غیر فعال کردہ انفلوئنزا کا ٹیکہ 2009-10

آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے

کئی ٹیکوں سے متعلق معلوماتی وضاحتیں ہسپانوی اور دیگر زبانوں میں دستیاب ہیں- ملاحظہ فرمائیں: www.immunize.org/vis-

1 ٹیکہ کیوں لگوائیں؟

انفلوئنزا (فلو) ایک چھوت والی (متعدی) بیماری ہے-

یہ انفلوئنزا کے وائرس سے پیدا ہوتی ہے جو کھانسنے، چھینکنے یا ناک سے رطوبتوں کے بہنے سے پھیل سکتی ہے

دیگر بیماریوں میں ایسی ہی علامتیں ہوسکتی ہیں اور اکثر انہیں غلطی سے انفلوئنزا ہی سمجھ لیا جاتا ہے- لیکن درحقیقت صرف وہی بیماری انفلوئنزا ہے جو انفلوئنزا وائرس سے پیدا ہوتی ہے-

انفلوئنزا کسی کو بھی ہوسکتا ہے، لیکن بچوں میں اس کے انفیکشن کی شرح سب سے زیادہ ہے- زیادہ تر لوگوں میں یہ صرف چند دنوں تک ہی رہتا ہے- یہ درج ذیل علامتیں پیدا کرسکتا ہے:

- بخار
- گلے کی سوزش
- ٹھنڈ
- تھکاوٹ
- کھانسی
- سر درد
- پٹھوں میں درد

کچھ لوگ جیسے شیر خوار بچے، بزرگ اور صحت کے عارضوں میں مبتلا افراد زیادہ بیمار ہوسکتے ہیں- فلو کی وجہ سے تیز بخار اور نمونیا ہوسکتا ہے اور پہلے سے موجود طبی عارضوں کو بدتر بنا سکتا ہے- بچوں میں یہ دست اور دورہ (مرگی، فالج) پیدا کرسکتا ہے- اوسطاً 226,000 لوگ روزانہ انفلوئنزا کی وجہ سے اسپتال میں داخل کئے جاتے ہیں اور 36,000 مر جاتے ہیں - ان میں زیادہ تر بزرگ ہوتے ہیں- **انفلوئنزا کا ٹیکہ انفلوئنزا کی روک تھام کرسکتا ہے-**

2 غیر فعال کردہ انفلوئنزا کا ٹیکہ

موسمی انفلوئنزا کے دوطرح کے ٹیکے ہوتے ہیں:

1. **غیرفعال کردہ** (ہلاک شدہ) ٹیکہ، یا "فلوشاٹ" پٹھے میں انجیکشن کے ذریعہ دیا جاتا ہے-
2. **زندہ، تضعیف شدہ** (کمزور کیا ہوا) انفلوئنزا کا ٹیکہ ناک کے نتھوں میں اسپرے کیا جاتا ہے- *ایک علیحدہ ٹیکہ کے معلوماتی بیان میں اس ٹیکہ کی وضاحت کی گئی ہے-*

«موسمی» انفلوئنزا کے یہ ٹیکے سالانہ پھوٹ پڑنے والے فلو کی روک تھام کے لئے بنائے گئے ہیں- یہ عالمگیر وبائی H1N1 انفلوئنزا سے حفاظت فراہم نہیں کرتے ہیں-

انفلوئنزا کے وائرس ہمیشہ بدلتے رہتے ہیں- یہی وجہ ہے کہ انفلوئنزا کے ٹیکوں کی ہر سال تجدید کی جاتی ہے، اور سالانہ طور پر ٹیکہ لگانے کی سفارش کی جاتی ہے-

ہر سال سائنس داں حضرات ٹیکہ میں موجود وائرسوں کا موازنہ اس سال فلو پیدا کرنے والے متوقع ترین وائرسوں سے کرتے ہیں- جب کافی مماثلت ہوتی ہے تو زیادہ تر لوگوں کو انفلوئنزا سے متعلق شدید بیماری سے یہ ٹیکہ تحفظ فراہم کرتا ہے- لیکن کافی مماثلت نہ ہونے پر یہ ٹیکہ تھوڑا تحفظ ضرور فراہم کرتا ہے- انفلوئنزا کا ٹیکہ دیگر وائرسوں سے پیدا ہونے والی "انفلوئنزا جیسی" بیماریوں کی روک تھام نہیں کرے گا-

ٹیکہ لگانے کے 2 ہفتہ بعد مدافعت کی طاقت پیدا ہوتی ہے- اور یہ بچاؤ یا مدافعت ایک سال تک برقرار رہتی ہے-

کچھ غیر فعال کردہ انفلوئنزا ٹیکہ میں تحفظی مادہ ہوتا ہے جو تھیمیروسال کہلاتا ہے- کچھ لوگوں کی رائے ہے کہ بچوں میں نشونما کے مسائل سے تھیمیروسال کا تعلق ہو سکتا ہے- 2004 میں انسٹی ٹیوٹ آف میڈیسین نے اس نظریہ پر تحقیق کرنے والے کئی مطالعات کا جائزہ لیا ہے اور اس نتیجہ پر پہنچا ہے کہ اس طرح کے تعلق کا کوئی ثبوت نہیں ہے- تھیمیروسال سے پاک انفلوئنزا کا ٹیکہ دستیاب ہے-

3 غیر فعال کردہ انفلوئنزا کا ٹیکہ کسے لگوانا چاہئیے؟

جو کوئی *انفلوئنزا* سے **بیمار ہونے کے امکان یا دیگر لوگوں میں انفلوئنزا پھیلانے کو کم کرنا** چاہتا ہے-

*6 **مہینہ اور اس سے زیادہ** عمرکے تمام بچے اور بڑی عمر کے تمام بالغان:*

- 6 مہینے سے لیکر 18 سال کی عمر کے تمام بچے
- 50 برس یا اس زیادہ کی عمر کا کوئی شخص-

*کوئی بھی شخص جو **انفلوئنزا سے پیدا شدہ پیچیدگیوں کے خطرہ کی زد میں ہے یا غالباً اسے طبی نگہداشت کی ضرورت ہے-***

- وہ عورتیں جو انفلوئنزا کے موسم کے دوران **حاملہ** ہوں گی-
- **صحت سے متعلق طویل مدتی مسائل میں** مبتلا کوئی شخص:
  - دل کی بیماری
  - گردہ کی بیماری
  - جگر کی بیماری
  - پھیپھڑے کی بیماری
  - استحالی بیماری، جیسے ذیابیطس
  - دمہ
  - انیمیا، اور خون کی دیگر شکایتیں یا بیماریاں
- ذیل کی وجہ سے **کمزور نظام مامونیت** والا کوئی شخص:
  - HIV/AIDS یا دیگر بیماریاں جو نظام مامونیت کو متاثر کر رہی ہیں
  - اسٹیرائیڈ جیسی دواؤں سے طویل مدتی علاج
  - ایکس ریز یا دواؤں سے کینسر کا علاج
- **پٹھے یا رگ کی مخصوص بیماریوں** میں مبتلا کوئی شخص (جیسے دورہ والی بیماریاں یا دماغی فالج) جو سانس لینے یا نگلنے کے مسائل سے دوچار کرسکتی ہیں-
- 6 مہینہ سے لیکر 18 سال تک کی عمر کا کوئی شخص جن **کا اسپرین سے طویل مدتی علاج** چل رہا ہو (اگر ان کو انفلوئنزا ہوا تو وہ مہلک دماغی مرض کی مجموعی علامات ظاہر کر سکتے ہیں)-
- **نرسنگ ہوم** اور دیگر **دیرینہ بیماریوں کی نگہداشت والے اسپتالوں کے مکین-**

کوئی ایسا شخص جو خطرہ کی زد میں زیادہ رہنے والے لوگوں کے ساتھ رہتا ہے یا انفلوئنزا سے متعلق پیچیدگیوں کے لئے اس کی نگہداشت کرتا ہو-

- **صحت کی نگہداشت فراہم کنندگان-**
- **گھریلو روابط** اور پیدائش سے لے کر 5 سال تک کی عمر کے **بچوں کو نگہداشت فراہم کرنے والے**
- **گھریلو روابط اور** 50 سال اور اس سے زیادہ کی عمر کے لوگوں کو **نگہداشت فراہم کرنے والے،**
  - یا مخصوص طبی عارضوں میں مبتلا کوئی شخص
  - جسے انفلوئنزا سے پیدا شدہ شدید قسم کی پیچیدگیوں کے لئے

صحت کی نگہداشت فراہم کرنے والے درج ذیل کے لئے سالانہ ٹیکہ لگوانے کی سفارش کرسکتے ہیں:

- ایسے لوگ جو **کمیونٹی میں ضروری خدمات** فراہم کرتے ہیں-
- **ایسے لوگ جو مشترکہ کمروں، اصلاح خانوں میں یا دیگر بھیڑ بھاڑ والی جگہوں** میں رہتے ہیں تاکہ اس وبا کو پھوٹ پڑنے سے روکا جاسکے-
- انفلوئنزا کی پیچیدگیوں کے زیادہ خطرہ والے لوگ جو اپریل اور ستمبر کے درمیان جنوبی نصب کرہ کا **سفر کرتے ہیں،** یا کسی بھی وقت سیاحوں کے منظم گروپوں میں **منطقہ حارہ** کا سفرکرتے ہیں-

4 مجھے کب انفلوئنزا کا ٹیکہ لگوانا چاہئیے؟

جتنی جلدی یہ دستیاب ہو آپ اسے لگوا سکتے ہیں- عام طور پر موسم خزاں میں، اور جب آپ کی کمیونٹی میں بیماری رونما ہونے لگے- انفلوئنزا نومبر سے لے کر مئی تک کسی بھی وقت رونما ہو سکتا ہے، لیکن یہ اکثر جنوری یا فروری میں زیادہ زور پکڑتا ہے- دسمبر یا اس کے بعد بھی ٹیکہ لگوانا زیادہ تر سالوں میں مفید ہوگا-

زیادہ تر لوگوں کو ہر سال انفلوئنزا کے ٹیکہ کی ایک خوراک کی ضرورت ہوتی ہے- **9 سال کی عمر سے کم کے بچے جو پہلی مرتبہ انفلوئنزا کا ٹیکہ لگوا رہے ہیں** — یا جنہوں نے پچھلے سیزن میں پہلی مرتبہ انفلوئنزا کا ٹیکہ لگوایا تھا لیکن صرف ایک خوراک تھی - تو انہیں بچاؤ کے لئے کم از کم 4 ہفتہ کے فرق سے 2 خوراک لینی چاہئیے-
انفلوئنزا کا ٹیکہ بیک وقت دیگر ٹیکوں کے ساتھ دیا جا سکتا ہے-

5 انفلوئنزا کا ٹیکہ لگوانے سے پہلے کچھ لوگوں کو چاہئیے کہ وہ اپنے ڈاکٹر سے بات کریں-

کچھ لوگوں کو غیر فعال کردہ انفوئنزا ٹیکہ نہیں لگوانا چاہئیے یا اسے لگوانے سے پہلے انتظار کرنا چاہئیے-

- اگر آپ کو کسی طرح کی **شدید** الرجی ہے تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں- انفلوئنزا ٹیکہ سے الرجک ری ایکشن شاذونادر ہی ہوتے ہیں-
  - انفلوئنزا کے ٹیکہ کے وائرس انڈوں میں تیار کئے جاتے ہیں- انڈے سے شدید قسم کی الرجی والے لوگوں کو ٹیکہ نہیں لینا چاہئیے-
  - ٹیکہ کے کسی بھی جزو سے شدید قسم کی الرجی بھی ٹیکہ نہ لینے کی ایک وجہ ہے-
  - اگر انفلوئنزا ٹیکہ کی کسی سابقہ خوراک کے بعد آپ کو شدید قسم کا ری ایکشن ہوا تھا تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں-
- اگر آپ کبھی Guillain-Barré کی مجموعی علامت سے دوچار ہوں تو اپنے ڈاکٹر کو اس کی اطلاع دے دیں (مثلاً فالج کی شدید بیماری جسے GBS بھی کہا جاتا ہے) آپ ٹیکہ لگوانے کے اہل ہو سکتے ہیں لیکن فیصلہ لینے میں آپ کے ڈاکٹر کو آپ کی مدد کرنی چاہئیے-
- ایسے لوگ جو ہلکے یا شدید طور پر بیمار ہیں تو فلو کا ٹیکہ لگوانے سے پہلے عام طور پر صحت یاب ہونے تک انتظار کرنا چاہئیے- اگر آپ بیمار ہیں، تو اس بارے میں کہ ٹیکہ لگوانے کے منصوبہ میں تبدیلی کی جائے یا نہیں اپنے ڈاکٹر یا نرس سے گفتگو کریں- معمولی بیماری میں مبتلا افراد حسب معمول ٹیکہ لگوا سکتے ہیں-

6 غیر فعال کردہ انفلوئنزا ٹیکہ سے کون کون سے خطرات ہیں؟

کوئی ٹیکہ کسی دوا ہی کی طرح، شدید قسم کے مسائل پیدا کر سکتا ہے جیسے کہ شدید قسم کا الرجک ری ایکشن- کسی ٹیکے کا ایسا خطرہ بہت ہی کم ہے جو شدید قسم کے نقصان یا موت کا باعث بن سکتا ہو-

انفلوئنزا کے ٹیکہ سے شدید قسم کے مسائل بہت ہی کم رونما ہوتے ہیں- غیر فعال کردہ انفلوئنزا ٹیکہ میں موجود وائرس مار دیئے جاتے ہیں، لہذا ٹیکہ لگوانے سے آپ کو انفلوئنزا نہیں ہو سکتا ہے-

ہلکے مسائل:

- سوزش، لالی، یا ورم جہاں پر انجیکشن دیا گیا تھا-
- گلے کا بیٹھنا، سوزش، لال یا خارش والی آنکھیں؛ کھانسی
- بخار • درد

اگر یہ مسائل رونما ہوتے ہیں تو یہ عموماً انجیکشن کے بعد شروع ہوتے ہیں اور 1 سے 2 دنوں تک رہتے ہیں-

شدید قسم کے مسائل:

- ٹیکوں سے جان خطرے میں ڈالنے والے الرجک ری ایکشن شاذ و نادر ہی ہوتے ہیں- اگر رونما ہوتے ہیں تو عام طور پر انجیکشن لگوانے کے چند منٹوں سے لے کر چند گھنٹوں میں رونما ہوتے ہیں-
- 1976 میں، ایک طرح کا انفلوئنزا (سوائن فلو) ٹیکہ Guillain-Barré کی مجموعی علامت (GBS) سے منسلک تھا- اس وقت سے، فلو کے ٹیکے GBS سے واضح طور پر جوڑے نہیں گئے ہیں- تاہم، اگر فلو کے موجودہ ٹیکوں سے GBS کا خطرہ ہے تو یہ ٹیکہ لگوائے ہوئے دس لاکھ لوگوں میں 1 یا 2 معاملے سے زیادہ نہیں ہوگا- یہ شدید قسم کے انفلوئنزا کے خطرہ سے بہت ہی کم ہے، جس کی روک تھام ٹیکہ لگوانے سے کی جاسکتی ہے-

7 اگر شدید قسم کا ری ایکشن ہوتا ہے تو کیا ہوگا؟

مجھے کیا تلاش کرنا چاہئیے؟

کوئی بھی خلاف معمول کیفیت مثلاً تیز بخار یا طرز عمل میں تبدیلیاں- شدید قسم کے الرجک ری ایکشنوں میں سانس لینے میں دشواری، گلے کا بیٹھنا یا سانس پھولنے یا ترخرے کی سوزش، بے رونقی، کمزوری، تیز دھڑکن، چکر آنا-

مجھے کیا کرنا چاہئیے؟

- کسی ڈاکٹر کو **فون کریں** یا اس شخص کو فوری طور پر ڈاکٹر کے پاس لے جائیں-
- ڈاکٹر کو **بتائیں** کہ کیا ہوا ہے- واقع ہونے کی تاریخ اور وقت اور کب ٹیکہ لگایا گیا تھا-
- ٹیکہ کے ناموافق اثر کی رپورٹنگ کے نظام (VAERS) سے متعلق فارم کو بھر کر اس ری ایکشن کی اطلاع دینے کے لئے اپنے فراہم کنندہ سے **کہیں**- یا آپ VAERS کی ویب سائٹ www.vaers.hhs.gov کے ذریعہ یا 1-800-822-7967 پر فون کرکے یہ رپورٹ درج کرا سکتے ہیں-

VAERS طبی صلاح فراہم نہیں کرتی ہے؟

8 ٹیکہ سے پہنچنے والے ضرر کی تلافی کا قومی پروگرام

ٹیکہ کی وجہ سے شدید قسم کے ری ایکشن سے دوچار کسی شخص کی نگہداشت کی ادائیگی میں مدد کرنے کے لئے ایک وفاقی پروگرام موجود ہے-

ٹیکہ سے پہنچنے والے ضرر کی تلافی کے قومی پروگرام کے بارے میں مزید معلومات کے لئے **1-800-338-2382** پر فون کریں یا ان کی ویب سائٹ **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** کو ملاحظہ کریں-

9 میں زیادہ معلومات کیسے حاصل کر سکتا/سکتی ہوں؟

- اپنے فراہم کنندہ سے پوچھیں- وہ آپ کو ٹیکہ کے پیکج کے ساتھ آئے علوماتی اشتہار آپ کو دے سکتے ہیں یا معلومات کے دوسرے ذرائع کو استعمال کرنے کی صلاح دے سکتے ہیں-
- اپنے مقامی یا صوبائی محکمۂ صحت کو فون کریں-
- بیماری پر قابو پانے اور اس کی روک تھام کے مراکز (CDC) سے رابطہ کریں-
  1-888-767-4687
  - **1-800-232-4636** (**1-800-CDC-INFO**) پر فون کریں یا
  - CDC کی ویب سائٹ **www.cdc.gov/flu** کو ملاحظہ کریں-

CDC

محکمۂ صحت اور انسانی خدمات
بیماری پر قابو پانے اور اس کی روک تھام کے مراکز

ٹیکہ کی معلومات کا بیان	
U.S.C. §300aa-26	(عارضی) غیر فعال کردہ انفلوئنزا ٹیکہ (8/11/09)

VIS Inactivated influenza vaccine (8/11/09) - Urdu

Translation provided by NYC Dept. of Education and NYC Dept. of Health and Mental Hygiene.

طبی دیکھ بھال کے فراہم کار (وں) کو حفاظتی ٹیکوں کی صورت حال کے متعلق درست معلومات، حفاظتی ٹیکوں کا جائزہ اور مستقبل میں حفاظتی ٹیکے لگانے کے ایک مجوزہ شیڈول تک رسائی کے قابل بنانے کیلئے، معلومات مشی گن دیکھ بھال میں بہتری کی رجسٹری کو ارسال کی جائیں گی- افراد کو درخواست کرنے کا حق ہے کہ ان کا طبی دیکھ بھال کا فراہم کار حفاظتی ٹیکوں کے متعلق معلومات رجسٹری کو نہ بھیجے-