



## مېندواره؟

# خپل د COVID-19 واکسين تطبيق کړئ

## د COVID-19 و هغو ميندو ته په ټينگار سره سپارښتنه کېږي چې مېندواره وي يا تي ورکوي

### که چېرې زه مېندواره وم، ولې واکسينو ته اړتيا لرم؟

که د مېندوارۍ په پای کېښې تاسو په COVID-19 په ناروغۍ اخته شئ، نو تاسو او ستا نازېږېدلی کوچنی دواړه به د داسې سختې ناروغۍ له خطر سره مخامخ شئ چې د روغتون درملنې او بېړنۍ مرستې ته به اړ شئ. د بریتانیا معلومات دا ښيي چې تقریباً هره مېندواره ښځه چې په COVID-19 اخته ده او په روغتونو کې بستر کېدو او څارنې ته اړتیا لري، لامل یې د واکسينو نه تطبيق دی. تاسو او ستا نوي کوچني ته له COVID-19 څخه عمومي خطر کم دی خو د COVID-19 له لومړيو څپو راهيسې دا خطر زیات شوی دی.

په مېندوارۍ کې COVID-19 واکسين تاسو ته له ناروغۍ څخه د لوړې کچې خونديتوب درکوي. په بریتانیا او هم په نورو هېوادونو کې کره معلومات په ټينگار سره سپارښتنه کوي چې هغو مېندواره ښځو ته چې COVID-19 واکسين ورکول کېږي خوندي دي.

دا مهمه خبره ده چې ته د خپلو واکسينو ټول دوزونه تطبيق کړې ترڅو تاسو او ستاسو ماشوم خوندي شي. د کوچني تر زېږولو پورې انتظار مه کوئ. هغه مېندواره ښځې چې تر طبي څارنې لاندې دي، د COVID-19 له امله د گڼ شمېر جدي ستونزو څخه د رنځ وړلو تر لور گواښ لاندې دي.

په بریتانیا کېښې چې کوم COVID-19 واکسين موجود دي هغه مآثر دي او د خونديتوب ښه نوم لري. دا مهمه ده چې خپل COVID-19 واکسين تطبيق کړئ ترڅو د خپل ځان او خپل کوچني ساتنه وکړئ.

### COVID-19 واکسيناسيون په مېندوارۍ کېښې

د واکسيناسيون او خونديتوب مشترکې کمېټې (JCVI) اوس ويلي دي چې مېندواره ښځو ته د COVID-19 له ناروغۍ څخه سخت گواښ جوړ دی. هغوی مېندواره ښځو ته ورپه يادوي چې ژرتر ژر خپل COVID-19 واکسين تطبيق کړي. دوی نه بايد خپل واکسين تر زېږون وروسته وځنډوي. دا به دوی او د دوی کوچنيان وژغوري. په بریتانیا کې تر 100,000 زیاتې ښځې واکسين شوې دي، چې زیاترو ته د Pfizer او Moderna واکسين تطبيق شوي دي او د دوی د خونديتوب کچه ښه ده.

دغه واکسين ژوندي کورونا وایرسونه نه لري او پر مېندواره ښځو او د دوی ځېلانځ يعنې رجم کېښې پر ماشوم باندې بد نه لگېږي.

د COVID-19 واکسينو اثبات په دوامداره توگه د نړۍ وال روغتيايي سازمان (WHO) او د بریتانیا، امریکې، کاناډا او اروپا د څارونکو ادارو لخوا څارل کېږي.

Pfizer او Moderna واکسين د هر عمر د اوميدوارو ښځو لپاره غوره واکسين بلل کېږي چې د لومړي دوز لپاره دي.

هر چا که واکسيناسيون لا دمخه پيل کړي وي او اوس په اوميدوارۍ کېښې دويم دوز ورکول کېږي، هغوی ته پکار ده چې دويم دوز هم د هماغه واکسينو تطبيق کړي مگر په هغه صورت کې چې له لومړي ځل وروسته ورته شديد جانبي عوارض پيدا شوي وي.

### مېندواره ښځو ته د خطر عوامل

که چېرې لاندې طبي شرايط لرئ: يا که لاندې شرايط ولرئ

- د بدن د کمزوري دفاعي سيستم ستونزې
- د بدن د کمزوري دفاعي سيستم ستونزې
- د مېندوارۍ دريم پړاو (تر 28 اونۍ تېر)
- د وينې لوړ فشار
- تور پوستی يا اسيايي نژاده
- د زړه ناروغي
- که واکسين مو نه وي کړي يا مو په قسمي ډول کړي وي
- ساه لنډي

نو تاسي ته له COVID-19 څخه نور زیات خطر دی تر هغو ښځو چې همدومره عمر لري خو اوميدوارې نه دي.

د مېندوارۍ، تي ورکولو، زېږدو او کورونا وایرس (COVID-19) واکسيناسيون په هکله نور معلومات د NHS پر ويبپاڼه کې ترلاسه کړئ

## دا زما لپاره څه مانا لري؟

### اوميدواره کېدل

د COVID-19 واکسين له تطبيق وروسته له مېندواره کېدو څخه د مخنيوي هېڅ اړتيا نشته.

داسې هېڅ ثبوت نشته چې COVID-19 واکسين پر فرتيليتي يعنې مېندوارۍ باندې کومه اغېزه وکړي.

### که چېرې مېندواره ياست

COVID-19 واکسين تاسو له COVID-19 ناروغۍ څخه غوره خونديتوب نصيب کوي هغه ناروغي چې د ځينو ښځو ته د مېندوارۍ په وروستي پړاو کې سخته تمامېدلای شي.

د COVID-19 واکسينو لومړی دوز به تاسې ته ښه خونديتوب در په برخه کړي. تاسې ته پکار ده چې هر دوز يې پروخت ولگوئ ترڅو بهترين خونديتوب مو په برخه شي. تاسې يې دويم دوز تر لومړني هغه له 8 تر 12 اونيو وروسته تطبيقوئ. تاسې ته پکار نه ده چې دا دويم دوز يې وځنډوئ. که تاسې په کومه وجه واکسيناسيون ځنډولي وي، نو خپل واکسين ژر تر ژره تطبيق کړئ.

که تاسې د لا دمخه د COVID-19 واکسينو لومړی دوز لگولی وي او کوم جابني عوارض مو نه وي ليدلي، نو تاسې د هممغو واکسينو دويم دوز هم د تطبيق وړ ديچي کله يې درکړي.

که ستاسې لومړی خوراک AstraZeneca و نو تاسې په دغه لارښود

کې ورکول شويو معلوماتو ته توجه وکړئ

[www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting](http://www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting)

### تقويتي واکسين

مېندواره ښځې د تقويتي دوز واکسينو تطبيق وړتيا لري، له دويم دوز څخه 12 اونۍ وروسته. کوم تقويتي دوز چې به درکول کېږي کېدلای شي چې هغه Moderna يا Pfizer واکسين وي.

## تی ورکول

د تي ورکولو گټې خو ښې څرگندې دي.

JCVI دا سپارښتنه کړې ده چې د تي ورکول پرمهال هم واکسين اخيستل کېدلای شي. دا د متحده ايالاتو او نړۍ وال روغتيايي سازمان له سپارښتنو سره سم دي.

د ټولو درملو غوندې، واکسين هم عامه جانبي عوارض لري. په دا پوهېدل يقيني کول به گټه وکړي چې له واکسين لگولو وروسته به تاسې څه توقع لرئ، په ځانگړې توگه که تاسې د خپل کوچني يا د نورو ماشومانو پالنه کوئ.

لطفاً ولولئ دغه لارښود، د 'له COVID واکسيناسيون وروسته

د څه توقع وکړو' [www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination](http://www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination)

The Royal College of Obstetricians and Gynaecologists

(RCOG) او (RCM) Royal College of Midwives يو د پرېکړې

لارښود او نور داسې معلومات لري چې کېدی شي د COVID-19

واکسينو او مېندوارۍ په تړاو تاسو ته گټه ورسوي

[www.rcm.org.uk/](http://www.rcm.org.uk/) – [rcog.org.uk](http://rcog.org.uk/)

([guidance-for-pregnant-women](http://guidance-for-pregnant-women))

که تاسو د COVID-19 واکسيناسيون په اړه

څېرې کول غواړئ نو لطفاً له خپلې نرسې،

ډاکټر، يا نرس سره تماس ونيسئ.

د واکسينو تطبيق تر زېږولو پوري مه ځنډوئ،

له COVID-19 ناروغۍ څخه د خپل ځان

او خپل ماشوم د غوره خونديتوب

لپاره وخت واخلي.



واکسيناسيون، له هغو سره په خونديتوب کې مرسته کوي چې زيات زياتمېدونکي دي



## هيڅ واکسين هم 100% اغېزناک نه وي

نوځکه خو پکار ده چې پر اوسني ملي

لارښودباندې عمل وکړئ

د خپل ځان، خپلې کورنۍ، دوستانو او همکارانو

د خونديتوب لپاره تاسې بيا هم هر ورو:

• چې چېرته يې سپارښتنه وې وي هلته د خولې ماسک واغونډئ

• خپل لاسونه په احتياط او تکرار پرېمېنځئ

• ورشئ پرانيځئ چې تازه هوا چلېږي

• پر اوسني لارښوونې باندې کوئ

دغه وړيا لارښود په براب، د BSL په وېديو کېنې، غټ چاپ، د يوه اډيو فایل په بڼه په 27 ژبو کېنې هم شته، لطفاً د ډاونلوډ کولو لپاره ورشئ [www.healthpublications.gov.uk](http://www.healthpublications.gov.uk) ته يا يې اوس کلپانې تقضا کړئ. يا د غوښتنې ورکولو لپاره 0300 123 1002 زنگ ووهئ.

© Crown copyright 2021. Product code: C21PGV1PAS Pashto DEC 1p 500K (APS) 2021. UK Health Security Agency gateway number: 20211152