تحفظ

آپ کا

ویکسین پکڑیے،
فلو نہیں

Health Promotion Agency

Urdu translation
Catch the vaccine not the flu

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.

فلو ویکسین صرف فلو سے بچائو 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 جی پی، نرس، ڈسٹرکٹ نرس یا کیمسٹ سے بات کر لیں.

Health Promotion Agency

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

10/02

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 متعددبیماری ہے۔ اسکی علامات میں بخار، سردی لگنا، سر کا درد، پٹھوں کا درد،کھانسی اور گلے کی خرابی ہے۔ چونکہ فلو ایک وائرس ہے اس لیے اینٹی بایوٹکس مدد نہیں کرتی۔

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 بچاؤ 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 مزید خطرناک بیماریوں مثلا حلق کی سوجن اور نمونیے کا سبب بن سکتا ہے جن کے علاج کے لیے ہسپتال جانا پڑ سکتا ہے۔

اس لیے خطرہ مت مول لیجیے اور فلو سے بچاؤ کی ویکسین ضرور لگوائیے۔

فلو ویکسین کس کو 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 درج ذیل میں سے کسی شدید بیماری کی کیفیت ہو تو آپ کو ویکسین لگوانی چاہیے:

- دل یا چھاتی کی بیماری مثلاً دمہ
- ذیابیطس
- گردے کی بیماری
- بیماری یا علاج کے نتیجے میں مدافعت کی کمی مثلاً سٹیرائڈ یا کینسر کا علاج
- کوئی اور شدید بیماری کی کیفیت - اگر شک ہو تو اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کر لیں۔

جو کوئی بھی رہائشی یا نرسنگ ہوم میں رہائش پذیر ہوں تو ویکسین ضرور لگوا لینی چاہیے کیونکہ فلو تیزی سے پھیلتا ہے۔

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۔

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 دیرہو 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 بچاؤ ایک سال تک رہتاہے۔