



UK Health  
Security  
Agency

**NHS CARE**

## موسمِ بہار 2024 کی COVID-19

## ویکسینیشن مہم کے لیے ایک رہنما دستاویز



75 سال یا زائد عمر کے افراد، کیئر ہومز کے رہائشی معمر افراد، کمزور مدافعتی نظام کے حامل 6 ماہ اور اس سے زائد عمر کے افراد کو اس موسمِ بہار میں کورونا وائرس (COVID-19) ویکسین کی ایک خوراک لگائی جائے گی۔

### موسمِ بہار کی ویکسین کا وقت

آپ کو اپریل اور جون کے درمیان اپائنٹمنٹ کی پیشکش کی جانی چاہیے، جس میں سب سے زیادہ خطرات کے شکار افراد کو پہلے بلایا جائے۔ آپ کو اپنی آخری خوراک کے تقریباً 6 ماہ بعد بوسٹر لگوانے کے لیے بلایا جائے گا، مگر آپ اسے 3 ماہ بعد بھی لگوا سکتے ہیں۔

اگر آپ اپریل اور جون کے درمیان 75 سال کے ہو رہے ہیں، تو آپ کو اپنی سالگرہ کے دن کا انتظار کرنے کی ضرورت نہیں، جب آپ کو ویکسینیشن کے لیے بلایا جائے تو آپ آ سکتے ہیں۔

### کس کو موسمِ بہار کی ویکسین دی جا رہی ہے؟

معمر افراد اور صحت کے مخصوص ضمنی مسائل کے شکار افراد میں COVID-19 زیادہ سنگین ہوتا ہے۔ ان وجوہات کی بنا پر، 75 سال اور اس سے زائد عمر کے افراد، کیئر ہومز کے رہائشیوں اور کمزور مدافعتی نظام کے حامل 6 ماہ اور اس سے زائد عمر کے افراد کو اس موسمِ بہار میں COVID-19 ویکسین کی ایک خوراک لگائی جا رہی ہے۔

## کیا آپ کو ویکسین لگوانے کے بعد بھی COVID-19 ہو سکتا ہے ؟

COVID-19 ویکسین اس موسمِ بہار اور گرما میں COVID-19 سے آپ کے شدید بیمار ہونے کے امکانات کو کم کر دے گی۔ آپ کے جسم کو ویکسین کی خوراک سے کچھ اضافی تحفظ حاصل کرنے میں کچھ دن لگ سکتے ہیں۔ تمام ادویات کی طرح، کوئی بھی ویکسین مکمل طور پر موثر نہیں ہوتی۔ کچھ لوگوں کو ویکسینیشن لینے کے باوجود بھی COVID-19 ہو سکتا ہے، لیکن اس صورت میں کوئی بھی انفیکشن کم شدید ہونا چاہیے۔

## اگر آپ نے اپنی تمام ویکسینیشنز نہیں کروائی ہیں

اگر آپ نے ابھی تک ویکسین کی اپنی پہلی 2 خوراکیں (یا کمزور مدافعتی نظام کے حامل افراد کے لیے تیسری خوراک) نہیں لگوائی ہیں تو آپ کو اس موسمیاتی مہم کے دوران ایک خوراک لگوا لینی چاہیے۔ اگر آپ اہل ہیں اور آپ نے اپنی پہلے والی بوسٹر نہیں لگوائی ہے، تو اس کمی کو پورا کرنے کے لیے آپ کو اس موسمِ بہار میں ایک خوراک لگوانی چاہیے۔ بیشتر لوگوں کو نہ لگوائی گئی ویکسینز کی کمی کو پورا کرنے کے لیے اضافی خوراکیوں کی ضرورت نہیں ہوتی۔ اگر آپ انتہائی کمزور مدافعتی نظام کے حامل ہیں، تو آپ کا ڈاکٹر موسمِ بہار کی ویکسین کے تین ماہ بعد ایک اضافی خوراک کی ہدایت دے سکتا ہے۔

## کیا اپنی ویکسین کے بعد مجھے انتظار کرنا ہوگا؟

اگر آپ کو پہلے بھی الرجیاں ہوتی رہی ہیں، یا اگر پچھلی خوراک لگوانے کے فوراً بعد آپ کو ری ایکشن ہو گیا تھا، تو آپ کو ویکسین کے بعد 15 منٹ تک ٹھہرنے کا کہا جا سکتا ہے۔ براہ کرم اپنے ویکسینیٹر کو یہ بات ضرور بتا دیں۔



## سنگین منفی اثرات: Moderna اور Pfizer

دونوں COVID-19 ویکسینز کے بعد دل کے ورم (جسے مایوکارڈائٹس یا پیری کارڈائٹس کہتے ہیں) کے شاذ و نادر کیسز سامنے آئے ہیں۔ یہ کیسز زیادہ تر نوجوانوں میں اور ویکسینیشن کے کئی دن بعد دیکھے گئے ہیں۔ متاثر ہونے والے زیادہ تر افراد نے آرام اور سادہ علاج کے بعد خود کو تیزی سے بہتر اور صحتیاب محسوس کیا ہے۔ اگر ویکسینیشن کے بعد آپ کو ان میں سے کسی تجربے کا سامنا ہوا ہو، تو فوری طور پر طبی مشورہ طلب کریں:

• سینے کا درد

• سانس لینے میں دقت

• تیز دھڑکنے، پھڑپھڑانے یا دھڑکنے دل کے احساسات

اگر آپ کو کسی پچھلی خوراک کے بعد سنگین مضر اثرات ہوئے ہوں تو آپ کو مزید ویکسینیشن سے بچنے یا تاخیر کرنے کا مشورہ دیا جا سکتا ہے۔ آپ کو اپنے ڈاکٹر یا اسپیشلسٹ سے بات کرنی چاہیے۔ منفی اثرات کی اطلاع دینے کا طریقہ جاننے کے لیے براہ کرم کتابچے وغیرہ صفحہ دیکھیں۔

## اگر اپنے اپائٹمنٹ کے دن آپ کی طبیعت ٹھیک نہ ہو تو آپ کو کیا کرنا چاہیے؟

اگر آپ کی طبیعت ناساز ہو، تو اپنی طبیعت بحال ہونے تک ویکسین نہ لگوائیں۔ اگر آپ کو بخار ہو یا آپ کے خیال میں آپ کا مرض دوسروں کو لگ سکتا ہو تو آپ کو اپائٹمنٹ کے لیے نہیں آنا چاہیے۔

## آپ کو کون سی ویکسین پیش کی جائے گی؟

آپ کو Pfizer یا Moderna اور UK میں منظور شدہ کی بنائی ہوئی ویکسین کی بوسٹر خوراک دی جائے گی۔ اصل ویکسینز کے بعد سے ان ویکسینز کو آپ ڈیٹ کیا جا چکا ہے اور یہ ایک مختلف COVID-19 وائرس کو ٹارگٹ کرتی ہیں۔ یہ آپ ڈیٹ کردہ ویکسینز بہتر تحفظ فراہم کرتی ہیں، اور COVID-19 (Omicron) کی زیادہ حالیہ طاقتوں کے خلاف اینٹی باڈی کے ذرا زیادہ لیولز دیتی ہیں۔

چونکہ ہم یہ پیشگوئی نہیں کر سکتے کہ COVID-19 کے کونسے وائرس اس موسم بہار اور گرما میں پھیلیں گے، لہذا ویکسینیشن اور مدافعت پذیری پر جوائنٹ کمیٹی (JCVI) نے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ موسم خزاں 2023 پروگرام کے آخری ہفتوں میں استعمال کردہ ویکسین کو استعمال کیا جانا چاہیے۔

براہ کرم اہل ہوتے ہی جو ویکسین آپ کو پیش کی جائے اسے قبول کریں - آپ کو صحیح وقت پر آپ کے لیے صحیح ویکسین پیش کی جائے گی۔



## کسے موسم بہار کی ویکسین نہیں لگائی جاسکتی

بعض ایسے اہل افراد بھی ہیں جنہیں اس موسم بہار میں ویکسین کی خوراک نہیں لگوانی چاہیے۔ اگر آپ کو ویکسین کی سابقہ خوراک سے شدید ردعمل ہوا ہو، تو آپ کو اپنے ڈاکٹر سے بات کر لینی چاہیے۔

### منفی اثرات

**عمومی منفی اثرات:** آپ کی پچھلی خوراک کی طرح، تمام COVID-19 ویکسینز کے عام مضر اثرات ایک جیسے ہیں، بشمول اس موسم بہار میں استعمال ہونے والی آپ ڈیٹ کردہ ویکسینز، اور ان میں شامل ہیں:

- جس بازو میں آپ نے انجکشن لگایا تھا وہاں درد، بھاری احساس اور سوزش کا ہونا - یہ ردعمل ویکسین لگنے کے تقریباً 1 سے 2 دن بعد بدترین ہوتا ہے
- تھکاوٹ محسوس کرنا
- سر درد
- عام درد یا ہلکے فلو جیسی علامات

آپ طبیعت کی بہتری کے لیے آرام کر سکتے اور پیراسیٹامول (پیکٹ پر موجود مقدار دوا کی ہدایت پر عمل کرتے ہوئے) لے سکتے ہیں۔ ویکسینیشن کے بعد علامات عام طور پر ایک ہفتے سے کم عرصہ باقی رہتی ہیں۔ اگر آپ کی علامات بدتر ہوتی نظر آئیں یا اگر آپ فکر مند ہوں، تو آپ NHS 111 پر کال کر سکتے ہیں یا ٹیکسٹ/فون کے لیے 111 18001 استعمال کر سکتے ہیں۔

آپ یلو کارڈ (Yellow Card) اسکیم کے ذریعے ویکسینز اور ادویات کے مشتبہ مضر اثرات کی بھی اطلاع دے سکتے ہیں۔

## مزید معلومات

آپ مزید معلومات کے لیے COVID-19 کی درج ذیل رہنما دستاویزات پڑھ سکتے ہیں

**بالغ افراد کے لیے COVID-19 کی رہنما دستاویز**

**COVID-19 ویکسینیشن: وہ خواتین جو حاملہ ہیں یا دودھ پلا رہی ہیں**

**COVID-19 ویکسینیشنز - کمزور مدافعتی نظام کے حامل افراد کے لیے ایک رہنما دستاویز**

NHS.UK پر **کورونا وائرس بوسٹر ویکسینیشن** وزٹ کریں۔

اس بارے میں ایک معلوماتی کتابچہ ڈاؤن لوڈ یا آرڈر کرنے کے لیے دستیاب ہے کہ **ویکسینیشن کے بعد کیا توقع رکھی جائے۔**

اپنی ویکسین پر مزید تفصیلات، بشمول ممکنہ منفی اثرات کے لیے **Pfizer** اور **Moderna ویکسینز** کے بارے میں پڑھیں۔

آپ کو اپنی بوسٹر کے لیے بلایا جائے گا، آپ کا GP آپ کو ویکسین پیش کر سکتا ہے یا آپ **NHS ایپ** استعمال کر کے بھی بکنگ کر سکتے ہیں۔



یا آپ اپنے قریب ترین ویکسینیشن کا مقام جاننے کے لیے **www.nhs.uk/vaccine-walk-in** وزٹ کر سکتے ہیں۔



آپ مشتبہ منفی اثرات کی اطلاع یلو کارڈ کی ویب سائٹ پر یا 0800 731 6789 پر (پیر تا جمعہ صبح 9 سے شام 5 بجے تک) کال کر کے یا پھر یلو کارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کر کے بھی دے سکتے ہیں

[www.mhra.gov.uk/yellowcard](http://www.mhra.gov.uk/yellowcard)



This leaflet is also offered as a translated version in Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese, Chinese (simplified), Estonian, Hindi, Italian, Gujarati, Latvian, Lithuanian, Polish, Panjabi, Pashto, Russian, Spanish, Somali, Turkish, Tigrinya, Ukrainian, Urdu and Yoruba. It is available as a BSL video, braille and large print. Please visit **www.healthpublications.gov.uk** or call 0300 123 1002 to order more copies.