UK Health Security Agency

NHS

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਫਲੂ ਤੋਂ ਬਚਾਓ

ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਫ਼ਲੂ ਇਮੁੰਨਾਈਜੇਸ਼ਨ (ਟੀਕਾਕਰਣ)

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਹੜੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਹਨ

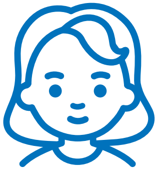
Flu immunisation

Helping to protect you against flu

ਫ਼ਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :

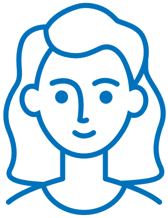
ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 2 ਜਾਂ 3 ਸਾਲ ਦੀ ਹੈ

(31 ਅਗਸਤ ਪੱਤਝੜ ਵਿਚ ਟੀਕਾਕਰਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ)



ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਸਕੂਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ

ਕੁਝ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ



ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੀ ਹਾਲਤ ਹੈ ਜੋ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਹਨ

ਹਰ ਸਾਲ ਕਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਯੋਗਤਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ : **www.nhs.uk/child-flu**

ਮੈਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਦੀਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਫ਼ਲੂ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਸੁਖਦਾਈ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰ ਕੇ ਬੁਖਾਰ, ਨੱਕ ਦਾ ਬਹਿਣਾ, ਸੁੱਕੀ ਖਾਂਸੀ, ਗਲੇ ਵਿਚ ਸੋਜ, ਮਾਂਸ-ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਵਿਚ ਹੱਡ-ਭਣਨੀ, ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਵਧ ਥਕਾਵਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਫੀ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਹੱਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ (ਟੀਕਾਕਰਣ) ਦੇ ਕੀ ਫਾਇਦੇ ਹਨ?

ਬਹੁਤ ਹੀ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਬਚਾਅ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਵਾਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਟਾਲਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਨੇਂ ਸਾਰੇ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ?

ਇਹ ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ਼ ਬਚਾਅ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦੇ ਘੱਟ ਮੌਕੇ ਹੋਣਗੇ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਬਦਲੇ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ ਆਬਾਦੀ ਵਿਚ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਸਤਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ NHS ਤੇ COVID-19 ਅਤੇ ਸਾਹ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਾਇਰਸਵਾਇਰਸ ਦੇ ਫੈਲੇ ਹੋਂ ਦਾ ਦਬਾਅ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਪਿੱਛਲੇ ਸਾਲ ਫ਼ਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇਕ ਹੋਰ ਇਸ ਸਾਲ ਟੀਕਾ ਲੈਣਾ ਹੋਵੇਗਾ?

ਹਾਂ; ਫ਼ਲੂ ਵਾਇਰਸਵਾਇਰਸ ਹਰ ਸਾਲ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਤਾਜਾ ਟੀਕਾ ਲਗਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਣ ਦੇ, ਅਸੀਂ ਇਹ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਾਲ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ਼ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਓ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿੱਛਲੇ ਸਾਲ ਟੀਕਾ ਲਗਿਆ ਹੋਵੇ।

ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ?

ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ (ਨੇਜ਼ਲ ਸਪ੍ਰੇ) ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਨੇਜ਼ਲ ਸਪ੍ਰੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਨੇਜ਼ਲ ਸਪ੍ਰੇ ਵਿਚ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਮਜੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਫ਼ਲੂ ਨਾ ਫੈਲਾ ਸਕਨ ਪਰ ਉਹ ਬੀਮਾਰੀ ਖਿਲਾਫ਼ ਲੜਨ ਦੀ ਕਾਬਲਿਅਤ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵੈਕਸੀਨ ਛੇਤੀ ਨਾਲ ਨੱਕ ਵਿਚ ਲਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਸ੍ਪੇ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਕਦਮ ਛਿੱਕ ਕਿਉਂ ਨਾ ਮਾਰ ਦਿਉਂ, ਇਹ ਚਿੰਤਾ ਕਰਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਇਨੇਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕੋਈ ਸਾਈਡ-ਅਫੈਕਟ੍ਸ (ਬੁਰੇ ਅਸਰ) ਹਨ?

ਤੁਹਾਡਾ ਨੱਕ ਵਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਰੁਕ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਿਰ-ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਆਮ ਥਕਾਵਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਭੁੱਖ ਨਹੀਂ ਲਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਇਹ ਕਾਫੀ ਘੱਟ ਗੰਭੀਰ ਹਨ ਬਜਾਏ ਕਿ ਫ਼ਲੂ ਹੋਣ ਦੇ ਅਤੇ ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ। ਗੰਭੀਰ ਸਾਈਡ-ਅਫੈਕਟ੍ਸ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਉਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਦਿਨ ਮੈਨੂੰ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਣ ਵਿਚ ਦੇਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਨੱਕ ਬੁਰੀ ਤਰਾਂ ਰੁਕਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਵਗ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕੇਗਾ। ਇਸ ਕੇਸ ਵਿਚ, ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਨੱਕ ਦੀ ਹਾਲਤ ਸਹੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਵੈਕਸੀਨ ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੰਮੇਂ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਹਨ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਦੀ ਹਾਲਤ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਦੀਆਂ ਉਚੇਰੀ ਗੰਭੀਰ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਵਿਚ ਪਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਹਰ ਸਾਲ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਉਸ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੂਹ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀ.ਪੀ. ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜੀ.ਪੀ. ਸਰਜਰੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਰਣ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਸੈਸ਼ਨ ਤੱਕ ਇੰਤਜਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਲੰਮੇਂ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਵਧ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾਂਦੀਆਂ ਹਨ

ਇਹ ਹਾਲਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ :

- ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਹਾਲਤਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਮਾ ਜਿਥੇ ਨਿਰੰਤਰ ਸਟੇਰਾਇਡ ਇਨੰਹੇਲਰ ਜਾਂ ਟੈਬਲੈਟ੍ਸ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਗੰਭੀਰ ਤੌਰ ਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਹਨ
- ਗੁਰਦੇ ਜਾਂ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ
- ਡਾਇਬਟੀਜ਼
- ਕਿਸੇ ਹਾਲਤ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰ ਕੇ ਕਮਜੌਰ ਇਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ (ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਕਾਬਲਿਅਤ) ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਟੇਰਾਇਡ ਟੈਬਲੈਟ੍ਸ ਜਾਂ ਕੀਮੋਥੈਰੇਪੀ।
- ਸਪਲੀਨ (ਤਿੱਲੀ) ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ, ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, ਸਿਕਲ ਸੈਲ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ, ਜਾਂ ਤਿੱਲੀ ਦਾ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ।
- ਸਿਖਣ ਦੀ ਅਯੋਗਤਾ
- ਨਰਵਸ ਸਿਸਟਮ (ਤੰਤੁ ਤੰਤਰ) ਨਾਲ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੈਰੀਬ੍ਰਲ ਪਾਲਸੀ

ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਨੂੰ **www.nhs.uk/child-flu** ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਦੇਖੋ

ਕੀ ਕੋਈ ਜਵਾਨ ਲੋਕੀ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਨੇਜ਼ਲ ਸਪ੍ਰੇ ਵੈਕਸੀਨ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮ ਵਿਚ ਇਹ ਇਨੰਜੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲੋ ਵਧ ਅਸਰਦਾਇਕ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਕੁਝ ਜਵਾਨ ਲੋਕੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੰਮੇਂ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਹਨ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਨ (ਹੇਠਾਂ ਵੇਰਵੇ ਦੇਖੋ)। ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਂਪੇਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਸਹਿਮਤੀ ਦਾ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਚਿਤ ਹੈ। ਉਹ ਸਕੂਲ ਦੀ ਇੰਮੁਨਾਈਜੇਸ਼ਨ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਣਗੇ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹੋਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨੇਜ਼ਲ ਸਪ੍ਰੇ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨੰਜੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕਿਹਨੂੰ ਨੇਜ਼ਲ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨੰਜੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹਨ:

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਵਾਜ਼ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਪਿਛਲੇ 72 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਵੋਂ
- ਤੁਹਾਡਾ ਇੰਮਯੂਨ ਸਿਸਟਮ ਕਮਜੋਰ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵਖਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਬਲਿਅਤ ਨਹੀਂ ਰਖਦੇ ਹਨ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਹਾਲਤ ਹੈ ਜਿਥੇ ਸੈਲਿਸਾਈਲੇਟ ਇਲਾਦ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ
- ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਵੈਕਸੀਨ ਕਰ ਕੇ ਕੋਈ ਐਨੇਫੀਲੈਕਟਿਕ ਦਾ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਇਹਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ, ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਇਦਾਂ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ (ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਅਲਾਵਾ)

ਉਹ ਜਵਾਨ ਲੋਕੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਸ੍ਪੇਰ ਦਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਤੌਂਰ ਤੇ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਕਮਜੋਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਂਰ ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿਚ ਬੋਨ ਮੈਰੋ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ) ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ। ਜੇਕਰ ਸੰਪਰਕ ਮੁਮਕਨ ਹੈ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਨਜ਼ਰੰਦਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਕਲਪਕ ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਟੀਕਾਕਰਣ (ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ) ਦੀ ਟੀਮ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿਖੇ ਨਰਸ ਜਾਂ ਜੀ.ਪੀ. ਬਾਰੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲੋਂ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਅੰਡੇ ਕਰ ਕੇ ਗੰਭੀਰ ਤੌਰ ਤੇ ਬੁਰਾ ਅਸਰ (ਐਨਾਫੀਲੈਕਸਿਸ) ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਿਹਦੇ ਕਰ ਕੇ ਤੀਬਰ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਈ ਹੋਵੇ
- ਦਮਾ ਜਿਹਦਾ ਸਟੇਰਾਇਡ ਟੈਬਲੈਟ੍ਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਜਿਹਦੇ ਲਈ ਹੱਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਤੀਬਰ ਦੇਖਭਾਲ ਇਲਾਜ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਨੱਕ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚ ਜੈਲੇਟੀਨ ਸੂਰਾਂ (porcine gelatine)ਤੋਂ ਲਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਲਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿਚ ਉਚੇਰੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਬਣਾਈ ਗਈ ਜੈਲੇਟੀਨ (porcine gelatine)ਦੀ ਕਿਸਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਕਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੈਲੇਟੀਨ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰਖਦੀ ਹੈ ਤਾਂਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ਼ ਬਿਹਤਰ ਸੁਰਖਿਆ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕੇ।

ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮ ਵਿਚ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਨਂਜੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਵਧ ਅਸਰਕਾਰਕ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨੂੰ ਲਗਾਇਆ ਜਾਣਾ ਆਸਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਤੇ ਫ਼ਲੂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਫੈਲਾਣ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਲੋਕੀ ਫ਼ਲੂ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਵਧ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਵੀ, ਇਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਡਾਕਟਰੀ ਹਾਲਤਾਂ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਕਰ ਕੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਵਧ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਹੋਵੋਂ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋਂ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਇਨਂਜੈਕਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜੋ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿਚ ਪੋਰਸਿਨ ਜੈਲੇਟਿਨ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲਾ ਵੈਕਸੀਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਂਪੇਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਟੀਕਾਕਰਣ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

5 ਕਾਰਣ

ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਲਈ

1. ਆਪਣਾ ਬਚਾਅ ਕਰੋ

ਵਕਸੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੌਂਕਾਈਟਿਸ ਅਤੇ ਨਿਮੋਨੀਆ ਵਰਗੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ

2. ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰੋ

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਨਾਲ ਵਧ ਤੌਰ ਤੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ

3. ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਂਜੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ

ਨੱਕ ਦੇ ਸਪ੍ਰੇ ਤੋਂ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਆਸਾਨ ਹੈ

4. ਫ਼ਲੂ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲੋਂ ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੈ

ਨੇਜ਼ਲ ਸਪ੍ਰੇ ਫ਼ਲੂ ਖਿਲਾਫ਼ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਦੁਨਿਆ ਵਿਚ ਮਿਲਿਅਨ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਦਾ ਸੇਫ਼ਟੀ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹੈ

5. ਮੌਕਾ ਨਾ ਗਵਾਓ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤਾਈਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਚੀਜਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਲੁਤਫ਼ ਲੈਂਦੇ ਹੋ

ਮੈਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਥੋਂ ਮਿਲੇਗੀ?

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **www.nhs.uk/child-flu** ਵੈਬਸਾਈਟ ਨੂੰ ਦੇਖੋ। ਸਕੂਲ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਟੀਮ, ਤੁਹਾਡੇ ਜੀ.ਪੀ., ਜਾਂ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਧ ਸਵਾਲ ਹੋਣ।

NHS

www.nhs.uk/vaccinations

© Crown copyright 2022. UK Health Security gateway number: 2022348.
Product code: 22SECFLUPAN Panjabi. 1P 2M AUG 2022 (APS). To order more copies of this guidance please visit: www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002. Updated 16.08.2022