

خوراک 2 ؟
ذیل کو واپس آئیں:

خوراک 1
ملی بتاریخ:

[Vaccine Site Name Here]

اپنی COVID-19 کی
ویکسین کے بعد



اگر آپ کو 2 دن بعد برا محسوس
ہوتا ہے تو
پر کال
کریں
سنگین علامات (مثلاً سانس میں
دشواری) کی صورت میں 1-1-9
پر کال کریں



اپنا مدافعتی نظام قائم کرنے
میں آپ کے جسم کو 14 دن
لگتے ہیں



آپ کو 2 دن میں
بہتر محسوس ہونا
چاہیے



6 سے 12 گھنٹوں تک
زیادہ تر لوگ بیماری،
تھکاوٹ اور درد محسوس
کرتے ہیں

کیا توقع
رکھیں؟



ممکن ہو تو آرام کریں



مائع جات پیئیں



درد کش دوا لیں (ایسیٹا
مانٹوفن
(Acetaminophen)
آئی بوپروفین
(Ibuprofen)



اکڑاؤ ختم کرنے کے لیے
اپنا بازو ہلائیں اور برف
استعمال کریں

بہتر محسوس
کرنے کے لیے
آپ کیا کر سکتے
ہیں؟



سوالات؟

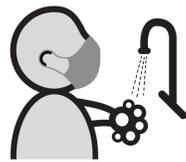
"یہ وہ چیز ہے جو
میں اپنے اور اپنے
پیاروں کے لیے کر
سکتا/سکتی ہوں"

"ویکسینز نے پولیو
اور خسره کو تقریباً
ختم کر دیا ہے"

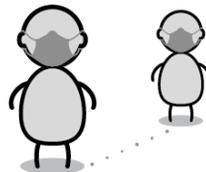
"پہلے لی جانے
والی دیگر ویکسینز
نے یہ انتخاب
کرنے میں میری
مدد کی"

دوسروں کی
یقین دہانی کے
لیے کیا کہہ
سکتے ہیں؟

جب تک کہ زیادہ تر
لوگوں کو ویکسین مل
جائے، تب تک ماسک
پہننا اور فاصلہ رکھنا
بہتر ہے



اپنے ہاتھ بار بار دھوئیں یا
سینیٹائز کریں



دوسروں سے فاصلہ
رکھیں



ایسا ماسک پہنیں جو فٹ ہو

لوگوں کے
درمیان محفوظ
رہنا