

**NHS**



Public Health  
England

کوویڈ-19 کی ویکسینیشن  
یعنی حفاظتی ٹیکے

زیادہ بڑی عمر کے بالغ  
افراد کے لیے گائڈ

یہ لیف لیٹ کوویڈ-19 کے حفاظتی  
ٹیکوں یعنی ویکسینیشن، کون اہل  
ہے اور کسے کورونا وائرس کے خلاف  
حفاظت کے لیے اس کی ضرورت ہے،  
کے بارے میں وضاحت کرتا ہے۔

کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکے

اپنی حفاظت کریں۔



# مندرجات

کوویڈ-19 یا کورونا وائرس کیا ہے؟

ویکسین کی اقسام کے بارے میں بیان

کوویڈ-19 کی ویکسین کسے کروانی چاہئے؟

کیا مجھے

کوویڈ-19 کی انفیکشن کے اثرات سے زیادہ خطرہ ہے؟

کون ویکسین نہیں کروا سکتا؟

کیا ویکسین میری حفاظت کرے گی؟

کیا ویکسین کے ذیلی مضر اثرات ہوں گے؟

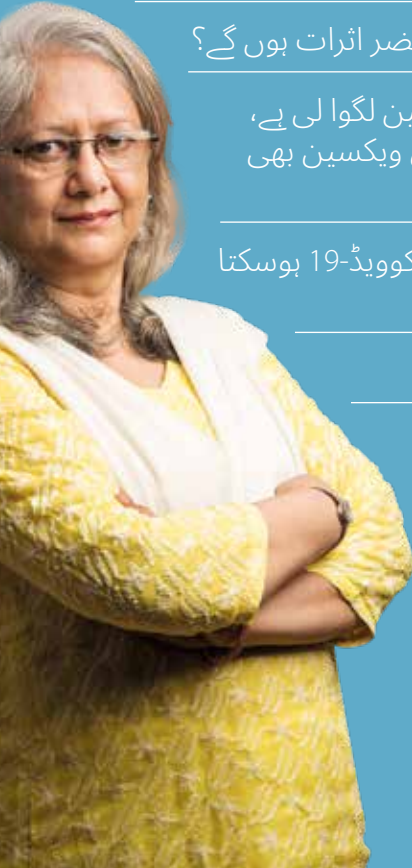
میں نے اپنی فلو ویکسین لگوا لی ہے،  
کیا مجھے کوویڈ-19 کی ویکسین بھی  
لگوانی ہو گی؟

کیا ویکسین سے مجھے کوویڈ-19 ہوسکتا  
ہے؟

میں آگے کیا کروں؟

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

کیا ویکسین لگوانے  
کے بعد میں کسی کو  
کوویڈ-19 سے متاثر کر  
سکتا ہوں؟



## کوویڈ-19 یا کورونا وائرس کیا ہے؟

کوویڈ-19 ایک نئی قسم کے کورونا وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے جسے سارس-کو وی-2 (SARS-CoV-2) کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ یہ پہلی بار 2019 کے اواخر میں دریافت ہوا تھا۔ یہ بیحد متعددی ہے اور اس سے شدید تنفسی مرض ہوسکتا ہے۔

ہوسکتا ہے کہ اس سے متاثرہ بہت سے لوگوں میں کوئی سی بھی علامات نہ ہوں یا پھر صرف معمولی نوعیت کی علامات ہوں۔ ان کا آغاز عام طور پر کھانسی، بخار، سر درد اور حس ذائقہ یا قوتِ شامہ کی محرومی سے ہوتا ہے۔

کچھ لوگوں کو بہت زیادہ تھکاوٹ، پٹھوں میں درد، اسہال اور قے، بخار اور ذہنی انتشار محسوس ہو گا۔ لوگوں کی ایک چھوٹی سی تعداد بعد ازاں شدید بیمار پڑ سکتی ہے جس کی وجہ سے انہیں ہسپتال میں یا خصوصی دیکھ بھال یعنی انٹینسیو کیئر میں داخلے کی ضرورت پیش آ سکتی ہے۔

مجموعی طور پر متاثر ہونے والوں میں سے 100 میں سے 1 شخص کوویڈ-19 سے وفات پا جائے گا، لیکن 75 سال سے زیادہ عمر والے افراد میں یہ شرح 10 میں 1 تک بڑھ جاتی ہے۔

کوویڈ-19 کی شفا کوئی نہیں ہے البتہ حال ہی میں ٹیسٹ کیے گئے چند علاج پیچیدگیوں کے خطرے کو کم کرنے میں ضرور ممدومعاون ثابت ہوئے ہیں۔

## ویکسین کی اقسام کے بارے میں بیان

برطانیہ میں کوویڈ-19 کے لیے منظور ہونے پر دو طرح کی ویکسینز استعمال کی جائیں گی۔ دونوں ہی کو بہترین حفاظت فراہم کرنے کے لیے دو خوراکیوں کی ضرورت ہو گی۔

## کوویڈ-19 کی ویکسین کسے کروانی چاہئے؟

دی جوائنٹ کمیٹی آن ویکسینیشن اینڈ ایمونائزیشن (JCVI)، جو کہ ماہرین پر مشتمل ایک خودمختار ادارہ ہے، نے سفارش کی ہے کہ این ایچ ایس کو سب سے پہلے ویکسین کی پیشکش ان لوگوں کو کرنی چاہیے جنہیں انفیکشن ہونے اور انفیکشن ہونے کی صورت میں شدید علالت کا سب سے زیادہ خطرہ ہو۔

اس میں شامل ہیں بزرگ، صحت اور سوشل کیئر کی اگلی صفوں کے کارکنان، کیئر ہومز کے ساکنین اور عملہ اور وہ لوگ جنہیں کچھ طبی عوارض لاحق ہوں۔ جب زیادہ ویکسین دستیاب ہو جائے گی تو جیسے ہی ممکن ہوا خطرے پر موجود دیگر افراد کو ویکسینز کی پیشکش کی جائے گی۔

## کیا مجھے کوویڈ-19 کی انفیکشن کے اثرات سے زیادہ خطرہ ہے؟

کورونا وائرس کسی کو بھی متاثر کر سکتا ہے۔ اگر آپ بزرگ بالغ فرد ہیں اور آپ کو کوئی دائمی عارضہ صحت لاحق ہے تو کوویڈ-19 سنگین یا کچھ صورتوں میں موذی ثابت ہو سکتا ہے۔

## کوویڈ-19 کی ویکسین کسے کروانی چاہئے، اگر آپ ہیں:

- بزرگوں کے لیے کیئر ہوم میں رہنے یا کام کرنے والے بالغ فرد
- ہیلتھ کیئر کے صفِ اول کے کارکن
- سوشل کیئر کے صفِ اول کے کارکن
- ڈومیسٹری کیئر میں بزرگ بالغ افراد کی دیکھ بھال کرنے کا کام کرنے والے کیئرر
- 65 سال یا اس سے زیادہ عمر کے
- جوان بالغ فرد جنہیں طویل-مدتی طبی عوارض لاحق ہوں (اگلا صفحہ دیکھئے)

## ویکسین اُن بالغوں کو بھی پیش کی جائے گی جنہیں عارضے لاحق ہوں گے، جیسے:

- خون کا سرطان (جیسے لیوکیمیا، لیمفوما یا مائیلوما)
  - ذیابیطس
  - ڈمنشیا
  - دل کا مسئلہ
  - سینے کی شکایت یا سانس لینے میں دشواری بشمول برونکائٹس واتسفیتی یعنی ایمنی سیما یا شدید دمہ
  - گردے کی بیماری
  - جگر کی بیماری
  - بیماری یا علاج (جیسے ایچ آئی وی انفیکشن سٹیرائیڈ ادویات یا کیموتھراپی یا ریڈیو تھراپی) کی وجہ سے کمزور قوت مدافعت
  - گٹھیا، چہرے کی جلد کی دق یا چنبل
  - اعضاء کی پیوندکار کروا رکھی ہو
  - فالج یا عارضی اسکیمک حملہ (ٹی آئی اے) ہوا تھا
  - کوئی عصبی یا پٹھوں کی کمزوری
  - سیکھنے کی کوئی شدید یا گہری معذوری
  - آپ کی تلی میں کوئی مسئلہ ہو جیسے سکیل سیل کی بیماری یا اگر آپکی تلی نکال دی گئی ہے
  - سنگین بھاری وزن (40 اور اس سے اوپر کا بی ایم آئی)
  - ذہنی طور پر شدید بیمار ہوں
- طبی طور پر انتہائی ولنراپیل زیادہ تر افراد پہلے ہی مفت کوویڈ-19 کی ویکسین کے لیے اہل ہوں گے۔ آیا آپ کو ویکسین کی پیشکش کی جاتی ہے یا نہیں، کا انحصار آپ کی بیماری کی شدت پر ہے۔ آپ کا جی پی مشورہ دے سکتا ہے کہ آیا آپ اہل ہیں یا نہیں۔

## کون ویکسین نہیں کروا سکتا؟

ویکسین میں زندہ جراثیم نہیں ہوتے، اور اس لیے یہ مدافعتی نظام میں خرابی والے افراد کے لیے محفوظ ہوتی ہیں۔ ممکن ہے کہ ان لوگوں کے لیے ویکسین زیادہ موافق نہ ہو۔ کوویڈ-19 کی وجہ سے خطرے پر ہونے والے لوگوں کی ایک بہت تھوڑی سی تعداد کو ویکسین نہیں لگ سکتی۔ اس میں وہ لوگ شامل ہیں جنہیں ویکسین سے شدید ترین الرجیز ہوتی ہیں۔

بچے پیدا کرنے کی عمر کی خواتین، جو کہ حاملہ ہوں یا بچے کو اپنا دودھ پلا رہی ہو، انہیں [www.nhs.uk/covidvaccination](http://www.nhs.uk/covidvaccination) پر مفصل معلومات پڑھنی چاہیے۔

## کیا ویکسن میری حفاظت کرے گی؟

کوویڈ-19 کی ویکسینیشن آپ کے کوویڈ-19 کی بیماری میں مبتلا ہونے کے امکان کو کم کر دے گی۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کے جسم کو پہلی خوراک کے ذریعے تحفظ کو بڑھاوا دینے میں ایک یا دو ہفتے لگیں۔

ویکسین کے بارے میں دیکھا گیا ہے کہ یہ موثر ہے اور 20,000 سے زیادہ لوگوں پر کی گئی تحقیق میں تحفظ کے بارے میں کسی قسم کے خدشات نہیں پائے گئے۔

تمام ادویات کی طرح کوئی ویکسین پوری طرح سے موثر نہیں ہے۔ ویکسینیشن کروانے کے باوجود بھی کچھ لوگوں کو کوویڈ-19 ہو سکتا ہے لیکن یہ کم شدید ہونے کا امکان ہے۔



## کیا ویکسین کے ذیلی مضر اثرات ہوں گے؟

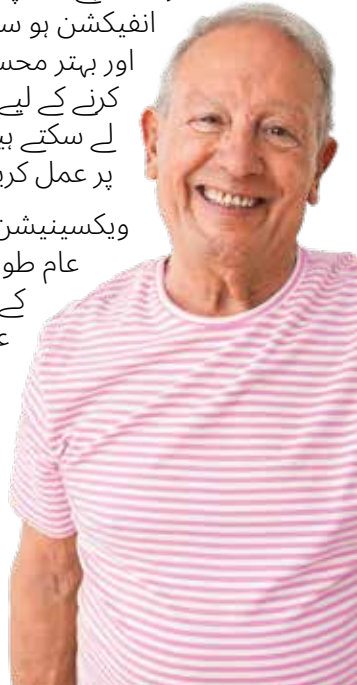
تمام ادویات کی طرح ویکسینز بھی مضر ذیلی اثرات کا باعث بن سکتی ہیں۔ ان میں سے زیادہ تر معمولی اور کم مدتی ہیں، اور نہ یہ ہر کسی کو ہوتے ہیں۔ اگر پہلی خوراک کے بعد آپ میں علامات ظاہر ہو بھی جائیں تو بھی آپ کو دوسری خوراک لینا ہو گی۔ اگرچہ آپ کو پہلی خوراک سے کچھ تحفظ حاصل ہو جائے گا لیکن دوسری خوراک لینے سے آپ کو وائرس کے خلاف بہترین تحفظ ملے گا۔

### بہت عام ذیلی مضر اثرات میں شامل ہیں:

- بازو میں اُس جگہ جہاں پر آپ نے ٹیکہ لگوایا تھا وہاں پر درد، بھاری پن اور سوزش محسوس ہونا ویکسین کے بعد پہلے 1-2 ایام اس کے بدترین ہونے کا امکان ہوتا ہے
- تھکاوٹ محسوس کرنا
- سر درد
- عمومی درد یا فلو کی معمولی علامات

اگرچہ دو سے تین دن تک ہلکا سا بخار محسوس کرنا کم عام نہیں ہے لیکن تیز بخار غیر معمولی ہے جو کہ ظاہر کر سکتا ہے کہ آپ کو کوویڈ-19 یا کوئی دیگر انفیکشن ہو سکتی ہے۔ آپ آرام کر سکتے ہیں اور بہتر محسوس کرنے میں مدد حاصل کرنے کے لیے پیراسیٹامول کی عام خوراک لے سکتے ہیں (ڈبے میں دئے گئے مشورے پر عمل کریں)۔

ویکسینیشن کے بعد ہونے والی علامات عام طور ایک ہفتے سے کم مدت کے لیے رہتی ہیں۔ اگر آپ کی علامات بگڑتی ہوئی محسوس ہوں یا اگر آپ متفکر ہوں، تو این ایچ ایس 111 کو کال کریں۔



اگر آپ کسی ڈاکٹر یا نرس سے مشورہ طلب کرتے ہیں تو اپنی ویکسینیشن کے بارے میں انہیں ضرور بتائیں (ممکن ہو تو انہیں ویکسینیشن کارڈ دکھائیں) تاکہ وہ اچھی طرح آپ کا معائنہ کر سکیں۔

یلوکارڈ اسکیم کے تحت آپ ویکسینز اور ادویات کے مشتبہ ذیلی مضر اثرات کے بارے میں رپورٹ بھی کر سکتے ہیں۔ صفحہ 11 ملاحظہ کیجئے۔

اگر آپ فی الوقت طبی طور پر انتہائی ولنراہیل گروہ میں نہیں ہیں تو براہ مہربانی حکومتی ہدایات پر عمل کرنا جاری رکھیں۔





## میں نے اپنی فلو ویکسین لگوا لی ہے، کیا مجھے کوویڈ-19 کی ویکسین بھی لگوانی ہو گی؟

فلو کی ویکسین آپ کو کوویڈ-19 کے خلاف تحفظ فراہم نہیں کرتی۔ چونکہ آپ دونوں ویکسینز کے لیے اہل ہیں تو آپ کو دونوں ہی ضرور لگوانی چاہیے، لیکن عام طور پر دونوں میں ایک ہفتے کا وقفہ ہونا چاہیے۔

### کیا ویکسین سے مجھے کوویڈ-19 ہوسکتا ہے؟

آپ کو ویکسین سے کوویڈ-19 نہیں ہو سکتا لیکن یہ ہوسکتا ہے کہ آپ کو پہلی ہی کوویڈ-19 ہو چکا ہو لیکن آپ کو ویکسینیشن کی اپوائنٹمنٹ کے بعد علامات کا احساس ہوا ہو۔

کوویڈ-19 کی سب سے اہم علامات مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک کا حال ہی میں ظاہر ہونا ہے:

- نئی مسلسل کھانسی
- تیز بخار
- معمول کی سونگھنے اور چکھنے کی حس میں تبدیلی یا ان کا خاتمہ

گر آپ میں مندرجہ بالا علامات میں سے کوئی علامت ہے تو ٹیسٹ کروانے کا بندوبست کریں۔

اگر آپ کو علامات کے بارے میں مزید معلومات چاہیے تو [www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID19-symptoms](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID19-symptoms) پر جائیں

## میں آگے کیا کروں؟

پہلی خوراک حاصل کرنے کے بعد آپ کو اپنی دوسری اپوائنٹمنٹ پر جانے کے بارے میں منصوبہ بندی کرنی چاہیے۔ آپ کے پاس ایک ریکارڈ کارڈ ہونا چاہیے اور آپ کی اگلی اپوائنٹمنٹ 3 اور 12 ہفتے بعد کے مابین ہو گی۔

یہ اہم ہے کہ آپ کو بہترین تحفظ فراہم کرنے کے لیے ویکسین کی دونوں خوراکیں دی جائیں۔

اپنا کارڈ محفوظ رکھیں اور یقینی بنائیں کہ آپ اپنی دوسری خوراک حاصل کرنے کے لیے اپنی اپوائنٹمنٹ پر جائیں۔

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](http://www.nhs.uk/covidvaccine)

**COVID-19 immunisation**  
Protect yourself.

Name of vaccine: \_\_\_\_\_  
Batch no: \_\_\_\_\_ Date vaccine given: \_\_\_\_\_

2

Public Health England gateway number: 2020311. Product code: COV2020311

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

اگر آپ علیل ہوں تو یہ بہتر ہو گا کہ ویکسین لینے سے پہلے آپ صحتیاب ہو چکے ہوں، لیکن آپ کو کوشش کرنی چاہیے کہ جلد سے جلد یہ لے لیں۔ اگر آپ سیلف-انسلوویٹ کر رہے ہوں، کوویڈ-19 ٹیسٹ کے منتظر ہوں یا آپ کو پوری طرح سے یقین نہ ہو کہ آپ تندرست اور صحتمند ہیں، تو آپ کو ویکسین کے لیے اپوائنٹمنٹ پر نہیں جانا چاہیے۔

## کیا ویکسین لگوانے کے بعد میں کسی کو کوویڈ-19 سے متاثر کر سکتا ہوں؟

ویکسین سے آپ کو کوویڈ-19 کی انفیکشن نہیں ہو سکتی اور دو خوراکیں آپ کا شدید علیل ہونے کا امکان کم کر دیں گی۔ ابھی ہمیں یہ علم نہیں کہ آیا یہ آپ کو وائرس لگنے اور اسے آگے پھیلانے سے روکے گی یا نہیں۔ چنانچہ یہ اہم ہے کہ آپ اپنے اردگرد موجود لوگوں کے تحفظ کے لیے اپنے مقامی علاقے میں موجود گائڈنس پر عمل پیرا ہوں۔

اپنی اور اپنے اہلخانہ، دوست احباب اور کام کے ساتھیوں کی حفاظت کرنے کے لیے آپ کو اب بھی:

- سماجی دوری پر عمل کرنے کی ضرورت پڑے گی
- فیس ماسک استعمال کریں
- اپنے ہاتھ کثرت اور احتیاط کیساتھ دھوئیں
- موجودہ گائڈنس پر عمل کریں

[www.gov.uk/coronavirus](http://www.gov.uk/coronavirus)

براہ مہربانی کورونا وائرس ییلو کارڈ تلاش کر کے اپنی ویکسین کے بارے میں مزید تفصیل کے لیے مصنوعہ کا معلوماتی کتابچہ ملاحظہ کریں، بشمول ممکنہ ذیلی مضر اثرات کے۔

آپ اسی ویب سائٹ پر یا ییلوکارڈ ڈاؤن لوڈ کر کے ویکسینز اور ادویات کے مشتبہ ذیلی مضر اثرات کے بارے میں رپورٹ بھی کر سکتے ہیں۔



[coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](http://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk)

## یاد رکھیں

کوویڈ-19 ناک یا مُنہ کے رستے سانس کے ذریعے باہر نکالی جانے والی باریک بوندوں کی وجہ سے پھیلتا ہے، خاص طور پر بولنے یا کھانسنے سے۔ آلودہ چیزوں اور سطحوں کو چھونے کے بعد یہ اپنی آنکھوں، ناک اور مُنہ کو چھونے سے بھی لگ سکتا ہے۔



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

اگر آپ کو کوویڈ-19 کی ویکسینیشن کے بارے میں مزید معلومات چاہیے تو [www.nhs.uk/covidvaccination](http://www.nhs.uk/covidvaccination) پر جائیں

© کراؤن حقوق اشاعت 2020  
COV2020351V2UR 22M 1p DEC (APS) 2020  
پبلک ہیلتھ انگلینڈ کا گیٹ وے نمبر: 2020586

آپ ان کتابچوں کی مزید نقول [www.healthpublications.gov.uk](http://www.healthpublications.gov.uk) پر آرڈر کر سکتے ہیں۔