UK Health Security Agency

NHS

کیا توقع کرنا ہے

آپ کی کووڈ 19 ویکسینیشن کے بعد

ان لوگوں کے لیے معلومات جنہوں نے ابھی کووڈ 19 ویکسینیشن کروائی تھی

مزید جانیں nhs.uk/CovidVaccine پر

جن لوگوں کو کورونا وائرس (کوویڈ 19) کی پیچیدگیوں سے سب سے زیادہ خطرہ ہوتا ہے انھیں کوویڈ 19 ویکسینیشن کی پیشکش کی جا رہی ہے۔ یہ کتابچہ آپ کو بتاتا ہے کہ آپ کو اپنی ویکسینیشن کروانے کے بعد کیا امید رکھنا ہے۔

مضر اثرات کیا ہیں؟

تمام ادویات کی طرح، ویکسین بھی مضر اثرات کا سبب بن سکتی ہیں۔ ان میں سے زیادہ تر ہلکے اور قلیل مدتی ہوتے ہیں، اور ہر کسی کو نہیں ہوتے ۔ کوویڈ 19 ویکسین کے عام مضر اثرات ایک دن میں شروع ہوتے ہیں اور کچھ دنوں تک جاری رہ سکتے ہیں۔

ان میں شامل ہیں:

- جس بازو میں آپ نے انجکشن لگایا تھا وہاں درد بھرا ، بھاری احساس اور سوجن محسوس کرنا
- تھکاوٹ محسوس کرنا
- سر درد، درد اور سردی لگنا

آپ کو فلو جیسی علامات بھی ہو سکتی ہیں جن میں ایک یا دو دن تک کانپنے اور لرزنے کا سلسلہ ہوتا ہے۔ تاہم، زیادہ درجہ حرارت یہ بھی بتا سکتا ہے کہ آپ کو کوویڈ 19 یا کوئی اور انفیکشن ہے (صفحہ 4 پر مشورہ دیکھیں)۔ آپ آرام کر سکتے ہیں اور پیراسیٹامول کی معمول کی خوراک لے سکتے ہیں (پیکیجنگ میں دیے گئے مشورے پر عمل کریں) تاکہ آپ کو بہتر محسوس کرنے میں مدد ملے۔

ایک غیر معمولی مضر اثر بغلوں یا گردن میں اسی طرف سوجن شدہ غدود ہے جس بازو پر آپ نے ویکسین لگائی تھی۔ یہ تقریباً 10 دن تک چل سکتا ہے، لیکن اگر یہ زیادہ دیر تک رہتا ہے تو اپنے ڈاکٹر سے ملیں۔ اگر آپ کو ویکسین کے چند ہفتوں بعد میموگرام کروانا ہے، تو آپ کو اس بات کا ذکر کرنا چاہیے کہ آپ نے کب جانا ہے ۔

مشمولات

مضر اثرات کیا ہیں؟

میں نے سنا ہے کہ ویکسین بے قاعدہ ماہواری یا غیر متوقع خون بہنے کا سبب بن سکتی ہے؟

اگر میں اپنی علامات کے بارے میں فکر مند ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟

کیا دیگر سنگین مضر اثرات ہیں؟

کیا مجھے اپنی ویکسینیشن کے بعد 15 منٹ تک انتظار کرنا چاہیے؟

میں روزانہ کی سرگرمیوں میں کب واپس جا سکتا ہوں؟

کیا ویکسین میری حفاظت کرے گی؟

اپنی ویکسین کے بارے میں مزید تفصیلات کے لیے براہ کرم پروڈکٹ سے متعلق معلوماتی کتابچہ پڑھیں، بشمول ممکنہ مضر اثرات، کورونا وائرس ییلو کارڈ سرچ کریں۔

آپ اسی ویب سائٹ پر یا ییلو کارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کرکے مشتبہ مضر اثرات کی اطلاع بھی دے سکتے ہیں۔

yellowcard.mhra.gov.uk

کیا دیگر سنگین مضر اثرات ہیں؟

فائزر اور موڈرناکوویڈ 19 ویکسین کے بعد دل کی سوزش کے نایاب کیسز (جسے مایوکارڈائٹس یا پریکارڈائٹس کہا جاتا ہے) رپورٹ ہوئے ہیں۔ یہ کیسز زیادہ تر کم عمر مردوں میں ویکسینیشن کے بعد کئی دنوں کے اندر دیکھے گئے ہیں۔

ان میں سے زیادہ تر لوگ آرام اور آسان علاج کے بعد صحت یاب ہوئے اور بہتر محسوس کیا۔

میں نے سنا ہے کہ ویکسین بے قاعدہ ماہواری یا غیر متوقع خون بہنے کا سبب بن سکتی ہے؟

ماہواری کے مسائل بہت عام ہیں اور یہ مختلف عوامل بشمول تناؤ اور دیگر قلیل مدتی بیماریوں کی وجہ سے ہو سکتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو ویکسینیشن کے بعد مہینے یا اس کے بعد معمول کی ماہواری سے زیادہ خراب ہونے کا تجربہ ہو سکتا ہے۔ اگرچہ کچھ لوگوں کی طرف سے ٹیکے لگانے کے بعد ماہواری میں ہونے والی دیگر تبدیلیوں کی اطلاع دی گئی ہے، لیکن اس بات کا کوئی ثبوت نہیں ہے کہ یہ ویکسین کی وجہ سے ہوئی ہیں۔

اگر میں اپنی علامات کے بارے میں فکر مند ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟

یہ علامات عام طور پر ایک ہفتے سے بھی کم رہتی ہیں۔ اگر آپ کی علامات بدتر ہوتی نظر آتی ہیں یا اگر آپ فکر مند ہیں تو NHS 111 پر کال کریں۔ اگر آپ ڈاکٹر یا نرس سے مشورہ لیتے ہیں، تو یقینی بنائیں کہ آپ انہیں اپنی ویکسینیشن کے بارے میں بتائیں (انہیں ویکسینیشن کارڈ دکھائیں) تاکہ وہ آپ کا صحیح اندازہ لگا سکیں۔

آپ ییلو کارڈ سکیم کے ذریعے ویکسین اور ادویات کے مشتبہ مضر اثرات کی بھی اطلاع دے سکتے ہیں۔ آپ یہ آن لائن ییلو کارڈ تلاش کرکے یا ییلو کارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کرکے کرسکتے ہیں (براہ کرم صفحہ 2 دیکھیں)۔

کیا ویکسین میری حفاظت کرے گی؟

کوویڈ 19 کی ویکسین جو آپ نے لی تھیں ان سے آپ کو شدید کوویڈ 19 بیماری میں مبتلا ہونے کے امکانات کو کم کرتے دکھایا گیا ہے۔

آپ کے جسم کو تحفظ حاصل کرنے میں پہلی خوراک سے چند ہفتے لگ سکتے ہیں۔ آپ کے جسم کو کسی بھی اضافی خوراک کے بعد (چند دنوں کے بعد) زیادہ تیزی سے جواب دینا شروع کر دینا چاہیے۔ تمام ادویات کی طرح، کوئی بھی ویکسین مکمل طور پر موثر نہیں ہے، اس لیے آپ کو انفیکشن سے بچنے کے لیے سمجھدار احتیاطی تدابیر کو جاری رکھنا چاہیے۔ کچھ لوگوں کو ویکسینیشن لینے کے باوجود بھی کوویڈ 19 ہو سکتا ہے، لیکن یہ کم شدید ہونا چاہیے۔

ویکسین آپ کو کوویڈ 19 انفیکشن نہیں دے سکتی، اور مکمل کورس آپ کے شدید بیمار ہونے کے امکانات کو کم کر دے گا۔

اپنے کارڈ کو محفوظ رکھیں۔
آپ NHS ایپ بھی چیک کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کو تجربہ ہو تو آپ کو فوری طور پر طبی مشورہ لینا چاہئے:

- سینے کا درد
- سانس لینے میں دقت
- تیز دھڑکنے، پھڑپھڑانے یا دھڑکتے دل کے احساسات

کیا مجھے اپنی ویکسینیشن کے بعد 15 منٹ تک انتظار کرنا چاہیے؟

جب ہم نے پہلی بار فائزر اور موڈرنا کی ویکسین استعمال کیں تو لوگ اپنی ویکسینیشن کے بعد 15 منٹ تک مشاہدہ کرنے کے لیے پیچھے رہے۔ الرجک رد عمل کی بہت کم شرح کی وجہ سے، صرف سنگین الرجی کی تاریخ والے افراد یا جن لوگوں کو گزشتہ کوویڈ 19 ویکسینیشن پر ردعمل ہوا تھا انہیں اس وقت کا انتظار کرنے کی ضرورت ہے۔

تاہم، بیہوشی کے خطرے کی وجہ سے، کسی کو ویکسینیشن کے بعد کم از کم 15 منٹ تک گاڑی نہیں چلانی چاہیے۔

میں روزانہ کی سرگرمیوں میں کب واپس جا سکتا ہوں؟

آپ کو ایسی سرگرمیاں دوبارہ شروع کرنے کے قابل ہونا چاہیے جو آپ کے لیے معمول کی ہوں جب تک کہ آپ ٹھیک محسوس کریں۔ اگر آپ کے بازو میں خاص طور پر درد ہے، تو آپ کو بھاری بوجھ اٹھانا مشکل ہو سکتا ہے۔ اگر آپ بیمار یا بہت تھکے ہوئے محسوس کرتے ہیں تو آپ کو آرام کرنا چاہیے اور آپریٹنگ مشینری یا ڈرائیونگ سے گریز کرنا چاہیے۔

ویکسینیشن، سب سے زیادہ کمزور لوگوں کی حفاظت میں مدد کرنا

اگر آپ کو کوویڈ 19 ویکسینیشن کے بارے میں مزید معلومات درکار ہوں تو براہ کرم ملاحظہ کریں:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/coronavirus-vaccine/

© Crown copyright 2023
V7. 3M MAR 2023 (APS). Product Code: COV23WTUR Urdu
UK Health Security Agency gateway number: 2022823

یہ کتابچہ بریل میں، ایک BSL ویڈیو کے طور پر، بڑے پرنٹ میں، ایزی ریڈ ورژن کے طور پر دستیاب ہے، جس کا 26 سے زیادہ زبانوں میں ترجمہ www.healthpublications.gov.uk سے آرڈر کرنے کے لیے ہے یا 03001231002 پر کال کریں۔