کرونا کی ویکسین لگوائیں

اپنی اور دوسروں کی زندگی بچائیں

NHN

National Humanitarian Network Pakistan

ICVA

A GLOBAL NGO NETWORK
FOR PRINCIPLED AND EFFECTIVE
HUMANITARIAN ACTION

کووِڈ-19ویکسین کے بارے میں حقائق ۔

ویکسین (ٹیکہ) لگانا آپ کی صحت کی حفاظت کا ایک موثر ترین طریقہ ہے۔ویکسین بیماری کے خلاف انسانی جسم میں تحفظ پیدا کرنے کے لئے کے قدرتی دفاع کے طور پر کام کرتی ہیں۔کرونا ویکسین آپ کے جسم کے مدافعتی نظام کرونا وائرس کو پہچانے اور اس سے لڑنے کے لئے ہدایات فراہم کرتی ہیں

کیا ویکسین موثر ھیں ؟

سائنسی اور طبی شواہد سے پتہ چلتا ہے کہ ویکسینیشن آپ کو کرونا بیماری کے خلاف تحفظ مہیا کر سکتی ہے۔ تحقیقات یہ بھی ثابت کر رہی ہیں کہ جن لوگوں کو ویکسین لگائی گئی ہے اگر وہ کرونا بیماری میں مبتلا ہو بھی جاتے ہیں تو ممکن ہے کی انہیں کم شدید بیماری ہو۔

کیا ویکسین محفوظ ھیں؟

جو ویکسین محفوظ، موثر اور اعلی معیار کے ثابت ہو چکی ہیں، اور جن کے معیار کی جانچ پڑتال (FDA) اور (CDC) نے کی ہیں وہی ویکسین پاکستان میں حکومت کی اجازت سے استعمال ہو رہی ہیں۔ ویکسین آپ کو کرونا بیماری سے تحفظ فراہم کرتی ہے۔ویکسین آپ کو کرونا بیماری میں مبتلا نہیں کر سکتی۔ کیونکہ ان میں اس بیماری کا وائرس نہیں ہوتا۔ ویکسینیں آپ کے ڈی این اے (DNA) کو بھی تبدیل نہیں کر سکتی۔ جو لوگ اس بیماری سے متاثر ہو چکے ہوں ان کے لیے بھی ویکسین محفوظ و موثر ہیں۔

ایم آر این اے (mRNA) ویکسین آپ کے خلیوں کو کورونا وائرس کی پروٹین بنانے کی ہدایات فراہم کرتی ہیں۔ یہ پروٹین آپ کے جسم میں ایک مدافعتی ردعمل کو متحرک کرتی ہے جو آپ کو کرونا بیماری کے خلاف محفوظ رہنے میں مدد فراہم کرتی ہے۔

وائرل ویکٹر ویکسینز ایک ایسا وائرس استعمال کرتی ہیں جسے غیر نقصاندہ بنایا گیا ہے تا کہ یہ آپ کے جسم میں بیماری دیئے بغیر کورونا وائرس پروٹین تیار کر سکے۔ یہ پروٹین ایم آر این اے (mRNA) ویکسینوں کی طرح انسانی جسم میں مدافعتی ردعمل کو متحرک کرتی ہے جو آپ کو کرونا کے خلاف تحفظ مہیا کرنے میں مدد فراہم کرتی ہے۔

صحت عامہ کے اقدامات پر عمل کرنا جاری رکھیں ۔

اگر چہ کرونا ویکسین اس وبائی بیماری کو روکنے میں ہمارے لئے ایک اہم مددگار آلہ ہے۔لیکن ساتھ ساتھ ہمیں صحت عامہ کے

اصولوں پر سختی سے عمل کرنا ہوگا مثلاً

- ماسک اور سینیٹائیزز کا استعمال کرنا
- آنکھ ناک اور منہ کو چھونے سے گریز کرنا
- میل جول میں 6 فٹ کا فاصلہ رکھنا
- مصافحہ اور گلے ملنے سے گریز کرنا
- ہاتھوں کو بار بار کم از کم 20 سیکنڈ تک صابن سے دھونا
- غیر ضروری اجتماعات میں جانے سے گریز کرنا
- کھانستے، چھنکتے وقت ٹشو پیپر کا لازمی استعمال کرنا

ویکسین لگانے کا طریقہ کار:

- بارہ سال اور زائد عمر کے افراد اپنا شناختی کارڈ نمبر 1166 پر مفت ایس ایم ایس (SMS) کریں یا nims.nadra.gov.pk پہ اپنی تفصیلات درج کروائیں اور پھر کسی بھی قریبی ویکسینشن سنٹر پر جا کر اپنا پہلا ٹیکہ لگوائیں۔
- دوسرے ٹیکے کے لیے 1166 سے آپکو ایس ایم ایس (SMS) کے ذریعے 24 سے 48 گھنٹے پہلے اطلاع موصول ہوجائے گی۔
- بین الاقوامی سفر کی صورت میں بارہ اور بارہ سال سے زائد عمر کے افراد مخصوص ٹیکوں کے اضافی ڈوز اپنی ذاتی ذمہ داری پہ لگوا سکتے ہیں۔

ویکسین کے ذیلی اثرات :

دیگر ٹیکوں کی طرح کرونا ویکسین کے بھی ذیلی اثرات مرتب ہوسکتے لیکن یہ اثرات پائیدار نہیں ہوتے اور 24 سے 48 گھنٹوں کے اندر اندر ختم ہوجاتے ہیں جن میں مندرجہ ذیل قابل ذکر ہیں۔

جسم میں درد ہونا	تھکاوٹ محسوس ہونا	متلی / قے آنا
بخار ہونا	کمزوری محسوس ہونا	سر میں درد محسوس ہونا

پاکستان میں دستیاب کرونا ویکسین کی تفصیل

ویکسین کا نام	موجد ملک	ٹیکوں کی تعداد	ٹیکوں کے درمیان وقفہ	کن لوگوں کے لیے ہے	کن لوگوں کے لیے نہیں ہے۔
سائنوفارم	چین	2	3 سے 4 ہفتے	18 سال سے زائد عمر کے افراد، حاملہ خواتین، دل، سانس اور شوگر کے مریض	بخار اور کرونا میں مبتلا افراد
سائنوویک	چین	2	6 ہفتے	18 سال سے زائد عمر کے افراد، حاملہ خواتین، دل، سانس اور شوگر کے مریض	بخار، کرونا، اعصابی بیماریوں اور ویکسین سے الرجی میں مبتلا افراد
کنسائینو بائیو	چین	1	-	18 سال سے زائد عمر کے افراد، حاملہ خواتین، دل، سانس اور شوگر کے مریض	بخار، کرونا، اعصابی بیماریوں اور ویکسین سے الرجی میں مبتلا افراد
موڈرنا	امریکہ	2	6 ہفتے	18 سال سے زائد عمر کے افراد حاملہ / دودھ پلانے والی خواتین دل، ٹرانسپلانٹ اور کینسر کے مریض اور بیرونی ملک مسافر	بخار، کرونا، اور ویکسین سے الرجی مین مبتلا افراد
اسٹرازینیکا	برطانیہ	2	12 ہفتے	40 سال سے زائد عمر کے افراد حاملہ / دودھ پلانے والی خواتین دل، ٹرانسپلانٹ اور کینسر کے مریض اور بیرونی ملک مسافر	بخار، کرونا، اعصابی بیماریوں اور ویکسین سے الرجی میں مبتلا افراد
فائیزر	جرمنی	2	6 ہفتے	12 سال سے زائد عمر کے افراد حاملہ اور دودھ پلانے والی خواتین دل، گردے اور جگر کے مریض، ٹرانسپلانٹ، کینسر اور بیرونی ملک مسافر	بخار، کرونا، اعصابی بیماریوں اور ویکسین سے الرجی میں مبتلا افراد

Apartment No. 306,
Imperial Square, Khalid Bin
Waleed Road E-11/2 Markaz,
Islamabad,Pakistan.
+92 51 2305260-61

www.nhnpakistan.org
www.resourcecenter.nhnpakistan.org
@PakistanNhn
National Humanitarian Network