ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨ (ਗੈਰ-ਸਰਗਰਮ ਕੀਤੀ ਜਾਂ ਰੀਕੌਂਬੀਨੈਂਟ): *ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ*

Many Vaccine Information Statements are available in Spanish and other languages. See www.immunize.org/vis

ਸਪੈਨਿਸ਼ ਅਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਕਈ ਸਟੇਟਮੈਂਟਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਦੇਖੋ www.immunize.org/vis

1 ਟੀਕਾ ਕਿਉਂ ਲਗਵਾਈਏ?

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਫਲੂ ਇੱਕ ਛੂਤਕਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਸਾਲ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਕਤੂਬਰ ਅਤੇ ਮਈ ਵਿਚਕਾਰ, ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦੀ ਹੈ। ਫਲੂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਿਸ਼ੂ ਬਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ, 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਦੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਮੂਨੀਆ, ਸਾਹ ਨਾਲੀ ਦੀ ਸੋਜਸ਼, ਨੱਕ ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਅਤੇ ਕੰਨ ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਫਲੂ-ਸੰਬੰਧਿਤ ਉਲਝਣਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼, ਤਾਂ ਫਲੂ ਇਸਨੂੰ ਹੋਰ ਬਦਤਰ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਫਲੂ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਕਾਂਬਾ ਲੱਗਣ, ਗਲ਼ਾ ਖਰਾਬ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦਾ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਖੰਘ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਗਣ ਜਾਂ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਸਾਲ **ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਹੀ ਲੋਕ ਫਲੂ ਕਰਕੇ ਮਰਦੇ ਹਨ,** ਅਤੇ ਕਈ ਹੋਰ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਹਰ ਸਾਲ ਲੱਖਾਂ ਹੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਫਲੂ ਦੇ ਕਰਕੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਪਾਈਆਂ ਫੇਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।

2 ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ

CDC ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਰ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। **6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਲੈਕੇ 8 ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ** ਨੂੰ ਫਲੂ ਦੇ ਇੱਕੋ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। **ਬਾਕੀ ਸਾਰਿਆਂ** ਨੂੰ ਹਰ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ 1 ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਨੂੰ ਲੱਗਭਗ 2 ਹਫਤੇ ਤੱਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਫਲੂ ਦੇ ਕਈ ਸਾਰੇ ਵਾਇਰਸ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਸਾਲ ਉਹਨਾਂ ਤਿੰਨ ਜਾਂ ਚਾਰ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਵੈਕਸੀਨ ਇਹਨਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨਾਲ ਇੰਨ-ਬਿੰਨ ਮੇਲ ਨਾ ਵੀ ਖਾਂਦੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਕੁਝ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ **ਫਲੂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ।**

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇਣ ਦੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

3 ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ

ਜੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ:

- **ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਬਾਅਦ ਉਸਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ** ਹੋਈ ਸੀ, **ਜਾਂ ਉਸਨੂੰ ਕੋਈ ਤੀਬਰ, ਜੀਵਨ ਲਈ ਘਾਤਕ ਐਲਰਜੀਆਂ** ਹਨ।
- ਕਦੇ ਵੀ **ਗੁਲੇਨ-ਬਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ (Guillain-Barré Syndrome)** ਹੋਈ ਹੈ (ਜਿਸਨੂੰ GBS ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।

ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਕਿਸੇ ਫੇਰੀ ਤੱਕ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛੋਟੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜ਼ੁਕਾਮ, ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਦਰਮਿਆਨੇ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਿਮਾਰ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

4 ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਜੋਖਮ

- ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਬਾਅਦ, ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਸਥਾਨ ’ਤੇ ਦੁਖਣਾ, ਲਾਲੀ, ਅਤੇ ਸੋਜਸ਼, ਬੁਖਾਰ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਅਤੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਗੈਰ-ਸਰਗਰਮ ਕੀਤੀ ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ (ਫਲੂ ਦੇ ਲੋਦੇ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੁਲੇਨ-ਬਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ (GBS) ਦੇ ਜੋਖ਼ਮ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਮੂਨੀਏ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ (PCV13), ਅਤੇ/ਜਾਂ DTaP ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਫਲੂ ਦਾ ਲੋਦਾ ਵੀ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਕਰਕੇ ਦੰਦਲ ਪੈਣ (seizure) ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਵਧੇਰੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਕਦੇ ਕੋਈ ਦੰਦਲ (seizure) ਪੈ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਉਣ ਸਮੇਤ, ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਲੋਕ ਕਈ ਵਾਰੀ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਘੰਟੀਆਂ ਵੱਜਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਮਾਮੂਲੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸੇ ਤੀਬਰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ, ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ-ਫੇਟ, ਜਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਵੇ।

5 ਜੇ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ?

ਕੋਈ ਵੀ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ, ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚੋਂ ਚਲੇ ਜਾਣ ਬਾਅਦ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਤੀਬਰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਦੇਖਦੇ ਹੋ (ਛਪਾਕੀਆਂ, ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਗਲ਼ੇ ਦੀ ਸੋਜਸ਼, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ, ਦਿਲ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ, ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ), ਤਾਂ **9-1-1** ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨੇੜਲੇ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈਕੇ ਜਾਓ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਕਰਮੰਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਸੰਕੇਤਾਂ ਵਾਸਤੇ, ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਮਾੜੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ‘ਵੈਕਸੀਨ ਅਡਵਰਸ ਈਵੈਂਟ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਸਿਸਟਮ’ (Vaccine Adverse Event Reporting System) (VAERS) ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਹ ਰਿਪੋਰਟ ਦਾਇਰ ਕਰਾਵੇਗਾ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਖੁਦ ਵੀ ਦਾਇਰ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। VAERS ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.vaers.hhs.gov** ਦੇਖੋ ਜਾਂ **1-800-822-7967** ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। *VAERS ਕੇਵਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਹੈ, ਅਤੇ VAERS ਦਾ ਅਮਲਾ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।*

6 ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਸੱਟ ਲਈ ਕੌਮੀ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (The National Vaccine Injury Compensation Program)

ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਸੱਟ ਲਈ ਕੌਮੀ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (National Vaccine Injury Compensation Program) (VICP) ਇੱਕ ਫੈਡਰਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਕੋਈ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ VICP ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** ਦੇਖੋ ਜਾਂ **1-800-338-2382** ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਮੁਆਵਜ਼ੇ ਲਈ ਦਾਅਵੇ ਨੂੰ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸੀਮਾ ਹੈ।

7 ਮੈਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

- ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।
- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਜਾਂ ਰਾਜ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਸੈਂਟਰਜ਼ ਫਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਐਂਡ ਪ੍ਰੀਵੈਂਸ਼ਨ (Centers for Disease Control and Prevention) (CDC): ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
  - ਕਾਲ ਕਰੋ **1-800-232-4636** (**1-800-CDC-INFO**) ਜਾਂ
  - CDC ਦੀ ਸਾਈਟ ਦੇਖੋ: **www.cdc.gov/flu**

Translation provided by the California Department of Public Health, Immunization Branch