

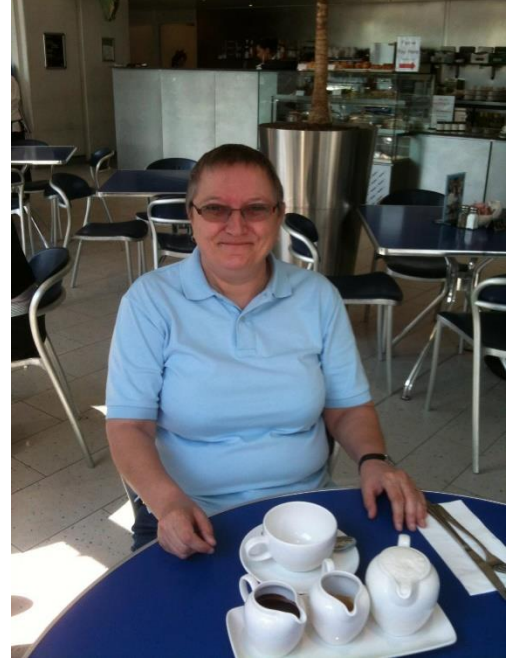
کیرول، جین، تے لورا، جیہڑے پھیپھڑیاں دی بیماریاں نال حیاتی گزار رئے نیں، سہانوں دسو کہ اوناں نوں ہر سال زکام دا ٹیکا کیوں لگدا اے۔

کیرول

میںوں جوانی اچ **دیمے** دی تشخیص ہوئی سی تے میںوں خوفناک قسم دا زکام ہو جاندا سی۔ اوس ویلے میں بستر اتے پے جاندی تے کم توں 2 ہفتیاں لئی بیماری دی چھٹی لینی پیندی سی۔ ایس لئی میں ہر ورے زکام دا ٹیکا لگوانا شروع کر دتا تے اوہدے بعد میںوں زکام نئیں ہویا – جو 25 وریاں پہلے سی۔

میںوں اوہدوں توں **دائمی رکاوٹی یلمونری بیماری (COPD)** دی تشخیص ہوئی اے جیہدے کارن میرے لئی زکام دے وائرس توں بچنا بور زیادہ ضروری ہو گیا اے۔

میرے وانگوں کوئی ہور بندہ جنہاں نوں زکام دا ٹیکا لگوان دے بارے کوئی تشویش اے، تے میں کہواں گی کہ ایہہ بہت قیمتی اے۔



میرے وانگوں کوئی ہور بندہ جنہاں نوں زکام دا ٹیکا لگوان دے بارے کوئی تشویش اے، تے میں کہواں گا کہ ایہہ بہت قیمتی اے۔ میںوں جے وی ٹھنڈ لگ جاندی اے، پر ایہہ اوہدے مقابلے اچ کجھ وی نئیں جیہڑی پہلاں نزلے نال ہوندی سی – او میںوں چاروں شانے چت کر دیندی سی۔ جے تہانوں کسے وی قسم دی پھیپھڑیاں دی بیماری اے تے تہاڈی مدافعت پہلاں ای کمزور ہوندی اے، ایس لئی ایہہ ضروری اے کہ تسی کجھ ایہوں جیا کرو جیہڑے ایہدے اچ تہاڈی مدد کر سکن۔ شاید تہاڈے بازو اچ اک یا دو دیہاڑے درد رہوے پر ایہہ 2 ہفتیاں لئی بستر اتے ٹرن یا زیادہ خراب حالات توں بہتر اے۔

میں ہمیشہ حیران رہ جاندا آں کہ پھیپھڑیاں دی بیماری آلے کجھ بندے زکام دا ٹیکا لگواندے نیں۔ ایہہ مفت اے! تے ایہہ نہ صرف تہانوں فیذا دیندی اے، بلکہ ایہہ اوناں لوکاں نوں وی فیذا دیندی اے جیہڑے الرجی دے کارن ٹیکا نئیں لگوا سکدے۔ آخرکار، جنے ودھ لوکاں نوں ٹیکا لگدی اے اوہنے زیادہ لوکی محفوظ ہو جاندے نیں، تے زکام پھیلن دے امکانات گھٹ جاندے نیں۔

ہن جدوں کہ مقابلہ کرن لئی سانوں COVID-19 دے خطرے دا سامنا اے میںوں لگدا اے کہ زکام دی ویکسین لگوانا پہلاں توں بہت زیادہ اہم اے۔ اک ہور وڈی وبا دی صورت اچ چنگی طرحاں رہن لئی سہانوں ساریاں نوں تھوڑا تھوڑا کرن دی لوڑ اے۔

جین

جدوں تیکر میں یاد کر سکدی آں اوہدوں توں میں زکام دا ٹیکا لوا رہی آں۔ میں سپر مارکیٹ اچ کم کر دی آں تے بہت سارے لوکاں نال میرا واہ پیندا اے۔ ٹیکا لگوان دے بعد میں محفوظ محسوس کردی آں۔

فیر اک سال میں سوچیا میں پریشان نہیں ہواں گی۔ ایہہ وڈی غلطی سی! میںوں بہت زیادہ خوفناک وائرس ہو گیا۔

فیر اک سال میں سوچیا میں پریشان نہیں ہواں گی۔ ایہہ وڈی غلطی سی! مینوں بہت زیادہ خوفناک وائرس ہو گیا۔ اوہوں بعد توں ہر سال کسے غلطی دے بغیر ٹیکا لگواندی آن۔ کجھ سال پہلاں میرے اچ دمے دی تشخیص ہوئی سی تے ہن مفت ٹیکا ملدا اے۔ پہلاں، مینوں پیسے دینے پیندے سن۔

میرا خیال اے کہ ہر اک لئی زکام دا ٹیکا لگوانا بہت اہم اے۔ تسی صرف اپنے آپ نوں نہیں بچا رہے، تسی اپنے آلے دوالے اوناں لوکاں دی وی حفاظت کر رہے او جناں دا مدافعتی نظام اتنا مضبوط نئیں اے۔ میرے مرحوم جیون ساتھی نوں [ایڈیو پیٹھک پلمونری فائبروس \(IPF\) سی](#) تے چھاتی دے انفکشن اچ مبتلا سی – سہاڈے دوواں لئی ایہہ اہم سی کہ وائرسز توں محفوظ رہواں، ایس طرحاں میں اوہدے تیکر کجھ وی منتقل نئیں کیتا۔ ہن میری امی دی عمر نوے سال توں اتے اے تے بری طرحاں چھاتی دے انفیکشنز اچ وی مبتلا اے۔

محفوظ ہونا چنگا اے تے جان لیو کہ ایہہ صرف تسی اپنے لئی نئیں کردے او بلکہ اپنے، آلے دوالے موجود لوکاں لئی وی کر دے او۔ ایس ورے زکام دا ٹیکا لگوانا اتے غور کرنا پہلاں توں بہت زیادہ ضروری اے۔ میں یقیناً اپنی لگواواں گی، ایس طرحاں اپنی امی دی وی جیون تحفظ دی لوڑ اے۔

ٹورا

میں وقت توں پہلاں پیدا ہوئی سی تے جدوں بچپن اچ ای [خناق](#) دی وجہ توں مرن لگی سی۔ ہر سال مینوں چھاتی دا انفیکشن ہو جاندا سی – فیر 18 سال پہلاں میں زکام دا ٹیکا لگوانا شروع کیتا جدوں میں اپنے شوہر دی کل وقتی دیکھ بھال کرن لگی۔

جیویں میں اک دیکھ بھال کرن آلی ساں، میرے GP نے ضد کیتی کہ مینوں وی اسی ویلے اپنے گھر آلے دی طرحاں زکام دی بیماری اے۔

جیویں میں اک دیکھ بھال کرن آلی ساں، میرے GP نے ضد کیتی کہ مینوں وی اسی ویلے اپنے گھر آلے دی طرحاں فلو دی بیماری اے۔ ٹیکا لگوانا توں بعد، مینوں چھاتی دا انفیکشن نہیں ہویا۔

ہن میں اپنی طبی بیماریاں دی وجہ توں ٹیکے دی حقدار آن تے میں ایس گل تے پکا یقین رکھدی آن کہ جیس نے وی اے پیشکش کیتی اے، اونوں چاہیدا۔ میں اک نرس دی حیثیت نال کم کر دی ساں، لیکن جدوں میں کم کر رہی ساں مینوں زکام دے ٹیکیاں دی پیشکش نئیں کیتی گئی۔ نئیں تے میرے کول اک ہوندا! ایہہ بہوت اہم اے کہ صحت دی دیکھ بھال کرن آلے پیشہ ور لوکی جہیڑے عوام دے بہتی ممبراں نال رابطے اچ آندے نیں او ٹیکے نال محفوظ رہندے نیں۔

میرے خیال اچ ویکسینیشن دے بارے سمجھن دی کمی 1 وڈی وجہ اے کہ لوکی زکام دا ٹیکا نئیں لگواندے۔ میں پورے دل نال اوہدی سفارش کردا آن جہیڑا میری گل سننے گا! پچھلے ورے میں اک دوست نوں قائل کیتا جیس نوں لگاتار فلو دی وجہ توں چھاتی اچ انفیکشن سی۔ اوہدی طبی حالتاں دی وجہ توں اک دی حقدار سی، کیوں جے اونوں فلو ہون دی صورت اچ اونوں ہمیشہ روک دتا سی۔ اونوں ٹیکے نال کوئی مسئلے نئیں اے تے اور بہتر محسوس کر دی اے!

ایس سال، NHS ہمیشہ توں وڈا ویکسین پروگرام شروع کر ریا اے۔ آج ای معلوم کرو کہجے [تسی مفت زکام دا ٹیکا لگوان دے اہل او](#) جے تسی اہل نہیں او، تے تسی تھوڑی جئی قیمت دے کے اپنی مقامی فارمیسی یا فارمیسی کاؤنٹر توں اپنی ویکسین حاصل کر سکتے او۔