

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

3 غیر فعال کردہ انفلوئنزا کا ٹیکہ کسے لگوانا چاہئے؟

جو کوئی انفلوئنزا سے بیمار ہونے کے امکان یا دیگر لوگوں میں انفلوئنزا پھیلانے کو کم کرنا چاہتا ہے۔
6 مہینے اور اس سے زیادہ عمر کے 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
- 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
- اسٹیرائڈ 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 نکلنے کے مسائل سے دوچار کرسکتی ہیں۔

6 مہینے 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 نصف کرہ کا سفر کرتے ہیں، یا کسی بھی وقت سیاحوں کے منظم گروپوں میں منظم حارہ کا سفر کرتے ہیں۔

Inactivated Influenza Vaccine - Urdu (8/11/09)

1 ٹیکہ کیوں لگوائیں؟

انفلوئنزا (فلو) ایک چھوٹی 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
• کھانسی
• سر درد
• پٹھوں میں درد
• تھکاوٹ

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. غیر فعال کردہ (بلاک 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۔

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 دان 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 ہفتے 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 نشوونما کے مسائل سے تھیمیروسال کا تعلق ہو سکتا ہے۔ 2004 میں انسٹی ٹیوٹ آف میڈیسن 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۔

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۔ انفلونزا 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 انفلونزا کے ٹیکہ کی ایک خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ 9 سال کی عمر سے کم کے بچے جو پہلی مرتبہ انفلونزا کا ٹیکہ لگوا رہے ہیں۔ یا جنہوں نے پچھلے سیزن میں پہلی مرتبہ انفلونزا کا ٹیکہ لگوا یا تھا لیکن صرف ایک خوراک تھی۔ تو انہیں بچاؤ کے لئے کم از کم 4 ہفتے کے فرق سے 2 خوراک لینی چاہئے۔ انفلونزا کا ٹیکہ بیک وقت دیگر ٹیکوں کے ساتھ دیا جا سکتا ہے۔

کچھ لوگوں کو غیر فعال کردہ انفلونزا ٹیکہ نہیں لگوانا چاہئے یا اسے لگوانے سے پہلے انتظار کرنا چاہئے۔

• اگر آپ کو کسی طرح کی شدید الرجی ہے تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔ انفلونزا ٹیکہ سے الرجک ری ایکشن شاذونادر ہی ہوتے ہیں۔

• انفلونزا کے ٹیکہ کے وائرس انڈوں میں تیار کئے جاتے ہیں۔ انڈے سے شدید قسم کی الرجی والے لوگوں کو ٹیکہ نہیں لینا چاہئے۔

• ٹیکہ کے کسی بھی جزو سے شدید قسم کی الرجی بھی ٹیکہ نہ لینے کی ایک وجہ ہے۔

• اگر انفلونزا 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 چاہئے۔

• 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 چاہئے۔ 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۔

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۔

انفلونزا کے ٹیکہ سے شدید قسم کے مسائل بہت ہی کم رونما ہوتے ہیں۔ غیر فعال کردہ انفلونزا ٹیکہ میں موجود وائرس مار دیئے جاتے ہیں، لہذا ٹیکہ لگوانے سے آپ کو انفلونزا 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۔

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

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 انفلونزا (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 لگوانے ہونے دس لاکھ لوگوں میں 1 یا 2 معاملے سے زیادہ نہیں ہوگا۔ یہ شدید قسم کے انفلونزا کے خطرہ سے بہت ہی کم ہے، جس کی روک تھام ٹیکہ لگوانے سے کی جاسکتی ہے۔

مجھے کیا تلاش کرنا چاہئے؟

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 ترخے کی سوزش، بے رونقی، کمزوری، تیز دھڑکن، چکر آنا۔

مجھے کیا کرنا چاہئے؟

- 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 پر ذریعہ یا 1-800-822-7967 پر فون کر کے یہ رپورٹ درج کرا سکتے ہیں۔ VAERS طبی صلاح فراہم نہیں کرتی ہے؟

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۔

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



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



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