تحفظ

آپ کا

ویکسین پکڑیے، فلو نہیں

Health Promotion Agency

Urdu translation

Catch the vaccine not the flu

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 رہتا ہے۔

یہ کتنی موئثر ہے؟

فلو ویکسین کافی اثر رکھتی ہیں۔ فلو کی بہت سی اقسام ہیں اور ویکسین عام اقسام سے بچاؤ 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 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۔

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

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

10/05

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 میں‌بخار، 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 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 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 بچائو کی ویکسین ضرور لگوائیے۔

فلو ویکسین کس کو لگوانی چاہیے؟

- وہ افراد جو عمر میں 65 سال سے زائد ہوں بے شک ابھی وہ تندرست وتوانا محسوس کر رہے ہوں
- بچے اور بالغ جو مندرجہ ذیل میں سے کسی شدید طبی کیفیت کا شکار ہوں:
  - سینے کی پیچیدہ بیماری مثلاً دمہ
  - دل کی پیچیدہ بیماری
  - کہنہ امراضِ جگر
  - گردے کی پیچیدہ بیماری
  - ذیابیطس
  - سٹیرائڈ کے استعمال یا سرطان کے علاج کی وجہ سے بیماریوں کے خلاف مدافعت کا کم ہونا
  - کوئی اور شدید طبی کیفیت۔ اگر آپ کو شک ہو تو اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں
- بچے جو پہلے سینے میں انفیکشن کی وجہ سے ہسپتال میں داخل کیے گئے ہوں
- کوئی اگر گھر میں یا نرسنگ ہوم میں اس لیے رہے کہ فلو تیزی سے مت پھیلے

اگر آپ کسی عمر رسیدہ یا معذور فرد کی حفاظت کے ذمہ دار ہیں تو آپ کو یقین کرنا چا ھیے کہ ان کو تجویزکردہ حفاظتی ٹیکا (ویکسین) لگا ہو۔ آپ کو اپنے ڈاکڑ سے بھی مشورہ کرنا چاھیے کہ کیا آپ کو بھی حفاظتی ٹیکا (ویکسین) کی ضرورت تو نہیں تاکہ آپ اس فرد کا مزید خیال رکھ سکیں۔

کس کو ویکسین نہیں لگوانی چاہیے؟

اگر آپ کو مرغی کے انڈے سے شدید الرجی ہے تو آپ حفاظتی ٹیکہ مت لگوائیں۔ اگر شک ہو تو اپنے ڈاکٹر سے معلوم کریں۔

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 دیر ہو چکی ہو گی.