



يوه لارښوونه ستاسو

د کویډ-19 د واکسینو په هکله



COVID-19 immunisation
Protect yourself.





کویډ-19 یا کورونا وایرس څه شی دی؟

کویډ-19 یوه نوې ناروغي ده. کله کله یې کورونا وایرس هم بولي.



له بده مرغه، کله کله خلک د کورونا وایرس له لاسه مري



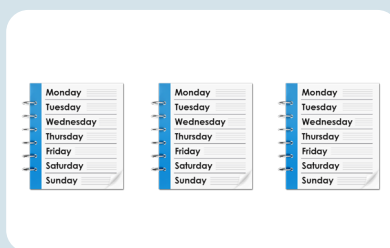
د کورونا وایرس ځینهنځنې داسي دي:



د واکسینو په هکله



واکسین تجربه شوي دي چي دا باور
ترلاسه شي چي خوندي دي



تاسو ته به د واکسینو 2 پیچکاري په کار
وي، چي تر منځ به یې له 3 تر 12 هفتې
وخت وي



د کورونا وایرس واکسین په یوې
پیچکاري کښې وي



څوک باید د کورونا وایرس واکسین ولگوي؟

که تاسو یو له هغو څخه یاستئ، نو تاسو ته به واکسین درکړل شي



ځینه خلک د کورونا وایرس له لاسه تر نورو زیات کمزوري کېدلای شي



هغه ځینه خلک چې د کورونا وایرس له لاسه تر نورو زیات کمزوري کېدلای شي:

هغه لویان چې ډاون سینډروم لري



65 شپېته کلن یا تر هغه هم د زیات عمر کسان



هغه چې د زړو کسانو کېر هوم کښې اوسېږي



دا واکسین به هغو لویانو ته هم ورکول کېږي چې دغسي روغتیايي شرایط لري:

د ساه اخیستلو سختې ستونزې لکه ساه لنډې (چې همېشه ستیرایډ اینهیلر کاروي)



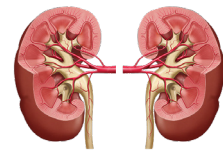
ځینه مغزي ستونزې



د زړه ستونزې



د پوښتورگي یا اینې ستونزې



د واکسینو ترلاسه کول به پر دې اړه لري چې تاسو کومې ستونزې او څومرې جدي ستونزې لرئ

په دغه فهرست کښې هرڅوک نه دي شامل که ستاسو د ناروغه کېدلو زیات امکان وي، نو پکار ده چې ستاسو ډاکټر تاسو خبرکړي یاستئ



د روغتيا او سوشل کبير عمله به د واکسينو لگولو جوگه وي



که تاسو په يوه داسې حالت کښې ياستئ چې له کورونا وایرس څخه زیات ناروغه کېدلای شئ نو دا 'په طبی توگه بېخي کمزوری یا ولنراپیل' حالت بلل کېږي

مانا دا چې تاسو ته به تر نورو خلکو مخکښې د کورونا وایرس پیچکاری درولگول شي



که تاسو د یوه کمزوري یا ولنراپیل کس لره په پیسو د کبير ورکر کار کوئ، نو تاسو به هم د واکسينو ترلاسه کولو جوگه یئ

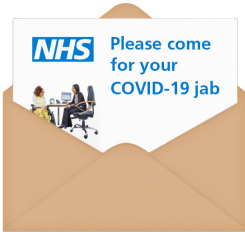


ستا اصلي کبر به د واکسينو ترلاسه کولو جوگه وي



په دې خبره پوهېدل چې تاسو باید واکسين ترلاسه کړئ

ستاسو جې پې به د دې جوگه وي چې تاسو ته ووايي چې تاسو باید د کورونا وایرس واکسين ترلاسه کړئ
د واکسينو لپاره به ځینه خلک یو لیک ترلاسه کړي یا به د تېلفون زنگ ورته ووهل شي.



This is the NHS calling to make a Covid-19 vaccine appointment

خپل اپوائنټمینټ به څرنگه بوک کوئ



تاسو ته به وویل شي چې خپل واکسين چېرته او کله ترلاسه کړئ



ستاسو په بلنې کښې به درته تشریح شي چې چا ته به د خپل اپوائنټمینټ لپاره زنگ وروھئ
د اپوائنټمینټ اخیستلو لپاره تېلفون استعمال کړئ



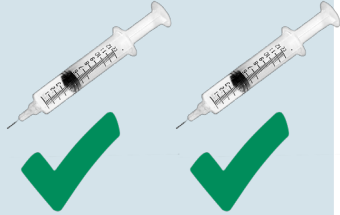
که تاسو مطمین نه یاستئ، نو له خپل جې پې (د کورنۍ ډاکټر) سره خبرې وکړئ

کېدلای شي چې ځینو خلکو ته وویل شي چې د خپلو واکسينو ترلاسه کولو لپاره د واکسيناسیون مرکز ته ورشي



مخکنې ما لره څه کول دي؟

که څه هم ډومبې خوراک به یې ستاسو په ښه توګه ساتنه وکولای شي، خو بیا هم تاسو به دویم خوراک ته هم اړتیا لرئ چې تر اوږده وخته پورې خوندي پاته شئ



تاسو لره پکار ده چې یو ریکارډ کارډ ولرئ چې له 3 تر 12 اونيو راتلونکی اپوائنټمینټ به پکښې لیکلی وي



کله چې تاسو ډومبې پیچکاري ولګوئ، نو تاسو ته به وویل شي چې دویمه پیچکاري به کله لګوئ او چېرته به ورځئ



کارډ به همداسې ښکاري. خپل کارډ خوندي وساتئ او دا یقیني کړئ چې دویم اپوائنټمینټ ته به ورځئ چې دویمه پیچکاري ولګوئ

Name

1

Name of vaccine:

Batch no:

Date vaccine given:

Don't forget to attend your appointment to have your second dose of vaccine. You will have the best protection after two doses.
Second appointment date:

2

Name of vaccine:

Batch no:

Date vaccine given:

Public Health England gateway number: 2020311. Product code: COV2020311

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.



پر دغې لارښوونې باندي عمل وکړئ www.gov.uk/coronavirus

ایا واکسین د هرچا لپاره کار کوي؟

واکسین هرڅوک په بشپړه توګه له کورونا وایرس څخه نه شي ساتلای، مګر د واکسین په لګولو سره به هغومره نه ناروغه کوي که چیرې تاسو کورونا وایرس واخلي هم



واکسین به په څومره وخت کښې کار پیلوي؟

ستاسو د ژغورنې لپاره واکسین یوڅو اونۍ اخیستلای شي





حساسیتونه

کېدلای شي تاسو یو جدي حساسیت لرئ که تاسو ایپی پین له ځانه سره گرځوئ



که تاسو جدي حساسیتونه لرئ، نو پکار ده چې له خپل ډاکټر سره خبره وکړئ چې ایا واکسین لگول به تاسو لره خوندی وي که څرنگه



امیدواره یاست یا تاسو فکر کوئ چې کیدای شي امیدواره یاست؟



له خپل جی پی یا قابلې سره په دې هکله خبرې وکړه



کېدلای شي چې ځینې ترهغو پوري انتظار وکړي ترڅو چې یې ماشوم پیدا کېږي



ځینې ښځې چې امیدوارې وي یا تی ورکوي کېدلای شي چې واکسین ولگوي

دغه واکسین خوندی دي که چیرې تاسو په خپل دفاعی نظام (ایمیون سیستم) کښې ستونزې لرئ (مانا چې ستاسو بدن ته د انفیکشن ضد دفاع کول گران وي)

د واکسینود جانبي اغېزو په هکله

کومې جانبي اغېزې چې ډېرې عامې دي:



سر درد لرل



د ستومانۍ احساس کول



د دردونو احساس کول یا لکه زکام چې درته شوی وي



ستا مټه درنه درته ښکاري یا هغه ځای دي خوږېږي چېرته تاسو پیچکاري لگولې وه



که تاسو د تې احساس کوئ (چې ډېر تود يا ډېر سوړ غوندي ياستئ) نو تاسو بايد:

تر يوې اونۍ په کم وخت کښې
ښه احساس کړئ



لږ پيراسېتامول وخورئ



ارام وکړئ



تاسو له واکسينو څخه کورونا وایرس نه شئ اخیستلای مگر دا امکان لري چې تاسو کورونا وایرس اخیستلی وي او د خپل واکسيناسيون د اپوائنټمينټ تراخيره درته پته نه وي

که چېرې این ایچ اېس 111 درته ووايي چې تاسو له يوه ډاکټر يا نرس سره لیده کاته وکړئ، نو يقيني کړئ چې له هغوی سره د واکسيناسيون په هکله هم خبرې وکړئ
که کولای شئ، نو هغو ته خپل واکسيناسيون کارډ هم ورښکاره کړئ



دا خبره يقيني کړئ چې تاسو به 111 ته ووايئ چې تاسي همدا اوس د کورونا وایرس واکسين لگولي دي



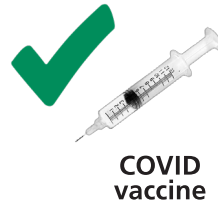
که تاسو بېخي کمزوری شوی یاست یا پرېشان یاست چې کورونا وایرس لرئ، نو 111 ته زنګ ووهئ یا 111 وېبپاڼې ته ورشئ



که چېرې تاسو احساس کوئ چې پرتاسو باندي د کورونا وایرس جدي جانبي اغېزه شوې ده نو تاسو يې د ژر کارډ سکیم له لارې راپور ورکولای شئ
د کورونا وایرس ژر کارډ سکیم يوه وېبپاڼه ده چېرته چې تاسو د واکسينو د هرډول جانبي اغېزې راپور ورکولای شئ coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
کېدلای شي چې دغه وېبپاڼې ته لاسرسي لرلو کښې تاسو مرستې ته اړتيا ولرئ



ما خود فلو (زکام) واکسين لگولي دي، نو ايا زه به د کورونا وایرس واکسينو لگولو ته هم اړتيا لرم؟



د فلو واکسين (جاب) لگولو وروسته تاسي ته پکار ده چې 1 اونۍ انتظار وکړئ ترڅو چې تاسو د کورونا وایرس واکسين لگوئ

د فلو واکسين او د کورونا وایرس واکسين لگول مهم دي

که زه ښه نه وم او بل اپوائنټمينټ مي و نو ماته څه کول پکار دي؟



که ځان مو ګوښه کړی وي، یا د کورونا وایرس ټیسټ ته انتظار کوئ یا باوري نه یاست چې تاسو روغ رمت یاست نو پکار نه ده چې د واکسینو اپوائنټمينټ ته ورشئ

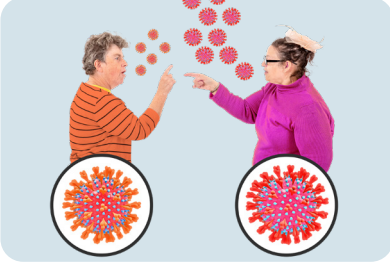


تاسو ته پکار ده چې ژر تر ژره پې د اخیستلو هڅه وکړئ تاسو هغې شمېرې ته زنگ وهلای شئ کومه چې مو د رومي اپوائنټمينټ لپاره کارولې وه



که تاسو د ناروغۍ احساس کوئ، نو ښه کېدلو پورې انتظار وکړئ او بیا واکسین واخلي

وروسته له واکسینو اخیستلو، ایا زه کوم بلچا ته کورونا وایرس ورکولای شم؟



لاڅو موږ نه پوهېږو چې دا د وایرس د اخیستلو او لېږدولو مخنیوی کوي که نه



د واکسینو اخیستل تاسو د دې جوګه کوي چې له کورونا وایرس څخه زیات ناروغ نه شئ



دغه واکسین تاسو ته کورونا وایرس نه درکوي

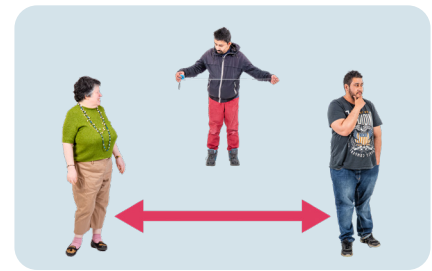
خو بیا هم تاسو اړتیا لرئ چې:



خپل لاسونه په احتیاط او بیا بیا پرېمېنځئ



د خولې ماسک واغوندئ



له نورو خلکو لیرې واوسئ (ټولنیز واټن)

واکسیناسیون، له هغو سره مرسته کول چې بېخي کمزوري دي.

© Crown copyright 2021. پروډکټ کوډ: COV2020344PAS Pashto 1p 5M JAN (APS) 2021. پبلک هیلټ اینګلینډ ګیتوی نمبر 2020655
تاسو دغه لیف لېټونه نور هم دلته اړد کولای شئ www.healthpublications.gov.uk