



موسم بھار 2025 کے لیے ایک گائیڈ
آپ کی COVID-19 ویکسینیشن کے بعد



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 موسم بھار میں کورونا وائرس (COVID-19) ویکسین کی ایک خوراک لگائی جائے گی۔

کس کو موسم بھار کی ویکسین دی جا رہی ہے؟

معمر افراد اور صحت کے مخصوص ضمیمی مسائل کے شکار افراد میں COVID-19 زیادہ سنگین ہوتا ہے۔ جیسا کہ ہم یہ اندازہ نہیں لگا سکتے کہ اس موسم بھار اور موسم گرما میں COVID-19 کی کوئی سی قسمیں گردش کر رہی ہوں گی، ویکسینیشن اور امیونائیشن کی مشترکہ کمیٹی (JCVI) نے یہ تیجہ اخذ کیا ہے کہ وہی ویکسین استعمال کی جان چاہیے جو خزان 2024 کے پروگرام کے بعد کے پیغاموں میں استعمال کی گئی تھیں۔

موسم بھار کی ویکسین کا وقت

آپ کو اپریل اور جون کے درمیان ایائشمنٹ کی پیشکش کی جان چاہیے، جس میں سب سے زیادہ خطرات کے شکار افراد کو پہلی بلایا جائے۔ آپ کو اپنی آخری خوراک کے تقریباً 6 ماہ بعد بوسٹر لگواند 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 سالگردہ کے دن کا انتظار کرنے کی ضرورت نہیں، جب آپ کو ویکسینیشن کے لیے بلایا جائے تو آپ آ سکتے ہیں۔

کون بھار کی ویکسین کی پیشکش قبول نہیں کر سکتا؟

بہت کم اہل افراد ہیں جنہیں اس بھار میں خوراک نہیں لینی چاہیے۔ اگر آپ کو ویکسین کی سابقہ خوراک سے شدید رد عمل ہوا ہو تو آپ کو اپنے ڈاکٹر سے بات کر لیں 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 بھار میں استعمال ہوئے والی آپ ڈیٹ کردہ ویکسین، اور ان میں شامل ہیں:

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

آپ طبیعت کی بہتری کے لیے آرام کر سکتے اور پیراسیٹامول (پیکٹ پر موجود مقدارِ دوا کی بدلایت پر عمل کرنے ہوئے) لے سکتے ہیں۔

ویکسینیشن کے بعد علامات عام طور پر ایک ہفتے سے کم عرصہ باق رہتی ہیں۔ اگر آپ کی علامات بدتر ہوئی نظر آئیں یا اگر آپ فکر مند ہوں، تو آپ NHS پر کال کر سکتے ہیں یا ٹیکسٹ/فون کے لیے 111 18001 استعمال کر سکتے ہیں۔

آپ ویکسین اور ادویات کے ممکنہ نقصان دہ اثرات کی رپورٹ ہیں کر سکتے ہیں۔ براہ کرم اس پمبلٹ کے پیچھے اسکیم کے لیے رابطہ کی معلومات دیکھیں۔

آپ کو کون سی ویکسین پیش کی جائے گی؟

آپ کو Pfizer یا Moderna 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 لیولز حالیہ طاقتور کے خلاف اینٹی باؤنڈی کے ذرا زیادہ لیولز دیتی ہیں۔

چونکہ ہم یہ پیشگوئی نہیں کر سکتے کہ COVID-19 کے کوئی نئے وائرس اس موسم بھار اور گرماء میں پھیلیں گے، لہذا ویکسینیشن اور امیونائزشن پر جوائیٹ کمیٹی (JCVI) نے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ موسم خزان 2024 پر وکارم کے آخری ہفتون میں استعمال کردہ ویکسین کو استعمال کیا جانا چاہیے۔

براہ کرم آپ کو پیش کی جانے والی ویکسینیشن کو قبول کریں جیسے ہی آپ قابل ہو۔ آپ کو صحیح وقت پر آپ کے لیے صحیح ویکسین پیش کی جائے گی۔



کیا آپ کو ویکسین لگوانز کے بعد بھی COVID-19 پو سکتا ہے؟

COVID-19 ویکسین اس موسم بھار اور گرما میں COVID-19 سے آپ کے شدید بیمار ہونے کے امکانات کو کم کر دے گے۔ آپ کے جسم کو ویکسین کی خوراک سے کچھ اضافی تحفظ حاصل کرنے میں کچھ دن لگ سکتے ہیں۔ تامار ادویات کی طرح، کوئی بھی ویکسین مکمل طور پر موثر نہیں ہوتی۔ کچھ لوگ ویکسین لگوانز کے باوجود COVID-19 کا شکار ہو سکتے ہیں، لیکن کوئی بھی انفیکشن کم شدت کا ہوگا۔

اگر آپ نے اپنی تمام ویکسینیشنز نہیں کروائی ہیں

اگر آپ اہل ہیں لیکن آپ نے پہلے ویکسین نہیں لگوائی یا پچھلی خوراک چھوڑ دی ہے، تو آپ کو اس بھار میں ایک خوراک ضرور لینی چاہیے۔ زیادہ تر لوگوں کو وہ خوراکیں لینے کی ضرورت نہیں ہوتی جو انہوں نے چھوڑی ہیں۔ اگر آپ انتہائی کمزور مدافعتی نظام کے حامل ہیں، تو آپ کا ڈاکٹر موسم بھار کی ویکسین کے تین ماہ بعد ایک اضافی خوراک کی ہدایت دے سکتا ہے۔

کیا مجھے ویکسین لگوانز کے بعد انتظار کرنا پڑے کا؟

اگر آپ کو الرجی کا سابقہ ریکارڈ ہو یا اگر آپ کو پچھلی خوراک کے بعد فوراً کوئی ردعمل ہوا ہو تو آپ کو ویکسین کے بعد 15 منٹ تک رکنے کا مشورہ دیا جا سکتا ہے۔ براہ کرم یہ بات ویکسینیٹر کو ضرور بتائیں۔

سنگین منفی اثرات: Pfizer اور Moderna دونوں

COVID-19 ویکسینز کے بعد دل کے ورم (جسے

ماہوکارڈیٹس یا پیری کارڈیٹس کہتے ہیں) کے شاذ و نادر کیسز سامنے آئے ہیں۔ یہ کیسز زیادہ تر نوجوانوں میں اور ویکسینیشنز 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 صحیاب محسوس کیا ہے۔ آپ کو فوراً طی مشورہ حاصل کرنا چاہیے اگر، ویکسین نیشن کے بعد، آپ کو درج ذیل محسوس ہو:

سینے کا درد

سانس لینے میں دقت

تیز دھڑکنے، پھٹپھٹانے یا دھڑکتے 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 یہ اپنے ڈاکٹر یا مہر سے مشورہ کرنا چاہیے۔ براہ کرم اس پمپلٹ کے پچھلے صفحے پر مضر اثرات کی اطلاع دینے کا طریقہ دیکھیں۔

اگر آپ اپنی اپوائیٹمنٹ کے دن صحیاب نہیں ہیں 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 اپائیٹمنٹ کے لیے نہیں آنا چاہیے۔



مزید معلومات



آپ مشتبہ مضر اثرات کو Yellow Card پر سائٹ پر رپورٹ کر سکتے ہیں یا 0800 731 6789 پر کال کر کے (پرس سے جمعہ، صبح 9 بج سے شام 5 بج تک) Yellow Card پر سائٹ پر ڈاؤن لوڈ کر کے بھی رپورٹ کر سکتے ہیں۔

www.mhra.gov.uk/yellowcard

آپ مزید معلومات کے لیے نیچے دیے گئے COVID-19 گائیڈر ہر سکتے ہیں۔

براه کرم **coronavirus** ویکسینیشن UK پر وزٹ کریں۔

ویکسینیشن کے بعد کیا توقع کی جائے اس پر ایک معلوماتی پیغام ڈاؤن لوڈ یا آرڈر کرنے کے لیے دستیاب ہے۔

فائزر ویکسین کے بارے میں پڑھیں جو بالغوں اور 12 سال اور اس سے زیادہ عمر کے نوجوانوں کے لیے ہے، 5 سال 11 سال کے بچوں کے لیے ہے اور 6 مہینے 4 سال تک بچوں کے لیے ہے، اور مودرن ویکسین کے بارے میں جو بالغوں کے لیے ہے، مزید تفصیلات کے لیے اپنے ویکسین کے بارے میں، بشمول ممکنہ مضر اثرات۔



آپ کو آپ کی بوسٹر کے لیے مدعو کیا جائے گا، آپ کا GP آپ کو ویکسین پیش کر سکتا ہے یا آپ NHS app کا استعمال کرتے ہوئے بکنگ کر سکتے ہیں۔



یا آپ جا سکتے ہیں www.nhs.uk/vaccine-walk-in اپنے قریب ترین واک ان ویکسی نیشن سائٹ تلاش کر کے لیے۔