



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

کس کو موسم 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۔ جیسا کہ ہم یہ اندازہ نہیں لگا سکتے کہ اس موسم بہار اور موسم گرما میں COVID-19 کی کون سی قسمیں گردش کر رہی ہوں گی، ویکسینیشن اور امیونائزیشن کی مشترکہ کمیٹی (JCVI) نے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ وہی ویکسین استعمال کی جانی چاہیے جو خزاں 2024 کے پروگرام کے بعد کے ہفتوں میں استعمال کی گئی تھی۔

موسم 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۔

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 طاقنوں 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 امیونائزیشن پر جوائنٹ کمیٹی (JCVI) نے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ موسم خزاں 2024 پروگرام کے آخری ہفتوں 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۔

کون بہار کی ویکسین کی پیشکش قبول نہیں کر سکتا؟

بہت کم اہل افراد ہیں جنہیں اس بہار میں خوراک نہیں لینی 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 دردناک، بھاری احساس اور نرمی کا ہونا - یہ ویکسین لگنے کے تقریباً 1 سے 2 دن بعد بدترین ہوتا ہے۔

- تھکاوٹ محسوس کرنا

- سر درد

- عام درد یا بلکہ 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 ویکسین اور ادویات کے ممکنہ نقصان دہ اثرات کی رپورٹ بھی کر سکتے ہیں۔ براہ کرم اس پمفلٹ کے پیچھے اسکیم کے لیے رابطہ کی معلومات دیکھیں۔



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 لوگ ویکسین لگوانے 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 بہار 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 موسمِ بہار کی ویکسین کے تین ماہ بعد ایک اضافی خوراک کی ہدایت دے سکتا ہے۔

کیا مجھے ویکسین لگوانے کے بعد انتظار کرنا پڑے گا؟

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: 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۔ آپ کو فوراً طبی مشورہ حاصل کرنا چاہیے اگر، ویکسی نیشن کے بعد، آپ کو درج ذیل محسوس ہو:

• سینے کا درد

• سانس لینے میں دقت

• تیز دھڑکنے، پھڑپھڑانے 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 ماہر سے مشورہ کرنا چاہیے۔ براہ کرم اس پمفلٹ کے پچھلے صفحہ پر مضر اثرات کی اطلاع دینے کا طریقہ دیکھیں۔

اگر آپ اپنی اپوائٹمنٹ کے دن صحتیاب 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 اپوائٹمنٹ کے لیے نہیں آنا چاہیے۔

مزید معلومات

آپ مزید معلومات کے لیے نیچے دیے گئے COVID-19 گائیڈز پڑھ سکتے ہیں۔

براہ کرم **coronavirus** ویکسینیشن NHS.UK پر وزٹ کریں۔

ویکسینیشن کے بعد کیا توقع کی جائے اس پر ایک معلوماتی بمفلٹ **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 سے 11 سال کے بچوں کے لیے ہے اور 6 ماہ سے 4 سال تک کے بچوں کے لیے ہے،** اور موڈرنا ویکسین کے بارے میں **جو بالغوں کے لیے ہے، مزید تفصیلات کے لیے اپنے ویکسین کے بارے میں، بشمول ممکنہ مضر اثرات۔**



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

www.mhra.gov.uk/yellowcard

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 ویکسینیشن سائٹ تلاش کرنے کے لیے۔

