ہماری کمیونٹی میں ہمیں کرونا وائرس اور کووڈ – 19 کی ویکسین کے متعلق مزید بتائیں
سوالات اور جوابات
بدھ 17 نومبر 2021
سپورٹر منجانب یونیورسٹی آف ویلز ٹرینٹی سینٹ ڈیوڈ

ٹیل می مور مہم کا مقصد ہے:

- خوف اور بد اعتمادی حتم کرنا،
- کووڈ – 19 ویکسین کے لیے حوصلہ افزائی
- قابل اعتماد مقامی ذرائع سے صحیح معلومات کی نشاندہی
- BAME کمیونٹیز سے لوگوں کو مطلع فیصلہ سازی کے لیے قابل بنانا

---

نوٹ

براہ کرم ذہن نشین کر لیں کہ درج ذیل ان سوالات اور جوابات کا خلاصہ ہے جو آنلائن 17 نومبر 2012 کو ہوئے تھے۔

تب سے (26.11.21) ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن نے کووڈ – 19 کی ایک نئی قسم اومی کرون کی نشاندہی کی۔

ابھی تک اس قسم سے متعلق کچھ ذیادہ معلوم نہیں، تاہم بتایا گیا ہے کہ یہ بہت ذیادہ قابل منتقلی ہے۔

اس کے رد عمل میں برطانوی حکومت نے اب بوسٹر ویکسین تمام بالغان کے لیے شروع کر دی ہے اور اسے دسمبر 2021 کے آخر تک حتم کرنے کا ہدف مقرر کیا ہے۔

اس قسم کے آنے پر خبروں سے متعلق سوالات پر پینل کے رد عمل کو غور سے دیکھنا چاہیے۔

اس سے اس میں فراہم کردہ معلومات کی نفی یا اختلاف نہیں ہوتا؛ یہ ویکسین لگوانے بشمول بوسٹر کی اہمیت کو مزید واضح کرتی ہے۔

---

پینلسٹ

- ہینری گلبرٹ (چئیر) – 'ٹیل می مور' مہم کے چئیر / ویسٹ گلیمورگان کے سابقہ ہائی شیرف
- ڈاکٹر کیتھ ریڈ – پبلک ہیلتھ کے ایگزیکٹو ڈائریکٹر، سوانسی بے UHB
- ڈاکٹر عامر حمید بلال – کنسلٹنٹ کارڈیالوجسٹ اور BIMA فاؤنڈنگ ممبر
- ڈاکٹر این بلیتھ – انفیکشس ڈیزیز اور مائیکرو بائیالوجی میں کنسلٹنٹ، پبلک ہیلتھ ویلز
- فریدہ پٹیل – نیتھ پورٹ ٹالبوٹ BME کمیونٹی ایسو سی ایشن کی چئیر
- الفریڈ ایوکیو – BAME مینٹل ہیلتھ سپورٹ کے بانی اور ڈائریکٹر
- پروفیسر اوزو ایوابی OBE – ویلش حکومت میں مساوات پر اسپیشلسٹ پالیسی ایڈوائزر / فاؤنڈر ریس کونسل کیمرو

---

**کووڈ – 19 کہاں سے آیا اور کیا یہ باقی علم میں موجود وائرس سے مختلف ہے؟**

**این بلیتھ**

ہمارا خیال ہے کہ کرونا وائرس پہلے چمگادڑوں میں رہتا تھا اور پھر اپنی آپ تبدیلی لا کر انسانوں کے لیے انفیکشن والا وائرس بن گیا۔

کووڈ-19 اصلی SARS وائرس کی طرح ہی ہے جو ہم نے 20 سال قبل دیکھا تھا۔

**کووڈ-19 کی عام علامات کیا ہیں؟**

**این بلیتھ**

ذیادہ تر لوگوں کے لیے اس کی معتدل علامات ہیں (ہلکا بخار، کھانسی، ذائقے یا سونگھنے کی حس کا ختم ہو جانا)۔ ذیادہ سنجیدہ علامات میں سانس لینے میں مشکل شامل ہے جس کے لیے ہسپتال جانے کی ضرورت پڑتی ہے۔

**"طویل المدتی کووڈ" سے کیا مراد ہے؟**

کیتھ ریڈ

ذیادہ تر لوگ کووڈ سے کافی تیزی سے صحت یاب ہو جاتے ہیں، لیکن کافی لوگوں میں 6 ہفتوں تک علامات رہتی ہیں۔

طویل کووڈ سے مراد ہے کہ جب لوگوں میں انفیکشن سے بعد سے 3 ماہ تک علامات رہیں۔ کچھ لوگوں میں "کووڈ سینڈروم" بھی ہے جس میں علامات بہت ذیادہ طویل وقت تک رہتی ہیں۔

**ویسٹ گلیمورگان میں کرونا وائرس کی حالیہ کیا صورتحال ہے؟**

کیتھ ریڈ

حالیہ (17.11.21) ہم ہفتے میں 2000 مثبت کیس دیکھ رہے ہیں۔ ویکسین کے عمل اور اسے قابو کرنے کے اقدامات نے انفیکشن اور اس کی شدت کو کم کرنے کے لیے بہت مدد کی ہے۔

*[نوٹ: یہ نئے ذیادہ انفیکشن والی قسم ، اومی کرون سے پہلے کہا گیا تھا]*

**کیا اس بات کی کوئی سمجھ بوجھ ہے کہ ہمارے علاقے میں ہنوز کس قسم کے لوگ ویکسین لگوانے میں ہچکچاہٹ کا شکار ہیں؟**

کیتھ ریڈ

نوجوان لوگ ویکسین لگوانے سے ذیادہ ہچکچا رہے ہیں۔
سب سے کم عمر ترین لوگوں میں سے (12 سے 15 سال کی عمر تک) صرف 35% لوگ آگے آ رہے ہیں۔
UK کی سفید فام آبادی کی نسبت BAME کمیونٹیز میں ویکسین لگوانے کا رحجان کم ہے۔
یہ فرق تقریباً:

- 50 سال یا اس سے زائد عمر کے لوگوں کے لیے 4 یا 5 فیصد
- 40 سے 49 سال کی عمر تک 7 فیصد؛ اور
- 39 سال سے کم عمر کے لیے 12 سے 14 فیصد

**ویکسین کی مختلف اقسام کون سی ہیں اور یہ کیسے کام کرتی ہیں؟**

این بلیتھ

UK میں منظور شدہ ویکسین پفائزر، موڈرنا، جونسن اینڈ جونسن اور آکسفورڈ ایسٹرا زینیکا ہیں۔
یہ اپنا کام کرنے میں تھوڑا سا فرق رکھتی ہیں ، لیکن وائرس کو خلیوں سے منسلک ہونے سے مؤثر انداز سے روکتی ہیں۔
اس لیے، یہ وائرس کو بدن کے اندر قدم جمانے سے روکتی ہیں اور انفیکشن کی شدت کو کم کرتی ہیں۔
ویکسین ہمیں انفیکشن ہونے کے امکانات کو بھی کم کرتی ہیں۔

**اگر آپ کو پہلے ہی کووڈ ہو چکا ہے، کیا آپ کو ویکسین لگوانے کی ضرورت ہے؟**

این بلیتھ

اینٹی باڈیز کم وقت کے لیے ہو سکتی ہیں؛ طویل مدت کی حفاظت کے لیے آپ کو اضافی ویکسین (بوسٹرز) کی ضرورت ہے۔
انفیکشن ہونا مختصر مدت کے لیے حفاظت کرتا ہے، ممکنہ طور پر ویکسین سے کم۔
تو حتیٰ کہ اگر آپ کو کووڈ ہوا بھی ہو آپ کو ویکسین لگوانی چاہیے کہ اس کا مطلب ہے آپ کی طویل مدت کے لیے حفاظت ہو گئی ہے۔

**کیا ہمیں مستقبل میں مزید ویکسین کے بوسٹر لگوانے کی توقع کرناچاہیے؟**

این بلیتھ

ہمیں سائنسی ثبوت کے ساتھ چلنا ہے کہ آیا اضافی ویکسین کی ضرورت ہے۔

امکان ہیں کہ کمزورقوت مدافعت والے لوگوں کے لیے مزید بوسٹرز کی ضرورت ہو گی۔

**ویکسین کتنی محفوظ ہے؟**

**عامر حمید بلال**

ویکسین محفوظ ہے۔ کچھ بہت تھوڑے سے خطرات ہیں، لیکن وائرس اس سے کہیں ذیادہ سنجیدہ اور زندگی کے لیے مہلک ہے۔

ویکسین جلد بنا لی گئی کیوں کہ:

- وائرس کے لیے عالمی وسائل تھے
- ہم نے گذشتہ کرونا وائرس (جیسے کہ، Sars) سے سیکھا
- اسی وقت میں تحقیقی کام کیا گیا، قدم بہ قدم کرنے کی بجائے

**این بلیتھ**

کسی بھی دیگر کلینیکل تحقیق کی نسبت اس ویکسین کا ذیادہ معائنہ کیا گیا ہے – پوری دنیا نے اس کا جائزہ لیا ہے۔

**کیتھ ریڈ**

میرا خیال ہے کہ یہ جلد ہوا ہے، لیکن اتنا جلدی نہیں – دونوں میں فرق ہے۔

**کیا ویکسین حاملہ حواتین یا دودھ پلانے والی حواتین کے لیے محفوظ ہے؟**

**این بلیتھ**

ہاں، یہ ان دونوں حواتین کے لیے محفوظ ہے۔ حمل کے دوران، اگر انفیکشن ہو جائے تو پیچیدگیوں اور شدید بیماریوں کا بہت ذیادہ خدشہ ہے۔

یہ تجویز رائل کالجز آف پیڈیاٹریشنز اینڈ آبسٹیٹریاشنز کی جانب سے منظور شدہ ہے۔

**ویکسین سے خون کے لوتھڑوں کا خطرہ کتنا سنجیدہ ہے؟**

**کیتھ ریڈ**

سب ویکسین کے ساتھ خطرہ ہے۔ ہمیں معلوم ہے کہ ایسٹرا زینیکا سے خون کے لوتھڑے بننے کا خدشہ ہے، لیکن یہ بہت کم صورتحال ہے۔

بیماری لگنے یا ویکسین کے ایسے بہت کم خطرات کے درمیان ہمیشہ ایک توازن ہے۔

**عامر حمید بلال**

آپ کو ویکسین کی بجائے کووڈ سے خون کے لوتھڑے بننے کے ذ یادہ امکان ہیں۔

اعداد و شمار کے مطابق، آپ کے مرنے کے امکان ویکسین کی نسبت آپ کے گھر پر گرنے والے جہاز سے ذیادہ ہیں۔

**اب ویکسین کی تجویز 12 سال سے زائد عمر والوں کے لیے کیوں ہے؟**

**کیتھ ریڈ**

UK میں 12 سے 15 سال کے عمر والوں کے لیے ویکسین کی تجویز کی بنیاد بہت ذیادہ ڈیٹا کی تعداد ہے۔

یہ تجویز دینے میں، گھر میں اور ذیادہ خطرے والے لوگوں میں منتقلی کو کم کرنے کے اثرات کو بھی مد نظر رکھا گیا ہے۔

**کیا ہمارے پاس اتنا کافی ڈیٹا موجود ہے کہ ہم نسلی اقلیتی بچوں کے لیے ویکسین کے حوالے سے پر اعتماد محسوس کریں؟**

**عامر حمید بلال**

ایسا کوئی ثبوت نہیں ہے کہ یہ نسلی بچوں کے لیے کم محفوظ ہے، اور ہمیں یہ معلوم ہے کہ اس بیماری کا اثر ایسی کمیونٹیز کے لیے ذیادہ سنجیدہ ہو سکتا ہے۔

**ویکسین کی سالمیت کے حوالے سے، کیا یہ خاص مذہبی یا ذاتی تصورات رکھنے والوں کو قابل قبول ہے؟**

**عامر حمید بلال**

ماضی میں، گذشتہ ویکسین میں فیٹل سیل استعمال کیا جاتا تھا، لیکن حالیہ ویکسین میں ایسا نہیں ہے۔

حالیہ ویکسین میں حیوانات کا کچھ بھی استعمال نہیں کیا گیا۔

مسلمانوں کے نقطہ نظر سے ویکسین حلال ہے۔

سبزی خور لوگوں کے حوالے سے، اس ویکسین میں حیوانات کی کوئی بھی چیز استعمال نہیں کی گئی۔

**ویکسین کی جانب ظاہر کیے گئے خوف یا ہچکچاہٹ کے متعلق ہمارا تجربہ کیا ہے؟**

**الفریڈ ایوکیو**

میں ان لوگوں میں سے تھا جو ویکسین سے متعلق شک میں مبتلا تھے۔ میرا خوف ماضی میں بہت سے افریکیوں کے خلاف اس تاریخی نا انصافی کی وجہ سے ذیادہ تھا جب بہت سی ادویات کا پہلے تجربہ کیا جاتا تھا۔

میں نے اس بے چینی پر قابو پانے کے لیے پڑھا سیکھا جو معلومات میں نے قابل اعتماد ذرائع سے حاصل کی تھی۔

**فریدا پٹیل**

مجھے ویکسین سے متعلق کوئی شک نہیں تھا۔ GP سرجری میں اپنے کام سے میں نے دیکھا کہ ہمیشہ ویکسین سے متعلق ہچکچاہٹ ہے – میرا ان سب کو رد عمل یہ تھا کہ میں نے انہیں بتایا کہ میں نے لگوا رکھی ہے۔

**ازو ایوابی**

ہماری ذیادہ تر کمیونٹی کے لیے یہ تشویش تاریخی ہے یا پھر اس لیے کہ یہ ویکسین بہت نئی ہے۔

کچھ لوگ سوچتے ہیں کہ بیماری لگ جانا بہتر ہے کہ اس سے قدرتی طور پر قوت مدافعت پیدا ہو گی۔

مضر اثرات کے حوالے سے، مختلف لوگوں کے مختلف تجربات ہیں۔

**کیا مستقبل میں مزید لاک ڈاؤن لگنے کے امکان ہیں؟**

**کیتھ ریڈ**

نہیں، میرا خیال ہے کہ حالیہ منظر نامے کے مطابق اس کے امکان نہیں ہیں، اگرچہ کہ حالات تبدیل بھی ہو سکتے ہیں۔

**کیا ہم بطور تیسری ویکسین یا بوسٹر کے مختلف قسم کی ویکسین لگوا سکتے ہیں؟**

**کیتھ ریڈ**

بوسٹڑ ویکسین کے لیے پفائزر ویکسین یا شاید موڈرنا کی تجویز ہے۔

اگر پہلی یا دوسری ویکسین میں کوئی بہت برا ری ایکشن ہو تو یہ ممکن ہے کہ مختلف قسم کی لگوا لیں۔

**اگر مجھے پہلے سے دو مرتبہ ویکسین لگ چکی ہو اور میں تیسری (بوسٹر) ویکسین لگوانے سے انکار کر دوں تو کیا میں پھر بھی کووڈ پاس کے لیے درخواست دے سکتا/سکتی ہوں؟**

**کیتھ ریڈ**

ہاں، آپ صرف پہلی اور دوسری ویکسین کی بنیاد پر ہی کووڈ پاس حاصل کر سکتے ہیں، لیکن یہ تبدیل بھی ہو سکتا ہے۔

اگر آپ بین الاقوامی طور پر سفر کر رہے ہیں ، تو آپ جس ملک جا رہے ہیں ہو سکتے ان کی پالیسی کے مطابق بوسٹر لگوانا ہو۔

**انگلینڈ میں ہیلتھ کئیر کے کچھ عملے نے ویکسین لگوانے سے انکار پر اپنی ملازمتیں چھوڑ دیں، کیا یہ پالیسی ویلز میں بھی بننے کے امکان ہیں؟**

**عامر حمید بلال**

میرا خیال ہے کہ بہترین کام یہ ہو گا کہ صحت کے شعبے میں تمام لوگوں کو ویکسین لگی ہو – یہ ہر کسی کے لیے محفوظ ہے۔

تاہم، میں کسی کو طاقت سے کہنے کی بجائے آگاہی فراہم کروں گا اور مناؤں گا۔

**فریدا پٹیل**

اگر لوگ ملازمت چھوڑنا چاہیں ، یہ ان کی مرضی ہے۔

میرا خیال ہے کہ بغیر ویکسین کے کام پر رہنا بھی غلط ہے اور ممکن ہے کہ کوئی اور سمجھوتی کرے۔

**کیتھ ریڈ**

لوگوں کو انتخاب کا حق ہے، تاہم، انہیں یہ سمجھنا چاہیے کہ انتخابات کے نتائج بھی ہوتے ہیں۔

کوئی بھی خاص سرگرمی کے لیے ویکسین لگوانا ضروری ہے، یہ آپ کی مرضی ہے آیا آپ یہ کرتے ہیں – ویکسین نہ لگوانے کا نتیجہ چھوڑ جانا ہے۔

تاہم، اس بات پر اکسانا کہ یہ ویکسین محفوظ اور مؤثر ہے، قابل ترجیح ہے۔

**کیا 'خطرے والے لوگ' گھر پر رہیں یا باہر نکلنا محدود کر دیں؟**

این بلیتھ

ایسے لوگوں کو لازماً مناسب اقدام کرنا چاہئیں (چہرے پر نقاب، ہاتھ دھونا، فاصلہ رکھنا)۔

جہاں بھی ممکن ہو، یہ بہترین ہے کہ لوگوں کے ساتھ گھلیں ملیں نہ اور بند جگہوں جہاں ہوا کا نظام نہ ہو گریز کریں۔

**کیا اگر کسی نے اپنے ملک میں پہلی ویکسین لگوائی ہو تو کیا وہ دوسری ویکسین یہاں UK میں لگوا سکتا ہے؟**

عامر حمید بلال

ہاں، ہاں لگوا سکتے ہیں کہ اگر پہلی ویکسین کا ثبوت فراہم کریں۔

این بلیتھ

ویکسین کے مکس ہونے کے کسی خطرے کا کوئی ثبوت نہیں ہے۔

کیتھ ریڈ

تاہم، ایسے لوگ جنھوں نے مختلف ویکسین لگوائی ہوئی ہو انہیں پاسپورٹ حاصل کرنے میں مشکل ہو سکتی ہے۔

**آخر پر، BAME کمیونٹیز میں دیکھی گئی ہچکچاہٹ کیا یہ ممکنہ صحت کی خرابیوں کا نتیجہ ہو سکتا ہے؟**

ازو ایوبی

BAME کمیونٹیز میں ویکسین سے ہچکچاہٹ کی مختلف وجوہات ہیں۔ بہت لوگ خوف ذدہ ہیں کہ سوچتے ہیں کہ ویکسین بہت نئی تھی۔ اس وجہ سے بھی بد اعتمادی تھی کہ ماضی میں مغربی دنیا نے سیاہ فام لوگوں کا استحصال کیا۔

ویکسین سے انکار کرنے والے ذیادہ تر لوگوں کا خیال ہے کہ اگر انہیں کووڈ ہو گیا تو یہ معتدل ہو گا۔

عامر حمید بلال

ویکسین سے انکار آپ کے دوستوں اور رشتہ داروں کی زندگیوں کو خطرے میں ڈالتا ہے۔ آپ اتنے صحت مند ہو سکتے ہیں لیکن ہو سکتے کہ وہ نہ ہوں۔

نتیجہ

`

آپ تمام لوگوں کا وقت دینے اور قیمتی رائے دینے کا شکریہ۔

ہم نے ان لوگوں سے بات کی جو نہ صرف اپنے شعبے میں ماہر ہیں بلکہ ہماریے معاشرے میں ہمارے ہمسائے، دوست اور ساتھی بھی ہیں؛ وہ لوگ جن پر ہم اعتماد کر سکتے ہیں۔

براہ کرم مزید معلومات کے لیے ہماری ویب سائٹ دیکھیں: www.tellmemore.wales

تمام شراکت داروں کا ان کی حمایت کے لیے شکریہ – بالخصوص UWTSD کا ، یہ تقریب کاانتظام کرنے کے لیے۔

محفوظ رہیں!

---

ٹیل می مور مہم سوانسی اور نیتھ پورٹ میں خوف اور بد اعتمادی حتم کرنے اور کووڈ – 19 کی ویکسین لگوانے کے لیے حوصلہ افزائی کرنے کے لیے بلیک ایشین اینڈ مینورٹی ایتھنک (BAME) کمیونٹیز کے نمائندگان کی جانب سے شروع کی گئی۔

اس کا مقصد ہے کہ ایسا کرنے کے لیے اعتماد والے مقامی ذرائع بشمول میڈیکل پریکٹیشنر، مذہبی اور معاشرتی راہنماؤں اور عام لوگوں، دوستوں اور ہمسائیوں سے جو ان کمیونٹیز میں رہتے اور کام کرتے ہیں حاصل شدہ صحیح معلومات کی نشاندہی کی جائے تا کہ BAME کمیونٹیز والے لوگ صحیح فیصلہ کر سکیں۔

مزید معلومات کے لیے، براہ کرم ہماری ویب سائٹ دیکھیں www.tellmemore.wales