

بڑی عمر کے افراد کے لیے آپ کی RSV ویکسین گائیڈ

خود کو ریسپائریٹری سنسیشل
وائرس (RSV) ویکسین کے ذریعے
کیسے تحفظ دلایا جائے



ایسے افراد کے لیے مفت RSV ویکسین پر معلومات جو:

- 1 ستمبر 2024 کو یا اس کے بعد 75 سال کے ہو جائیں گے
- 1 ستمبر 2024 کو پہلے سے ہی 75 سے 79 سال کے درمیان ہیں

RSV کیا ہے

ریسپائریٹری سنسیٹل وائرس (RSV) سانس کی نالیوں اور پھیپھڑوں کی ایک چھوٹی بیماری ہے۔ RSV انفیکشن عموماً زکام، بشمول کھانسی، گلے کی خراش، چھینکوں اور بہتے نزلے یا بند ناک جیسی علامات پیدا کرتا ہے۔ یہ سانس میں خراباٹ یا سانس لینے میں تنگی پیدا کرنے کے ساتھ ساتھ نمونیا اور زندگی کے لیے خطرہ بننے والے دیگر عوارض کا باعث بن سکتا ہے۔ اس کا کوئی مخصوص علاج نہیں ہے، اور زیادہ تر انفیکشن خود ہی ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ ہر سال ہزاروں بڑی عمر کے افراد کو RSV کے باعث اسپتال میں نگہداشت درکار ہوتی ہے، اور ان میں سے کچھ وفات پا جاتے ہیں۔ RSV مختلف عوارض جیسے کہ دل یا پھیپھڑوں کے امراض میں مبتلا یا کمزور مدافعتی نظام کے افراد میں زیادہ شدید ہو سکتا ہے۔

RSV انفیکشن چھوٹے بچوں میں عام ہے لیکن یہ شیر خوار بچوں اور بڑی عمر کے افراد کے لیے سب سے زیادہ خطرناک ہوتا ہے۔

RSV میں آپ کیسے مبتلا ہوتے ہیں

RSV انفیکشن پورا سال ہو سکتے ہیں مگر سردیوں میں اس کے مریضوں کی تعداد سب سے زیادہ ہوتی ہے۔

RSV کھانسی اور چھینکوں کے ذریعے پھیل سکتا ہے۔ آپ کھانستے یا چھینکتے ہوئے اپنے منہ اور ناک کو ڈھانپ کر (بہتر یہ ہے کہ ٹشو سے ڈھانپیں، یا پھر اپنی کہنی کو موڑ لیں)، اور آپ وائرس کا خطرہ کم کرنے کے لیے بار بار اپنے ہاتھ دھو سکتے ہیں۔ ان احتیاطی تدابیر کے باوجود RSV انفیکشن سے بچنا مشکل ہو سکتا ہے۔

خود کو محفوظ رکھنے کا بہترین طریقہ ویکسین لگوانا ہے۔

ویکسین کیسے کام کرتی ہے

تقریباً تمام بڑی عمر کے افراد کو اپنی زندگی میں کئی RSV انفیکشن ہو چکے ہوں گے۔ جب آپ شدید RSV انفیکشن کے سب سے زیادہ خطرے کی حامل عمر کے گروپ میں پہنچیں گے تو ویکسین کی ایک واحد خوراک آپ کے تحفظ کو بڑھانے میں مدد دے گی۔

کیا دیگر لوگ بھی RSV ویکسین کے لیے اہل ہیں

حاملہ خواتین کو بھی ویکسین لگائی جا رہی ہے تاکہ ان کے بچوں کو RSV سے محفوظ رکھا جا سکے۔ آپ حاملہ خواتین کے لیے RSV ویکسین کی گائیڈ یہاں پڑھ سکتے ہیں:

www.gov.uk/government/publications/respiratory-syncytial-virus-rsv-maternal-vaccination



75 سال سے کم عمر افراد کا کیا ہوگا

کم عمر افراد جب 75 سال کے ہو جائیں گے پھر انہیں ویکسین لگائی جائے گی۔

کیا میں اپنی COVID-19 یا فلو ویکسین کے ساتھ ساتھ RSV ویکسین لگوا سکتا ہوں

RSV کو عموماً آپ کی COVID-19 یا فلو ویکسین کے اپائنٹمنٹ میں نہیں لگایا جاتا۔

مخصوص طبی حالات میں، آپ کا ڈاکٹر یا نرس انہیں ایک ہی وقت میں محفوظ انداز میں لگا سکتا ہے۔

کیا میں RSV ویکسین کو شنگلز یا نیوموکول ویکسین کے ساتھ ساتھ لگوا سکتا ہوں

جی ہاں، آپ یہ ویکسینز ایک ہی وقت میں لگوا سکتے ہیں۔

کیا کوئی ایسا بھی ہے جسے ویکسین نہیں لگوانی چاہیے

تقریباً ہر شخص ویکسین لگوا سکتا ہے، لیکن اگر آپ کو ویکسین یا اس میں شامل اجزاء سے شدید الرجی ہے تو ڈاکٹر یا نرس کو آگاہ کریں۔

اگر آپ کو معمولی بیماری ہے جیسے کہ زکام، تو آپ ویکسین لگوا سکتے ہیں، لیکن اگر آپ کی طبیعت زیادہ خراب ہے یا آپ کو بخار ہے، تو ڈاکٹر یا نرس آپ کی طبیعت بہتر ہونے آپ کو ویکسین نہ لگوانے کا مشورہ دے سکتے ہیں۔

کیا مجھ پر سال ویکسین لگوانی ہوگی

نہیں، توقع ہے کہ ایک واحد خوراک آپ کو چند سالوں کے لیے عمدہ تحفظ فراہم کرے گی۔



کسے RSV ویکسینیشن کروانی چاہیے

ہر وہ فرد جو 1 ستمبر 2024 کو یا اس کے بعد 75 سال کا ہونے والا ہو، اسے RSV ویکسین کی واحد خوراک دی جائے گی۔ ایسا اس لیے ہے کیونکہ بڑی عمر کے افراد کو RSV کے نتیجے میں سنگین پیچیدگیوں کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔ آپ 80 سال کی عمر ہونے سے ایک دن پہلے تک بھی ویکسین لگوا سکتے ہیں۔

پروگرام کے پہلے سال کے لیے، رہ جانے والے افراد کے تکمیلی پروگرام کے جزو کے طور پر، ویکسین ان افراد کو بھی لگائی جائے گی جو 1 ستمبر 2024 کو پہلے سے ہی 75 سے 79 سال کے درمیان ہوں گے۔

کیا ویکسین مجھے مکمل تحفظ دے گی

ویکسین سے یہ ظاہر ہو چکا ہے کہ یہ آپ کے RSV مرض میں مبتلا ہونے کا امکان کم کرتی ہے۔ دیگر تمام ادویہ کی طرح، کوئی بھی ویکسین مکمل طور پر مؤثر نہیں ہوتی اور بعض لوگوں کو ویکسین لگوانے کے باوجود RSV ہو سکتا ہے۔ لیکن اس صورت میں آپ کو ہونے والا RSV کم شدید ہوگا۔

مجھے کتنے عرصے تک تحفظ ملے گا

طبی تجزیوں میں، RSV ویکسین نے کم از کم 2 سالوں تک عمدہ تحفظ فراہم کیا ہے، اور توقع ہے کہ یہ اس سے بھی زیادہ عرصہ تحفظ دے گی۔

کیا مجھے کوئی ضمنی اثرات ہوں گے

ویکسینیشن کے بعد ایک یا دو دن کے لیے آپ کو انجیکشن لگنے کے مقام پر تھوڑی بہت سوزش، سرخی یا سوجن ہو سکتی ہے۔

US میں اس کے استعمال کے پہلے سیزن میں، 3 ملین سے زیادہ ویکسین کی خوراکیں لگائی گئیں۔ ہر ایک ملین ویکسین میں سے تقریباً 5 کیسز میں اعصابی نظام کا ایک عارضہ دیکھا گیا جو تھکاوٹ پیدا کرتا ہے۔ لاتعداد عام انفیکشنز اور بعض ویکسینز کے بعد بھی ایسا ہی عارضہ سامنے آتا ہے مگر ممکنہ طور پر ایک سنگین RSV انفیکشن میں مبتلا ہونے کے مقابلے میں ویکسین لگوانا آپ کے لیے مجموعی طور پر زیادہ محفوظ ہے۔

اب مجھے کیا کرنا چاہیے

جیسے ہی آپ 75 سال کے ہو جائیں گے، یا اگر پہلے سے ہی 75 سے 79 سال کے درمیان ہیں، تو NHS آپ کو ویکسینیشن کے لیے بلائے گا۔

میں مزید معلومات کہاں سے حاصل کر سکتا ہوں

اپنے پریکٹس نرس، GP یا اپنی ہیلتھ ٹیم سے بات کریں۔ آپ Abrysvo نامی RSV ویکسین کے لیے مریض کا معلوماتی کتابچہ یہاں پڑھ سکتے ہیں:

www.medicines.org.uk/emc/product/15309/pil

آپ مشتبہ ضمنی اثرات کی اطلاع یلو کارڈ ویب سائٹ پر یا مفت فون لائن 0800 731 6789 پر (پیر تا جمعہ صبح 9 سے



شام 5 بجے تک) کال کر کے یا یلو کارڈ ڈاؤن لوڈ کر کے دے سکتے ہیں۔

www.mhra.gov.uk/yellowcard