

حفاظتی ٹیکوں کے بعد کی دیکھ بھال: بالغ افراد کیلئے

اے کہ اگلے چند دنوں میں کیا متوقع ہے اور ضمنی اثرات سے نمٹنے کیلئے کیا کیا جائے

بعض حفاظتی ٹیکوں کے بعد آپ ضمنی اثرات محسوس کر سکتے ہیں



بخار، سردی اور کھپکھاہٹ

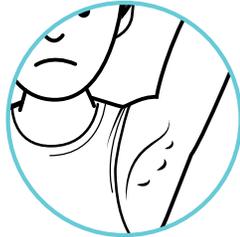


تھکاوٹ اور سر درد



پٹھوں اور جوڑوں کا درد

ایم ایم آر اور ویرسسیلا کے حفاظتی ٹیکے لگوانے کے ایک دو ہفتوں بعد: بخار، خارش، اور دیگر ضمنی اثرات مرتب ہو سکتے ہیں



کورونا کے حفاظتی ٹیکے کے بعد بغل کے نیچے سو جھی ہوئی گٹھیاں (لمف نوڈز)



ٹیکہ لگنے والی جگہ پر درد، لالی، اور سوجن
کورونا کے حفاظتی ٹیکے کے 7 دن بعد تک ہو سکتی ہیں۔



متلی، الٹی، اور اسہال

اکثر ضمنی اثرات ہلکے ہوتے ہیں اور ایک دو دن میں ختم ہو جاتے ہیں

حفاظتی ٹیکوں کے مخصوص ضمنی اثرات کیلئے، HealthLinkBC کی فائلز ملاحظہ کریں

immunizebc.ca/adults/vaccines-recommended

HealthLinkBC فائل دیکھنے کیلئے ویکسین کے نام پر کلک کریں۔

طبی امداد کب حاصل کی جائے

ادویات کے حفاظتی تدابیر

ضمنی اثرات کیلئے تدابیر

اگلے صفحے پر ملاحظہ کریں:



حفاظتی ٹیکوں کے بعد کی دیکھ بھال: بالغ افراد کیلئے

بہتر محسوس کرنے کیلئے میں کیا کر سکتا ہوں؟

ٹیکے والی جگہ پر درد اور سوجن کیلئے:

- ✓ اس جگہ پر ایک ٹھنڈا، گیلا کپڑا یا لیڈا ہوا آکس پیک لگائیں۔
- ✓ دن میں متعدد بار اپنے بازو کو حرکت دیتے رہیں۔
- ✓ سٹور سے ملنے والی عام دوا لیں، جیسے آئیبوپروفن (Advil®) یا ایسٹامونوفین (ٹائلینول)۔



بخار کیلئے:

- ✓ آرام کریں۔
- ✓ بہت سارے سیال پیئیں۔
- ✓ ہلکے کپڑے پہنیں۔
- ✓ بخار اور تکلیف کم کرنے میں مدد کیلئے سٹور سے ملنے والی عام دوا، جیسے آئیبوپروفن (Advil®) یا ایسٹامونوفین (ٹائلینول) استعمال کریں۔



کاؤنٹر پر دستیاب ادویات کے استعمال کیلئے حفاظتی نکات

- ✓ لیبل پر دی گئی تمام احتیاطی ہدایات غور سے پڑھیں اور ان پر عمل کریں۔ مجوزہ مقدار سے زیادہ نہ لیں۔
- ✓ اگر آپ حاملہ ہیں تو ibuprofen (Advil®) نہ لیں۔ اس کے بجائے cetaminophen (Tylenol®) استعمال کریں۔

طبی امداد کب حاصل کی جائے

حفاظتی ٹیکوں کے بعد سنگین ضمنی اثرات کا احتمال بہت کم ہوتا ہے۔ لیکن اگر ایسا ہو تو فوری اقدامات کی ضرورت ہے۔

درج ذیل علامات کی صورت میں فوری طور پر طبی امداد حاصل کریں:

- ✓ شدید الرجک رد عمل کی علامات (مثال کے طور پر، جلد پر چھالے، سانس لینے میں دشواری، یا گلے، زبان، یا ہونٹوں میں سوجن)۔ اگر کلینک سے باہر جانے کے بعد ایسا ہوتا ہے، تو 911 یا اپنے مقامی ایمرجنسی نمبر پر کال کریں۔
- ✓ کورونا کا حفاظتی ٹیکہ لگوانے کے بعد آپ کو سینے میں درد، سانس لینے میں دشواری، یا دل کی دھڑکن میں تیزی یا بے ترتیبی کا احساس ہو۔
- ✓ دیگر تشویشناک علامات۔

حفاظتی ٹیکوں کے بعد کسی بھی سنگین اور یا غیر متوقع ضمنی اثرات کی اطلاع اپنے حفاظتی ٹیکوں کے کلینک یا صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والوں کو دیں۔

اپنے حفاظتی ٹیکوں کا ریکارڈ یہاں healthgateway.gov.bc.ca دیکھیں۔

