



آپ کی

کوویڈ-19 کی ویکسینیشن کی گائڈ



COVID-19 immunisation
Protect yourself.



کوویڈ-19 یا کورونا وائرس کیا ہے؟

کوویڈ-19 ایک نئی بیماری ہے۔ بعض اوقات اسے کورونا وائرس کہتے ہیں۔



بدقسمتی سے کچھ لوگ کورونا وائرس سے مر بھی سکتے ہیں



زیادہ تر لوگ کورونا وائرس سے ٹھیک ہو جاتے ہیں لیکن کچھ لوگ اس سے بہت زیادہ بیمار پڑ سکتے ہیں اور انہیں ہسپتال جانا پڑتا ہے

کورونا وائرس کی کچھ علامات یہ ہیں:

آپ کی ذائقے کی حس چلی جاتی ہے
یا تبدیل ہو جاتی ہے



تیز بخار



نئی کھانسی اور
آپ کھانستے ہی ریتے ہیں



اگر آپ کو علامات کے بارے میں مزید معلومات چاہیے
تو www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms



اگر آپ این ایچ ایس کی
ویب سائٹ استعمال نہ کر سکتے
ہوں تو 119 پر مفت فون کریں

گر آپ میں مندرجہ بالا علامات ہوں تو گھر پر رہیں
اور ٹیسٹ کروانے کا بندوبست کریں



ویکسین کے بارے میں



ویکسین کے محفوظ ہونے کی یقین دہانی
کرنے کے لئے اس کا ٹیسٹ کیا گیا



آپ کو ویکسین کے 2 انجیکشن چاہیئے
ہوں گے، جن میں 3 سے 12 ہفتوں کا
وقفہ ہوگا



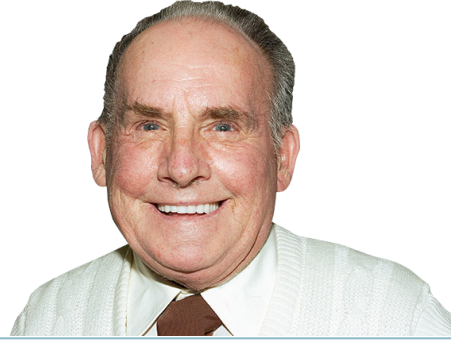
کورونا وائرس ویکسین ایک انجیکشن
ہے

کورونا وائرس کی ویکسین کسے کروانی چاہیئے؟

اگر آپ ان میں سے ایک ہیں، تو آپ کو ویکسین آفر کی جائے گی



کچھ لوگوں کا دوسروں کے مقابلے میں کورونا وائرس سے زیادہ بیمار ہونے کا امکان ہے



کچھ لوگ جن کا کورونا وائرس سے زیادہ بیمار ہونے کا امکان ہے:

بالغ افراد جنہیں ڈاؤنز سنڈروم ہو



65 سال اور اس سے زیادہ عمر کے افراد



بزرگوں کے لیے کیئر ہوم میں رہنے والے افراد



ویکسین اُن بالغوں کو بھی پیش کی جائے گی جنہیں یہ عارضے لاحق ہیں:

سانس لینے کی شدید دشواری جیسا کہ دمہ (سٹیرائڈ انہیلر کا اکثر استعمال)



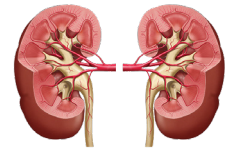
دماغ کے کچھ عارضے



دل کے عارضے



گردے یا جگر میں مسائل



آیا آپ کو ویکسین ملتی ہے یا نہیں اس کا انحصار اس پر ہوگا کہ آپ کو کونسا عارضہ لاحق ہے اور یہ کہ وہ کتنا سیرئس ہے

یہ فہرست سب لوگوں کا احاطہ نہیں کرتی
اگر آپ کے بیمار پڑنے کا زیادہ امکان ہو، تو
آپ کے ڈاکٹر نے آپ کو بتایا ہوگا



بیلٹھ اور سوشل کیئر کے عملے کو بھی ویکسین مل سکے گا



اگر آپ کو ایک ایسی بیماری لاحق ہے جس کی وجہ سے آپ کے کورونا وائرس سے زیادہ بیمار ہونے کا امکان ہے تو اس کو 'کلینکلی ایکسٹریملی ولنریبل' یعنی طبی طور پر سنگین خطرے سے دوچار کہتے ہیں

جس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو کورونا وائرس کا انجیکشن دوسرے لوگوں سے جلدی ملے گا



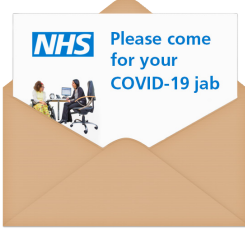
اگر آپ ایک ولنریبل فرد کے کیئر ورکر ہیں اور اس کام کے آپ کو پیسے ملتے ہیں تو آپ کو بھی ویکسین ملے گی



آپ کے مین کیئر کو ویکسین ملے گی



یہ جاننا کہ آیا آپ کو ویکسین ملنی چاہیئے



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

آپ کی بیلٹھ کیئر ٹیم آپ کو بتا سکے گی کہ آیا آپ کو کورونا وائرس کی ویکسین لینی چاہیے یا نہیں
کچھ لوگوں کو حفاظتی ٹیکے لگوانی کی دعوت دینے کے لیے خط بھیجا جا سکتا ہے یا فون پر کال کی جا سکتی ہے۔

اپنی اپوائنٹمنٹ کیسے بک کی جائے



آپ کو بتایا جائے گا کہ اپنی ویکسین کیلئے کہاں اور کب جانا ہے



آپ کو ملنے والے خط میں وضاحت کی گئی ہو گی کہ اپوائنٹمنٹ کے لیے کیسے کال کرنا ہے اپوائنٹمنٹ طے کرنے کے لیے فون استعمال کریں



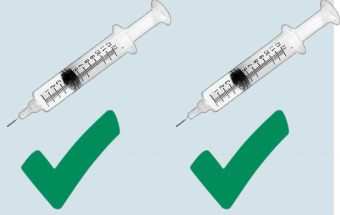
اگر آپ کو شک ہو، تو اپنے جی پی سے بات کریں (فیملی ڈاکٹر)

کچھ لوگوں کو حفاظتی ٹیکے لگوانے کے لیے پرائمری کیئر بک جانے کے لیے کہا جاسکتا ہے (پرائمری کیئر بک ایسی جگہیں ہوتی ہیں جہاں پر آپ کورونا وائرس کی ویکسین لے سکتے ہیں جنہیں آپ کی مقامی جی پی سروسز چلاتی ہیں)



میں آگے کیا کروں؟

اگرچہ پہلا انجیکشن آپ کو اچھا
تحفظ دے گا، آپ کو دیرپا تحفظ
کے لئے دوسری خوراک کی ضرورت
ہے



آپ کے پاس ایک ریکارڈ کارڈ ہو گا
جس پر آپ کی اگلی اپوائنٹمنٹ
لکھی ہوئی ہو گی، 3 تا 12 ہفتوں
کے بعد کی اپوائنٹمنٹ کے لیے



جب آپ کو پہلا انجیکشن یعنی
ٹیکہ لگ جائے گا، تو پھر آپ کو بتا
دیا جائے گا کہ دوسرے ٹیکے کے لئے
کب اور کہاں جانا ہے



کارڈ اس طرح کا ہوگا۔ اپنا کارڈ محفوظ رکھیں اور یقینی بنائیں کہ آپ اپنا دوسری انجیکشن لگوانے کے لیے اپنی اپوائنٹمنٹ پر جائیں

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.



موجودہ گائڈنس پر عمل کریں www.gov.uk/coronavirus

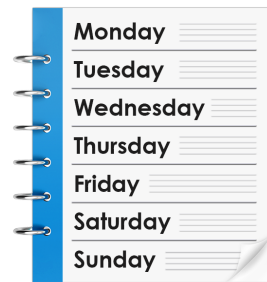
کیا ویکسین سب پر کام کرتی ہے؟

یہ ویکسین ہر ایک کو کورونا وائرس لگنے سے مکمل طور پر
محفوظ نہیں کرتی، تاہم اگر آپ کو پھر بھی کورونا وائرس
لگ جائے تو یہ آپ کو اتنا بیمار نہیں کرے گا اگر آپ نے
ویکسین لگوائی ہو



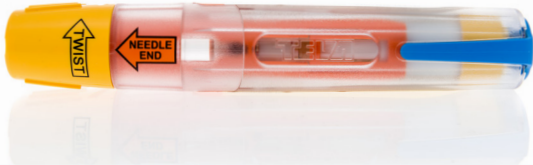
ویکسین کتنی دیر میں کام شروع کرے گی؟

ویکسین کو آپ کو تحفظ فراہم کرنے میں کچھ ہفتے لگ
سکتے ہیں



الرجیز

اگر آپ کے پاس ایپین ہے تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کو سنگین قسم کی الرجی ہوسکتی ہے



اگر آپ کو سنگین قسم کی الرجیز ہیں، تو آپ کو اپنے ڈاکٹر سے معلوم کرنا چاہیئے کہ آیا آپ کے لئے ویکسین لگوانا محفوظ ہے



حاملہ ہیں یا آپ کو لگتا ہے کہ آپ ہیں؟



اس بارے میں اپنے جی پی یا مڈوائف سے بات کریں



جبکہ کچھ خواتین کو بچہ پیدا ہونے کا انتظار کرنا پڑے گا



کچھ خواتین جو حاملہ ہوں یا بچے کو اپنا دودھ پلا رہی ہوں، یہ ویکسین لگوا سکتی ہیں

اگر آپ کے مدافعتی نظام میں کچھ مسئلہ ہو تب بھی یہ ویکسین محفوظ ہے (یہ اس وقت ہوتا ہے جب آپ کے جسم کو انفیکشنز کے ساتھ لڑنے میں دشواری کا سامنا ہو)

دوا کے سائیڈ افیکٹس یعنی ذیلی مضر اثرات

زیادہ عام ذیلی مضر اثرات میں شامل ہیں:



سر درد ہونا



تھکاوٹ محسوس کرنا



درد سا محسوس کرنا یا ایسا جیسے آپ کو نزلہ ہو



انجیکشن لگوانے کے بعد آپ کے بازو کا بھاری محسوس یا زخمی محسوس ہونا

اگر آپ کو بخار محسوس ہو (جیسے آپ کا جسم بہت گرم یا سرد ہو) تو آپ کو چاہئے کہ:

آپ ایک ہفتے سے کم وقت میں
بہتر محسوس کرنے لگیں گے



پیراسیٹامول لیں



آرام کریں



آپ کو ویکسین سے کورونا وائرس نہیں ہو سکتا لیکن یہ ہو سکتا ہے کہ آپ کو پہلی بی کورونا وائرس ہو چکا ہو لیکن آپ کو ویکسینیشن کی اپوائنٹمنٹ کے بعد تک پتہ نہ چلا ہو

اگر این ایچ ایس 111 آپ کو کسی
ڈاکٹر یا نرس کو دکھانے کے لیے کہے
تو یقینی بنائیں کہ آپ انہیں اپنی
ویکسینیشن کے بارے میں بھی بتائیں
اگر ممکن ہو، تو انہیں اپنا
ویکسینیشن کارڈ دکھائیں



آپ 111 کو یہ بتانا مت بھولیں کہ
آپ نے ابھی ابھی کورونا وائرس
ویکسین لگوائی ہے



اگر آپ بہت زیادہ بیمار
محسوس کر رہے ہوں یا آپ کو
اندیشہ ہو کہ شاید آپ کو کورونا
وائرس ہے، تو 111 پر کال کریں یا
111 کی ویب سائٹ پر جائیں



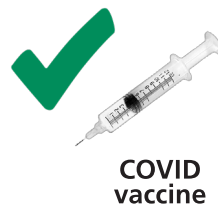
اگر آپ کو محسوس ہو کہ آپ کو ویکسین کے انتہائی
مضر ذیلی اثرات کا سامنا ہوا ہے تو آپ انہیں رپورٹ
کرنے کے لیے ییلو کارڈ اسکیم استعمال کریں

Yellow Card

کورونا وائرس ییلو کارڈ سسٹم ایک ویب سائٹ ہے جہاں پر آپ ویکسین
سے ہونے والے کسی طرح کے مضر ذیلی اثرات کے بارے میں مطلع کر
سکتے ہیں coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

اس ویب سائٹ پر جانے کے لیے آپ کو مدد درکار ہو سکتی ہے

میں نے اپنی فلو ویکسین لگوا لی ہے، کیا مجھے کورونا وائرس کی ویکسین بھی لگوانی پڑے گی؟



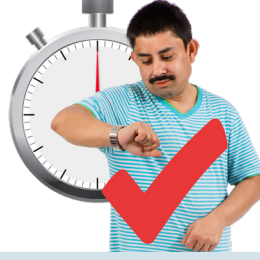
کورونا وائرس کی ویکسین لگوانے سے پہلے آپ کو چاہئے کہ
فلو ویکسین (جیب) لگوانے کے بعد 1 ہفتہ انتظار کر لیں

یہ بہت اہم ہے کہ آپ فلو ویکسین اور پھر کورونا وائرس کی
ویکسین لگوائیں

اگر میں اپنی اگلی اپوائنٹمنٹ کے وقت تندرست نہیں ہوں تو کیا کروں؟



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

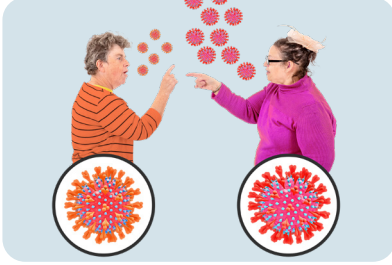


آپ کو کوشش کرنی چاہیئے کہ جتنا
جلدی ممکن ہو آپ یہ لگوا لیں آپ
اسی نمبر پر کال کر سکتے ہیں جسے
آپ نے اپنی پہلی اپوائنٹمنٹ طے کرنے
کے لیے کال کیا تھا



اگر آپ اچھا محسوس نہیں کر رہے، تو
اس وقت تک کا انتظار کر لیں جب تک
آپ بہتر محسوس نہ کریں

کیا ویکسین لگوانے کے بعد میں کسی کو کورونا وائرس لگا سکتا ہوں؟



فی الحال ہمیں یہ علم نہیں کہ آیا یہ
آپ کو وائرس لگنے اور اسے آگے پھیلانے
سے روکے گی یا نہیں



ویکسین لگوانا آپ کے کورونا وائرس
سے بہت زیادہ بیمار ہونے کا امکان کم
کر دیتا ہے



ویکسین سے آپ کو کورونا وائرس
نہیں لگ سکتا

آپ کو پھر بھی:



اپنے ہاتھ کثرت اور احتیاط کیساتھ دھونے
ہوں گے



فیس ماسک پہننا ہوگا



لوگوں سے دور رہنا ہوگا (سماجی فاصلہ)

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

© کراؤن کاپی رائٹ 2021. پراڈکٹ کوڈ: COV2020344UR Urdu. 1p 5M JAN (APS) 2021. پبلک ہیلتھ انکلیڈ گیت وے نمبر: 2020690
آپ ان کتابچوں کی مزید نقول یہاں سے آرڈر کر سکتے ہیں www.healthpublications.gov.uk