اگر آپ کے لیے COVID-19 سے شدید بیماری کا زیادہ خطرہ ہے تو پہلے سے تیاری کر رکھیں

Plan ahead if you are at higher risk of severe illness from COVID-19

کیا آپ کے لیے COVID-19 سے شدید بیماری کا زیادہ خطرہ ہے؟

اگر آپ کے لیے COVID-19 سے شدید بیماری کا زیادہ خطرہ ہے تو اس سے پہلے کہ آپ بیمار ہو جائیں، ابھی اپنے ڈاکٹر سے بات کر کے پتہ کریں کہ آپ کو زکام یا فلو جیسی علامات پیش آنے کی صورت میں کیا کرنا چاہیے۔

COVID-19 سے شدید بیماری کا زیادہ خطرہ رکھنے والوں میں مندرجہ ذیل لوگ شامل ہیں:

- 70 سال اور اس سے زیادہ عمر کے لوگ
- 50 سال اور اس سے زیادہ عمر کے لوگ جن میں خطرے کے اضافی عوامل موجود ہوں جیسے موٹاپا، ذیابیطس، دل اور خون کی نالیوں کی بیماری، پھپھڑوں کی دائمی بیماری (اس میں درمیانے یا شدید درجے کا دمہ شامل ہے جس کے لیے انہیلر سے لیے جانے والے سٹیرائڈز کی ضرورت ہو)، نیورولوجیکل (اعصابی) بیماری، جگر یا گردے کی شدید دائمی بیماری، ایکٹیو کینسر، یا وہ لوگ بھی جنہوں نے مجوّزہ ویکسینیشن مکمل نہ کی ہو
- 30 سال اور اس سے زیادہ عمر کے ایبوریجنل اور ٹورس سٹریٹ آئی لینڈر لوگ جن میں مندرجہ بالا خطرے کے اضافی عوامل موجود ہوں
- کسی بھی عمر کے وہ لوگ جن کا مدافعتی نظام درمیانی یا شدید حد تک کمزور ہو
- بہت زیادہ یا پیچیدہ معذوری رکھنے والے لوگ
- حاملہ خواتین
- صحت کے پیچیدہ دائمی مسائل رکھنے والے بچے

اگر آپ کسی دور دراز علاقے میں رہتے ہیں جہاں صحت کی سہولیات تک آپ کی رسائی کم ہے یا اگر آپ معمّر افراد یا معذوروں کے نگہداشتی ادارے میں رہتے ہیں تو اپنے ڈاکٹر سے اپنے لیے خطرے کے بارے میں بات کریں کیونکہ آپ بھی اینٹی وائرل دوائیاں یا اضافی نگہداشت حاصل کرنے کے لیے اہل ہو سکتے ہیں۔

اگر آپ کا ڈاکٹر اینٹی وائرل دوائیاں تجویز کرے تو پوچھیں کہ آپ کو کونسا COVID-19 ٹیسٹ کرنا چاہیے اور اگر آپ کا COVID-19 ٹیسٹ مثبت آئے تو اینٹی وائرل دوائیاں کیسے حاصل کی جائیں۔

اینٹی وائرل دوائیوں سے آپ جلد صحتیاب ہو سکتے ہیں اور ان کا بہترین اثر تب ہوتا ہے جب آپ انہیں جلد از جلد لے لیں۔

اگر آپ کو صحت کے متعلق کوئی تشویش ہو اور آپ کو اپنی زبان میں مدد درکار ہو تو **131 450** پر **TIS** کو کال کریں اور **1800 020 080** پر National Coronavirus Helpline (نیشنل کرونا وائرس ہیلپ لائن) سے بات کروانے کو کہیں۔

مزید معلومات کے لیے www.nsw.gov.au دیکھیں۔

© NSW Health June 2023.