



# چھاتی کا دودھ پلانا اور کووڈ-19 ویکسین: اپنے آپ کو اور اپنے بچے کو محفوظ رکھنے کے لیے ویکسین کے بارے میں غور کریں

بچوں سمیت کسی کو بھی کووڈ ہو سکتا ہے۔ یہاں تک کہ بچے بھی کووڈ سے اسقدر بیمار ہو سکتے ہیں کہ انہیں ہسپتال جانا پڑسکتا ہے۔

## ویکسین کیوں لگوائیں؟

جب آپ حاملہ ہوتی ہیں، تو آپ کو شدید کووڈ بیماری کا امکان زیادہ ہوتا ہے، یہی وجہ ہے کہ جب آپ بہت بیمار ہو جائیں تو آپ کو ہسپتال جانا چاہیے۔ ویکسین آپ کو کووڈ میں مبتلا ہونے اور اسے آپ کے بچے میں پھیلنے کے امکان کو کم کرتی ہے۔ اور، ویکسین کے ذریعے اپنے بچے میں اپنی قوت مدافعت منتقل کر سکتی ہیں:

- اگر آپ حاملہ ہیں تو آنول کے ذریعے
- اگر آپ نرسنگ کر رہی ہیں تو آپ کی چھاتی کے ذریعے

کووڈ ویکسین لگوانا وہ بہترین شے ہے جو آپ اپنی اور اپنے بچے کی حفاظت کے لیے کر سکتی ہیں۔



## چھاتی سے دودھ پلانا میرے بچے کو کووڈ سے کیسے بچاتا ہے؟

1 ویکسین آپ کے جسم کو کووڈ وائرس کو پہچاننا اور لڑنا سکھاتی ہے۔ آپ کا مدافعتی نظام اینٹی باڈیز بناتا ہے جو کووڈ وائرس سے لڑتی ہیں

2 آپ چھاتی کے دودھ کے ذریعے اپنے بچے کو قوت مدافعت فراہم کرتی ہیں۔ آپ کی کووڈ سے لڑنے والی اینٹی باڈیز ویکسین لگوانے کے 1-2 ہفتے بعد آپ کے چھاتی کے دودھ میں جانا شروع ہو جاتی ہیں۔

3 آپ کا بچہ کووڈ-19 کے خلاف کچھ قوت مدافعت پیدا کرتا ہے۔ آپ کی چھاتی کے دودھ میں موجود اینٹی باڈیز آپ کے بچے کو کووڈ وائرس سے لڑنے میں مدد فراہم کر سکتی ہیں۔ اس سے آپ کے بچے کے بیمار ہونے کے امکانات کو کم کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔



## مجھے ویکسین کب لگوانی چاہیے؟

جتنی جلدی ہو سکے ویکسین لگائیں۔ کووڈ ویکسین لگوانا محفوظ ہے:

- جب آپ حاملہ ہوں گی - آپ کے بچے کو آپ کی ویکسین کی وجہ سے تحفظ ملے گا
- آپ کے بچے کی پیدائش کے بعد - اگر آپ اپنا دودھ پلائیں گی تو آپ کے بچے کو ماں کے دودھ کی وجہ سے تحفظ ملے گا۔

## میں کووڈ-19 ویکسینز کے بارے میں مزید کیسے جان سکتی ہوں؟

یا، اپنے ڈاکٹر، فارماسسٹ سے بات کریں، یا جہاں کہیں بھی آپ کو صحت کی دیکھ بھال ملے پوچھیں۔



CDC ویب سائٹ پر کووڈ-19 ویکسینز کے بارے میں مزید جاننے کے لیے، اسکین کرنے کے لیے یہاں اپنے اسمارٹ فون کا استعمال کریں:

**OCO**  
Our Community. Our Health.

