



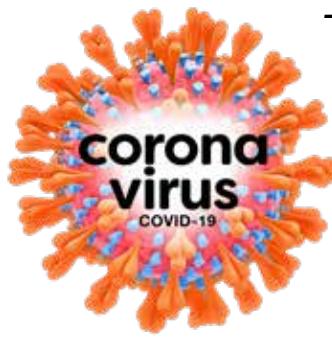
کورونا وائرس کی ویکسین کے بارے میں

ویکسینیشن کے بعد کیا توقع رکھنی چاہیے

وہ لوگ جن کا کورونا وائرس کی وجہ سے شدید بیمار پڑنے کا امکان غالب ہو انہیں حفاظتی ٹیکے پہلے لگ رہے ہیں۔ اس میں بہت سے لوگ شامل ہیں جنہیں سیکھنے کی معدودی لاحق ہے اور وہ جو زیادہ خطرے والے گروہ میں ہیں۔



کورونا وائرس کے حفاظتی ٹیکے ایک دوایے جو لوگوں کو کورونا وائرس سے محفوظ رکھنے میں مدد کرتی ہے۔ سائنسدانوں نے حفاظتی ٹیکیوں کو ٹیسٹ کیا ہے تا کہ یقینی بنایا جاسکے کہ وہ محفوظ ہیں اور ٹھیک سے کام کرتے ہیں۔



حفاظتی ٹیکے لگوانے کے بعد ہو سکتا ہے کہ ایک مختصر عرصے کے لیے آپ بیمار محسوس کریں۔ اسے مضر ذیلی اثرات کہا جاتا ہے۔ مضر ذیلی اثرات آپ کو عموماً زیادہ بیمار نہیں کرتے اور نہ ہی یہ ہر کسی کو ہوتے ہیں۔



زیادہ سے زیادہ محفوظ ہونے کے لیے آپ کو حفاظتی ٹیکوں کی دو خوراکیں لینا ہوں گی۔ آپ نے حفاظتی ٹیکوں کی اپنی پہلی خوراک ابھی لی ہے۔ آپ کو یقینی بنانا چاہیے کہ آپ اپنی دوسری اپوائنسمنٹ پر جائیں تاکہ آپ کی کورونا وائرس کے خلاف زیادہ سے زیادہ حفاظت کی جاسکے۔



اہم مضر ذیلی اثرات یہ ہیں:

آپ کو 1 یا 2 دنوں تک بخار محسوس ہو سکتا ہے



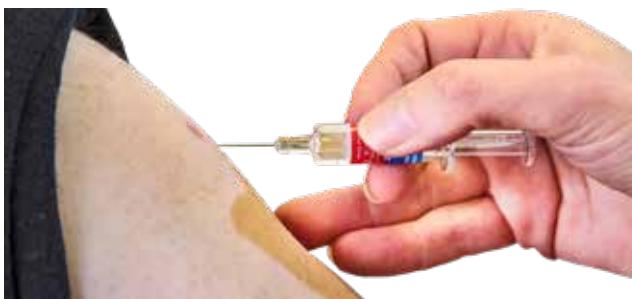
سر میں درد ہونا



درد محسوس ہو رہا ہے یا آپ کو ہلکا سا زکام ہے



انجیکشن لگوانے کے بعد 1 یا 2 دن تک آپ کے بازو کا بھاری محسوس ہونا یا درد کرنا



تھکاوٹ محسوس کرنا



مضر ذیلی اثرات عام طور پر ایک بفتے سے کم مدت کے لیے رہتے ہیں۔ اگر آپ کو محسوس ہو کہ آپ زیادہ علیل ہو رہے ہیں یا متفکر ہوں تو این ایج ایس 111 پر کال کریں۔ آپ کی جس بھی معالج سے بات ہو انہیں یہ بتانا مت بھولیں کہ آپ نے ابھی ابھی کورونا وائرس کی ویکسین لگوانی ہے۔

اس سے انہیں آپ کی ٹھیک طرح سے دیکھ بھال کرنے میں مدد ملے گی۔ اگر ممکن ہو، تو انہیں اپنا کورونا وائرس کی ویکسینیشن کا کارڈ دکھائیں۔



اگر آپ کو مضر ذیلی اثرات ہوں تو آپ آرام کر سکتے ہیں اور بہتر محسوس کرنے میں مدد حاصل کرنے کے لیے پیراسیٹامول لے سکتے ہیں۔

ڈبے پر لکھا ہو گا کہ آپ کو کتنی خوراک لینی چاہیے۔



آپ کو ویکسین سے کورونا وائرس نہیں ہو سکتا۔ لیکن یہ ہو سکتا ہے کہ آپ کو پہلے ہی کورونا وائرس ہو چکا ہو لیکن آپ کو ویکسینیشن کی اپوائیٹمنٹ کے بعد علامات کا احساس ہوا ہو۔



اگر پہلی خوارک کے بعد آپ میں علامات ظاہر ہو بھی جائیں تو بھی آپ کو دوسری خوارک لینے کی ضرورت ہو گی۔ دوسری خوارک لینے سے آپ کو وائرس کے خلاف بہترین تحفظ ملے گا۔



کورونا وائرس کی اہم علامات جو ہو سکتی ہیں وہ ہیں:

سونگھنے یا چکھنے کی صلاحیت کا کھو جانا یا سونگھنے یا چکھنے کی صلاحیت تبدیل ہو جانا



تیز بخار



نئی کھانسی اور آپ کھانستے ہی رہتے ہیں



آپ 119 کو فون کر کے یا www.gov.uk/get-coronavirus-test کی ویب سائٹ پر جا کر ٹیسٹ بُک کر سکتے ہیں



لیکن اگر آپ کو کورونا وائرس کی کوئی سی بھی دیگر علامات ہوں، یا 3 سے زیادہ دنوں تک تیز بخار ہو تو گھر میں ہی رہیں اور ٹیسٹ بُک کروائیں۔



یاد رکھیں، ویکسین کی دوسری اپوائنسٹمنٹ پر جانے کے لیے منصوبہ بندی کریں۔

آپ کی دوسری اپوائنسٹمنٹ پہلی اپوائنسٹمنٹ کے زیادہ سے زیادہ 12 ہفتے بعد تک ہونی چاہیے۔

یہ اہم ہے کہ آپ کو کورونا وائرس کے خلاف بہترین تحفظ فراہم کرنے کے لیے ایک ہی ویکسین کی دونوں خوراکیں دی جائیں۔



ویکسین لگوانے کے بعد جب تک آپ کو لگے کہ آپ تندرست ہیں، آپ معمول کی سرگرمیاں جاری رکھ سکتے ہیں۔ اگر آپ کے بازو میں خاصاً درد ہو تو ہو سکتا ہے کہ بھاری وزن اٹھانا مشکل ہو۔ اگر آپ بیمار ہیں اور بہت زیادہ تھکاوٹ محسوس کریں تو آپ کو آرام کرنا چاہیئے اور آپ کو کسی طرح کی مشینیں یا گاڑی نہیں چلانی چاہیے۔



اگر آپ علیل ہوں تو یہ بہتر ہو گا کہ دوسری اپوائنسٹمنٹ سے پہلے صحتیاب ہونے کا انتظار کریں۔ آپ کو کوشش کرنی چاہیئے کہ جتنا جلدی ممکن ہو آپ دوسری اپوائنسٹمنٹ طے کر لیں۔

اگر آپ سیلف-آئسولیٹ کر رہے ہوں، کورونا وائرس ٹیسٹ کے منتظر ہوں یا آپ کو پوری طرح سے یقین نہ ہو کہ آپ تندرست اور صحتمند ہیں، تو آپ کو ویکسین کی اپوائنسٹمنٹ پر نہیں جانا چاہیے۔



آپ کو اپنی پہلی اپوائنسٹمنٹ پر ایک ریکارڈ کارڈ ملنا چاہیے۔ یہ ایسا کارڈ ہے جو آپ کو بتاتا ہے کہ آپ کو کونسی ویکسین ملی تھی، کب ملی تھی اور آپ کی اگلی اپوائنسٹمنٹ کب ہو گی۔

اپنا کارڈ محفوظ رکھیں اور یقینی بنائیں کہ آپ اپنی دوسری اپوائنسٹمنٹ پر جائیں۔

Don't forget your
COVID-19 vaccination

NHS

Make sure you keep this record
card in your purse or wallet

For more information on the
COVID-19 vaccination or what
to do after your vaccination,
see www.nhs.uk/covidvaccine

COVID-19 immunisation
Protect yourself.



کورونا وائرس کی ویکسین کو آپ کی کورونا وائرس کے خلاف حفاظت کرنی چاہیے، لیکن تھوڑا سا امکان موجود ہے کہ یہ اب بھی آپ کو ہوسکتا ہے۔ اگر آپ کو کورونا وائرس لگ بھی جائے تو یہ آپ کو اتنا بیمار نہیں کرے گا اگر آپ نے ویکسین لگوانی بوئی ہو۔



اگر آپ اپنی اپوائنسمنٹ پر نہ جا پائیں تو آپ کو اس جگہ، جہاں پر آپ کو حفاظتی ٹیکہ لگنا ہو، پر فون کر کے اُنہیں بتانا چاہیے کہ آپ نہیں آسکتے اور ایک اور اپوائنسمنٹ بُک کرنی چاہیے۔



حفاظتی ٹیکوں کی پہلی خوارک ملنے کے فوری بعد آپ کو کورونا وائرس کے خلاف کلی تحفظ حاصل نہیں ہو گا۔ خوارکیں ٹیکوں کی دونوں خوارکیں لینے سے آپ کو کورونا وائرس کے خلاف بہترین تحفظ فراہم ہو جائے گا۔

حفاظتی ٹیکہ لگوانے کے بعد بھی آپ کو کورونا وائرس کے سلسلے میں گائڈنس پر عمل کرنا جاری رکھنا چاہیے۔ اس میں شامل ہے:



- دوسرے لوگوں سے محفوظ فاصلے پر رہنا
- احتیاط اور کثرت سے اپنے باتھ دھونا
- فیس ماسک استعمال کرنا

آپ ضوابط کے بارے میں مزید معلومات اور www.gov.uk/coronavirus سے حاصل کر سکتے ہیں

کورونا وائرس کی ییلوکارڈ ویب سائٹ (<https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk>) پر یا ییلو کارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کر کے ویکسینز اور دوسرے داروں کے ذیلی مضر اثرات کے بارے میں رپورٹ بھی کر سکتے ہیں۔

یہ ویب سائٹ ایزی ریڈ میں دستیاب
نہیں ہے چنانچہ ہو سکتا ہے کہ آپ کو
مدد کے لیے کسی کو کہنا پڑے۔



ابھی تک ہمیں معلوم نہیں ہے کہ آیا ویکسین لگوانے سے آپ دوسرے لوگوں کو کورونا وائرس منتقل کرنے سے رک پائیں گے یا نہیں۔

کورونا وائرس کے بارے میں مزید معلومات ایزی ریڈ گائڈ سے حاصل کرسکتے ہیں کورونا وائرس کی ویکسینیشن کے بارے میں آپ کی گائڈ (<https://bit.ly/3asSK9Z>)



پر بھی مزید معلومات www.NHS.UK دستیاب ہیں

ویکسنسنشن، سب سر زیاده غیرمحفوظ افراد کی حفاظت کرنے میں اعانت کرنا۔