

# کوویڈ-19 ویکسین کیسے کام کرتا ہے۔

انگریزی 021621

## کوویڈ-19 ویکسینز آپ کو بیمار ہونے سے بچاتے ہیں۔

مقامی، علاقائی اور قومی سطح کے ماہرین صحت کوویڈ-19 کے خلاف ویکسین لینے کی سفارش کرتے ہیں۔ ابھی، امریکہ میں بالغوں کے 2 ویکسینز کو منظوری دی گئی ہے۔ Pfizer اور Moderna۔ زیادہ مؤثر ثابت ہونے کے لیے ان دونوں ویکسینز کی 2 خوراکیوں کی ضرورت ہے۔ 2 خوراکیوں حاصل کرنے والے 95% لوگ کوویڈ-19 ہونے سے محفوظ ہیں۔

ایک ہی وائرس سے لڑنے کے لیے ایک سے زیادہ ویکسین کی موجودگی عام بات ہے۔ ان ویکسینز میں سے ہر ایک محفوظ اور مؤثر ثابت ہوئی ہے۔

طبی ماہرین اب بھی یہ سیکھ رہے ہیں کہ ویکسین کتنی دیر تک آپ کی حفاظت کرتی ہے اور آیا وہ آپ کو کوویڈ-19 پھیلانے سے روکتی ہیں۔ ہر اس فرد کو ویکسین ملنے میں تھوڑا وقت لگے گا جو ویکسین حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ اپنے ہاتھوں کو دھوتے رہیں، ماسک پہنیں، اپنے فاصلے پر نظر رکھیں، اور اجتماعات کو چھوٹا اور مختصر رکھیں، خواہ آپ نے ویکسین لے لی ہو۔



## وہ کیا نہیں کرتے ہیں؟

- اس میں کورونا وائرس نہیں ہے اور اس سے آپ کو کوویڈ-19 نہیں ہوسکتا۔
- اس سے آپ کا DNA یا جینیاتی مواد تبدیل نہیں ہوتا ہے۔ یہ آپ کے خلیوں کے نیوکلیئس میں نہیں جاتے ہیں — جہاں DNA موجود ہوتا ہے۔



## وہ کیا کرتے ہیں؟

- وہ آپ کے جسم کو کوویڈ-19 کا سبب بننے والے کورونا وائرس کو پہچاننے اور ان کا مقابلہ کرنے کا طریقہ سکھاتے ہیں۔
- یہ پیغام رساں آر این اے (mRNA) پر مشتمل ہوتے ہیں۔
- mRNA ہدایت نامے کی طرح ہے۔ یہ آپ کے جسم کو ایک غیر نقصان دہ پروٹین بنانے کا طریقہ سکھاتا ہے جو اس کورونا وائرس پر موجود پروٹین جیسا نظر آتا ہے۔ آپ کا جسم پروٹین کے تئیں ردعمل کرتا ہے اور بیماری سے لڑنے والے خلیے اور اینٹی باڈیز تیار کرتا ہے جو اس کورونا کو پہچان سکتا ہے اور اس سے لڑ سکتا ہے۔
- اگر مستقبل میں آپ کا جسم اس کورونا وائرس کو دیکھتا ہے تو، وہ آپ کی حفاظت کے لیے تیار ہوتا ہے۔

## کوویڈ-19 ویکسینز میں کیا ہے؟

Pfizer اور Moderna کے ویکسینز میں mRNA اور آپ کے جسم میں mRNA کے کام کرنے میں مدد کے لیے اجزاء موجود ہیں: mRNA کو بہت زیادہ تیزاب، نمک، اور شکر سے بچانے کے لیے اس میں چکنائی، پوٹاشیم، نامیاتی مرکبات موجود ہیں۔ ویکسینز میں سور سے حاصل مصنوعات، انڈے، لیکٹس، یا ویکسین کو محفوظ رکھنے کے لیے کیمیائی مادے نہیں ہیں۔



## کون یہ ویکسینز لے سکتا ہے؟

- 16 سال یا زیادہ عمر کے بالغ افراد (Pfizer)
  - 18 سال یا اس سے زیادہ عمر کے بالغ افراد (Moderna)
  - اپنے ڈاکٹر یا کلینک سے بات کریں اگر:
  - آپ حاملہ ہیں یا بچے کو دودھ پلاتی ہیں، یا
  - آپ کو کسی قسم کی شدید الرجیاں ہیں
- سائنسدان 16 سال سے کم عمر کے بچوں اور نوجوانوں کے لیے ایک ویکسین پر کام کر رہے ہیں۔

## ضمنی اثرات

- بہت سے لوگوں کو ویکسین لینے کے بعد ہلکے ضمنی اثرات کا سامنا ہوا ہے یہ اس بات کی علامت ہے کہ آپ کا جسم وہی کر رہا ہے جو اسے کرنا چاہیئے: بیماری کے خلاف تحفظ کی تشکیل۔
- عام ضمنی اثرات میں اس جگہ پر تکلیف یا سرخی شامل ہیں جہاں آپ کو ویکسین لگائی گئی ہو، سر درد، تھکاوٹ، اور / یا کم بخار (100.4 سے کم)۔ یہ علامات دوسری خوراک کے بعد زیادہ عام ہیں۔
  - یہ علامات عام طور پر چند دنوں میں خود ہی ختم ہوجاتی ہیں۔ اگر ایسا نہیں ہوتا تو اپنے ڈاکٹر یا کلینک سے رابطہ کریں۔
  - ایسا بہت کم ہوتا ہے، لیکن کچھ لوگوں کو شدید الرجیاتی رد عمل ہوا ہے۔ ان تمام لوگوں کو فوراً ہی طبی امداد مل گئی۔
  - یہ ویکسین لینے والے ہر کسی کو اسے لگانے کے بعد کم از کم 15 منٹ تک انتظار کرنا چاہیئے، تاکہ اگر انہیں کوئی رد عمل ہو تو طبی عملہ ان کی مدد کرسکے۔
  - اگر آپ کو ماضی میں شدید الرجی کا سامنا ہوا ہو تو، اپنے ڈاکٹر یا کلینک سے بات کریں۔

## اگر آپ کے ذہن میں سوالات یا ملے جلے جذبات ہیں تو مدد دستیاب ہے

آپ کو اس بات سے حوصلہ مل سکتا ہے کہ ویکسینز سے ہمارے لیے ایک بار پھر ان لوگوں کے آس پاس رہنا ممکن ہو جائے گا جن کی ہمیں پرواہ ہے۔ آپ کو گھبراہٹ محسوس ہوسکتی ہے۔ اگر آپ رنگ دار نسل سے تعلق رکھنے والے شخص ہیں، تو آپ ممکنہ طور پر سوچ سکتے ہیں کہ کیا آپ ایسے میڈیکل سسٹم کی ویکسین پر بھروسہ کرسکتے ہیں جس نے اس سے پہلے آپ کی برادری کے اعتماد کو توڑا ہے۔ ماضی اور حال میں طبی نسلی تفریق ایک حقیقت ہے۔ تشویش ہونا قابل فہم ہے۔ **مزید معلومات اور مدد حاصل کریں:**

- اپنے ڈاکٹر یا مطب سے بات کریں۔ اگر آپ کے پاس ڈاکٹر نہیں ہے تو 1-1-2 پر یا Multnomah County پرائمری کیئر کلینکس کو کال کریں: 503-988-5558 | [multco.us/health/primary-care-clinics](http://multco.us/health/primary-care-clinics)
- اگر نسل پرستی کی وجہ سے آپ پر ذہنی اور جذباتی اثر پڑا ہو تو Oregon Statewide Racial Equity Support Line کو کال کریں: 503-575-3764 | [linesforlife.org/racial-equity-support-line](http://linesforlife.org/racial-equity-support-line)
- جذباتی مدد اور وسائل کے حوالہ کے لیے Oregon Statewide Safe + Strong Helpline کو کال کریں۔ آپ کو بحرانی حالات میں رہنے کی ضرورت نہیں ہے۔ [linesforlife.org/obhsl](http://linesforlife.org/obhsl) | (4357) 1-800-923-HELP
- مزید معلومات کے لیے [multco.us/covid-vaccine](http://multco.us/covid-vaccine) ملاحظہ کریں