



NHS



Public Health
England



آپ کی

کووید-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 مرحوم ہیں 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 بسپتال جانا پڑتا ہے

کرونا وائرس کی کچھ علامات یہ ہیں:

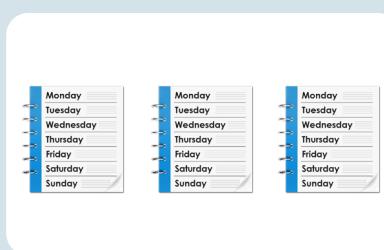


اگر آپ کو علامات کے بارے میں مزید معلومات چاہیے www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms



اگر آپ این ایج ایس کی ویسائٹ 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 محفوظ بونے کی یقین دبانی کرنے کے لئے اس کا ٹیسٹ کیا گیا

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

کورونا وائرس ویکسین ایک انجیکشن ہے

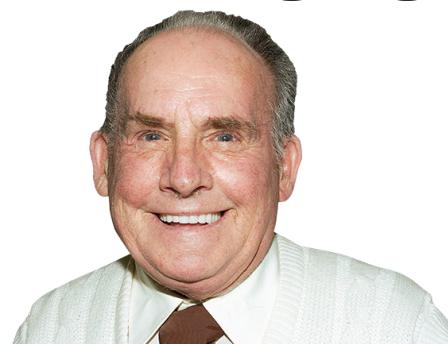


کورونا وائرس کی ویکسین کسے کروانی چاہئے؟

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



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



کچھ لوگ کا کورونا وائرس سے زیادہ بیمار بونے کا امکان ہے:

بالغ افراد جنہیں ڈاؤنز سنڈروم ہو



65 سال اور اس سے زیادہ عمر کے افراد



بزرگوں کے لیے کئی روم میں بنے والے افراد



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

سانس لینے کی شدید دشواری
جیسا کہ دمہ (سیٹرائند انہیلر کا اکٹر استعمال)



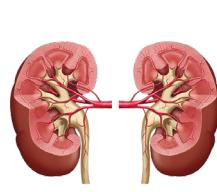
دماغ کے کچھ عارضے



دل کے عارضے



گردی 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 پڑی کا زیادہ امکان ہو، تو
آپ کے ڈاکٹرنے آپ کو بتایا ہوگا





بیلٹھ اور سوشنل کینڈ کے عملے کو بھی ویکسین ملنے سکتے گا



اگر آپ کو ایک ایسی بیماری لاحق ہے جس کی وجہ سے آپ کے کورونا وائرس سے زیادہ بیمار بونے کا امکان ہے تو اس کو 'کلینیکل ایکسٹریمیلی ولنریبل' یعنی طبی طور پر سنگین خطرے سے دوچار کرتے ہیں

جس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو کورونا وائرس کا انجیکشن دوسرا لوگوں سے جلدی ملنے گا



اگر آپ ایک ولنریبل فرد کے کینڈ ورکر ہیں اور اس کام کے آپ کو پیسے ملنے ہیں تو آپ کو بھی ویکسین ملنے گی



آپ کے میں کینڈر کو ویکسین ملنے گی



یہ جانتا کہ آیا آپ کو ویکسین ملنی چاہئے

آپ کی بیلٹھ کینڈ یہم آپ کو بتا سکتے گی کہ آیا آپ کو کورونا وائرس کی ویکسین لینی چاہئے یا نہیں
کچھ لوگوں کو حفاظتی ٹیک لگوانی کی دعوت دینے کے لیے خط بھیجا جا سکتا ہے یا فون پر کال کی جا سکتی ہے۔

اپنی اپوائٹمنٹ کیسے بُک کی جائے



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



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



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



کچھ لوگوں کو حفاظتی ٹیک لگوانے کے لیے پرائمری کینڈ بب جانے کے لیے کہا جاسکتا ہے (پرائمری کینڈ ب ایسی جگہیں یوتوی بیس جہاں پر آپ کو 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 حوراک کی ضرورت ہے۔



آپ کے پاس ایک ریکارڈ کارڈ ہو گا جس پر آپ کی اگلی اپوانشمنٹ لکھی بوئی ہو گی، 3 تا 12 بفتون کے بعد کی اپوانشمنٹ کے لئے



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



کارڈ اس طرح کا بوگا۔ اپنا کارڈ محفوظ رکھیں اور یقینی بنائیں کہ آپ اپنا دوسری انجیکشن لگوانے کے لیے اپنی اپوانشمنٹ 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.

www.gov.uk/coronavirus

کیا ویکسین سب پر کام کرتی ہے؟

یہ ویکسین بر 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 ییمار نہیں کرے گا اگر آپ نے ویکسین لگوانی ہو۔



ویکسین کتنی دیر میں کام شروع کرے گی؟

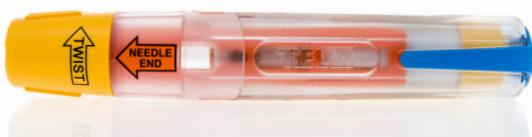
ویکسین کو آپ کو تحفظ فراہم کرنے میں کچھ بفتے لگ سکتے ہیں





الرجيز

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



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



حاملہ بین یا آپ کو لگتا ہے کہ آپ بین؟



اس بارے میں اپنے جن پی یا مڈوائے سے بات کریں



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



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

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

دوکے 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 ہونا زخمی محسوس ہونا



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

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



پیراسیٹامول لین



آرام کریں



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

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



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



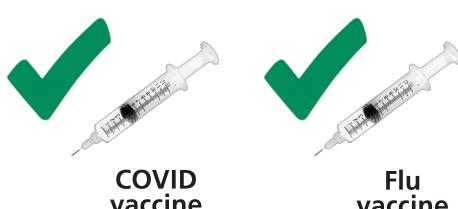
اگر آپ بہت زیادہ بیمار
محسوس کر رہے ہوں یا آپ کو
اندیشہ ہو کہ شاید آپ کو کورونا
وائرس ہے، تو 111 پر کال کریں یا
111 کی ویب سائٹ پر جائیں



اگر آپ کو محسوس ہو کہ آپ کو ویکسین کے انتہائی
مضر ذیلی اثرات کا سامنا بوا ہے تو آپ انہیں ریورٹ
کرنے کے لیے ییلو کارڈ اسکیم استعمال کریں
کورونا وائرس ییلو کارڈ سسٹم ایک ویب سائٹ ہے جہاں پر آپ ویکسین
سے بونے والے کسی طرح کے مضر ذیلی اثرات کے بارے میں مطلع کر
coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
اس ویب سائٹ پر جانے کے لیے آپ کو مدد درکار ہو سکتی ہے



میں نے اپنی فلو ویکسین لگوائی ہے، کیا مجھے کورونا وائرس کی ویکسین بھی لگوائی بھی؟



کورونا وائرس کی ویکسین لگوائے سے پہلے آپ کو چائی کہ
فلو ویکسین (جیب) لگوائے کے بعد 1 بفتہ انتظار کر لیں

یہ بہت ایم یے کہ آپ فلو ویکسین اور پھر کورونا وائرس کی
ویکسین لگوائیں



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



اگر آپ سیلف-آسولیٹ 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 اپوائنسمنٹ پر نہیں جانا چاہیے

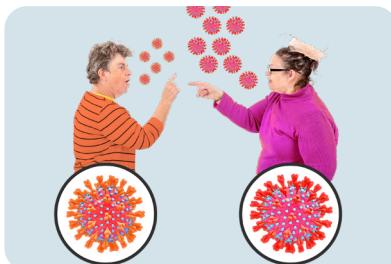


آپ کو کوشش کرنی چاہیئے کہ جتنا چلڈی ممکن ہو آپ یہ لگوا لیں آپ اس نمبر پر کال کر سکتے ہیں جسے آپ نے اپنی پہلی اپوائنسمنٹ طے کرنے کے لیے کال کیا تھا



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

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



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



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



ویکسین سے آپ کو کورونا وائرس نہیں لگ سکتا

آپ کو پھر بھی:



ایپھ باتھ کثرت اور احتیاط کیسا تھے دھونے ہوں گے



فیس ماسک پہننا بوگا



لوگوں سے دور رہنا بوگا (سماجی فاصلہ)

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

© کراون کاپی رائٹ 2021۔ براؤکٹ کوڈ: 2021 (APS) COV2020344UR Urdu. 1p 5M JAN (APS). پبلک بیلٹھ انگلینڈ گیٹ وے نمبر: 2020690 آپ ان کتابوں کی مزید نقول یہاں سے آڈر کر سکتے ہیں www.healthpublications.gov.uk