Australian Government

COVID-19 VACCINATION

COVID-19 کے طویل المدت اثرات

27 جون 2022

COVID-19 میں مبتلا ہونے والے اکثر لوگوں کو مختصر عرصے کے لیے علامات رہیں گی اور وہ چند ہفتوں کے اندر ٹھیک ہو جائیں گے۔ COVID-19 سے صحتیاب ہونے میں لگنے والا وقت ہر شخص کے لیے مختلف ہوتا ہے۔ یہ اس پر منحصر ہے کہ آپ COVID-19 سے کتنے بیمار ہوئے تھے۔ یہ اس پر بھی منحصر ہو سکتا ہے کہ کیا آپ کو صحت کے کوئی دوسرے مسائل بھی ہیں۔

کچھ لوگوں کو COVID-19 کے بعد صحت کے مسائل تادیر رہتے ہیں۔ کبھی کبھار COVID-19 کی وجہ سے ایک شخص ابتدائی بیماری کے بعد کئی مہینوں تک بیمار رہ سکتا ہے۔ اسے 'لمبا COVID' کہا جاتا ہے۔ لمبا COVID کئی ہفتوں اور مہینوں تک رہ سکتا ہے، چاہے انسان کے جسم سے وائرس ختم ہو چکا ہو۔

لمبا COVID ہونے کا زیادہ امکان ان لوگوں کے لیے ہے جنہیں شدید COVID-19 بیماری رہی ہو۔ تاہم ان لوگوں کو بھی لمبا COVID ہو سکتا ہے جن کا COVID-19 انفیکشن ہلکا رہا ہو اور جنہیں ہسپتال جانے کی ضرورت نہ پڑی ہو۔

لمبے COVID کی علامات

لمبے COVID کے نتیجے میں بہت سی مختلف علامات پیش آ سکتی ہیں جن سے مختلف لوگوں پر مختلف اثرات پڑ سکتے ہیں۔ علامات انفیکشن کے بعد جاری رہ سکتی ہیں یا ایک شخص کے COVID-19 سے صحتیاب ہونے کے بعد واپس لوٹ سکتی ہیں۔

رپورٹ کی جانے والی عام ترین علامات اور تکلیفوں میں یہ شامل ہیں:

- تھکن
- سانس لینے میں مشکل
- کھانسی ٹھیک نہ ہونا
- چھاتی میں درد
- جوڑوں میں درد
- ورزش کرنے کی طاقت نہ ہونا
- بخار
- سر میں درد
- یادداشت کے مسائل اور ٹھیک طرح سوچنے میں مشکل ('دماغ پر دھند چھائی ہو')
- ڈپریشن یا گھبراہٹ۔

لمبے COVID کی روک تھام

لمبے COVID کی روک تھام کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ آپ خود کو COVID-19 وائرس کے انفیکشن سے محفوظ رکھیں۔

ویکسینیشن COVID-19 کے خطرات کم کرنے کا بہترین طریقہ ہے۔

تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ COVID-19 کی ویکسین نہ لگوانے والوں کی نسبت ویکسین لگوانے والوں کے سلسلے میں یہ امکان کم ہے کہ وہ لمبے COVID میں مبتلا ہونے کی رپورٹ کریں۔

مزید معلومات کے لیے

اگر آپ کے COVID-19 ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آئے ہوئے چند ہفتوں سے زیادہ گزر چکے ہیں اور آپ کی طبیعت اب بھی خراب ہے تو اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔

مزید معلومات کے لیے health.gov.au/covid19-vaccines-languages دیکھیں یا 080 020 1800 پر نیشنل کرونا وائرس ہیلپ لائن کو فون کریں۔ مفت زبانی ترجمے کے لیے آپشن 8 چنیں۔