ویکسین پکڑیے، فلو نہیں!

Urdu translation -
Catch the vaccine not the flu!

Health Promotion Agency

فلو ویکسین صرف فلو سے بچاؤ فراہم کرتی ہیں۔ سردیوں میں ایسے بہت سے وائرس ابھرتے ہیں جن کی علامات فلو کی طرح ہوتی ہیں مگر یہ فلو جتنے تشویشناک نہیں ہوتے۔

کیا ویکسین کے کوئی ذیلی اثرات ہیں؟

فلو ویکسین انتہائی محفوظ ہیں۔ جس جگہ ویکسین لگے وہاں پر تھوڑی سوجن ہو سکتی ہے۔ بہت کم مواقع پر لوگوں کو ہلکا بخار اور پٹھوں میں درد بھی کچھ دنوں تک محسوس ہو سکتا ہے۔ دیگر اثرات نہ ہونے کے برابر ہیں۔

کس کو ویکسین نہیں لگوانی چاہیے؟

اس صورت میں ویکسین نہیں لگوانی چاہیے اگر آپ کو مرغی کے انڈوں سے الرجی ہو۔ حاملہ عورتوں کو بھی اس کا مشورہ نہیں دیا جاتا۔ شک کی صورت میں ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

مجھے ویکسین کیسے ملے گی؟

اپنے ڈاکٹر کے پاس فلو ویکسین لگوانے کا وقت لے لیں یا پتہ کر لیں کہ فلو کا کلینک کب منعقد کیا جائے گا۔

فلو ویکسین کی مزید معلومات کے لیے:

اپنے ڈاکٹر سے، ڈسٹرکٹ نرس سے یا کیمسٹ سے بات کریں۔

اس پرچے کے دوسری اقلیتی زبانوں میں ترجمے اور اشکال دستیاب ہیں۔ مزید تفصیلات کے لیے ناردرن آئرلینڈ کی ہیلتھ پروموشن ایجنسی سے رابطہ کریں۔

Health Promotion Agency

The Health Promotion Agency for Northern Ireland
18 Ormeau Avenue, Belfast BT2 8HS.
Tel: 028 9031 1611 (Voice/Minicom) Fax: 028 9031 1711.
www.healthpromotionagency.org.uk

9/01

فلو کیا ہے؟

لوگ کبھی سخت کھانسی کو فلو سمجھتے ہیں جبکہ فلو اس سے ذیادہ خراب کیفیت ہے. فلو وائرس سے پھیلنے والی ایک متعدی بیماری ہے. اسکی علامات میں بخار، سردی لگنا، سر کا درد، پٹھوں کا درد، کھانسی اور گلے کی خرابی ہے.

فلو ہر سردی میں ہی آتا ہے مگر اسکا وائرس بدلتا رہتا ہے. اگر آپ نے پچھلے سال اس کی ویکسین کا ٹیکہ لگوایا بھی تھا تو یہ اس سال آپ کا بچائو نہیں کرے گا.

فلو کتنا خطرناک ہے؟

سب سے اچھی حالت میں بھی یہ صحت مند لوگوں کے لیے ایک ناخوشگوار تجربہ ہوتا ہے. انتہائی کیفیت میں یہ حلق کی سوجن (bronchitis) یا نمونیے کا سبب بن سکتا ہے.درحقیقت فلو کی وجہ سے پیدا کردہ بیچیدگیوں کے نتیجے میں کئی بوڑھے لوگ ہر سال انتقال کر جاتے ہیں.

اس لیے خطرہ مت مول لیجیے اور فلو سے بچائو کی ویکسین ضرور لگوائیے.

کیا فلو ویکسین آپ کو فلو لگا سکتی ہے؟

نہیں! چونکہ ویکسین میں زندہ وائرس نہیں ہوتا اس لیے اس سے فلو نہیں ہو سکتا.

کس کو ویکسین لگوانی چاہیے؟

- جس کسی کی عمر 65 سال یا اس سے ذیادہ ہو چاہے ابھی صحتمند محسوس کرتے ہوں.
- آپ کسی بھی عمر کے ہوں، اگر آپ کو دل کی یا چھاتی کی کوئی بیماری ہو مثلاً دمہ،ذیابیطس، گردے کی بیماری، بیماریوں کے مدافعاتی نظام کی خرابی، سخت اثر والی ادویات مثلا سٹیرائڈ (steroids) یا کینسر کی ادویات استعمال کر رہے ہوں یا کسی اور خطرناک مرض کا شکار ہوں تو آپ فلو کی بیچیدگیوں سے ذیادہ خطرے میں ہیں.
- جو بھی نرسنگ ہوم میں رہائش پذیر ہو اسے ویکسین لگوانی چاہیے.

ویکسین لگوانے کا بہترین وقت کون سا ہے؟

یہ اہم ہے کہ آپ اپنی فلو ویکسین اکتوبر یا نومبر کے اوائل میں لگوا لیں تا کہ متعدی بیماری سے بچ سکیں. آپ فلو پھیلنے کا انتظار مت کریں. تب تک بہت دیر ہو چکی ہو گی.

ویکسین کیسے کام کرتی ہے؟

ویکسین لگوانے کے ایک ہفتے سے دس دن کے اندر آپ کے جسم کا مدافعاتی نظام اس وائرس کے خلاف اینٹی باڈی بناتا ہے. یہ اینٹی باڈی اس قسم کے وائرس سے جسم کو بچاتی ہیں.یہ بچائو ایک سال تک رہتا ہے.

یہ کتنی موئثر ہے؟

فلو ویکسین کافی اثر رکھتی ہیں. فلو کی بہت سی اقسام ہیں اور ویکسین عام اقسام سے بچائو فراہم کرتی ہیں. کچھ لوگ ویکسین لگوانے کے باوجود بھی فلو پکڑ سکتے ہیں مگر اسکا اتنا سخت اثر نہیں ہو گا بنسبت کہ ویکسین نہ لگوائی ہو.