NHS

Public Health England

کوویڈ-19 کی ویکسینیشن یعنی حفاظتی ٹیکوں کے بارے میں گائڈ

بچہ پیدا کرنے کی عمر کی تمام خواتین، وہ جو فی الوقت حاملہ ہیں یا اپنا دودھ پلا رہی ہیں

ویکسینیشن کروانے جانے سے پہلے آپ کو اِسے پڑھنا چاہیے

مزید معلومات یہاں تلاش کیجئے
nhs.uk/CovidVaccine

کوویڈ-19 کی یوکے میں دستیاب ویکسین کو موثر پایا گیا ہے اور اِس کی سیفٹی پروفائل بہت اچھی ہے۔

اِن حفاظتی ٹیکوں میں زندہ کورونا وائرس موجود نہیں ہیں اور یہ حاملہ خواتین یا اُن کی کوکھ میں موجود نامولود بچوں کو متاثر نہیں کر سکتے۔

حمل کے دوران کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکے

جوائنٹ کمیٹی برائے ویکسینیشن اینڈ ایمیونائزیشن (JCVI) نے مشورہ دیا ہے کہ حاملہ خواتین کو کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکوں کی پیشکش اُسی وقت کی جائے جب کہ یہ اُن لوگوں کو کی جائے جو عمر یا خطرے کے اُسی گروہ میں ہوں۔ امریکہ میں تقریباً 90،000 حاملہ خواتین زیادہ تر فائزر اور موڈرنا کے حفاظتی ٹیکے لگے ہیں اور حفاظت سے منسلک کسی قسم کے خدشات کی نشاندہی نہیں ہوئی ہے۔

کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکیوں کے بارے میں شواہد کا مسلسل جائزہ ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن اور امریکہ، کینیڈا اور یورپ کے ریگولیٹری اداروں نے بھی لیا ہے۔

اپنی پہلی خوراک کے لیے کسی بھی عمر کی حاملہ خواتین کے لیے فائزر اور موڈرنا کے حفاظتی ٹیکے پہلی ترجیح ہیں۔

کسی بھی فرد جس نے اپنے حفاظتی ٹیکے شروع کیے ہوں اور اُنہیں حمل کے دوران دوسری خوراک کی پیشکش کی گئی ہو تو اُنہیں اُنہی حفاظتی ٹیکوں کی دوسری خوراک لگوانی چاہیے ماسوا اِس امر کے کہ اُنہیں پہلی خوراک کے بعد سنگین نوعیت کے مضر ذیلی اثرات کا سامنا ہوا ہو۔

کیا حمل میں کوویڈ-19 کی بیماری سنگین ہوتی ہے؟

اگر حاملہ خواتین اور اُن کے نومولود بچوں میں کوویڈ-19 کا مجموعی خطرہ کم ہوتا ہے لیکن حمل کے آخری حصے میں کچھ خواتین شدید بیمار پڑ سکتی ہیں اور اُنہیں علاج کے لیے ہسپتال جانا پڑ سکتا ہے۔

اُسی عمر کی غیر حاملہ خواتین کی نسبت کوویڈ-19 کی وجہ سے حاملہ خواتین میں انتہائی نگہداشت کی یونٹ میں داخلے کا احتمال زیادہ ہوتا ہے۔ کوویڈ-19 کی بیماری سے متاثرہ خواتین میں کوویڈ-19 سے غیر متاثرہ خواتین کی نسبت بچوں کی قبل از وقت پیدائش کا امکان 3-2 گناہ زیادہ ہوتا ہے۔

ایسی حاملہ خواتین، جن میں پوشیدہ طبی عوراض موجود ہوں، کا کوویڈ-19 کی وجہ سے سنگین پیچیدگیوں سے متاثر ہونے کا زیادہ امکان ہوتا ہے

حاملہ خواتین کے لیے خطرے کے عوامل

اگر آپ میں پوشیدہ طبی امراض موجود ہوں، جیسے:

- قوت مدافعت کا مسئلہ
- ذیابیطس
- بلند فشار خون
- امراض قلب
- دمہ

یا اگر آپ ہیں

- موٹاپے کا شکار
- 35 سال سے زیادہ عمر کی
- حمل کے اپنے تیسرے ٹرائی میسٹر (28 ہفتوں سے زیادہ) میں
- سیاہ فام اور ایشیائی اقلیتی نسلی پس منظر سے تعلق ہے

اپنی ہم عمر غیر حاملہ خواتین کی نسبت آپ کو کوویڈ-19 کا زیادہ خطرہ درپیش ہے۔

اِس کا میرے لیے کیا مطلب ہے؟

حاملہ ہونا

کوویڈ-19 کی ویکسینیشن کے بعد حاملہ ہونے سے گریز کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔

ایسے کوئی شواہد نہیں کہ کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکوں کا آپ کی فرٹیلٹی یا حاملہ ہونے کے امکانات پر اثر پڑے گا۔

اگر آپ حاملہ ہوں

کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکے حاملہ خواتین کو کوویڈ-19 کی بیماری کے خلاف بہترین تحفظ فراہم کرتے ہیں جو کہ کچھ خواتین کے لیے حمل کے آخری حصے میں بہت سنگین ہو سکتی ہے۔

کوویڈ-19 کی پہلی خوراک آپ کو اچھا تحفظ فراہم کرے گی۔ لیکن آپ کو دیرپا تحفظ کے لئے دوسری خوراک کی ضرورت ہے۔ آپ کو اِس دوسری خوراک کو موخر کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

اگر آپ نے کوویڈ-19 کی پہلی ویکسین کسی طرح کے سنگین مضر ذیلی اثرات برداشت کیے بغیر لگوائی تھی تو جب آپ کو پیشکش کی جائے تو آپ اُنہی حفاظتی ٹیکوں کی دوسری خوراک لگوا سکتی ہیں۔

اگر آپ کی پہلی خوراک ایسٹرا زینیکا تھی تو آپ کو اِس لیف لیٹ میں موجود معلومات پر بھی غور کرنا چاہیے۔ www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting.

رضاعت یعنی چھاتی کا دودھ پلانا

چھاتی کا دودھ پلانے کے فوائد کا علم بہت اچھی طرح سے ہے۔

JCVI نے سفارش کی ہے کے چھاتی کا دودھ پلانے کے دوران ویکسین لگوائی جا سکتی ہے۔ یہ امریکہ اور ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن کی سفارشات سے مطابقت رکھتی ہیں۔

تمام ادویات کی طرح ویکسینز بھی عمومی مضر ذیلی اثرات کا باعث بن سکتی ہیں۔ یہ یقینی بنانا مدگار ثابت ہو سکتا ہے کہ حفاظتی ٹیکے لگوانے کے بعد کس چیز کی توقع رکھنی چاہیے، خاص طور پر جب آپ کے ہاں بچے کی پیدائش ہوئی ہو یا آپ کے دیگر بچے ہیں جن کی آپ کو نگہداشت کرنا ہوتی ہے۔

براہ مہربانی لیف لیٹ 'کوویڈ کے حفاظتی ٹیکوں کے بعد کیا توقع رکھیں' پڑھیں۔ www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination.

رائل کالج آف اوبٹریشنز اور گائناکولوجسٹس (RCOG) اور رائل کالج آف مڈ وائفس (RCM) کے پاس گائڈ اور دیگر معلومات موجود ہیں جو آپ کو کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکوں اور حمل کے بارے میں مددگار لگ سکتی ہیں۔ (– rcog.org.uk www.rcm.org.uk/guidance-for-pregnant-women).

اگر آپ کوویڈ-19 کے حفاظتی ٹیکوں کے بارے میں بات کرنا چاہیں تو براہ مہربانی اپنی مڈوائف، ڈاکٹر یا نرس سے بات کریں۔

کوئی ویکسین بھی 100٪ موثر نہیں ہوتی اِس لیے موجودہ قومی گائڈنس پر عمل کرنا جاری رکھنا اہم ہے۔

اپنی اور اپنے اہلخانہ، دوست احباب اور کام کے ساتھیوں کی حفاظت کرنے کے لیے آپ کو اب بھی:

- سماجی دوری پر عمل کرنا ہو گا
- فیس ماسک پہنا ہو گا
- اپنے ہاتھ کثرت اور احتیاط کیساتھ دھونا ہوں گے
- تازہ ہوا اندر آنے کے لیے کھڑکیاں کھولنا ہوں گی
- موجودہ گائڈنس پر عمل کرتے رہنا ہو گا

یہ مفت لیف لیٹ بریل، بی ایس ایل میں بطور وڈیو، لارج پرنٹ، بطور ایک اڈیو فائل اور 19 زبانوں میں دستیاب ہے، براہ مہربانی نقول ڈاؤنلوڈ کرنے یا آرڈر کرنے کے لیے www.healthpublications.gov.uk پر تشریف لے جائیں۔

© کراؤن کاپی رائٹ 2021۔ پراڈکٹ کا کوڈ: COV2020374V4UR Urdu 5M 1P APR (APS) 2021۔ پبلک ہیلتھ انگلینڈ کا گیٹ وے نمبر: 2021145