

## تمام لوگوں کے لیے ویکسین

+ فلو کے ٹیکے

+ بچوں کے لیے خوراکیں

• پہلی اور دوسری خوراکیں

• بالغ افراد کے لیے خوراک کی طاقت کا

ایک تھائی

### بماری کسی بھی اسپتال میں دستیاب

COVID-19 اور فلو کا موسم دونوں ایک ساتھ آ رہے ہیں اس میں خود کو اور اپنے پیاروں کو بیمار پڑنے سے بچانا پہلے سے کہیں زیادہ اہم ہے۔

COVID-19 اور فلو کی ویکسینز محفوظ ہیں اور بیماری، اسپتال میں داخل ہونے اور موت کے خطرے کو کم کرنے میں بہت زیادہ مؤثر ہے۔

آپ کے بچے ایک ہی وقت میں COVID-19 کی ویکسین اور فلو کا ٹیکہ مفت میں لگوا سکتے ہیں۔

آپ کے لیے کون سی ویکسین بہتر ہے اس کے بارے میں مزید معلوم کریں۔ کیو آر کوڈ اسکین کریں یا اس نمبر پر کال کریں  
**1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692)**

فلو کی ویکسین کے بارے میں مزید معلومات حاصل کریں

COVID-19 ویکسینز کے بارے میں مزید معلومات حاصل کریں



# فلو اور COVID-19 کی ویکسین کس کو کروانی چاہیئے؟

## انفلوئنزا (فلو) ویکسین

بر سال چھ ماہ یا اس سے بڑی عمر کے تمام افراد کو موسمی انفلوئنزا (فلو) سے بچاؤ کی ویکسین لگوانی چاہیئے، بلخصوص:

- + 2 برس سے کم عمر بچے
- + 65 سے بڑی عمر کے افراد
- + حاملہ یا ایسی خواتین جنہوں نے حال ہی میں بچہ پیدا کیا ہے
- + ایسے افراد جن میں طبی عارضے ہیں مثلاً زیبا بیطس، دمہ، دل کی بیماریاں یا ایچ آئی وی
- + انتہائی اہم کام انجام دینے والے افراد، بشمول صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے اور دیکھ بھال فراہم کنندہ اور ایسے افراد جن میں بیمار پڑنے کا خطرہ بہت زیادہ ہے ایسے افراد کو بھی فلو کی ویکسین لگوانی چاہیئے جو بچوں کی دیکھ بھال کرتے ہیں، بلخصوص چھ ماہ سے کم عمر بچے۔

## COVID-19 ویکسین

اکثر افراد اس وقت COVID-19 کی ویکسین لگوانے کے اہل ہیں:

- + 5 سے 11 برس کی عمر کے درمیان بچوں کے لیے Pfizer-BioNTech کی بچوں کی خوراک (ایک تہائی طاقت)
- + 12 برس یا اس سے بڑی عمر کے افراد Pfizer-BioNTech ویکسین کی دو خوراکیں لگوا سکتے ہیں۔
- + 18 برس اور اس سے بڑی عمر کے افراد Moderna کی دو خوراکیں یا Johnson & Johnson/Janssen کی ایک خوراک لگوا سکتے ہیں۔

## Moderna یا Pfizer کی COVID-19 ویکسین کی تیسری خوراک

تیسری خوراکیں ان تمام افراد کے لیے دستیاب ہیں جنہوں نے COVID-19 ویکسین کی اپنی دوسری خوراک کم از کم 28 دن پہلے لگوائی ہے اور کسی عارضے یا علاج معالجے کے باعث ان کا مدافعتی نظام کمزور ہے۔ ان میں شامل ہیں:

- + سرطان کا ہونے والا علاج معالجہ
  - + اعضا کی پیوندکاری اور مدافعتی نظام کی طاقت کو کم کرنے لیے ادویات کا استعمال
  - + گزشتہ 2 برس کے دوران اسٹیم سیل کی پیوندکاری
  - + معتدل یا شدید قسم کی بنیادی مدافعتی نظام کی کمزوری
  - + ایسی ایچ آئی وی جو بہت زیادہ بڑھی ہوئی ہے یا جس کا علاج معالجہ نہ ہوا ہو
  - + کارٹیکوایسٹروئڈ کی بڑی خوراک سے ہونے والا علاج معالجہ یا مدافعتی نظام کو معتدل یا شدید کمزور کرنے والی دیگر ادویات
- Pfizer کی تیسری خوراک لگوانے کے لیے آپ کو لازمی طور پر 12 برس کا اور Moderna کی تیسری خوراک لگوانے کے لیے آپ کو لازمی طور پر 18 یا اس سے بڑی عمر کا ہونا چاہیئے۔ زیادہ تر ایسے افراد جن کو دیگر طبی عارضے، مثلاً زیبا بیطس، دل یا پھپھڑوں کی بیماریاں ہیں ان کے لیے تیسری خوراک کا مشورہ نہیں دیا جاتا۔

## COVID-19 بوسٹر خوراک-Pfizer اور Moderna ویکسین لگوانے والے

بوسٹر کے ٹیکے مندرجہ ذیل افراد کے لیے دستیاب ہیں، اگر ان افراد نے کم از کم چھ ماہ قبل Pfizer یا Moderna ویکسین کی دو خوراکیں لگوالی ہیں:

- + ایسے افراد جن کی عمریں 65 یا اس سے زیادہ ہوں
- + 18 سے 64 برس کی عمر کے ایسے افراد جن کو اپنی ملازمت (مثلاً صحت کے شعبہ میں کام کرنے والے) یا جہاں وہ رہتے یا بار بار جاتے ہیں (مثلاً بے گھر افراد کا شیلٹر) کے باعث COVID-19 لگنے کا بہت زیادہ خطرہ ہو۔
- + نرسنگ ہوم یا کسی دوسری طویل مدتی دیکھ بھال والی جگہ پر رہتے ہیں۔

ایسے افراد جنہوں نے Moderna یا Pfizer ویکسین کے دو ٹیکے لگوائے ہیں ان کو چاہیئے کہ وہ بوسٹر بھی اسی ویکسین کا لگوانے کی کوشش کریں، تاہم ان کو یہ اختیار ہے کہ وہ چاہیں تو ریاستہائے متحدہ امریکہ میں منظور شدہ تینوں ویکسینز میں سے کوئی بھی لگوا سکتے ہیں۔

## COVID-19 بوسٹر کی خوراک-Johnson & Johnson ویکسین لگوانے والے۔

18 برس یا اس سے بڑی عمر کا کوئی بھی ایسا فرد جس نے کم از کم دو ماہ قبل Johnson & Johnson ویکسین کی ایک خوراک لگوائی ہے تو وہ ریاستہائے متحدہ امریکہ میں منظور شدہ تینوں ویکسینز میں سے کوئی بھی لگوا سکتے ہیں۔ اگر آپ کو اس بارے میں معلوم نہ ہو کہ آپ کو کون سی ویکسین لگوانی چاہیئے تو آپ اپنے صحت کی دیکھ بھال فراہم کنندہ یا پھر ویکسین کی جگہ پر موجود طبی عملے سے بات کریں۔