须知

莫德纳 (MODERNA) / SPIKEVAX 2019 冠病疫苗

这款疫苗已获得卫生科学局批准在新加坡使用。6个月及以上年龄层的人士可接种这款疫苗。请仔细阅读这份资料。如有疑问，请向医生或疫苗接种诊所咨询。

1. 什么是2019冠状病毒疾病 (COVID-19) ?

2019冠状病毒疾病 (简称冠病) 是一种呼吸道疾病，其严重程度因人而异，有的病情很轻微，有的却很严重。病毒主要通过飞沫、空气中的颗粒，或触摸受感染的表面传播。症状会在病患接触病毒后的两天至14天内出现，并可能包括发烧、咳嗽、呼吸困难、喉咙痛、流鼻涕、失去嗅觉或味觉。该疾病可能引起的并发症包括呼吸道衰竭、心脏病发作、血栓及其他长期健康问题。

2. 什么是莫德纳/Spikevax 2019冠病疫苗?

莫德纳/Spikevax 2019冠病疫苗能对冠病起到预防作用。该疫苗含有信使核糖核酸 (mRNA)，有助免疫系统产生抗体。该疫苗能降低感染冠病以及染病后患上重症的风险，对目前的变种新冠病毒株也具有良好的保护作用。

接种者需要施打两剂疫苗才算完成基本疫苗接种程序。当局建议接种第一剂疫苗和第二剂疫苗的间隔为8个星期或至少28天。在完成基本疫苗接种程序后，可根据现行建议施打疫苗追加剂。

接种这款冠病疫苗是安全的。但与其他疫苗及药物一样，您可能在接种疫苗后出现副作用。这些副作用通常较轻微，并会在一至三天内消退。

3. 哪些人应该或不应该接种这款疫苗?

您应该接种疫苗，以避免感染冠病。接种人士必须是6个月及以上年龄层。

如果您在接种这款疫苗后的四个小时内出现高风险过敏反应 (包括过敏性休克)，抑或您对这款疫苗的任何成分 (如聚乙二醇 (PEG))，请参阅第5题) 有过敏反应，您 **不应** 接种此疫苗。如果您曾因注射其他疫苗而出现过敏反应或过敏性休克，您不需要提前接受过敏症专科医生的评估，也 **可以** 接种这款疫苗。

如果您有以下情况，请在接种疫苗前告诉医生或护士：

- 在过去24小时内发烧
- 目前正在接受癌症治疗，或进行过器官或干细胞移植手术，或免疫功能低下
- 血小板计数低、患有出血性疾病，或正在服用血液稀释药物
- 曾感染2019冠病或已接种另一款2019冠病疫苗

大部分符合以上情况的人士应该还是可以接种疫苗，不过医生或护士可能会提供更多建议。

4. 如何接种莫德纳/Spikevax 2019 冠病疫苗?

该疫苗将通过上臂肌肉注射方式接种。孩童可选择通过大腿肌肉注射方式接种疫苗。

5. 莫德纳/Spikevax 2019冠病疫苗含有哪些成分?

莫德纳/Spikevax 2019 冠病疫苗的成分包括：信使核糖核酸、脂质 (SM-102、聚乙二醇 [PEG] 2000 二肉豆蔻酰基甘油 [DMG]、胆固醇和 1,2-二硬脂酰基-sn-甘油-3-磷酸胆碱 [DSPC])、氨丁三醇、盐酸氨丁三醇、乙酸、乙酸钠和蔗糖。

6. 2019 冠病疫苗可能会引起哪些副作用？我应如何应对？

与其他疫苗及药物一样，2019冠病疫苗可能会引起副作用。大多数的副作用都很轻微，而且通常会在数天内消退。下表列出了此疫苗的常见副作用及其应对方式：

副作用	应对方式
注射部位疼痛、红肿	如果您发烧，我们建议您留在家中自我隔离，直到退烧为止。
发烧、发冷	

头痛、肌肉或关节疼痛	如有需要，成人可以每隔六小时服用一至两片扑热息痛（Paracetamol）。如果是孩童服用，则需按体重调整剂量。
疲惫	休息
颈部或手臂的淋巴结肿胀	通常会在一个星期左右自然消退

- 如果副作用持续或恶化，请看医生。
- 如果您出现咳嗽、喉咙痛或流鼻涕等症状，请看医生并接受冠病检测，因为您接种第二剂疫苗后，必须等过了至少两周，才能获得全面保护。
- 这款冠病疫苗引起严重过敏反应或过敏性休克的案例极为罕见。其症状包括呼吸困难、脸部、喉咙、眼睛或嘴唇肿胀、心跳急促、头晕、乏力或皮疹。如果您出现以上症状，**请立即求医**。立即拨 995 或前往邻近的医院急诊部。
- 这款疫苗引起心肌炎的案例极为罕见。其症状包括胸痛、呼吸困难和心跳异常。如果您出现以上症状，请立即求医。
- 如果您接种疫苗后出现这里未列举的副作用，请向医生咨询。

7. 我还应该注意哪些事项？

不同疫苗接种群体应注意的事项如下：

- 如果您正在服用血液稀释药物，您应用力按压注射部位 5 分钟。
- 如果您正在接受癌症治疗，或刚进行器官或干细胞移植手术，或正在接受激烈免疫疗法，请和您的专科医生讨论自己是否适合接种这款疫苗。
- 孕妇及准备怀孕的妇女应该接种疫苗。接种疫苗对孕妇及计划生育的妇女有显著的益处，目前也没有证据显示疫苗会对孕妇产生不良影响。
- 除非医生另有指示，否则孩童施打冠病疫苗应和其他疫苗接种间隔两个星期或以上。

接种疫苗前：

- 请照常服药，不要因为接种疫苗而停止服药。
- 请摄取足够水分，不要空腹，以减低接种疫苗后晕倒的风险。
- 如果您发烧或突然病倒，请更改预约时段，改日再接种疫苗。

接种疫苗后：

为减低引起不良反应的风险，接种疫苗后 12 至 29 岁的男士需要避免在一个星期内进行剧烈的体力活动或运动。

8. 如果出现副作用，我应如何通知有关当局？

如果您出现严重或异常的副作用，请看医生。医生能给您建议，并向卫生科学局上报您的情况。您也可以扫描这个 **QR 码**，填写有关表格直接向卫生科学局报告您接种疫苗后出现的副作用。

这份资料的内容是在 2024 年 03 月 01 日更新。欲知 2019 冠病疫苗的最新消息，请浏览卫生科学局的网站 <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>



KERTAS MAKLUMAT PEMVAKSINAN VAKSIN COVID-19 MODERNA / SPIKEVAX

Vaksin Moderna/Spikevax ini telah disahkan oleh Penguasa Sains Kesihatan (HSA) bagi penggunaan di Singapura. Vaksin ini tersedia untuk individu berusia 6 bulan dan ke atas. Baca maklumat ini dengan teliti. Dapatkan nasihat doktor atau klinik anda sekiranya anda mempunyai soalan.

1. **Apakah itu COVID-19?**

COVID-19 merupakan sejenis penyakit pernafasan yang boleh menyebabkan pesakit mengalami penyakit yang ringan hingga teruk. Penyakit ini lazimnya disebarkan melalui titisan, zarah bawaan udara, atau apabila kita menyentuh permukaan yang tercemar. Simptom-simptom muncul antara 2 hingga 14 hari selepas pendedahan kepada virus dan ini boleh termasuk demam, batuk, sesak nafas, sakit tekak, hidung berair atau kehilangan deria bau atau rasa. Komplikasi-komplikasi boleh termasuk kegagalan sistem pernafasan, serangan jantung, bekuan darah dan masalah-masalah kesihatan jangka panjang lain.

2. **Apakah itu vaksin COVID-19 Moderna/Spikevax?**

Vaksin COVID-19 Moderna/Spikevax memberi perlindungan daripada COVID-19. Vaksin tersebut mengandungi pengutus RNA atau mRNA yang membantu sistem daya tahan anda menghasilkan perlindungan. Vaksin tersebut mengurangkan risiko jangkitan dan penyakit teruk disebabkan COVID-19, dan memberikan perlindungan baik terhadap varian-varian virus pada masa ini.

Siri primer vaksin ini terdiri daripada 2 dos yang diambil selang 8 minggu seperti yang disarankan atau sekurang-kurangnya dalam jarak masa 28 hari. Dos tambahan vaksin ini boleh diambil selepas lengkapnya siri primer menurut saranan yang sedia ada.

Vaksin ini adalah selamat, tetapi seperti vaksin-vaksin dan ubat-ubatan lain, kesan-kesan sampingan boleh berlaku. Biasanya kesan-kesan sampingan tersebut adalah ringan dan keadaan akan bertambah baik selepas 1 hingga 3 hari.

3. **Siapa yang harus mendapatkan vaksin? Siapa yang tidak seharusnya mendapatkan vaksin?**

Anda harus mendapatkan vaksin ini untuk dilindungi daripada COVID-19. Anda mesti berusia 6 bulan dan ke atas.

Anda **TIDAK** harus mendapatkan vaksin ini jika anda pernah mengalami tindak balas alahan yang berisiko tinggi (termasuk anafilaksis) terhadap dos vaksin ini sebelumnya jika ia berlaku dalam tempoh 4 jam selepas vaksinasi, atau jika anda tahu anda mempunyai alahan kepada sebarang bahan dalam vaksin ini, seperti Polyethylene glycol (PEG) (lihat Bahagian 5). Jika anda pernah mengalami tindak balas alahan atau anafilaksis kepada vaksin-vaksin lain, anda **BOLEH** mendapatkan vaksin ini tanpa memerlukan pemeriksaan dari pakar alergi.

Beritahu doktor atau jururawat anda sebelum mendapatkan vaksin ini, sekiranya anda:

- demam dalam 24 jam yang lepas
- sedang menjalani rawatan aktif untuk penyakit barah, pemindahan organ/sel tunjang (stem cell), atau mengalami sistem daya tahan yang terjejas
- mempunyai bilangan platelet yang rendah, gangguan pendarahan, atau mengambil ubat pencair darah
- telah dijangkiti COVID-19 sebelum ini, atau telah menerima vaksin COVID-19 yang lain

Kebanyakan individu yang mengalami keadaan atau situasi di atas boleh mendapatkan suntikan vaksin, tetapi doktor atau jururawat mungkin akan berikan nasihat tambahan.

4. **Bagaimanakah vaksin COVID-19 Moderna/Spikevax diberikan?**

Vaksin ini diberikan sebagai suntikan ke dalam otot lengan atas anda, atau sebagai alternatif untuk kanak-kanak, sebagai suntikan ke dalam otot paha.

5. **Apakah bahan-bahan yang terkandung dalam Vaksin COVID-19 Moderna/Spikevax?**

Vaksin Moderna/Spikevax COVID-19 mengandungi bahan-bahan berikut: asid ribonukleik pengutus (mRNA), lipid (SM-102, polietilena glikol [PEG] 2000 dimyristoyl gliserol [DMG], kolesterol, dan 1,2-distearoyl-sn-glisero-3-phosphocholine [DSPC]), tromethamine, tromethamine hidroklorida, asid asetik, sodium asetat, dan sukrosa.

6. Apakah kesan sampingan yang boleh berlaku? Bagaimanakah saya dapat merawat kesan sampingan?

Seperti vaksin-vaksin dan ubat-ubatan lain, kesan-kesan sampingan boleh berlaku. Kebanyakan kesan sampingan adalah ringan atau sederhana dan biasanya pulih dalam masa beberapa hari. Jadual di bawah menyenaraikan beberapa kesan sampingan biasa yang telah dilaporkan dengan pengambilan vaksin ini, dan cara merawatnya.

Kesan-kesan Sampingan	Cara Mengawalnya
Sakit, kemerahan, bengkak di bahagian yang disuntik	Individu yang demam dinasihati supaya mengasingkan diri di rumah sehingga demam mereka reda. 1 hingga 2 tablet Parasetamol setiap 6 jam bagi orang dewasa. Kanak-kanak boleh mengambil ubat Parasetamol mengikut dos yang sesuai dengan berat badan mereka apabila perlu.
Demam, seram sejuk	
Sakit kepala, sakit otot, sakit sendi	
Rasa penat	Rehat
Bengkak nodus limfa di leher atau lengan	Biasanya akan pulih dengan sendirinya dalam masa sekitar seminggu

- Jumpa doktor sekiranya kesan sampingan tidak reda atau bertambah teruk.
- Jumpa doktor untuk jalani ujian COVID sekiranya anda mengalami batuk, sakit tekak atau hidung berair, kerana anda tidak dapat perlindungan sepenuhnya sehingga sekurang-kurangnya 2 minggu selepas mendapatkan dos kedua.
- Jarang sekali vaksin ini boleh menyebabkan tindak balas alahan yang teruk atau anafilaksis. Simptom-simptom termasuk kesukaran bernafas, bengkak pada muka/tekak/mata/bibir anda, degupan jantung yang deras, pening kepala/berasa lemah atau ruam teruk. Sekiranya anda mengalami simptom-simptom tersebut, **segera dapatkan rawatan perubatan**. Hubungi 995 atau segera ke A&E terdekat.
- Jarang sekali vaksin ini boleh menyebabkan keradangan jantung (miokarditis). Simptom-simptom termasuk sakit dada, kesukaran bernafas atau degupan jantung yang tidak normal. Sekiranya anda mengalami simptom-simptom tersebut, segera dapatkan rawatan perubatan.
- Sekiranya anda mengalami kesan-kesan sampingan selepas vaksinasi yang tidak disenaraikan di atas, sila dapatkan nasihat doktor anda.

7. Ada Nasihat Lain?

Nasihat kepada kumpulan penerima vaksin yang berbeza:

- Sekiranya anda menggunakan ubat pencair darah, tekan dengan kuat di bahagian suntikan selama 5 minit
- Sekiranya anda sedang menjalani rawatan aktif untuk penyakit barah, menjalani pemindahan organ/sel tunjang (stem cell) baru-baru ini atau sedang menjalani imunoterapi agresif, sila rujuk kepada pakar anda untuk membincangkan sama ada anda boleh mendapatkan vaksin ini.
- Wanita hamil dan mereka yang merancang untuk hamil harus menjalani vaksinasi. Vaksinasi memberikan manfaat yang besar kepada wanita hamil dan wanita yang sedang berusaha untuk hamil. Tiada bukti yang menunjukkan bahawa vaksinasi berbahaya semasa hamil.
- Pada kanak-kanak, perlu ada tempoh selang 2 minggu atau lebih antara vaksin COVID-19 dan vaksin-vaksin lain, melainkan dinasihatkan sebaliknya oleh doktor anda.

Sebelum vaksinasi:

- Terus mengambil ubat-ubatan anda seperti biasa, dan jangan berhenti mengambilnya hanya untuk vaksinasi.
- Minum air secukupnya dan elakkan dari tidak makan, untuk mengurangkan risiko pengsan selepas vaksinasi.
- Jika anda demam atau mengalami sakit teruk, anda sepatutnya menukar tarikh vaksinasi anda.

Selepas vaksinasi:

Anda dinasihatkan supaya mengelakkan perkara-perkara berikut selepas vaksinasi, untuk mengurangkan risiko kesan-kesan buruk:

- Lelaki berusia 12-29 tahun harus mengelakkan aktiviti fizikal berat atau senaman lasak selama satu minggu selepas setiap dos.

8. Bagaimana cara saya membuat laporan jika berlakunya kesan sampingan?

Jika anda mengalami kesan-kesan sampingan teruk atau luar biasa, jumpa doktor anda. Doktor anda boleh menasihati anda dan melaporkan kesan-kesan sampingan tersebut kepada HSA. Anda juga boleh membuat laporan tentang kesan sampingan secara langsung kepada HSA menggunakan borang dengan mengimbas **kod QR** ini.



Kandungan dalam lembaran maklumat ini dikemas kini pada 01/03/23. Bagi maklumat terkini untuk pengguna vaksin COVID-19, sila rujuk kepada laman web HSA di <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>



VACCINATION INFORMATION SHEET
MODERNA /SPIKEVAX COVID-19 VACCINE

தடுப்பு மருந்து தகவல் ஏடு
(தடுப்பு மருந்து பெறுவோருக்கானது)

மொடர்னா (Moderna) / ஸ்பைக்வேக்ஸ் (Spikevax) கொவிட்-19 தடுப்பு மருந்து

இந்தத் தடுப்பு மருந்தை, சுகாதார அமைச்சின் வழிகாட்டுதலின்கீழ் சிங்கப்பூரில் பயன்படுத்துவதற்கு, சுகாதார அறிவியல் ஆணையம் (HSA) அங்கீகாரம் அளித்திருக்கிறது. இந்தத் தடுப்பூசிகள் 6 மாதத்திற்கும் மேற்பட்டோருக்குப் போடப்படலாம். இத்தகவலைக் கவனமாகப் படிக்கவும். உங்களுக்கு ஏதேனும் மேலும் கேள்விகள் இருந்தால், உங்கள் மருத்துவரிடம் அல்லது மருந்தகத்திடம் ஆலோசனை நாடுங்கள்.

1. கொவிட்-19 என்பது என்ன?

கொவிட்-19 என்பது ஒருவித சுவாசக்குழாய் நோய். இந்நோயினால் லேசான பாதிப்பிலிருந்து கடுமையான பாதிப்பு வரை நேரலாம். பெரும்பாலும் சுவாசத்துளிகளாலோ, காற்றில் கலந்த துகள்களாலோ அல்லது மாசுபடிந்த மேற்பரப்புகளைத் தொடுவதால் நோய் பரவுகிறது. கிருமித்தொற்று ஏற்பட்டு 2 முதல் 14 நாட்களுக்குப் பிறகு அறிகுறிகள் தென்படும். காய்ச்சல், இருமல், மூச்சுத்திணறல், தொண்டைப்புண், சளி, நுகர்வுணர்வு அல்லது சுவையுணர்வு இழப்பு போன்றவை அறிகுறிகளில் உள்ளடங்கும். நோயினால் ஏற்படும் சிக்கலான பிரச்சனைகளில் சுவாசச் செயலிழப்பு, மாரடைப்பு, இரத்தக் கட்டுகள் ஆகியனவும் இதர நீண்டகாலப் பிரச்சனைகளும் உள்ளடங்கும்.

2. மொடர்னா (Moderna) / ஸ்பைக்வேக்ஸ் (Spikevax) கொவிட்-19 தடுப்பு மருந்து என்பது என்ன?

மொடர்னா (Moderna) / ஸ்பைக்வேக்ஸ் (Spikevax) கொவிட்-19 தடுப்பு மருந்து கொவிட்-19 கிருமித்தொற்றுக்கு எதிரான பாதுகாப்பை அளிக்கிறது. இந்தத் தடுப்பு மருந்தில் உள்ள “எம்ஆர்என்ஏ தகவலாட்டி” (mRNA) உடலின் நோய் எதிர்ப்புச்சக்தி பாதுகாப்பை உருவாக்க உதவுகிறது. அதோடு, இது கொவிட்-19 கிருமிப்பரவலின் அறிகுறிகளிலிருந்து மிகுந்த எதிர்ப்புச்சக்தி ஆற்றலைக் கொண்டுள்ளது, தற்போது இருக்கும் கிருமிவகைகளிலிருந்தும் நல்ல பாதுகாப்பு வழங்குகிறது.

கொரோனாவிற்கான அடிப்படைத் தடுப்பூசித் திட்டத்தின்கீழ், தடுப்பூசியானது இரண்டு முறை போட்டுக்கொள்ளவேண்டும். இரண்டாம் தடுப்பூசியை பரிந்துரைக்கப்பட்ட 8 வார இடைவெளியில் அல்லது குறைந்தது 28 நாள் கழித்து போடவேண்டும். கூடுதல் தடுப்பூசியானது (Additional), 18 வயதுக்கும் மேற்பட்டோருக்கு, அடிப்படைத் தடுப்பூசிகள் போட்டுக்கொண்ட பிறகு, அப்போதுள்ள பரிந்துரைகளுக்கேற்ப போட்டுக்கொள்ளப்படலாம்.

இந்தத் தடுப்பு மருந்து பாதுகாப்பானது என மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது. ஆயினும், மற்ற தடுப்பூசிகள், மருந்துகளைப் போல, சில பக்க விளைவுகள் ஏற்படலாம். அவை பெரும்பாலும் மிதமாக இருப்பதுடன் 1 முதல் 3 நாட்களில் சரியாகிவிடும்.

3. தடுப்பு மருந்தை யார் பெறவேண்டும்? யார் பெறக்கூடாது?

கொவிட்-19 கிருமித்தொற்றிலிருந்து பாதுகாத்துக்கொள்ள இந்தத் தடுப்பு மருந்தை நீங்கள் பெறவேண்டும். நீங்கள் 6 மாதம் வயதுக்கும் மேற்பட்டவராக இருக்கவேண்டும்.

உங்களுக்கு, இதற்குமுன் இந்தத் தடுப்பூசியைப் போட்டுக்கொண்டபோது தடுப்பூசி போட்டுக்கொண்ட 4 மணி நேரத்திற்குள் இந்தத் தடுப்பு மருந்தின்

உட்பொருட்களுக்கு (எ.கா. Polyethylene Glycol (PEG)) (பகுதி 5 பார்க்கவும்), கடுமையான ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடிய ஒவ்வாமை (anaphylaxis உட்பட) ஏற்பட்டிருந்தால், நீங்கள் இந்தத் தடுப்பூசியைப் **போட்டுக்கொள்ளக்கூடாது**. மற்ற தடுப்பூசிகளைப் போட்டுக்கொண்டபோது உங்களுக்கு ஒவ்வாமைப் பிரச்சினை அல்லது anaphylaxis ஏற்பட்டிருந்தால், நீங்கள் ஒவ்வாமை நிபுணரின் பரிசோதனையின்றி இந்தத் தடுப்பூசியைப் **போட்டுக்கொள்ளமுடியும்**.

பின்வரும் நிலைகள் உங்களுக்குப் பொருந்தும் எனில், இந்தத் தடுப்பூசியைப் போட்டுக்கொள்ளும் முன்னர், உங்கள் மருத்துவர் அல்லது தாதியிடம் அவை பற்றித் தெரிவிக்கவும்

- கடந்த 24 மணி நேரத்தில், உங்களுக்குக் காய்ச்சல் ஏற்பட்டிருந்தால்
- புற்றுநோய், உறுப்புமாற்று/ மூல உயிரணு சிகிச்சை பெற்றுக் கொண்டிருந்தால் அல்லது நோய் எதிர்ப்புக் குறைபாடு இருந்தால்
- குறைவான இரத்த அணுக்கள் இருந்தால், இரத்தக்கசிவு பிரச்சினைகள் அல்லது இரத்தத்தின் அடர்த்தியைக் குறைக்கும் மருந்துகளை எடுத்துக்கொண்டிருந்தால்
- இதற்குமுன் உங்களுக்கு கொவிட்-19 கிருமித்தொற்று ஏற்பட்டிருந்தால், அல்லது வேறு கொவிட்-19 தடுப்பு மருந்தைப் பெற்றிருந்தால்

மேற்குறிப்பிட்ட பிரச்சினைகள் உடையவர்களில் பெரும்பாலானோர் தடுப்பூசியைப் போட்டுக்கொள்ளலாம். ஆனால், மருத்துவர் அல்லது தாதி மேற்கொண்டு அறிவுரை வழங்கலாம்.

4. மொடர்னா (Moderna) / ஸ்பைக்வேக்ஸ் (Spikevax) கொவிட்-19 தடுப்பு மருந்து எப்படி தரப்படும்?

இந்தத் தடுப்பு மருந்து, உங்கள் கையின் மேற்பகுதி தசையில் ஊசிவழி ஏற்றப்படும் அல்லது குழந்தைகளுக்குத் தொடையின் தசையில் ஊசிவழி ஏற்றப்படும்.

5. மொடர்னா (Moderna) / ஸ்பைக்வேக்ஸ் (Spikevax) கொவிட்-19 தடுப்பு மருந்தில் உள்ள ஆக்கப்பொருட்கள் என்ன?

மொடர்னா (Moderna) / ஸ்பைக்வேக்ஸ் (Spikevax) கொவிட்-19 தடுப்பு மருந்தின் ஆக்கப்பொருட்களில் பின்வருவன உள்ளடங்கும்: messenger ribonucleic acid (mRNA), lipids (SM-102, polyethylene glycol [PEG] 2000 dimyristoyl glycerol [DMG], cholesterol, and 1,2-distearoyl-sn-glycero-3-phosphocholine [DSPC]), tromethamine, tromethamine hydrochloride, acetic acid, sodium acetate, and sucrose.

6. உத்தேசப் பக்கவிளைவுகள் என்னென்ன? பக்கவிளைவுகளை நான் எவ்வாறு சமாளிப்பது?

எல்லா தடுப்பூசிகள், மருந்துகளைப் போல, பக்கவிளைவுகள் உண்டாக்கக்கூடும். பெரும்பாலான பக்கவிளைவுகள் லேசாக அல்லது மிதமாக இருக்கும். ஒரு சில நாட்களுக்குள் பெரும்பாலும் சரியாகிவிடும். இந்தத் தடுப்பு மருந்துடன் அறிவிக்கப்பட்ட சில பொதுவான பக்க விளைவுகளையும், அவற்றைச் சமாளிப்பதற்கான வழிமுறைகளையும் பின்வரும் அட்டவணையில் காணலாம்.

பக்கவிளைவுகள்	எவ்வாறு சமாளிப்பது
ஊசி குத்திய இடத்தில் வலி, சிவத்தல், வீக்கம்	காய்ச்சல் உடையவர்கள், காய்ச்சல் தணியும்வரை, வீட்டில் தங்களைத் தாமே தனிமைப்படுத்திக்கொள்ளும்படி அறிவுறுத்தப்படுகின்றனர்.
காய்ச்சல், குளிர் நடுக்கம்	பெரியவர்கள் 6 மணி நேரத்திற்கு ஒருமுறை 1 முதல் 2

தலைவலி, தசை வலி, மூட்டு வலி	பெரசெட்டமால் மாத்திரைகளை உட்கொள்ளலாம். பிள்ளைகள் தேவையிருப்பின், அவரவர் உடல் எடைக்கு ஏற்ப பரிந்துரைக்கப்பட்ட அளவு மாத்திரைகளை உட்கொள்ளலாம்.
சோர்வு	ஓய்வு
கழுத்தில் அல்லது கைகளில் நிணநீர்க்கணு வீக்கம்	பெரும்பாலும் ஒரு வாரத்தில் தானாகச் சரியாகிவிடும்

- பக்க விளைவுகள் தொடர்ந்தால் அல்லது மோசமடைந்தால், மருத்துவரைச் சென்று பார்க்கவும்.
- இரண்டாம் முறை தடுப்பூசி போட்ட பின்னர், முழுமையான பாதுகாப்பு உண்டாக குறைந்து இரு வாரங்கள் எடுப்பதால், இரும்பு, மூக்குச் சளி, தொண்டைப் புண், மூச்சுத்திணறல் முதலான சுவாசப் பிரச்சினைக்கான அறிகுறிகள் தோன்றினால், மருத்துவரைச் சென்று பார்க்கவும்.
- மிக அரிதாக, இந்தத் தடுப்பு மருந்தால் கடுமையான ஒவ்வாமை அல்லது **anaphylaxis** ஏற்படலாம். மூச்சுத்திணறல், முகம்/ தொண்டை/ கண்கள்/ உதடுகள் வீங்குதல், வேகமான இதயத்துடிப்பு, தலைச்சுற்றல்/ பலவீனம், சொறி போன்றவை அவற்றின் அறிகுறிகள். உங்களுக்கு இவற்றில் எதேனும் ஏற்பட்டால், உடனடியாக மருத்துவக் கவனிப்பு பெறவும். உடனடியாக **995** அழைக்கவும் அல்லது ஆக அருகிலுள்ள அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்லவும்.
- மிக அரிதாக, இந்தத் தடுப்பு மருந்தால் இதய அழற்சி ஏற்படலாம். நெஞ்சு வலி, மூச்சுத்திணறல் அல்லது வழக்கத்திற்கு மாறான இதயத்துடிப்பு போன்ற அறிகுறிகள் ஏற்படலாம். இவற்றில் எதேனும் தென்பட்டால், உடனடியாக மருத்துவ உதவியை நாடவும்.
- தடுப்பூசி போட்டுக்கொண்ட பிறகு பட்டியலிடப்படாத பக்கவிளைவுகள் ஏதேனும் உங்களுக்கு ஏற்பட்டால், தயவுசெய்து உங்கள் மருத்துவரை நாடுங்கள்.

7. எவையேனும் ஆலோசனைகள் உள்ளனவா?

தடுப்பு மருந்து பெறும் வெவ்வேறு பிரிவினருக்கு ஆலோசனை:

- நீங்கள் இரத்தத்தின் அடர்த்தியைக் குறைக்கும் மருந்துகளை உட்கொண்டால், ஊசி குத்திய இடத்தில் **5** நிமிடம் அழுத்திப் பிடித்திருக்கவும்.
- நீங்கள் புற்றுநோய்க்கான சிகிச்சையைப் பெற்று வந்தால், அண்மையில் உறுப்புமாற்று/ மூல உயிரணு சிகிச்சை பெற்றிருந்தால் அல்லது தீவிர நோய் எதிர்ப்பு சிகிச்சை பெற்று வந்தால், தடுப்பு மருந்தைப் பெறுவது குறித்து உங்கள் புற்றுநோய் நிபுணருடன் கலந்து பேசுங்கள்.
- கர்ப்பிணிப் பெண்களும் கர்ப்பமடைய எண்ணம் கொண்டிருப்போரும் தடுப்பூசி போட்டுக்கொள்ளவேண்டும். தடுப்பூசி போட்டுக்கொள்வதால் அவர்களுக்குக் கணிசமான பலன்கள் உள்ளன. தடுப்பூசி போட்டுக்கொள்வதால் கர்ப்பத்திற்குத் தீங்கு ஏற்படும் என்பதற்கு சான்று ஏதும் கிடையாது.
- பிள்ளைகளைப் பொறுத்தமட்டில், உங்கள் மருத்துவரால் அறிவுறுத்தப்பட்டாலொழிய கொவிட்-19 தடுப்பூசிக்கும் இதர தடுப்பூசிகளுக்கும் இடையில் 2 வாரம் அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட இடைவெளி இருக்கவேண்டும்.

தடுப்பூசி போட்டுக்கொள்ளும் முன்னர்:

- வழக்கம்போல உங்கள் மருந்துகளைத் தொடர்ந்து எடுத்துக்கொள்ளவும், தடுப்பூசி போடுவதற்கென அவற்றை நிறுத்த வேண்டாம்.
- தடுப்பூசி போட்டுக்கொண்ட பின்னர், மயக்கமடைவதைக் குறைக்க, போதிய தண்ணீர் குடிப்பதும், உணவு வேளைகளைத் தவிர்க்காமல் இருங்கள்.
- உங்களுக்குக் காய்ச்சல் அல்லது கடுமையாக நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால், மற்றொரு நாளில் தடுப்பூசியைப் போட்டுக்கொள்ள நாள் குறிக்கவும்.

தடுப்பூசி போட்டுக்கொண்ட பின்னர்:

கடுமையான பக்கவிளைவுகள் ஏற்படும் அபாயத்தைக் குறைக்க, பின்வரும் செயல்களைத் தவிர்ப்பது நல்லது:

- 12-29 வயதுடைய ஆண்கள் தடுப்பூசி போட்டுக்கொண்ட ஒவ்வொரு முறைக்குப் பின்னரும், ஒரு வாரத்திற்கு தீவிரமான உடற்பயிற்சியை அல்லது உடலுழைப்பைத் தவிர்க்கவும்

8. பக்கவிளைவுகள் குறித்து நான் எவ்வாறு தெரிவிப்பது?

கடுமையான அல்லது வழக்கத்திற்கு மாறான பக்கவிளைவுகள் உங்களுக்கு ஏற்பட்டால், உங்கள் மருத்துவரைச் சென்று பாருங்கள். தகுந்த ஆலோசனை வழங்கி, பக்கவிளைவுகள் குறித்து சுகாதார அறிவியல் ஆணையத்திடம் தெரிவிப்பார். நீங்கள், உங்களுக்கு ஏற்படும் பக்கவிளைவுகள் குறித்து, பின்வரும் விரைவுத் தகவல் குறியீட்டை (QR Code) வருடி, படிவம் ஒன்றைப் பூர்த்தி செய்து, சுகாதார அறிவியல் ஆணையத்திடம் நேரடியாகவும் தெரிவிக்கலாம்.



இக்குறிப்பில் இடம்பெற்றுள்ள தகவல்கள் **01/03/2023** அன்று, கடைசியாக மாற்றப்பட்டன. கொவிட்-19 தடுப்பூசி போட்டுக்கொள்பவர்களுக்கான ஆக அண்மைத் தகவல்களை அறிந்துகொள்ள, சுகாதார அறிவியல் ஆணையத்தின் இணையப்பக்கத்தை நாடுங்கள்: <https://www.hsa.gov.sg/covid-19-information-and-advisories>