آپ کی COVID-19
ویکسینیشن

نارتھ لینڈ اور آکلینڈ میں

ایک مختصر رہنما کتابچہ

NORTHLAND DISTRICT HEALTH BOARD
Te Poari Hauora Ā Rohe O Te Tai Tokerau

AUCKLAND DISTRICT HEALTH BOARD
Te Toka Tumai

Waitematā District Health Board
Best Care for Everyone

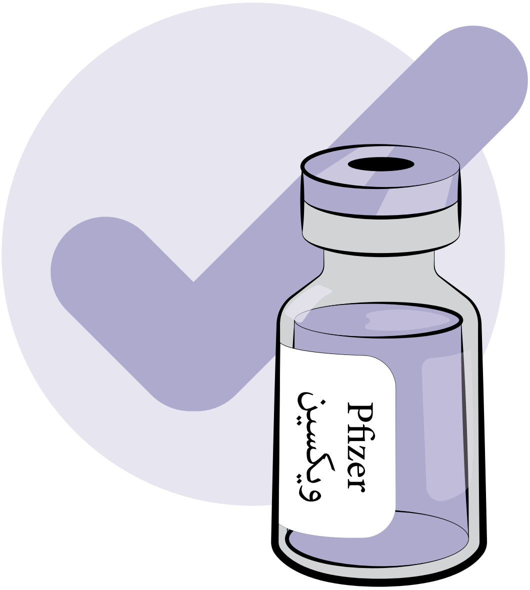
COUNTIES MANUKAU HEALTH

Unite against COVID-19

Urdu v1 2021/6/30

یہ کتابچہ آپ کو COVID-19 کے لئے آپ کی Pfizer ویکسینیشن سے متعلق اہم معلومات فراہم کرے گا۔

اس کتابچے میں درج معلومات ان معلومات کے علاوہ ہیں جو آپ کو وزارت صحت کی جانب سے موصول ہوں گی۔



"Pfizer-BioNTech ویکسین دنیا میں پہلے ہی لاکھوں کروڑوں افراد کو بہترین نتائج کے ساتھ لگائی جا چکی ہے۔"

- ڈاکٹر Nikki Turner ڈائریکٹر، امیونائزیشن ایڈوائزری سنٹر

تعداد میں طاقت

Aotearoa میں 16 سال اور اس سے زائد عمر
کے تمام افراد کے لئے Pfizer ویکسین کی
خوراکیں کافی تعداد میں موجود ہیں۔

کسی بھی ویکسین کی طاقت کا دارومدار اس کو
لگوانے والے افراد کی تعداد پر ہوتا ہے۔ ہم میں
سے جتنے زیادہ لوگ ویکسین لگوائیں گے، ہم
اتنے ہی زیادہ مضبوط اور محفوظ ہوں گے۔

زیادہ طاقت۔ زیادہ آزادی۔ زیادہ انتخاب۔

اپنی ویکسین لگوانے کے بعد

ویکسین کی پہلی خوراک لگوانے کے کم ازکم 21 دن بعد آپ کو دوسری خوراک لگوانے کی دعوت دی جائے گی۔

ویکسین کے مکمل طور پر کارآمد ہونے کے لئے ضروری ہے کہ آپ دوسری خوراک لگوائیں

ویکسین کی دوسری خوراک لگوانے کے قریبا 7 دنوں کے بعد COVID-19 کے خلاف مکمل تحفظ ملتا ہے۔

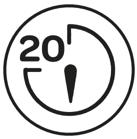
اگر آپ پر جاری ضمنی اثرات ظاہر ہوں تواپنے فیملی ڈاکٹر سے بات کریں یا ہیلتھ لائن کو 0800 358 5453 پر کال کریں۔

اپنی ویکسین لگوانا

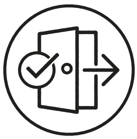
ہم آپ کی صحت کا معائنہ کریں گے

ویکسین لگوانے کے لئے آپ سے رضامندی فارم پر دستخط کرنے کا کہا جائے گا۔
یہ وہ وقت ہے جب آپ کسی بھی قسم کے سوالات پوچھ سکتے ہیں

اب صحت کی دیکھ بھال کا کارکن آپ کے بازو میں ویکسین کا ٹیکہ لگائے گا



اب 20 منٹ تک آپ پر نظر رکھی جائے گی کہ کہیں آپ پر کسی قسم کے فوری ضمنی اثرات تو ظاہر نہیں ہوتے



جب ہم آپ سے کہہ دیں کہ آپ ٹھیک ہیں تو آپ جا سکتے ہیں اور اپنے دن کے معمولات شروع کر سکتے ہیں۔

ضمنی اثرات

ہو سکتا ہے کہ، کسی بھی ویکسین کی طرح، آپ پر ضمنی اثرات ظاہر ہوں۔ یہ جاننا اہم ہے کہ اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کو COVID-19 ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کا جسم COVID-19 کے خلاف آپ کے تحفظ کو بڑھا رہا ہے۔ اگر آپ اپنی علامات کے بارے میں غیریقینی کیفیت کا شکار ہیں یا آپ کی علامات بدتر ہو رہی ہیں تو اپنے جی پی سے بات کریں یا ہیلتھ لائن کو 0800 358 5453 پر کال کریں۔

آپ کیا محسوس کر سکتے ہیں	کس چیز سے مدد مل سکتی ہے	ایسا کب شروع ہو سکتا ہے
سب سے زیادہ رپورٹ کئے جانے والے ردعملوں میں انجیکشن لگنے کی جگہ پر درد، سر درد اور تھکاوٹ یا نڈھال محسوس کرنا شامل ہیں۔	انجیکشن لگنے کی جگہ پر ایک ٹھنڈا، گیلا کپڑا یا آئس پیک رکھیں۔ اسے تھوڑے وقت کے لئے رہنے دیں۔ انجیکشن لگنے کی جگہ پر خارش یا مساج نہ کریں۔	6 سے 24 گھنٹوں کے درمیان۔
پٹھوں میں درد، طبیعت کی عمومی خرابی، سردی لگنا، بخار، جوڑوں کا درد اور متلی بھی واقع ہوسکتی ہے (اگرچہ ایسا زیادہ تر دوسری خوراک کے بعد ہو سکتا ہے)۔ ★	آرام کریں اور کافی مقدار میں مشروبات پئیں۔ پیراسیٹامول یا آئبوپروفن لی جا سکتی ہے، ان ادویات کو بنانے والوں کی ہدایات پر عمل کریں۔ اگر آپ کی علامات بدتر ہوں تو اپنے صحت کے ماہر سے مشورہ لیں۔	6 سے 48 گھنٹوں کے درمیان۔

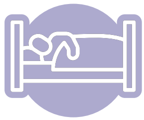
★ہو سکتا ہے کہ یہ علامات ویکسین سے متعلقہ نہ ہوں بلکہ کسی غیر متعلقہ بیماری کی ہوں۔ اگر آپ کو تشویش ہو تو طبّی مشورہ حاصل کریں۔

COVID-19 صحت کی یاددہانیاں

تمام پبلک ٹرانسپورٹ پر ماسک پہنیں

مقامات پر سائن ان کرنے کے لئے NZ COVID ٹریسر ایپ استعمال کریں؛ بلیوٹوتھ آن کریں

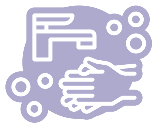
اگر آپ بیمار ہیں تو گھر پر رہیں۔



اگر آپ میں COVID-19 کی علامات موجود ہیں تو ٹیسٹ کروائیں

عام استعمال میں آنے والی تمام سطحوں کو صاف کریں

اپنے ہاتھوں کو دھوئیں یا جراثیم سے پاک کریں



کھانستے اور چھینکتے وقت چہرے کو ڈھانپیں

Pfizer ویکسین کے بعد کوئی دیگر ویکسینز لگوانا چاہتے ہیں تو آپ کو اپنی دوسری خوراک لگنے کے 2 ہفتوں بعد ایسا کرنا چاہئے۔ کوئی ویکسین لگوانے سے پہلے اپنے فیملی ڈاکٹر یا صحت کے کسی اور ماہر سے مشورہ کریں۔

کیا ویکسین لگوا لینے کے بعد میں تقریبات (جیسے خاندانی اجتماعات، چرچ سروسز، کھیل) میں شرکت کر سکتا ہوں؟

ہاں۔ آپ COVID-19 کے قومی انتباہی درجوں کے مطابق ہر طرح کے بڑے اجتماعات میں شرکت کر سکتے ہیں۔

کیا ویکسین میں زندہ وائرس موجود ہے؟

نہیں۔ آپ کے جسم میں کوئی وائرس داخل نہیں کیا جا رہا؛ آپ کو ویکسین سے COVID-19 نہیں ہو سکتا۔ ویکسین مدافعتی یادداشت کو طاقتور اور توانا بنا کر اس میں اضافہ کرتی ہے۔

کیا ویکسین COVID-19 کی یوکے اور ساؤتھ افریقن شکل کے خلاف بھی مؤثر ہے؟

ہاں۔ شواہد سے پتہ چلا ہے کہ Pfizer ویکسین آپ کو دونوں شکلوں سے کچھ تحفظ فراہم کرتی ہے۔

کیا میں COVID-19 ویکسین لگوانے سے پہلے یا اس کے بعد measles, mumps and MMR (rubella یعنی خسرہ، کن پیڑے اور جرمن خسرہ) اور فلو کی ویکسین لگوا سکتا ہوں؟

اگر آپ Pfizer ویکسین لگوانے سے پہلے یا اس کی دوسری خوراک کے بعد MMR ویکسین لگوانا چاہتے ہیں تو مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ اس میں 4 ہفتوں کا وقفہ رکھیں۔ فلو ویکسین کے لئے 2 ہفتوں کا وقفہ رکھیں۔ اگر آپ اپنی

کمیونٹی سے COVID-19 کو ختم کرنے کے لئے ہر ایک کی کاوشوں کے نتیجے میں، خوش قسمتی سے نیوزی لینڈ کو ویکسین رول آؤٹ میں جلدی کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

Pfizer کے بارے میں اکثر پوچھے جانے والے سوالات

اگر مجھے پہلے ہی COVID-19 ہو چکا ہے تو کیا مجھے ویکسین لگ سکتی ہے؟

ہاں۔ تاہم اگر اس وقت آپ کو COVID-19 سے صحت کے گھمبیر مسائل کا سامنا ہے تو ہو سکتا ہے کہ آپ ابھی ویکسین لگوانے کے لئے اتنے زیادہ صحت مند نہ ہوں۔ اگر آپ غیریقینی کیفیت کا شکار ہیں تو اپنے فیملی ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔

کیا ویکسین محفوظ ہے؟

Pfizer ویکسین بین الاقوامی سطح پر اور نیوزی لینڈ میں کئی ماہ تک سخت کلینیکل اور سائنسی جانچ اور تشخیص کے عمل سے گزری ہے۔ دنیا بھر میں تمام مختلف عمروں، جنسوں اور نسلوں کے لاکھوں افراد کو ویکسین بہترین کامیابی کے ساتھ لگائی جا چکی ہے۔ ویکسین کے استعمال کو محفوظ پایا گیا ہے۔

کیا ویکسین مفت لگائی جاتی ہے؟

ہاں۔ ہر ایک کو ویکسین مفت لگے گی۔

کون ویکسین لگوا سکتا ہے؟

نیوزی لینڈ میں 16 سال اور اس سے زائد عمر کے تمام افراد ویکسین لگوا سکتے ہیں۔ اگر آپ کو صحت کے گھمبیر مسائل ہیں تو براہ مہربانی پہلے اپنے فیملی ڈاکٹر کے ساتھ مشورہ کریں۔ تاہم، ویکسین رول آؤٹ کے ہر مرحلے پر مخصوص گروہوں کو مختلف اوقات پر ویکسین لگائی جائے گی۔

میرے 16 سال سے کم عمر کے بچوں کے بارے میں کیا لائحۂ عمل ہے؟

فی الحال 16 سال سے کم عمر افراد کو شامل نہیں کیا گیا۔ اس عمر کے افراد کا محدود ڈیٹا دستیاب ہے کیونکہ وہ کلینیکل ٹرائلز کا حصہ نہیں تھے۔

مزید معلومات کے لئے:

ویکسینیشن ہیلپ لائن پر کال کریں:

آکلینڈ - 26 29 28 0800

نارتھ لینڈ - 829 237 0800

اپنے فیملی ڈاکٹر سے مشورہ کریں

immunisation.northernregion.health.nz

پر جائیں

آپ کی COVID-19 اپائنٹمنٹس

یہ اہم ہے کہ آپ اپنی ویکسینیشن کی اپائنٹمنٹس کا نظم وانتظام کریں۔ درج ذیل یاد رکھیں:

1. آپ کو ویکسین لگانے کے لئے اپائنٹمنٹ بک کروانے کے سلسلے میں ایک ابتدائی ای میل بھیجی جائے گی۔

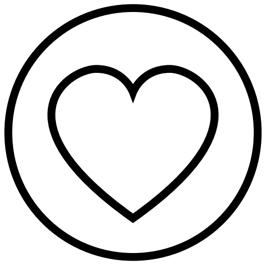
2. آپ کو ویکسین لگوانے کے طے شدہ وقت سے پہلے ایک یاددہانی ای میل اور ٹیکسٹ میسج بھیجا جائے گا۔ (یاد رکھیں: آپ کو مکمل تحفظ حاصل کرنے کے لئے دو خوراکیں درکار ہیں)۔

3. اگر آپ کو اپنی ویکسینیشن کی تاریخ، وقت یا مقام میں تبدیلی کروانے کی ضرورت ہے تو آپ ویکسینیشن بکنگ سسٹم کے ذریعے ایسا کر سکتے ہیں یا 26 29 28 0800 (آکلینڈ) یا 829 237 0800 (نارتھ لینڈ) پر کال کر سکتے ہیں۔

4. آپ کی جانب سے کی گئی تبدیلیوں کی تصدیق کے لئے آپ کو ایک ای میل اور ٹیکسٹ میسج موصول ہوگا۔

5. اپنی ویکسینیشن اپائنٹمنٹس کے لئے آئیں۔

جب ہم ویکسین لگوانے کے لئے اپنے
بازو سے کپڑا ہٹاتے ہیں تو ہم تمام
لوگوں کو محفوظ رکھنے میں مدد
دے رہے ہوتے ہیں۔



آئیں ہم سب *Aotearoa* کو محفوظ رکھنے
میں اپنا کردار جاری رکھیں

Unite against COVID-19