

## کووڈ-19 کے ٹیکے [تیار کردہ منجانب Pfizer-BioNTech اور Moderna]

### کووڈ-19

**کووڈ-19** ایک وائرل انفیکشن ہے جو بنیادی طور پر پھیپھڑوں کو متاثر کرتا ہے۔ کچھ لوگوں کو معمولی علامات درپیش ہو سکتی ہیں۔ بزرگ اور پہلے سے موجود صحت کی کیفیات میں مبتلا افراد سمیت، دوسرے لوگ کافی بیمار پڑ سکتے ہیں۔ کافی شاذ و نادر طور پر، کچھ بچوں کو سنگین سوزشی کیفیت لاحق ہو سکتی ہے۔ کووڈ-19 کے طویل مدتی اثرات پوری طرح سے معلوم نہیں ہیں۔ کچھ لوگوں کے کام یا قیام کی کیفیات کی وجہ سے ان کو کووڈ-19 لاحق ہونے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔

### یہ ٹیکے کس طرح کام کرتے ہیں

ٹیکے ہمارے جسم میں موجود خلیوں کو ایک پروٹین بنانے کو کہتا ہے جو خاص طور پر کووڈ-19 کا سبب بننے والے وائرس میں پایا جاتا ہے۔ یہ "اسپائک پروٹینز"، یوں تو ہمارے لیے بے ضرر ہیں، مگر وہ ہمارے جسم کو اینٹی باڈیز بنانا شروع کرنے کی ترغیب دیں گے۔ اگر ہم وائرس کی زد میں آئے ہیں تو ہماری نئی اینٹی باڈیز بیمار پڑنے سے ہمارا تحفظ کریں گی۔ ٹیکے میں کوئی وائرس شامل نہیں ہے اور اس وجہ سے اس سے آپ کو کووڈ-19 نہیں ہو سکتا۔

دونوں ٹیکوں کی بڑی طبی آزمائشوں میں جانچ کی گئی ہے تاکہ یہ یقینی بنایا جائے کہ وہ حفاظتی معیارات پر پوری اترتی ہیں، اور دونوں کو ہیلتھ کینیڈا سے لائسنس اور منظوری ملی ہے۔

### ٹیکے کاری کا عمل

دونوں ٹیکوں کو دو خوراکیں مطلوب ہیں۔ Pfizer کی خوراکیں بزرگوں سمیت، 16 سال اور اس سے زائد عمر کے افراد کو کم از کم 21 دن کے فاصلے سے دی جاتی ہیں۔ Moderna کی خوراکیں بزرگوں سمیت، 18 سال اور اس سے زائد عمر کے افراد کو کم از کم 28 دن کے فاصلے سے دی جاتی ہیں۔

### ٹیکے کے فوائد

بہتر تحفظ کے لیے ٹیکے کی دو خوراکیں مطلوب ہیں۔ دو خوراکیں مکمل ہونے کے بعد، کووڈ-19 کے خلاف زیادہ سے زیادہ تحفظ حاصل کرنے میں مزید ایک یا دو ہفتے لگ سکتے ہیں۔ فی الوقت، اس ٹیکے سے طویل مدتی تحفظ کے بارے میں کوئی اور معلومات دستیاب نہیں ہیں۔ آزمائشوں میں، ٹیکے 95% مؤثر تھا۔

معمولی سا امکان اس بات کا ہے کہ ٹیکے لگوانے کے بعد بھی آپ کو کووڈ-19 ہو سکتا ہے۔ صحت عامہ کے اقدامات جیسے جسمانی دوری قائم رکھنے، ماسک پہننے، اور اگر آپ بیمار ہوں تو گھر پر رہنے پر عمل کرتے رہنا ضروری ہے۔ نگہداشت صحت اور دیگر عملہ کو ٹیکے لگ جانے کے بعد بھی انہیں ذاتی حفاظتی آلات (personal protective equipment, PPE) پہننا ضروری ہے۔

### ضمنی اثرات اور خطرات

کچھ لوگوں کو اس ٹیکے سے ضمنی خطرات کا سامنا ہو سکتا ہے، لیکن امکانی طور پر وہ معمولی ہوں گے اور چند دنوں کے بعد وہ ٹھیک ہو جائیں گے۔ ان میں سے کچھ علامات فروغ پذیر مامونیت کے تئیں جسم کے ردعمل کا حصہ ہیں۔

اس ٹیکے کے مدنظر طبی آزمائشوں میں رپورٹ کردہ ضمنی اثرات میں شامل ہیں:

کافی شاذ و نادر	غیر عمومی 1% (100 خوراکوں میں 1)	عمومی 1%-10% (100 خوراکوں میں 1 یا 10 میں ایک)	کافی عمومی 10% ≥ (10) خوراکوں میں 1 سے زائد
سنگین الرجی زا ردعمل جیسے اینافائلیکسیا	بڑھی ہوئی لمفی گانٹھیں	○ انجیکشن کے مقام پر سرخی ○ یاسوجن ○ متلی اور الٹی (صرف Moderna کے ٹیکے میں)	○ انجیکشن کے مقام پر درد ○ سر درد ○ تھکا ہوا محسوس کرنا ○ عضلہ یا جوڑ میں درد ○ بخار یا کپکپی ○ بغل کے نیچے سوجن یا ملائمیت (صرف Moderna کے ٹیکے میں)

شاذ و نادر معاملوں میں، شدید الرجی زا ردعمل (اینافائلیکسیا) ہو سکتا ہے۔ الرجی زا ردعمل کا علاج ہو سکتا ہے اور وہ عموماً معمولی ہوتے ہیں۔ اگر آپ کو سانس لینے میں پریشانی ہو، چھپاکی یا چہرے یا گلے پر سوجن ہو تو طبی توجہ حاصل کریں۔ لوگوں کو ٹیکے موصول ہونے کے وقت ٹیکے کے ضمنی اثرات پر بدستور نگاہ رکھی جائے گی۔ اگر آپ کو ٹیکے کے تئیں ردعمل ہوتا ہے تو اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے رابطہ کریں جو براہ راست صحت عامہ کو ضمنی اثر کی رپورٹ کرے گا۔ صحت عامہ آپ ٹیکے کے بدستور محفوظ رہنے کو یقینی بنانے کے لیے رپورٹ کردہ ضمنی اثرات کو ٹریک کرتا رہے گا۔

### احتیاطی تدابیر

- اگر آپ کو بخار ہو، یا کووڈ-19 کی علامات کے ساتھ بیمار ہو، یا آپ نے پچھلے 14 دنوں میں ٹیکہ موصول کیا ہو تو ٹیکہ کاری مؤخر کریں۔
- ٹیکے کی دونوں خوراکیں موصول ہونے کے بعد کم از کم ایک ماہ تک حاملہ ہونے کی کوشش کرنے سے پرہیز کریں۔
- اگر آپ خون پتلا کرنے والی دوائیں لے رہے ہوں تو، وہ ایک چھوٹی سی سوئی استعمال کریں گے اور آپ کو ٹیکہ لگوانے کے بعد خراش کو کم کرنے کے لیے دیر تک دبا کر رکھنا ہوگا۔

### ٹیکہ مت لگوائیں، اگر:

- آپ کو ٹیکے کے کسی جز، بشمول پولیٹھیلین گلائیکول سے الرجی ہو؛ یا
- اس ٹیکے کی پچھلی خوراک کے تئیں شدید ردعمل ہوا تھا۔

### سب سے پہلے اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں، اگر:

- آپ کی عمر 16 سال سے کم ہو (12 سے 15 سال کے بیچ Pfizer کا ٹیکہ پیش کیا جا سکتا ہے)؛
- آپ حاملہ ہیں یا دودھ پلا رہی ہیں؛ یا
- بیماری یا علاج کے سبب آپ کا نظام مامونیت کمزور ہو گیا ہے، یا جریان خون کا عارضہ ہے۔

مزید معلومات کے لیے، اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں، یا [toronto.ca/COVID19](https://toronto.ca/COVID19) ملاحظہ کریں۔

اپ ڈیٹ شدہ 24 دسمبر 2020

## وسائل

امیونائزیشن پر ملکی مشاورتی کمیٹی۔ کووڈ-19 کے ٹیکوں کے استعمال سے متعلق تجاویز۔ دسمبر 2020،  
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/immunization/national-advisory-committee-on-immunization-naci/recommendations-use-covid-19-vaccines.html>  
پر دستیاب ہے