# COVID-19 کی ویکسینیں: نیویارک کے بزرگ باشندوں کے لیے ضروری معلومات

60 سال اور اس سے زیادہ عمر کے افراد COVID-19 ویکسین لگوانے کے لیے اہل ہیں۔ تین ویکسینیں دستیاب ہیں: Pfizer-BioNTech، Moderna اور Johnson & Johnson/Janssen۔

## بزرگ افراد کے لئے COVID-19 کی ویکسین لگوانا کیوں ضروری ہے؟

جبکہ کوئی بھی COVID-19 سے بیمار ہو سکتا ہے، زیادہ عمر کے ساتھ شدید بیماری کا خطرہ اور بھی زیادہ ہوتا ہے۔ COVID-19 سے ہونے والی شدید بیماری اسپتال میں داخلے کی ضرورت پیش آ جانے، انتہائی نگہداشت، وینٹیلیٹر کے استعمال کی نوبت آنے یا موت کا باعث بھی بن سکتی ہے۔ کچھ بنیادی صحت کے عوارض، جیسے کینسر، گردوں کا دائمی مرض، ذیابیطس اور دل کا عارضہ بھی شدید COVID-19 کا خطرہ بڑھا دیتے ہیں۔

## کیا COVID-19 ویکسینیں محفوظ ہیں اور کیا یہ کام کرتی ہیں؟

جی ہاں۔ COVID-19 ویکسینیں تیار کرتے وقت سائنسدانوں نے دیگر ویکسینوں پر کی گئی کئی دہائیوں کی تحقیق کو استعمال کیا۔ یہ ویکسینیں بڑے کلینکل مطالعات کے عمل سے گزری ہیں، جن میں مختلف عمر، قومیت اور نسل سے تعلق رکھنے والے دسیوں ہزار افراد کو شامل کیا گیا۔ آپ کو ویکسینوں سے COVID-19 نہیں ہو گا۔

کلینیکل مطالعات میں یہ تینوں ویکسینیں لوگوں کو شدید COVID-19 کی بیماری، اسپتال میں داخلے اور موت سے محفوظ رکھنے میں بہت محفوظ اور موثر ثابت ہوئی تھیں۔

NYC VACCINE FOR ALL:
SAFE, FREE, EASY

NYC Health

## کیا COVID-19 ویکسینوں کے ضمنی اثرات ہیں؟

زیادہ تر لوگوں نے ہلکے سے معتدل ضمنی اثرات کی اطلاع دی ہے، جن میں بازو میں درد، سر درد، جسم میں درد، تھکاوٹ اور بخار شامل ہیں۔ ضمنی اثرات عام طور پر دو سے تین دن کے اندر دور ہو جاتے ہیں اور عمر رسیدہ افراد میں یہ کم عام ہیں۔ اگر آپ کو ایسے ضمنی اثرات کا سامنا ہے جن کے حوالے سے آپ فکرمند ہیں یا یہ کچھ دن گزرنے کے بعد ختم نہیں ہوئے، یا اگر آپ کے اس بازو میں سرخی یا سوزش 24 گھنٹوں کے بعد بڑھ گئی ہے جس پر ٹیکہ لگا تھا تو اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ کو کال کریں۔

## اگر میں نے فلو کی ویکسین لگوا رکھی ہے تو کیا مجھے COVID-19 کی ویکسین لگوانے کی ضرورت ہے؟

جی ہاں۔ فلو کی ویکسین آپ کو COVID-19 سے محفوظ نہیں رکھتی ہے۔ چونکہ عمر رسیدہ افراد کو فلو اور COVID-19 دونوں سے ہی پیچیدگیوں کا زیادہ خطرہ ہے، لہذا انہیں دونوں ویکسینیں لگوانی چاہئیں۔ آپ کو اپنی COVID-19 ویکسین اور فلو کی ویکسین لگوانے کے درمیان کم از کم 14 دن کا وقفہ رکھنا چاہیے۔

## کیا میرے لئے ویکسین لگوانے کے لئے گھر سے نکلنا محفوظ ہے؟

ویکسین لگانے والی سائٹس مریضوں اور عملے کے تحفظ کے لیے اضافی احتیاطی تدابیر اختیار کر رہی ہیں، جیسے سائٹ پر لوگوں کی تعداد کم کرنے کے لئے پیشکی اپوائنٹمٹس رکھنا۔ ویکسینیشن سائٹ پر ہر شخص کو ہر وقت چہرے پر نقاب پہننا چاہئے۔

## میں اپنی ویکسین لگوانے کی اپوائنٹمنٹ پر کیسے جا سکتا ہوں؟

ویکسینیشن سائٹس پر جانے اور وہاں سے واپس آنے کے لیے، 65 سال یا اس سے زیادہ عمر کے ان افراد کے لیے مفت ٹرانسپورٹ دستیاب ہے جن کو اس کی ضرورت ہے۔ جب آپ اپنی اپوائنٹمنٹ رکھیں گے تو ٹرانسپورٹ کا بندوبست کرنے کے بارے میں معلومات فراہم کی جائیں گی۔ اگر آپ پبلک ٹرانسپورٹ کا استعمال کرتے ہیں تو وہ راستہ اور طریقہ اختیار کریں جس میں درمیان میں کم سے کم رکنا پڑے اور جس پر کم سے کم بھیڑ ہو۔ اس سے قطع نظر کہ آپ کس طرح سفر کرتے ہیں، دوسروں سے 6 فٹ دور رہیں، چہرے پر نقاب پہنیں، باقاعدگی سے ہینڈ سینیٹائزر استعمال کریں اور اپنے چہرے کو چھونے سے گریز کریں۔

## ویکسین لگوانے پر کتنا خرچ آئے گا؟

ویکسین بلا معاوضہ فراہم کی جا رہی 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۔

## میں ویکسین کہاں سے لگوا سکتا ہوں؟

اگر آپ نرسنگ ہوم یا کسی دوسری گروپ کیئر فیسیلیٹی میں رہتے ہیں تو آپ کو اپنی ویکسین وہاں ہی لگ سکتی ہے۔ بصورت دیگر، آپ مندرجہ ذیل کے ذریعے اپوائنٹمنٹ لے سکتے ہیں:

- **nyc.gov/vaccinefinder** پر اپنے قریب ٹیسٹ کروانے کی سائٹ تلاش کر کے
- 877-829-4692 پر کال کر کے NYC کے زیر اہتمام چلنے والی ویکسینیشن سائٹس پر اپوائنٹمنٹ لے کر
- اپنے فراہم کنندہ یا فارمیسی سے رابطہ کر کے یہ معلوم کر کے کہ آیا وہ ویکسین فراہم کر رہے ہیں

## کیا مجھے ویکسین لگوانے کے لئے اپنی اہلیت کا ثبوت فراہم کرنے کی ضرورت ہے؟

جی ہاں۔ ویکسین لگوانے سے پہلے آپ کو **vaccineform.health.ny.gov** پر دستیاب نیویارک اسٹیٹ (NYS) کا COVID-19 ویکسین کا فارم مکمل کرنا ہو گا۔ آپ کو اپنی عمر کا ثبوت (جیسے پاسپورٹ یا پیدائش کا سرٹیفکیٹ) اور نیویارک میں رہائش پذیر ہونے کا ثبوت (جیسے یوٹیلیٹی بل، دیگر ڈاک، یا کرایہ نامہ یا رہن نامے کا اسٹیٹمنٹ) بھی ساتھ لانے ہوں گے۔ NYS کا ڈرائیور لائسنس یا IDNYC دونوں کے ہی لئے استعمال کیے جا سکتے ہیں۔ قابل قبول ثبوتوں کی مکمل فہرست کے لیے **nyc.gov/covidvaccine** ملاحظہ کریں۔

## کیا میرے گھر میں نگہداشت کا کارکن یا معاون بھی COVID-19 ویکسین لگوا سکتے ہیں؟

جی ہاں۔ گھر میں نگہداشت کے کارکنان اور معاونین اور ذاتی نگہداشت کے معاونین کو بھی ویکسین لگانے کے لیے ترجیح دی جا رہی ہے۔ انہیں اپوائنٹمنٹ لینے اور اس بات کا ثبوت لانے کی ضرورت ہو گی کہ وہ نیویارک میں رہائش پذیر ہیں۔

## ویکسین لگوانے کے بعد کیا میں جسمانی دوری رکھنا اور چہرے پر نقاب پہننا چھوڑ سکتا ہوں؟

نہیں۔ جہاں ویکسینیں لوگوں کو شدید COVID-19 کی بیماری کے خلاف تحفظ فراہم کرنے میں بہت موثر ہیں، وہیں ہمیں ابھی اس بارے میں مزید جاننا ہے کہ ویکسینیں آپ کے آس پاس کے ان لوگوں کو کس طرح تحفظ دیتی ہیں جن کو ویکسین نہیں لگی۔ سبھی کو روک تھام کے یہ اہم اقدامات کرنا جاری رکھنا چاہیے: اگر بیمار ہیں تو گھر رہنا، دوسروں سے 6 فٹ کی دوری رکھنا، چہرے پر نقاب پہننا اور اپنے ہاتھوں کو صاف رکھنا۔

COVID-19 ویکسینوں کے بارے میں مزید جاننے کے لیے، اپنے فراہم کنندہ سے رابطہ کریں، **311** پر کال کریں یا **nyc.gov/covidvaccine** ملاحظہ کریں۔

COVID-19 کی صحت عامہ کی ایمرجنسی کے دوران نیویارک کے بزرگ باشندوں کے لیے دستیاب مفت خدمات اور معاونت کی فہرست کے لیے، **nyc.gov/aging/covid19** ملاحظہ کریں۔

صورتحال کے ارتقاء کو دیکھتے ہوئے NYC محکمہ صحت سفارشات تبدیل کر سکتا ہے۔ **3.10.2021**

Español | Русский | 繁體中文 | 简体中文 | Kreyòl ayisyen
한국어 | বাংলা | Italiano | Polski | العربية | Français | اردو | ייִדיש

**nyc.gov/aging/covid19**