کووڈ-19 کے ٹیکے

Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca/COVISHIELD & Janssen (Johnson & Johnson)

تجدید شدہ 17 مارچ 2021

کووڈ-19 ہونے سے خطرات

کووڈ-19 ایک وائرل انفیکشن ہے جو خاص طور پر پھیپھڑوں کو متاثر کرتا ہے۔ ہر عمر کے لوگ متاثر ہو سکتے ہیں۔ کچھ لوگوں کے قیام یا کام کرنے کی جگہ کی وجہ سے انہیں کووڈ-19 ہونے کا خطرہ زیادہ ہو سکتا ہے۔ عمر دراز بالغان یا صحت کی کیفیت میں مبتلا افراد کے کووڈ-19 سے سنگین حد تک بیمار پڑنے کا امکان ہے۔

معمولی بیماری کے ساتھ بھی، کچھ لوگوں میں انفیکشن ختم ہونے کے مہینوں بعد تک علامات رہ سکتی ہیں۔ کووڈ-19 کے انفیکشن کی وجہ سے پھیپھڑوں، دل یا دماغ کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ تھکان، سانس پھولنا، ارتکاز میں پریشانی، عضلات میں درد اور دیگر علامات طویل مدتی علامات میں شامل ہو سکتے ہیں۔

چونکہ کووڈ-19 کا باعث بننے والا کورونا وائرس بدستور نئی قسموں میں تبدیل ہو رہا ہے، لہذا یہ مزید آسانی سے انفیکشن پھیلا سکتا ہے، اور مزید سنگین بیماری کا سبب بن سکتا ہے۔ اونٹاریو میں اب مختلف قسمیں گردش کر رہی ہیں۔ صحت عامہ کے اقدامات، جیسے سماجی دوری قائم رکھنا، اور ٹیکے ان قسموں سے آپ کا تحفظ کریں گے۔

ٹیکے کیسے کام کرتے ہیں

کووڈ-19 کے ٹیکے ہمارے جسم کو ہمارا مدافعتی نظام بڑھانے کی ہدایات دیتے ہیں تاکہ ایسی اینٹی باڈیز تیار ہوں جو کووڈ-19 سے ہمارا تحفظ کریں گی۔ کووڈ-19 کے ٹیکے 16 تا 18 سال اور اس سے زیادہ عمر کے افراد، بشمول بزرگوں کے لیے استعمال ہوتے ہیں۔ کینیڈا میں استعمال کے لیے منظور شدہ تین ٹیکوں کی دو خوراکیں مطلوب ہیں۔ جانسین (*Johnson & Johnson*) کے ٹیکے کی صرف ایک خوراک درکار ہے۔ ٹیکے میں کووڈ-19 کا سبب بننے والا کوئی وائرس شامل نہیں ہے، اور اس لیے یہ ہمیں یہ انفیکشن نہیں دے سکتا۔

ٹیکے کے فوائد

کووڈ-19 کے تمام ٹیکے کووڈ-19 سے سنگین بیماری کے خلاف لوگوں کا تحفظ کرنے والے پائے گئے ہیں۔ ہمارے جسم کو ایک اچھا نظام مامونیت تیار کرنے میں ٹیکہ کاری کے بعد دو ہفتے لگتے ہیں۔ تمام ٹیکے صحت کی کیفیات جیسے دل یا پھیپھڑے کے مسائل، ذیابیطس یا بیش فشار خون میں مبتلا افراد کے لیے محفوظ ہیں۔ یہ ٹیکہ خود مامونیتی کیفیت، یا بیماری یا علاج کی وجہ سے کمزور مامونیت والے افراد کے لیے بھی محفوظ ہے، لیکن ٹیکہ ان کیفیات میں مبتلا لوگوں میں اتنی اچھی طرح کام نہیں بھی کر سکتا ہے۔

معمولی سا امکان اس بات کا ہے کہ ٹیکہ کاری کے بعد بھی آپ کو کووڈ-19 ہو سکتا ہے۔ فی الحال، اس بارے میں کوئی معلومات نہیں ہیں کہ ٹیکے کا تحفظ کتنی مدت تک رہے گا۔ مستقبل میں بوسٹر خوراک کی تجویز کی جا سکتی ہے۔

ٹیکے کے اجز / الرجیاں

ٹیکے میں چربیاں، نمک، شکر اور بفر شامل ہیں۔ ٹیکے میں انڈے، جیلاٹین، لیٹیکس، محافظ اشیاء، اینٹی بایوٹکس، یا الومینیم شامل نہیں ہے۔ کووڈ-19 کے ٹیکوں کے تئیں الرجیاں شاذ و نادر ہیں۔ ٹیکے محفوظ ہیں، چاہے آپ کو غذا، دوا یا ماحولیاتی الرجیاں ہوں۔ اگر آپ کو پولیتھیلین گلائیکول (polyethylene glycol)، ٹرومیتھامائن (tromethamine) یا پولی سربیٹ (polysorbate) کے تئیں الرجیاں ہوں تو سب سے پہلے اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔

ضمنی اثرات اور خطرات

ٹیکہ لگوانے والے ہر 10 لوگوں میں سے لگ بھگ ایک کو ضمنی اثرات ہو سکتے ہیں – بیشترمعمولی تا معتدل ہو تے ہیں، اور چند دنوں میں ختم ہو جائیں گے۔ انجیکشن کی جگہ پر سرخی، درد، خارش یا سوجن، بخار، سر درد، تھکا ہوا محسوس کرنا، عضلات میں درد، جوڑوں میں درد، کپکپی، متلی اور/یا الٹی عمومی ضمنی اثرات میں شامل ہیں۔

ضمنی اثرات عموماً ایک سے تین دن تک رہتے ہیں، اور عموماً اس کا مطلب یہ ہے کہ ہمارا جسم ٹیکے کے تئیں ایک مامونیتی جوابی اقدام تیار کر رہا ہے۔ شاذ و نادر معاملوں میں، شدید الرجی زا ردعمل (اینافائلیکسیا) پیدا ہو سکتا ہے۔ الرجی زا ردعمل کا علاج کیا جا سکتا ہے اور وہ عموماً عارضی ہوتے ہیں۔ اگر آپ کو سانس لینے میں پریشانی ہو، یا چہرے اور حلق پر چھپاکی یا سوجن پیدا ہو جائے تو طبی توجہ حاصل کریں۔ اگر آپ میں ٹیکے کے تئیں ردعمل ہوتا ہے تو اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ کو بتائیں اور صحت عامہ کو علامات کی رپورٹ کریں گے۔ صحت عامہ رپورٹ کردہ ضمنی اثرات کو ٹریک کر رہا ہے تاکہ ٹیکہ مسلسل محفوظ رہنے کو یقینی بنایا جائے۔

ٹیکہ کاری مؤخر کریں

اگر آپ کو بخار ہو یا کووڈ-19 کی علامات درپیش ہوں تو، ٹیکہ کاری سے پہلے بہتر محسوس ہونے تک انتظار کریں۔ کووڈ-19 کے ٹیکے بھی دوسرے ٹیکوں کی طرح اسی وقت نہ دیے جائیں۔ اگر آپ کو حال ہی میں دوسرا ٹیکہ موصول ہوا ہے تو کووڈ-19 کا ٹیکہ لگوانے سے پہلے 14 دن انتظار کریں۔

نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے رجوع کریں

ٹیکہ لگوانے سے پہلے اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ یا الرجسٹ سے بات کریں اگر:

- آپ حاملہ ہو، حاملہ ہو سکتی ہوں، یا دودھ پلا رہی ہوں؛
- آپ کو کوئی خود مامونیتی کیفیت لاحق ہو، یا بیماری یا علاج سے مامونیت کمزور ہو گئی ہو؛
- آپ کو کووڈ-19 کے ٹیکے کی اپنی پہلی خوراک موصول کرنے کے بعد چار گھنٹوں کے اندر کوئی الرجی زا ردعمل ہوا ہو؛ یا
- آپ کو ٹیکے کے اجزا کے تئیں شدید الرجیاں ہوں۔

خود کا اور دوسروں کا تحفظ کرتے رہیں

ٹیکہ لگوانے کے خواہش مند ہر کسی کے لیے جب تک کافی مقدار میں ٹیکے موجود نہ ہوں تب تک، بدستور سماجی دوری قائم رکھنا، ماسک پہننا، اور اگر آپ بیمار ہوں تو گھر پر رہنا ضروری ہے۔ نگہداشت صحت کے کارکنان اور عملہ پر، ٹیکہ کاری کے بعد بھی، ذاتی حفاظتی آلات (personal protective equipment, PPE) پہننا لازم ہے۔

مزید معلومات کے لیے

اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے بات کریں یا toronto.ca/COVID19 پر ہماری ویب سائٹ ملاحظہ کریں۔

وسائل

ٹیکہ کاری پر قومی مشاورتی کمیٹی۔ کووڈ-19 کے ٹیکوں کے استعمال پر تجاویز۔ 16 مارچ 2021۔
https://www.canada.ca/en/public-health/services/immunization/national-advisory-committee-on-immunization-naci/recommendations-use-covid-19-vaccines.html پر دستیاب ہے