



UK Health
Security
Agency

NHS

از خود در مقابل آنفلوانزا محافظت کنید

واکسیناسیون آنفلوانزا در انگلستان

اطلاعاتی برای محصلین دبیرستان



Flu **i**mmunisation

Helping to protect you against flu

واکسن آنفلوانزا به طور رایگان به گروه‌های زیر ارائه می‌شود:

کودکان 2 تا 3 ساله

(در تاریخ 31 اگوست، قبل از اینکه
واکسیناسیون آنفلوانزا در پاییز آغاز شود)



تمام کودکان
سنین دبستان

بعضی از نوجوانان
سنین دبیرستان



کودکان دچار بیماری
که در صورت ابتلا به
آنفلوانزا، در معرض
خطر بیشتری خواهند بود

اطلاعات بیشتر در مورد اینکه کدام کودکان هر سال واجد
شرایط هستند از طریق این وبسایت قابل دسترس است:

www.nhs.uk/child-flu

چرا باید واکسن آنفلوانزا را تزریق کنم؟

آنفلوانزا بیماری بسیار ناخوشایندی است که باعث تب، آبریزش بینی، سرفه خشک، گلودرد، درد عضلات و مفاصل و خستگی مفرط می‌شود. این بیماری ممکن است چندین و چند روز طول بکشد. این بیماری در بعضی اشخاص پیچیده می‌شود و مجبور می‌شوند برای درمان به بیمارستان مراجعه کنند.

واکسن آنفلوانزا چه فوایدی دارد؟

تزریق این واکسن به محافظت از شما در برابر این بیماری بسیار ناخوشایند کمک می‌کند. تزریق آن می‌تواند به شما کمک کند به کارهای موردعلاقه‌تان برسید یا خللی در تحصیل شما ایجاد نشود.

چرا این واکسن به نوجوانان زیادی ارائه می‌شود؟

واکسن از شما در مقابل آنفلوانزا محافظت می‌کند و احتمال اینکه این بیماری را به دیگران انتقال دهید، کاهش می‌دهد؛ در نتیجه، از خانواده و دوستان شما محافظت می‌کند.

واکسن به کاهش سطح ابتلای افراد جامعه به آنفلوانزا در طول زمستان کمک می‌کند، درست زمانی که ممکن است کووید-19 و سایر ویروس‌های تنفسی باعث فشار کاری روی NHS شود.

واکسن آنفلوانزا را سال گذشته تزریق کردم.

لازم است امسال واکسن دیگری تزریق کنم؟

بله؛ ویروس آنفلوانزا هر سال تغییر می‌کند، بنابراین ممکن است واکسن به‌روز شود. به همین دلیل، توصیه می‌کنیم امسال در برابر آنفلوانزا واکسینه شوید، حتی اگر سال گذشته واکسینه شده‌اید.

نحوه استفاده از این واکسن چگونه است؟

این واکسن معمولاً از طریق اسپری بینی مصرف می‌شود.

اسپری بینی از چه طریق عمل می‌کند؟

اسپری بینی حاوی ویروس‌های ضعیف‌شده است که از بروز آنفلوانزا جلوگیری و به شما در ایمن‌سازی در مقابل این بیماری کمک می‌کند.

واکسن به سرعت در بینی جذب می‌شود، پس حتی اگر بلافاصله پس از دریافت آن عطسه کنید، نباید نگران اثربخشی آن شوید.

آیا واکسن عوارض جانبی دیگری دارد؟

واکسن ممکن است باعث آبریزش یا گرفتگی بینی، سردرد، خستگی معمول و تا حدی کاهش اشتها شود. ولی شدت این عوارض از دچار شدن به آنفلوانزا و عوارض ناشی از آن بسیار کمتر است. عوارض جانبی حاد به ندرت مشاهده می‌شود.

اگر روز واکسیناسیون حالم خوب نباشد، چطور؟

در صورتی که تب داشته باشید، ممکن است تزریق واکسن به تعویق بیفتد. همچنین، اگر بینی شما به شدت گرفته باشد یا آبریزش بینی داشته باشید، ممکن است واکسن وارد سیستم بدن شما نشود. در این صورت، واکسیناسیون آنفلوانزا تا زمانی که تعویق می‌افتد که علائم بینی شما از بین برود. بعضی اوقات ممکن است واکسن تزریقی به جای آن به شما ارائه شود.



در مورد نوجوانانی که بیماری‌های بلندمدت دارند چه اتفاق خواهد افتاد؟

اگر بیماری‌ای دارید که عوارض آن در صورت ابتلا به آنفلوانزا بیشتر می‌شود، باید واکسن آنفلوانزا را هر سال تزریق کنید. اگر مبتلا به یکی از این بیماری‌ها هستید و در یکی از گروه‌های واجد شرایط تزریق واکسن در مدرسه قرار ندارید، می‌توانید از مطب پزشک خود در مورد تزریق واکسن سؤال کنید. همچنین اگر برای مثال نمی‌خواهید تا شروع فصل واکسیناسیون در مدرسه منتظر بمانید، می‌توانید از مطب پزشک خود بخواهید که این کار را انجام دهد.

بیماری‌های بلند مدتی که باعث می‌شود در صورت ابتلا به آنفلوانزا، عوارض شدیدتری در شما ایجاد شود:

این بیماری‌ها شامل موارد زیر است:

- بیماری‌های تنفسی حاد نظیر آسم که به دلیل آن نیاز به استفادهٔ مستمر از اسپری استروئیدی یا قرص دارید
- بیماری‌های حاد قلبی
- بیماری‌های کلیه یا کبد
- دیابت
- سیستم ایمنی ضعیف‌شده بدن به دلیل بیماری یا درمان با داروهای نظیر قرص‌های استروئیدی یا شیمی‌درمانی
- مشکلات مربوط به طحال، برای مثال، بیماری سلول داسی شکل یا در صورتی که طحال شما برداشته شده است
- مشکلات یادگیری
- مشکلات سیستم عصبی نظیر فلج مغزی

برای اطلاعات بیشتر از وبسایت
www.nhs.uk/child-flu بازدید کنید



آیا واکسن اسپری بینی برای بعضی از نوجوانان ممنوع است؟

واکسن اسپری بینی به این دلیل به نوجوانان ارائه می‌شود که روش مؤثرتری در مقایسه با واکسن تزریقی در این برنامه واکسیناسیون است. با این حال، بعضی از نوجوانان دچار بیماری‌های بلندمدت ممکن است نتوانند واکسن بینی دریافت کنند (جزئیات را در زیر مشاهده کنید). قبل از واکسیناسیون، فرم رضایتی جهت تکمیل به والدین شما داده می‌شود. این فرم حاوی سؤالاتی است که از طریق آن می‌توانید مناسب بودن واکسن برای خود را بررسی کنید. چنانچه سؤالی داشته باشند، می‌توانند با تیم واکسیناسیون مدرسه صحبت کنند. اگر نمی‌توانید اسپری بینی دریافت کنید، واکسن تزریقی آنفلوانزا به شما ارائه خواهد شد.

چه کسانی نباید واکسن اسپری بینی دریافت کنند؟

در این موارد باید واکسن تزریقی به‌جای اسپری بینی دریافت کنید:

- در حال حاضر خس‌خس سینه دارید یا طی 72 ساعت گذشته خس‌خس سینه داشته‌اید
- سیستم ایمنی بدن شما خیلی ضعیف است یا یکی از اعضای خانوارتان به دلیل سرکوب شدید سیستم ایمنی باید قرنطینه شود
- بیماری‌ای دارید که نیاز به درمان سالیسیلات دارد
- در گذشته به واکسن آنفلوانزا یا ترکیبات آن واکنش آنافیلاکتیک داشته‌اید (به غیر از تخم مرغ)

نوجوانانی که از طریق اسپری بینی واکسینه شده‌اند باید تا حدود دو هفته بعد از واکسیناسیون از تماس با اشخاصی که سیستم ایمنی بدن ایشان به شدت ضعیف شده است (برای مثال کسانی که اخیراً پیوند مغز استخوان داشته‌اند) خودداری کنند. اگر تماس محتمل و غیرقابل اجتناب است، باید واکسن آنفلوانزای جایگزینی تزریق شود.

اگر مطمئن نیستید، با تیم واکسیناسیون مدرسه یا پرستار و پزشک خانوادگی مطب پزشک عمومی خود در این مورد مشورت کنید.

در صورتی که این موارد را تجربه کرده‌اید، والدین شما باید نظر متخصص شما را جویا شوند:

- اگر در گذشته واکنش حساسیت‌زای شدید (آنافیلاکسیس) به تخم‌مرغ نشان داده‌اید که به دلیل آن، به درمان از طریق مراقبت‌های ویژه نیاز پیدا کرده‌اید؛
- آسم که با قرص‌های استروئیدی درمان شده یا نیاز به درمان از طریق مراقبت‌های ویژه در بیمارستان داشته است.

آیا واکسن بینی حاوی ژلاتین مشتق از خوک (ژلاتین خوی) است؟

بله. واکسن بینی حاوی فرم بسیار فرآوری‌شده ژلاتین (ژلاتین خوی) است که در شمار وسیعی از داروهای ضروری استفاده می‌شود. ژلاتین به پایداری ویروس واکسن کمک می‌کند تا واکسن بتواند بهترین محافظت را در مقابل آنفلوانزا ایجاد کند.

واکسن آنفلوانزای بینی به کودکان و نوجوانان ارائه می‌شود، چرا که این واکسن برنامه واکسیناسیون از واکسن تزریقی مؤثرتر است. مؤثرتر بودن آن به این دلیل است که تجویز آن آسان‌تر است و در کاهش شیوع آنفلوانزا به افراد دیگر که ممکن است در مقابل عوارض آنفلوانزا آسیب‌پذیرتر باشند، گزینه بهتری تلقی می‌شود. با این حال، اگر به دلیل یک یا چند بیماری یا درمان‌های دریافتی در معرض خطر بیشتری قرار دارید و نمی‌توانید واکسن بینی را دریافت کنید، باید واکسن تزریقی را دریافت نمایید. برای کسانی که ممکن است استفاده از ژلاتین خوی در محصولات پزشکی را قبول نکنند، واکسن تزریقی جایگزین موجود است. والدین شما باید گزینه‌های موجود را با تیم واکسیناسیون مدرسه در میان بگذارند.

5 دلیل

برای تزریق واکسن آنفلوانزا

1. محافظت از خود.

این واکسن به محافظت از شما در مقابل آنفلوانزا و عوارض شدید ناشی از آن نظیر برونشیت و ذات‌الریه کمک خواهد کرد

2. محافظت از دوستان و اعضای خانواده شما.

دریافت واکسن کمک می‌کند از دوستان و اعضای خانواده آسیب‌پذیر در مقابل این بیماری محافظت شود

3. بدون نیاز به تزریق.

اسپری بینی بدون درد و دریافت آن آسان است

4. دریافت آن بهتر از ابتلا به آنفلوانزا است.

اسپری بینی در مقابله با آنفلوانزا به ما کمک می‌کند، به میلیون‌ها نفر در تمامی جهان تزریق شده است و سابقه ایمنی عالی دارد

5. اجتناب از هدر رفتن فرصت‌ها.

اگر به آنفلوانزا مبتلا شوید، ممکن است چند روز حالتان بد شود و نتوانید کارهایی را انجام دهید که از انجام آن‌ها لذت می‌برید

کجا می‌توانم اطلاعات بیشتری دریافت کنم؟

برای دریافت اطلاعات بیشتر به وبسایت www.nhs.uk/child-flu مراجعه کنید. اگر سؤال دیگری دارید، با تیم واکسیناسیون مدرسه، پزشک خانواده خود یا پرستار ناحیه صحبت کنید.



www.nhs.uk/vaccinations