

## COVID-19 ویکسینیں: کمزور مدافعتی نظام کے حامل افراد کے لیے تیسری خوراک

یہ سفارش کی جاتی ہے کہ کچھ لوگ جو معتدل سے شدید حد تک امیونوکمپر ومانڈ ہیں (جس کا مطلب ہے کہ ان کا مدافعتی نظام کمزور ہے)، انہیں دو خوراک کے معیاری طریقہ کار کی بجائے Moderna یا Pfizer کی COVID-19 ویکسین کی تین خوراکیں لگنی چاہئیں۔ اس وقت کسی دوسرے گروپ کے لیے ویکسین کی اضافی خوراک کی سفارش نہیں کی جاتی ہے۔

### تیسری خوراک کے لیے کون اہل ہے؟

وہ لوگ جو 12 سال یا اس سے زیادہ عمر کے ہیں، کسی ایسے عارضے میں مبتلا ہیں یا ایسی ادویات لے یا ایسا علاج کروا رہے ہیں جو معتدل یا شدید طور پر ان کا مدافعتی نظام کمزور کرتے ہیں، اور انہیں Moderna یا Pfizer ویکسین لگی ہے تو وہ تیسری خوراک کے اہل ہیں۔

عارضوں اور علاج میں یہ شامل ہو سکتے ہیں:

- کینسر کا فعال طور پر علاج
- کسی اعضاء کی پیوند کاری کی گئی ہے اور امیونوسوپرپریسیو تھراپی لے رہے ہیں
- پچھلے دو سالوں میں اسٹم سیل ٹرانسپلانٹ کروایا ہے
- معتدل یا شدید پرائمری امیونوڈیفیشنسی (مدافعت کی کمی)
- ایڈوانسڈ یا غیر علاج شدہ HIV
- کورٹی کوسٹیئر انڈز یا دیگر ادویات کی زیادہ خوراک پر مبنی فعال علاج جو آپ کے مدافعتی نظام کو معتدل یا شدید طور پر کمزور کرتا ہے

یہ ایک مکمل فہرست نہیں ہے۔ تیسری خوراک کی تجویز ان لوگوں کے لیے کی گئی ہے جن کو اوپر بیان کی گئی کیفیات جیسے عارضے لاحق ہیں اور زیادہ تر ایسے افراد کے لیے نہیں جن کو دیگر طبی عارضے جیسے ذیابیطس یا دل یا پھیپھڑوں کی بیماریاں لاحق ہیں۔ اگر آپ مدافعتی نظام کمزور کرنے والے کسی عارضے میں مبتلا ہیں یا ایسی دوائیں لے رہے ہیں جو آپ کے مدافعتی نظام کو کمزور کرتی ہیں تو اپنے ڈاکٹر سے بات کریں کہ کیا آپ کو تیسری خوراک لینی چاہیے۔

### تیسری خوراک کی سفارش کیوں کی جاتی ہے؟

یہ سفارش ان مطالعات پر مبنی ہے جو یہ ظاہر کرتے ہیں کہ ویکسینیں مدافعتی نظام کمزور کرنے والے عارضوں میں مبتلا کچھ افراد کے لیے اتنی کارآمد نہیں ہیں جتنی کارآمد یہ ان لوگوں کے لیے ہیں جن کو ایسا کوئی عارضہ درپیش نہیں ہے۔

### مجھے کیسے معلوم ہو گا کہ آیا مجھے تیسری خوراک درکار ہے؟

آپ کو تیسری خوراک لگوانے کے بارے میں اپنے ڈاکٹر سے بات کرنی چاہیے۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کے طبی عارضوں، کرائے جانے والے علاج، انفیکشن کے خطرے اور دیگر عوامل کو مدنظر رکھتے ہوئے تجویز کرے گا۔ اس وقت، اینٹی باڈی ٹیسٹ اس بات کا تعین کرنے کے لیے تجویز نہیں کیے جاتے کہ آیا آپ میں COVID-19 کے خلاف مدافعت (تحفظ) موجود ہے یا نہیں۔

### کیا تیسری خوراک لگوانا محفوظ ہے؟

فوڈ اینڈ ڈرگ ایڈمنسٹریشن (Food and Drug Administration, FDA)، مراکز برائے بیماری پر کنٹرول اور روک تھام (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)، اور آزاد ماہرین نے اس بات کا تعین کیا ہے کہ تیسری خوراک لگوانے کے فوائد کسی بھی معلوم یا ممکنہ خطرات سے زیادہ ہیں۔

### ان لوگوں کو کیا کرنا ہو گا جن کو Johnson & Johnson/Janssen ویکسین لگی ہے؟

اس وقت، وہ لوگ اضافی خوراک کے اہل نہیں ہیں جن کا مدافعتی نظام کمزور ہے اور انہیں Johnson & Johnson کی COVID-19 لگی ہے۔ ہم توقع کرتے ہیں کہ اضافی معلومات جلد دستیاب ہوں گی۔

### مجھے اپنی تیسری خوراک کب لگوانی چاہیے؟

آپ کو اپنی تیسری خوراک اپنی دوسری خوراک لگنے کے کم از کم چار ہفتوں کے بعد لگوانی چاہیے۔ دوسری خوراک کے بعد چاہے جتنا وقت بھی گزر چکا ہو، آپ تیسری خوراک لگوا سکتے ہیں۔

ویکسین کی جس برانڈ کی مجھے پہلی دو خوراکیں لگی تھیں، کیا تیسری خوراک بھی اسی برانڈ کی ہونی چاہیے؟  
اگر ممکن ہو تو آپ کی تیسری خوراک اسی برانڈ کی ہونی چاہیے جس برانڈ کی آپ کو پہلی دو خوراکیں لگی تھیں۔ اگر آپ اسی برانڈ (Moderna یا Pfizer) کی ویکسین حاصل نہیں کر پاتے تو آپ دوسری برانڈ (Moderna یا Pfizer) کی ویکسین لگوا سکتے ہیں۔

### میں تیسری خوراک کہاں سے لگوا سکتا ہوں؟

آپ تیسری خوراک اسی جگہ سے لگوا سکتے ہیں جہاں سے آپ نے پہلی ویکسینوں کی خوراکیں لگوائی تھیں، جیسے کہ سٹی کے زیر انتظام چلنے والی ویکسینیشن سائٹس، فارمیسیاں، اسپتال، کمیونٹی ہیلتھ سینٹر اور ڈاکٹروں کے دفاتر۔ آپ کے لیے ضروری نہیں ہے کہ اپنی تیسری خوراک اسی سائٹ سے لگوائیں جہاں سے آپ نے اپنی پہلی دو خوراکیں لگوائی تھیں۔ ویکسینیشن سائٹ تلاش کرنے کے لیے [nyc.gov/vaccinefinder](https://www.nyc.gov/vaccinefinder) پر جائیں یا 877-829-4692 پر کال کریں۔ وہ سائٹ تلاش کریں جو اس برانڈ کی ویکسینیں پیش کر رہی ہے جو آپ نے اپنی پہلی دو خوراکیں (Moderna یا Pfizer) میں لگوائی تھی۔ آپ [nyc.gov/homevaccine](https://www.nyc.gov/homevaccine) ملاحظہ کر کے یا اوپر دیے گئے نمبر پر کال کر کے گھر پر ہی مفت ویکسین لگوانے کا شیڈول سیٹ کر سکتے ہیں۔

### کیا تیسری خوراک مفت ہے؟

جی ہاں، تیسری خوراک اہل افراد کے لیے مفت ہے۔ اگر آپ کے پاس بیمہ ہے تو اس کو بل کیا جا سکتا ہے لیکن آپ سے ادائیگی میں اپنا حصہ ڈالنے کا نہیں کہا جائے گا اور نہ ہی کوئی دوسری فیس وصول کی جائے گی۔

### مجھے تیسری خوراک لگوانے کے لیے کون سی دستاویزات فراہم کرنا ہوں گی۔

آپ کو یہ تصدیق کرنا ہو گی کہ آپ ایک اہل طبی عارضے میں مبتلا ہیں۔ اس کے علاوہ کوئی اور دستاویز درکار نہیں ہے۔

### کیا کمزور مدافعتی نظام کے حامل افراد تیسری خوراک لگوانے کے بعد دیگر احتیاطی تدابیر پر عمل کرنا چھوڑ سکتے ہیں؟

نہیں، کمزور مدافعتی نظام کے حامل افراد کو شدید COVID-19 بیماری کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے اور ویکسین کمزور مدافعتی نظام کے حامل کچھ افراد میں دوسروں کے مقابلے میں زیادہ کارآمد ہو سکتی ہے۔ اس وجہ سے، آپ کی ویکسینیشن کی حیثیت سے قطع نظر، آپ کو تمام احتیاطی تدابیر جاری رکھنی چاہئیں، بشمول بجوم سے بچنا (خاص طور پر گھر کے اندر) اور جب بھی آپ گھر سے باہر ہوں تو ماسک پہننا اور جسمانی فاصلہ رکھنے پر عمل کرنا۔ اس کے علاوہ، ویکسین لگوانا ان لوگوں کے لیے اور بھی زیادہ اہم ہے جو کسی کمزور مدافعتی نظام کے حامل شخص کے ساتھ رہتے ہیں یا باقاعدگی سے ان کے ساتھ رابطے میں آتے ہیں۔

### COVID-19 کی علامات درپیش ہونے یا COVID-19 سے متاثرہ کسی شخص کی زد میں آنے کی صورت میں کمزور

#### مدافعتی نظام کے حامل افراد کو کیا کرنا چاہیے؟

ویکسینیشن کی حیثیت سے قطع نظر، کمزور مدافعتی نظام کے حامل وہ افراد جن کو COVID-19 کی علامات درپیش ہیں یا COVID-19 سے متاثرہ کسی شخص کی زد میں آئے ہیں، انہیں ٹیسٹ کروانا چاہیے اور فوری اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے ملاقات کر کے ایک خلویہ اینٹی باڈی علاج اور روک تھام کے آپشنز پر بات کرنی چاہیے۔ ایک خلویہ اینٹی باڈیز جتنی جلدی دی جائیں وہ اتنی زیادہ موثر ہوتی ہیں۔ تاہم، یہ علاج ویکسینیشن کا متبادل نہیں ہے۔ مزید معلومات کے لیے [COVID-19](https://www.nyc.gov/covid-19) کا ایک خلویہ اینٹی باڈی طریقہ علاج ملاحظہ کریں۔

8.13.21

صورت حال کے ارتقاء کو دیکھتے ہوئے NYC محکمہ صحت سفارشات تبدیل کر سکتا ہے۔