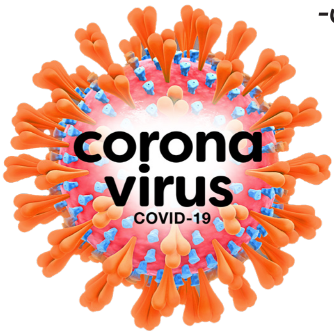
NHS

Public Health England

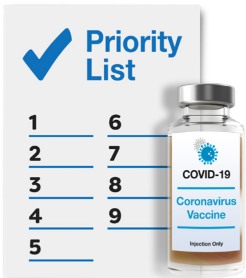
کورونا وائرس کی ویکسین کے بارے میں

ویکسینیشن کے بعد کیا توقع رکھنی چاہیے

کورونا وائرس کے حفاظتی ٹیکے ایک دوا ہے جو لوگوں کو کورونا وائرس سے محفوظ رکھنے میں مدد کرتی ہے۔ سائنسدانوں نے حفاظتی ٹیکیوں کو ٹیسٹ کیا ہے تا کہ یقینی بنایا جاسکے کہ وہ محفوظ ہیں اور ٹھیک سے کام کرتے ہیں۔



وہ لوگ جن کا کورونا وائرس کی وجہ سے شدید بیمار پڑنے کا امکان غالب ہو اُنہیں حفاظتی ٹیکے پہلے لگ رہے ہیں۔ اِس میں بہت سے لوگ شامل ہیں جنہیں سیکھنے کی معذوری لاحق ہے اور وہ جو زیادہ خطرے والے گروہ میں ہیں۔



زیادہ سے زیادہ محفوظ ہونے کے لیے آپ کو حفاظتی ٹیکوں کی دو خوراکیں لینا ہوں گی۔ آپ نے حفاظتی ٹیکوں کی اپنی پہلی خوراک ابھی لی ہے۔ آپ کو یقینی بنانا چاہیے کہ آپ اپنی دوسری اپوائنٹمنٹ پر جائیں تاکہ آپ کی کورونا وائرس کے خلاف زیادہ سے زیادہ حفاظت کی جاسکے۔

حفاظتی ٹیکے لگوانے کے بعد ہو سکتا ہے کہ ایک مختصر عرصے کے لیے آپ بیمار محسوس کریں۔ اسے مضر ذیلی اثرات کہا جاتا ہے۔ مضر ذیلی اثرات آپ کو عموماً زیادہ بیمار نہیں کرتے اور نہ ہی یہ ہر کسی کو ہوتے ہیں۔

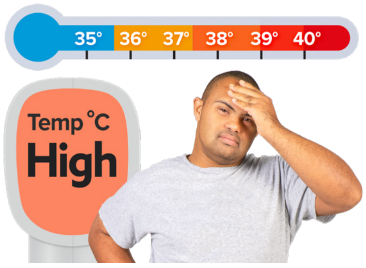
Urdu_RTL_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-urd.indd 1 26/03/2021 17:12:06

اہم مضر ذیلی اثرات یہ ہیں:

درد محسوس ہورہا ہے یا
آپ کو ہلکا سا زکام ہے

سر میں درد ہونا

آپ کو 1 یا 2 دنوں تک بخار
محسوس ہو سکتا ہے



تھکاوٹ محسوس کرنا

انجیکشن لگوانے کے بعد 1 یا 2 دن تک آپ کے بازو
کا بھاری محسوس ہونا یا درد کرنا

اگر آپ کو مضر ذیلی اثرات ہوں تو آپ آرام کر سکتے ہیں اور بہتر محسوس کرنے میں مدد حاصل کرنے کے لیے پیراسیٹامول لے سکتے ہیں۔

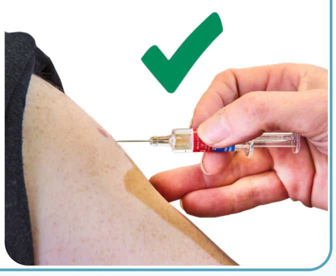
ڈبے پر لکھا ہو گا کہ آپ کو کتنی خوراک لینی چاہیے۔

مضر ذیلی اثرات عام طور پر ایک ہفتے سے کم مدت کے لیے رہتے ہیں۔ اگر آپ کو محسوس ہو کہ آپ زیادہ علیل ہو رہے ہیں یا متفکر ہوں تو این ایچ ایس 111 پر کال کریں۔ آپ کی جس بھی معالج سے بات ہو اُنہیں یہ بتانا مت بھولیں کہ آپ نے ابھی ابھی کورونا وائرس کی ویکسین لگوائی ہے۔

اِس سے اُنہیں آپ کی ٹھیک طرح سے دیکھ بھال کرنے میں مدد ملے گی۔ اگر ممکن ہو، تو انہیں اپنا کورونا وائرس کی ویکسینیشن کا کارڈ دکھائیں۔

Urdu_RTL_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-urd.indd 2 26/03/2021 17:12:08

اگر پہلی خوراک کے بعد آپ میں علامات ظاہر ہو بھی جائیں تو بھی آپ کو دوسری خوراک لینے کی ضرورت ہو گی۔ دوسری خوراک لینے سے آپ کو وائرس کے خلاف بہترین تحفظ ملے گا۔

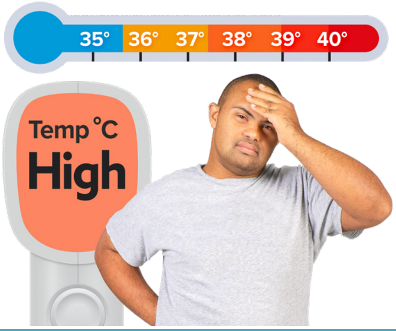


آپ کو ویکسین سے کورونا وائرس نہیں ہو سکتا۔ لیکن یہ ہوسکتا ہے کہ آپ کو پہلے ہی کورونا وائرس ہو چکا ہو لیکن آپ کو ویکسینیشن کی اپوائنٹمنٹ کے بعد علامات کا احساس ہوا ہو۔

کورونا وائرس کی اہم علامات جو ہوسکتی ہیں وہ ہیں:

نئی کھانسی اور آپ کھانستے ہی رہتے ہیں

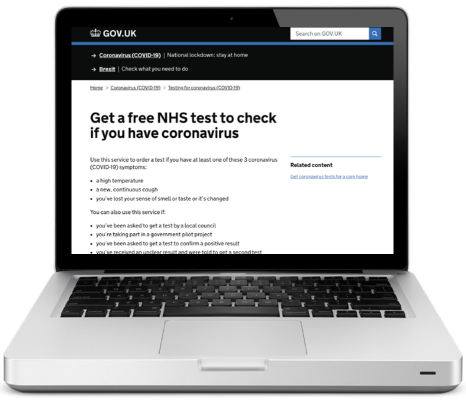
تیز بخار



سونگھنے یا چکھنے کی صلاحیت کا کھو جانا یا سونگھنے یا چکھنے کی صلاحیت تبدیل ہو جانا

لیکن اگر آپ کو کورونا وائرس کی کوئی سی بھی دیگر علامات ہوں، یا 3 سے زیادہ دنوں تک تیز بُخار ہو تو گھر میں ہی رہیں اور ٹیسٹ بُک کروائیں۔

آپ 119 کو فون کر کے یا www.gov.uk/get-coronavirus-test حکومت کی ویب سائٹ پر جا کر ٹیسٹ بُک کر سکتے ہیں



ویکسین لگوانے کے بعد جب تک آپ کو لگے کہ آپ تندرست ہیں، آپ معمول کی سرگرمیاں جاری رکھ سکتے ہیں۔ اگر آپ کے بازو میں خاصا درد ہو تو ہوسکتا ہے کہ بھاری وزن اُٹھانا مشکل ہو۔ اگر آپ بیمار ہیں اور بہت زیادہ تھکاوٹ محسوس کریں تو آپ کو آرام کرنا چاہیئے اور آپ کو کسی طرح کی مشینیں یا گاڑی نہیں چلانی چاہیے۔

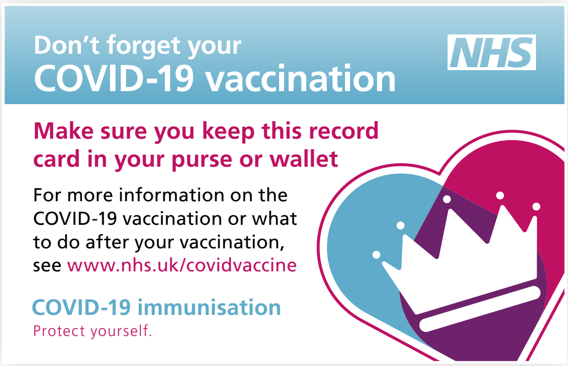
یاد رکھیں، ویکسین کی دوسری اپوائنٹمنٹ پر جانے کے لیے منصوبہ بندی کریں۔

آپ کی دوسری اپوائنٹمنٹ پہلی اپوائنٹمنٹ کے زیادہ سے زیادہ 12 ہفتے بعد تک ہونی چاہیے۔

یہ اہم ہے کہ آپ کو کورونا وائرس کے خلاف بہترین تحفظ فراہم کرنے کے لیے ایک ہی ویکسین کی دونوں خوراکیں دی جائیں۔

آپ کو اپنی پہلی اپوائنٹمنٹ پر ایک ریکارڈ کارڈ ملنا چاہیے - یہ ایسا کارڈ ہے جو آپ کو بتاتا ہے کہ آپ کو کونسی ویکسین ملی تھی، کب ملی تھی اور آپ کی اگلی اپوائنٹمنٹ کب ہو گی۔

اپنا کارڈ محفوظ رکھیں اور یقینی بنائیں کہ آپ اپنی دوسری اپوائنٹمنٹ پر جائیں۔



اگر آپ علیل ہوں تو یہ بہتر ہو گا کہ دوسری اپوائنٹمنٹ سے پہلے صحتیاب ہونے کا انتظار کریں۔ آپ کو کوشش کرنی چاہیئے کہ جتنا جلدی ممکن ہو آپ دوسری اپوائنٹمنٹ طے کر لیں۔

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۔

Urdu_RTL_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-urd.indd 4 26/03/2021 17:12:20

اگر آپ اپنی اپوائنٹمنٹ پر نہ جا پائیں تو آپ کو اُس جگہ، جہاں پر آپ کو حفاظتی ٹیکہ لگنا ہو، پر فون کر کے اُنہیں بتانا چاہیے کہ آپ نہیں آ سکتے اور ایک اور اپوائنٹمنٹ بُک کرنی چاہیے۔

کورونا وائرس کی ویکسین کو آپ کی کورونا وائرس کے خلاف حفاظت کرنی چاہیے، لیکن تھوڑا سا امکان موجود ہے کہ یہ اب بھی آپ کو ہوسکتا ہے۔ اگر آپ کو کورونا وائرس لگ بھی جائے تو یہ آپ کو اتنا بیمار نہیں کرے گا اگر آپ نے ویکسین لگوائی ہوئی ہو۔

حفاظتی ٹیکوں کی پہلی خوراک ملنے کے فوری بعد آپ کو کورونا وائرس کے خلاف کلی تحفظ حاصل نہیں ہو گا۔ خوراکیں ٹیکوں کی دونوں خوارکیں لینے سے آپ کو کورونا وائرس کے خلاف بہترین تحفظ فراہم ہو جائے گا۔

حفاظتی ٹیکہ لگوانے کے بعد بھی آپ کو کورونا وائرس کے سلسلے میں گائڈنس پر عمل کرنا جاری رکھنا چاہیے۔ اس میں شامل ہے:

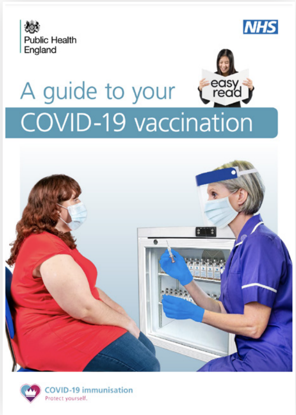
- دوسرے لوگوں سے محفوظ فاصلے پر رہنا
- احتیاط اور کثرت سے اپنے ہاتھ دھونا
- فیس ماسک استعمال کرنا

آپ ضوابط کے بارے میں مزید معلومات www.gov.uk/coronavirus سے حاصل کرسکتے ہیں

Urdu_RTL_PHE_11920_AZ_Covid-19_what_to_expect_easy_read_03-urd.indd 5
26/03/2021 17:12:23

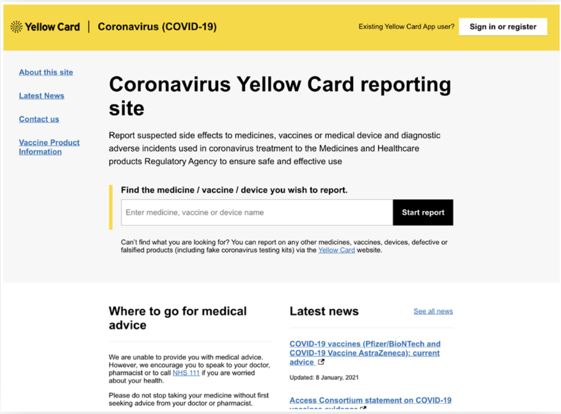
ابھی تک ہمیں معلوم نہیں ہے کہ آیا ویکسین لگوانے سے آپ دوسرے لوگوں کو کورونا وائرس منتقل کرنے سے رک پائیں گے یا نہیں۔

کورونا وائرس کے بارے میں مزید معلومات ایزی ریڈ گائڈ سے حاصل کرسکتے ہیں 'کورونا وائرس کی ویکسینیشن کے بارے میں آپ کی گائڈ' (https://bit.ly/3asSK9Z)

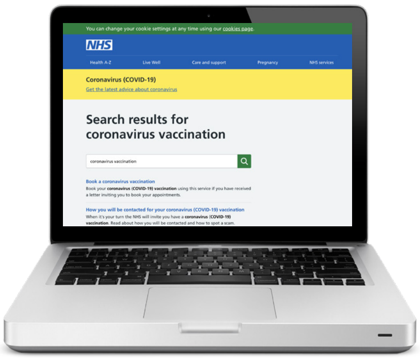


کورونا وائرس کی ییلوکارڈ ویب سائٹ (https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk) پر یا ییلو کارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کر کے ویکسینز اور ادویات کے ذیلی مضر اثرات کے بارے میں رپورٹ بھی کر سکتے ہیں۔

یہ ویب سائٹ ایزی ریڈ میں دستیاب نہیں ہے چنانچہ ہو سکتا ہے کہ آپ کو مدد کے لیے کسی کو کہنا پڑے۔



www.NHS.UK پر بھی مزید معلومات دستیاب ہیں



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

© کراؤن کاپی رائٹس 2021۔ پراڈکٹ کوڈ COV2020307V2ERUR Urdu۔ پبلک ہیلتھ انگلینڈ گیٹ وے نمبر 2020693۔
1p 500K (APS) FEB 2021 آپ اِن کتابچوں کی مزید نقول www.healthpublications.gov.uk