



COVID-19 BOOSTER



LET'S DO THIS - Urdu

16 سال اور اس سے زیادہ عمر کے لوگوں کو جلد از جلد COVID-19 بوسٹر ویکسین لگوانے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

بوسٹر کی ضرورت کیوں ہے؟

چاہے آپ کو پہلے ہی COVID-19 ہو چکا ہو، تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ آپ کی مدافعتی وقت کے ساتھ ساتھ کم ہونے لگتی ہے۔

بوسٹر ڈوز آپ کے مدافعتی نظام کو یاد دلاتی ہے کہ وائرس کو کیسے تلاش کر کے اس کا مقابلہ کیا جائے۔ بوسٹر آپ کے لیے COVID-19 سے شدید بیماری سے تحفظ کو 95% تک بڑھا دیتی ہے۔

کونسے لوگ بوسٹر ویکسین لگوا سکتے ہیں؟

16 سال اور اس سے زیادہ عمر کے لوگ اپنی COVID-19 ویکسین کی دوسری ڈوز کے 3 مہینے بعد بوسٹر ویکسین لگوا سکتے ہیں۔

نوعمر اور صحت مند لوگوں کو بھی بوسٹر ویکسین لگوانی چاہیے۔ سردیوں میں وائرس لگنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے لہذا بوسٹر ویکسینیشن ایک ایسا سادہ قدم ہے جو آپ خود کو اور اپنے گرد دوسرے لوگوں کو محفوظ رکھنے کے لیے اٹھا سکتے ہیں۔

اگر مجھے پہلے ہی COVID-19 ہو چکا ہو تو کیا مجھے بوسٹر کی ضرورت ہے؟

ہاں۔ آئندہ انفیکشن کے خلاف ہر شخص کی قدرتی مدافعت مختلف ہوتی ہے۔ بوسٹرز شدید بیماری کے خلاف آپ کے تحفظ کو 95% تک بڑھا سکتی ہیں۔

آپ وائرس سے مکمل صحتیاب ہو جانے کے بعد بوسٹر ویکسین لگوا سکتے ہیں۔ زیادہ تر لوگوں کے لیے یہ وقت انفیکشن کے 4 تا 6 ہفتے بعد ہوتا ہے۔

بوسٹر ڈوز کے لیے کونسی ویکسینز دستیاب ہیں؟

18 سال اور اس سے زیادہ عمر کے لوگوں کی بوسٹر ڈوز کے لیے mRNA ویکسینز Pfizer اور Moderna کا مشورہ دیا جاتا ہے، چاہے انہوں نے اپنی پہلی دو ڈوزوں کے لیے کوئی اور ویکسین لگوائی تھی۔ Pfizer ویکسین 16 سے 17 سال عمر کے لوگوں کے لیے منظور شدہ بوسٹر ویکسین ہے۔ جب mRNA ویکسین طبی لحاظ سے ناموافق ہو یا جب ایک شخص mRNA ویکسین کی پیشکش ٹھکرا دے تو AstraZeneca ویکسین لگائی جا سکتی ہے۔ اگر اس شخص کے لیے کوئی اور COVID-19 ویکسین مناسب نہ سمجھی جاتی ہو تو Novavax ویکسین استعمال کی جا سکتی ہے۔

کیا بوسٹر سے مجھے کوئی ضمنی اثرات پیش آئیں گے؟

بوسٹر ڈوز لگوانے پر شاید آپ کو اپنی پہلی دو ڈوزوں جیسے عام، ہلکے ضمنی اثرات پیش آئیں۔ ان میں دکھتا ہوا بازو، بخار، پٹھوں میں درد یا تھکن محسوس کرنا شامل ہے۔ اگر آپ کو فکر ہو تو اپنے جی پی سے بات کریں۔

16 سال سے کم عمر کے لوگ بوسٹر کے لیے اہل کیوں نہیں ہیں؟

فی الحال 16 سال سے کم عمر کے لوگوں کے لیے بوسٹر ڈوزوں کا مشورہ نہیں دیا جا رہا۔ عمر کے اس گروہ میں COVID-19 سے شدید بیماری عام نہیں ہے اور پہلی دو ڈوزیں مضبوط مدافعتی اثر پیدا کرتی ہیں۔

کیا حمل کے دوران بوسٹر ویکسین لگوانا محفوظ ہے؟

بوسٹر ڈوز حاملہ خواتین کے لیے محفوظ ہے اور ان حاملہ خواتین کے لیے اس کا مشورہ دیا جاتا ہے جو COVID-19 ویکسین کی 2 ڈوزیں لگوا چکی ہوں۔ ویکسین لگوا کر آپ اپنے بچے کو بھی تحفظ دلاتی ہیں۔ ایسے شواہد موجود ہیں کہ ویکسین سے ملنے والا تحفظ آپ کے بچے تک بھی پہنچتا ہے۔ بہت سے شواہد سے پتہ چلتا ہے کہ اگر آپ حاملہ ہوں، دودھ پلا رہی ہوں یا ماں بننے کی کوشش کر رہی ہوں تو COVID-19 ویکسینز محفوظ ہیں۔ ان سے آپ کی اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت پر اثر نہیں پڑتا۔

کیا ویکسین کے اجزاء میرے لیے مناسب ہیں؟

COVID-19 ویکسینز میں استعمال ہونے والے تمام اجزا **Australian Register of Therapeutic Goods** (علاج معالجے میں استعمال ہونے والی چیزوں کا آسٹریلین رجسٹر) میں درج ہیں۔

آسٹریلیا میں منظور شدہ کوئی COVID-19 ویکسین ایسی نہیں:

- < جس میں انڈیا یا حیوانی مصنوعات شامل ہوں
 - < جس میں COVID-19 کا سبب بننے والا زندہ وائرس شامل ہو
 - < جو کسی بھی طریقے سے آپ کے DNA کو متاثر کرتی ہو یا اس کے ساتھ تعامل کرتی ہو
 - < جس میں آپ پر نظر رکھنے والی کوئی چیز شامل ہو
 - < جو کچھ مذاہب یا عقائد کے لوگوں کے لیے نامناسب ہو
- اگر آپ مقدس تہوار کے سلسلے میں روزے رکھ رہے ہیں تو COVID-19 ویکسین اور بوسٹر لگوانا محفوظ ہے۔ COVID-19 ویکسینز سے روزہ نہیں ٹوٹتا کیونکہ ان کی وجہ سے آپ کے معدے میں کچھ نہیں جاتا۔
- COVID-19 ویکسینز آپ کے DNA کو نہیں بدلتیں اور نہ ہی آپ کی جینز کو بدلتی ہیں۔ ویکسینز آپ کے جسم کو COVID-19 کے خلاف اپنا تحفظ کرنا سکھاتی ہیں اور یہ کچھ دنوں میں جسم سے نکل جاتی ہیں۔ یہ کسی بھی طرح آپ کے DNA پر اثر نہیں کرتیں اور نہ ہی اس کے ساتھ کوئی تعامل کرتی ہیں۔

کیا بوسٹر ویکسینز لازمی ہیں؟

نہیں، تاہم اگر آپ اہل ہیں اور اپنی دوسری ڈوز کو 6 مہینے سے زیادہ وقت گزر جانے کے بعد آپ نے بوسٹر نہیں لگوائی تو سمجھا جائے گا کہ اب آپ کی COVID-19 ویکسینیشن مکمل نہیں ہے اور آپ کی ویکسینیشن میں تاخیر ہو رہی ہے۔

سردیوں کی اضافی COVID-19 بوسٹر کیا ہے اور یہ کن لوگوں کو لگوانی چاہیے؟

کچھ لوگوں کے لیے COVID-19 سے شدید بیماری کا خطرہ زیادہ ہے۔ ان لوگوں کو سردیوں سے پہلے تحفظ دلانے کے لیے ایک اضافی (دوسری) بوسٹر ڈوز کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

اپریل 2022 سے، ان صورتوں میں آپ سردیوں کی COVID-19 ویکسین (دوسری بوسٹر) کے لیے اہل ہیں:

- < آپ کی عمر 65 سال یا اس سے زیادہ ہو
- < آپ 50 سال یا اس سے زیادہ عمر کے ایبوریجنل یا ٹورس سٹریٹ آئی لینڈر ہوں
- < آپ معمر افراد یا معذوروں کی نگہداشت کے ادارے میں رہتے ہوں
- < آپ کی عمر 16 سال یا اس سے زیادہ ہو اور آپ کا مدافعتی نظام نہایت کمزور ہو۔ اس گروہ کے لوگوں کے لیے سردیوں کی ڈوز COVID-19 ویکسین کی پانچویں ڈوز ہو گی (تین پرائمری ڈوزیں، پہلی بوسٹر ڈوز اور سردیوں کی بوسٹر ڈوز)۔
- آپ اپنی پہلی بوسٹر ڈوز کے 4 مہینے بعد سردیوں کی COVID-19 بوسٹر ویکسین لگوا سکتے ہیں یا اگر آپ کو پہلی بوسٹر ڈوز کے بعد COVID-19 ہو چکا ہے تو مصدقہ COVID-19 انفیکشن کے 4 مہینے بعد آپ سردیوں کی بوسٹر ڈوز لگوا سکتے ہیں۔
- سردیوں کی اضافی COVID-19 بوسٹر ویکسین کے لیے اہل لوگوں میں سے زیادہ تر لوگ مفت فلو ویکسین کے لیے بھی اہل ہیں۔

کیا ایک ہی وقت میں COVID-19 ویکسین اور فلو ویکسین لگوانا محفوظ ہے؟

ایک ہی وقت میں COVID-19 ویکسین اور فلو ویکسین لگوانا محفوظ اور سہل ہے۔ اگر آپ یہ دونوں ویکسینز ایک ساتھ لگوانا چاہتے ہیں تو اپنے جی پی کے پاس یا فارمیسی میں جائیں۔

اپائنٹمنٹ تلاش کریں

پورے نیو ساؤتھ ویلز میں فارمیسیوں اور جی پی کلینکس سمیت ہزاروں مقامات سے بوسٹر کے لیے اپائنٹمنٹس دستیاب ہیں۔

NSW Health کے زیادہ تر کلینک 'واک ان' بھی قبول کرتے ہیں جس کا مطلب یہ ہے کہ آپ اپائنٹمنٹ لیے بغیر آ سکتے ہیں۔

< اپائنٹمنٹ لیں یا [NSW Health](https://www.nsw.gov.au/health-and-care-services/immunisation) ویکسینیشن کلینک میں 'واک ان' کے طور پر آئیں۔

< اپنے قریبی کلینک، جی پی کے پاس یا فارمیسی میں اپائنٹمنٹ لیں۔

اگر آپ کو اپائنٹمنٹ بک کرنے کے لیے مدد کی ضرورت ہے تو **1800 020 080** پر

National Coronavirus Helpline (نیشنل کرونا وائرس ہیلپ لائن) کو کال کریں اور ترجمے کی

سروس کے لیے آپشن 8 چنیں۔