

حج کی تیاری

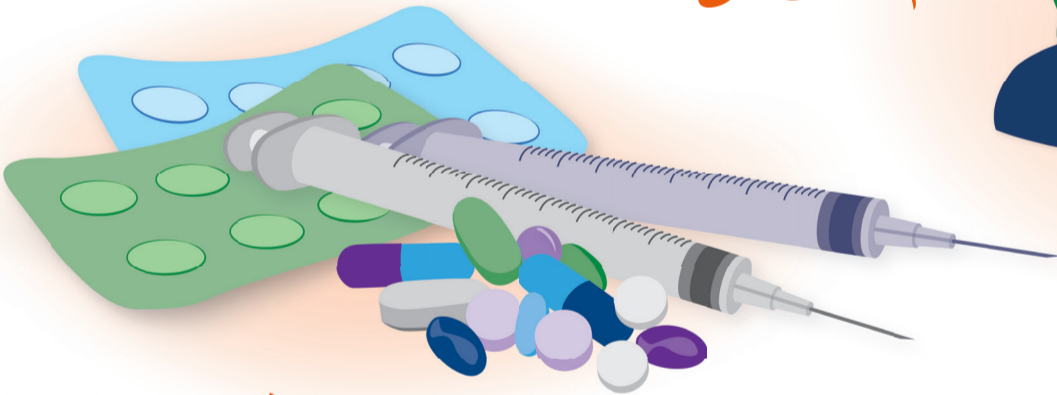


سفر سے 6-8 ہفتے قبل اپنے جی پی کے پاس جائیں۔



خود کو، اپنی فیملی اور کمیونٹی کو بیماریوں سے محفوظ رکھیں۔

نظام تنفس کی صحت



ویکسینیشن اور ادویات



ملیریا سے بچاؤ

مزید مشورے

- سلطنت سعودی عرب کی وزارتِ صحت: <http://www.moh.gov.sa/en/Pages/Default.aspx>
- برطانوی حجاج کی کونسل: <http://www.cbhuk.org>
- فٹ فار ٹریول (fitfortravel): <http://www.fitfortravel.nhs.uk>