



# 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 معذوری لاحق ہے اور وہ جو زیادہ خطرے والے گروہ میں ہیں۔



کورونا وائرس کے حفاظتی ٹیکے ایک دوا ہے جو لوگوں کو کورونا وائرس سے محفوظ رکھنے میں مدد کرتی ہے۔ سائنسدانوں نے حفاظتی ٹیکوں 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۔

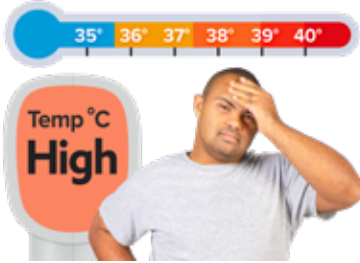


زیادہ سے زیادہ محفوظ ہونے کے لیے آپ کو حفاظتی ٹیکوں کی دو خوراکیں لینا ہوں گی۔ آپ نے حفاظتی ٹیکوں کی اپنی پہلی خوراک ابھی لی ہے۔ آپ کو یقینی بنانا چاہیے کہ آپ اپنی دوسری اپوائنٹمنٹ پر جائیں تاکہ آپ کی کورونا وائرس کے خلاف زیادہ سے زیادہ حفاظت کی جاسکے۔



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 ہفتے  
سے کم مدت کے لیے رہتے ہیں۔ اگر آپ کو  
محسوس ہو کہ آپ زیادہ علیل ہو رہے  
ہیں یا متفکر ہوں تو این ایچ 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 لگوائی 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۔  
ڈے 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 اپوائنٹمنٹ کے بعد علامات کا احساس ہوا ہو۔



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



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

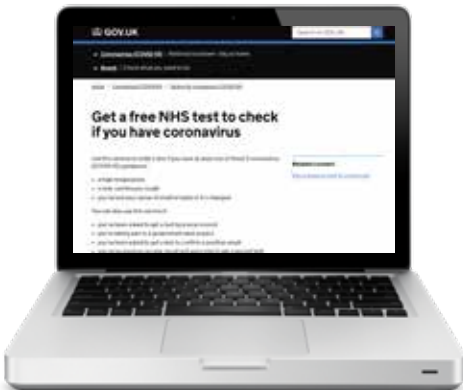
سونگھنے یا چکھنے کی صلاحیت کا کھو جانا یا سونگھنے یا چکھنے کی صلاحیت تبدیل ہو جانا

تیز بخار

نئی کھانسی اور آپ کھانستے ہی رہتے ہیں



آپ 119 کو فون کر کے یا [www.gov.uk/get-coronavirus-test](https://www.gov.uk/get-coronavirus-test) حکومت 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 اپوائنٹمنٹ پر جانے کے لیے منصوبہ بندی کریں۔

آپ کی دوسری اپوائنٹمنٹ پہلی اپوائنٹمنٹ 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 خاصا درد ہو تو بوسکتا 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 اپوائنٹمنٹ سے پہلے صحتیاب ہونے کا انتظار کریں۔ آپ کو کوشش کرنی چاہیئے کہ جتنا جلدی ممکن ہو آپ دوسری اپوائنٹمنٹ 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 اپوائنٹمنٹ پر نہیں جانا چاہیے۔



آپ کو اپنی پہلی اپوائنٹمنٹ 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 اپوائنٹمنٹ کب ہو گی۔

اپنا کارڈ محفوظ رکھیں اور یقینی بنائیں کہ آپ اپنی دوسری اپوائنٹمنٹ 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](http://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 لگوائی ہوئی ہو۔



اگر آپ اپنی اپوائنٹمنٹ پر نہ جا پائیں تو آپ کو اس جگہ، جہاں پر آپ کو حفاظتی ٹیکہ لگنا ہو، پر فون کر کے انہیں بتانا چاہیے کہ آپ نہیں آ سکتے اور ایک اور اپوائنٹمنٹ بک کرنی چاہیے۔



حفاظتی ٹیکوں کی پہلی خوراک ملنے کے فوری بعد آپ کو کورونا وائرس کے خلاف کلی تحفظ حاصل نہیں ہو گا۔ خوراکیں ٹیکوں کی دونوں خوراکیں 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 ہاتھ دھونا
  - فیس ماسک استعمال کرنا
- آپ ضوابط کے بارے میں مزید معلومات [www.gov.uk/coronavirus](https://www.gov.uk/coronavirus) سے حاصل کرسکتے ہیں

کورونا وائرس کی ییلو کارڈ ویب سائٹ (<https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk>) پر یا ییلو کارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کر کے ویکسینز اور ادویات 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 کر سکتے ہیں 'کورونا وائرس کی ویکسینیشن کے بارے میں آپ کی گائڈ' (<https://bit.ly/3asSK9Z>)



دستیاب ہیں [www.NHS.UK](http://www.NHS.UK) پر بھی مزید معلومات

ویکسینیشن، سب سے زیادہ غیر محفوظ افراد کی حفاظت کرنے میں اعانت کرنا۔