



دمے آلے لوکاں لئی زکام دی ویکسین

ایس سال زکام دی مفت ویکسین لگوانا پہلاں توں بہت زیادہ اہم اے۔ چھڈنا نئیں!

جے مینوں دمہ اے تے مینوں زکام دی ویکسین لگ سکدی اے؟

جے تہانوں نیلے انہیلر دے نال انسدادی انہیلر تجویز کیتا گیا اے، یا تہانوں دمے دی وجہ توں ہسپتال اچ داخل کیتا گیا اے، تے فیر تہانوں زکام دی ویکسین مفت لگ سکدی اے۔

جے مینوں دمہ اے تے مینوں زکام دی ویکسین مفت کیوں لگنی چاہیدی؟

جے تہانوں کدی وی زکام ہویا اے، تہانوں علم ہووے گا کہ ایہدی وجہ توں کئی دیہاڑاں لئی بستر نال لگ جاندا اے۔ جے تہانوں تھوڑا جیا دمہ اے، زکام دی وجہ توں علامتاں پیدا ہو سکدیاں نیں جیہدی وجہ توں تہانوں ساہ لین اچ مشکل ہو سکدی اے۔

”دمے آلے 75% لوکی کہندے نیں کہ زکام اوناں دی دمے دی علامتاں نوں شروع کر دیندا اے، نتیجتاً حیاتی نوں خطرے آلے دمے دا حملہ ہو سکدا اے،“

ڈاکٹر اینڈی، دمہ UK دی ان ہاؤس GP

جے تہانوں زکام اے تے ایس سال زکام دی مفت ویکسین لگوانا پہلاں توں بہت زیادہ اہم اے، کیوں جے ایہہ پیش گوئی کیتی گئی اے کہ 2021/22 دے دوران 2020/21 دے مقابلے اچ زکام دا درجہ بہت زیادہ ہووے گا۔

سماجی فاصلے دے نتیجے اچ، چہرے اتے ماسک یا فیر بین الاقوامی سفر نہ کرن دی وجہ توں 2020/21 دے دوران پوری دنیا اچ انتہائی گھٹ لوکاں نوں زکام ہویا۔ ایس وجہ توں، 2021/22 دے موسم دے دوران لوکاں اچ زکام دی مدافعت عام توں گھٹ رہن دا امکان اے۔

ایہہ وی توقع کیتی جاندی اے ایہہ پہلی سردیاں ہون گی جدوں زکام COVID-19 تے دوجے ریسپائریٹری وائرسز دے نال پایا جائے گا، ایس لئی NHS نوں سردیاں دے شدید دباؤ دا سامنا کرنا پئے گا۔ زکام دی ویکسین لگوان توں ایسے لوکاں دی تعداد گھٹ جاندی اے جنہاں نوں GP یا ہسپتال اچ دیکھ بھال دی لوڑ پیندی اے۔ جے تسی کر سکدے او، اپنی ویکسین خزاں دے دوران بک کران دی کوشش کرو۔

تے زکام دی ویکسین نہ صرف تہاڈی حفاظت کر دی اے۔ ایہہ سنگیاں، کنبے تے تہاڈے رابطے اچ کسے وی بندے تیکر زکام پھیلن توں روکن اچ مدد وی کر دی اے۔

ایس سال زکام دی ویکسین دی مانگ دا امکان اے، ایس لئی موقع نہ گنواؤ!

صرف زکام دی ویکسین لگوانا زکام ہون توں بچن دا اک ای طریقہ نئیں اے۔ لیہو کہ ٹھنڈ لگن یا زکام ہون دے امکانات گھٹ [کرن لئی تسی بور کی کر سکدے او۔](#)

میں اپنی زکام دی ویکسین مفت کیوں لے سکدا/سکدی آن؟

جے تسی اہل ہو، تے فیر تہاڈے GP نوں تہاڈے نال رابطہ کرنا چاہیدا۔ ایہہ خط، فون کال، ای میل یا متنی پیغام دے ذریعے ہو سکدا اے۔

جے NHS رابطے اچ نہیں اے، ویکسین بک کران نوں پہلاں تہانوں رابطہ کیتے جان دی اڈیک نہیں ہوندی۔

جے تسی اپنے GP توں زکام دی ویکسین نہیں حاصل کر سکدے اپنی مقامی فارمیسی توں کوشش کرو۔

ایس سال زکام دی مفت ویکسین لئی کون اہل اے؟

ایس سال، NHS اپنے زیادہ لوکاں نوں زکام دی مفت ویکسین پیش کیتی جا رئی اے۔ معلوم کرو کہ انگلینڈ، شمالی آئرلینڈ، اسکاٹ لینڈ تے ویلز اچ زکام دی مفت ویکسین حاصل کرن دا کون اہل اے:

[انگلینڈ اچ کون زکام دی ویکسین لگوا سکدا اے](#)

[شمالی آئرلینڈ اچ کون زکام دی ویکسین لگوا سکدا اے](#)

[اسکاٹ لینڈ اچ کون زکام دی ویکسین لگوا سکدا اے](#)

[ویلز اچ کون زکام دی ویکسین لگوا سکدا اے](#)

جے تسی زکام دی مفت ویکسین لئی اہل نہیں او، تے فیر تسی فارمیسی توں پیسے دے کے حاصل کر سکدے او۔ شاید تسی ایہہ لگوان لئی کنبے تے سنگیاں دا حوصلہ ودھانا چاہوں، تاں جے او اپنی تے دوجیاں دی حفاظت کر سکن۔

جے میں بیمار محسوس کردا/کردی آن تے فیر مینوں زکام دی ویکسین لگوانی چاہیدی؟

جے تہاڈے اندر COVID-19 دی علامتاں پائی جاندیاں نیں تے فیر تہانوں آپے ای زکام دی ویکسین لگوانی اپائنٹمنٹ اچ حاضر نہیں ہونا چاہیدا۔ ایہہ نیں:

- بخار
- نویں لگاتار کھنگ
- تہاڈی سونگھن یا چکھن دی حس مک گئی اے۔

جے تسی بیمار محسوس کر دے او، تے اوس ویلے اپنی اپائنٹمنٹ فیر بک کران دی کوشش کرو جدوں تسی سوچدے او کہ تسی بہتر محسوس کرو گے۔ ایہہ خاص طور تے اوس ویلے اہم اے جے تہانوں بخار ہووے، کیوں جے ایہدی وجہ توں زکام دے ٹیکے دا اثر گھٹ جاندا اے۔

زکام دی ویکسین تے تہاڈا بچہ

عام طور تے ویکسین بچیاں نوں ٹیکے دے بجائے ناک دے سپرے دی شکل اچ دتی جاندی اے۔ تاہم، ایہوں جئے بچے جیڑے منہ دے ذریعے سٹرائیڈز (گولیاں یا سیال)، لیندے نیں اوناں لئی سپرے دی سفارش نہیں کیتی جاندی، یا جیہڑے اپنے دمے دی وجہ توں انتہائی نگہداشت اچ رہندے نیں۔ جے تہاڈا بچہ انان توں کسے اک گروپ اچ آندا اے، تے فیر اوناں نوں ناک دے سپرے دی بجائے ٹیکہ لانا چاہیدا۔

جے ویکسین توں 3 دیہاڑاں پہلے تہاڈے بچے دا دمہ شدید ہو جاندا اے، ہیلتھ کنیر ورکر توں اک ہور اپائنٹمنٹ لئی آکھو۔ شاید تہاڈا بچہ زکام واسطے ناک دا سپرے لین دے قابل نہ ہووے، پر ایہدے بدلے اچ، ٹیکہ لایا جا سکدا اے۔ تہاڈے بچے دی ویکسین اچ تاخیر دی لوڑ نہیں۔

جے تہانوں ایہہ یقین نئیں کہ تہاڈے بچے نوں ویکسین لگنی چاہیدی یا نئیں آپنے GP سرجری، اسکول دی امیونائزیشن ٹیم یا سہاڈی دمے دی نرس نال گل کرو۔

آپنے بچے لئی زکام دی مفت ویکسین کیس طرحاں حاصل کران

چھ ماہ توں دو سال توں گھٹ عمر دے بچے

جے تہاڈے بچے نوں دمہ اے تے اوہدی عمر چھ ماہ توں دو سال اے، اوناں نوں ٹیکے دی صورت اچ زکام دی ویکسین دینی چاہیدی۔ کیوں جے 2 سال توں گھٹ عمر دے بچیاں لئی ناک دا سپرے لائسنس یافتہ نئیں اے۔ جے تہاڈے بچے نوں پہلاں زکام دی ویکسین نئیں لگی، تے اوناں نوں گھٹ توں گھٹ چار ہفتاں بعد، ویکسین دی دوجی خوراک لانی چاہیدی۔

جے تہاڈے نکے دی عمر چھ ماہ تے دو سال دے وچکار اے، تے تہاڈا خیال اے کہ اونوں دمہ اے، یا اوناں دا دمہ ٹیسٹ کیتا گیا اے، آپنے GP نال گل کرو کہ آیا اوناں نوں زکام دی ویکسین لگنی چاہیدی۔

آپنے بچے اچ دمے دی علامتاں سیانن تے بچیاں اچ دمہ دے ٹیسٹ دے بارے بور پڑھو۔

دو توں 18 سال توں گھٹ عمر دے بچے

جے تہاڈے بچے نوں دمہ اے تے اوناں دی عمر دو سال توں 18 سال توں گھٹ اے، اوناں نوں ناک دے سپرے دی صورت اچ زکام دی ویکسین دینی چاہیدی۔ کجھ بچے ناک دے سپرے دی صورت اچ ویکسین نئیں لے سکدے، پر تہاڈا GP فیصلہ کرے گا۔

جے تہاڈے بچے دی عمر دو سال تے نو سال توں گھٹ دے وچکار اے تے اونوں پہلاں کدی زکام دی ویکسین نئیں لگی، اوناں نوں ویکسین دی دوجی خوراک دینی چاہیدی۔ ایہہ پہلی خوراک دے بعد گھٹ توں گھٹ چار ہفتاں بعد دینی چاہیدی۔ ایہہ ناک دا سپرے ہو سکدا اے یا ٹیکہ، ایہدا دا انحصار دستیابی اتے اے۔

جے تہاڈا خیال اے کہ تہاڈے بچے نوں دمہ ہو سکدا اے، یا اوناں دا دمہ ٹیسٹ کیتا گیا اے، آپنے GP نال گل کرو کہ آیا اوناں نوں زکام دی ویکسین لگنی چاہیدی۔

آپنے بچے اچ دمے دی علامتاں سیانن تے بچیاں اچ دمہ دے ٹیسٹ دے بارے بور پڑھو۔

جے تہاڈا بچہ پری سکول دی عمر دا اے، اوناں نوں آپنی GP سرجری اتے ویکسین لانی جا سکدی اے۔ کجھ نرسریاں تے پری سکولز شاید خود ویکسین لگوا رئے ہوں، پر تہانوں پڑتال کرنی پئے گی جتھے تسی رہندے او اوتھے ایہہ ہو ریا اے۔ برطانیہ تے اسکاٹ لینڈ اچ سارے سیکنڈری سکول شاگرداں نوں مفت زکام دی ویکسین دی پیشکش کیتی جا رئی اے، شاید دمے آلے بچے سکول اچ ای آپنی ویکسین لگوا لین۔

تاہم، سکولوں اچ زکام دی ویکسین لگان اچ کجھ ویلا لگ سکدا اے۔ جے تہانوں انتظار اچ رکھیا گیا اے تے تسی آپنے بچے نوں زکام ہون توں پریشان او، آپنے GP نوں پچھو کہ آیا کہ او اوناں نوں مقامی سرجری اتے ویکسین لگا دین گے۔ جے تہاڈا بچہ مفت زکام دی ویکسین لئی اہل اے، تے تہاڈے GP پریکٹس نوں ویکسین لگان واسطے اوناں نوں دعوت دینی چاہیدی – پر جے اونیں نئیں آکھیا فیر وی نہ ڈرو۔

زکام دی ویکسین کئی مؤثر اے؟

آپنے آپ تے آپنے آلے دوالیاں آلا نوں زکام توں بچان دا ودھیا طریقہ ویکسین لگوانا اے۔

زکام دی ویکسین زکام دے وائرسز دی وڈی قسماں توں حفاظت اچ مدد کردی اے، گرچہ فیر وی امکان ہوندا اے کہ تہانوں زکام ہو سکدا اے۔ تاہم، جے ویکسین لگوان دے بعد تہانوں زکام ہو جاندا اے، ایہدا امکان اے کہ او انان برا نئیں ہووے گا تے لمے عرصے تیکر نئیں رہوے گا۔

زکام دے وائرسز اچ پر ویلے بدلاؤ آندا رہندا اے، ایس لئی پیشکش کیتی گئی ویکسین ہر سال بدل جاندی اے۔ ایس واسطے ایہہ تجویز دتی جاندی اے کہ تسی ہر خزاں اچ ویکسین لگواؤ۔
یاد رکھو، زکام دی ویکسین دا اثر ہون اچ 10 توں 14 دہاڑے لگ سکدے نیں۔

میں زکام دی ویکسین دے ضمنی اثرات بارے پریشان آن

ضمنی اثرات دے بارے پریشان ہونا قدرتی اے۔ لوکاں نوں دمے بارے کجھ عام خوف نیں جیہڑے ایتھے دتے گئے نیں:

1 مینوں پریشانی اے کہ ویکسین دی وجہ توں مینوں زکام ہو جاوے گا۔

ویکسین دی وجہ توں تہانوں زکام نہیں ہووے گا۔ کیوں جے ویکسین اچ کوئی زندہ وائرس نہیں ہوندا اے۔ ناک دے سپرے آلی زکام دی ویکسین جیہڑے بچیاں نوں دتی جاندی اے ایہدے اچ زکام دے کمزور وائرسز دی تھوڑی جئی مقدار موجود ہوندی اے۔ ایہہ بچیاں اچ زکام دا سبب نہیں بندی۔

2 میں بیمار پئے جان دے بارے پریشان آن

زکام دی ویکسینز بہت محفوظ نیں۔ آپنی ویکسین لگوان دے بعد شاید تہانوں محسوس ہووے:

- تھوڑا جیا بخار
- پٹھاں اچ پیڑ
- سوئی لگن آلی جگہ اچ بازو دی سوجن – ایہدا زیادہ تر 65 سال تے زیادہ عمر دے لوکاں اچ ہون دا امکان اے۔

زکام دی ویکسین دے زیادہ تر ضمنی اثرات ماٹھے ہوندے نیں تے بس اک دہاڑے یا ایس طرحاں جاری رہنے چاہیدے۔ جے تہانوں لگے کہ آپنی زکام دی ویکسین لگوان دے بعد تہانوں پیڑ اے، اپنے بازو نوں باقاعدگی نال بلان دی کوشش کرو۔ شاید تہانوں درد کش، مثلاً بروفن یا پیرا سیٹامول لین دا فیذا ہووے۔ تاہم کجھ لوکاں، بشمول حاملہ عورتاں، نوں بروفن نہیں لینی چاہیدی جدوں تیکر ڈاکٹر ایہہ تجویز نہ کرے۔

3 مینوں الرجک ردعمل دے بارے پریشانی اے

زکام دی ویکسین دی وجہ توں گھنیر الرجک ردعمل ہونا بہت ناپید اے۔ جے ایہہ ہو جاندا اے، ایہہ عام طور تے ویکسین لگان دے چند منٹاں دے اندر ہو جاندا اے۔ جیہڑا بندہ تہانوں ویکسین لگاندا اے او الرجک ردعمل توں نبٹن لئی تربیت یافتہ ہووے گا۔

کجھ زکام دی ویکسینز اچ انڈہ ورتیا جا ریا اے۔ ایہدا مطلب اے کہ جے تہانوں انڈے توں الرجی اے، تے فیر تہانوں زکام دی ویکسین دے ٹیکے دی وجہ توں الرجی ردعمل ہون دا خطرہ ہو سکدا اے۔ گھٹ انڈے یا انڈے توں پاک ویکسین لئی آپنے GP یا فارماسسٹ توں پچھو۔

جے تہاڈا بچہ سور دا گوشت نہیں ورتدا تے فیر زکام دی ویکسین لگوانا

ناک دے سپرے آلی ویکسین اچ سور دی جیلٹین دی بہت معمولی مقدار ہوندی اے۔ جے ایہہ موزوں نہیں تے اپنے اختیارات بارے اپنے بچے دی نرس یا ڈاکٹر نال گل کرو، کیوں جے او شاید ایہدی بجائے ٹیکے آلی ویکسین لگا دین، جیہدے اچ سور دی کوئی مصنوعات نہیں ہوندیاں۔

آپنی پریشانیاں یا سوالات بارے کیہدے نال گل کراں

زکام دی ویکسین بارے تہاڈے GP، دمے دی نرس یا فارماسسٹ دے کول تازہ ترین معلومات ہون گی، یا تنسی دمے دی ماہر نرس نال دمے دی UK ہیلپ لائن (0300 222 5800)، پیر تا جمعہ سویرے 9 بجے- شام 5 بجے) گل کر سکتے او یا 07378 606728 اتے WhatsApp کرو

ایس سردیاں اچ آئے آپ نوں ٹھنڈ لگن تے زکام توں بچان بارے UK دمہ دے ولوں بور صلاح ویکھو۔