

قوتِ مدافعت

ماسک اور احتیاطی اقدامات کرنے کے باوجود ہم روزانہ بیماریاں پھیلانے والے بے شمار عناصر کے رابطے میں رہتے ہیں۔ جب ہماری جسمانی قوتِ دفاع کمزور پڑ جاتی ہے تو ہم بیماریوں سے متاثر ہوتے ہیں۔ ہمارا جسم بہت سارے خارجی عوامل کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ بیماریاں پھیلانے والے جراثیموں سے جسم کو اپنے آپ بچانے کی اس صلاحیت کو Immunity System مدافعتی نظام کہتے ہیں یا قوتِ مدافعت کہتے ہیں۔ ٹیکہ اندازی کے ذریعہ جسمانی قوتِ مدافعت میں اضافہ کرنے مختلف بیماریوں سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

