የኢንፍሉዌንዛ (ፍሉ) ክትባት (ህይወት ከሌለው ቫይረስ የተሰራ ወይም ሪከምበናንት)፦ እርስዎ ማወቅ የሚያስፈልግዎት

Influenza (Flu) Vaccine (Inactivated or Recombinant):

በርካታ የክትባት መረጃ መግለጫዎች በስፓኒሽና በሌሎች ቋንቋዎች ይገኛሉ። www.immunize.org/vis ይመልከቱ።

1 መከተብ ለምንያስፈልጋል?

ኢንፍሉዌንዛ (“ጉንፋን”) በአሜሪካ በየክረምቱ፣ በተለይም በጥቅምትና ግንቦት መካከል የሚስፋፋ ተላላፊ በሽታ ነው።

ጉንፋን የሚመጣው በኢንፍሉዌንዛ ቫይረሶች ሲሆን፣ በሳል፣ በማስነጠስ እና በንክኪ ሊተላለፍ ይችላል።

ማንኛውም ሰው ጉንፋን ሊይዘው ይችላል። ጉንፋን በድንገት ሊጀምርና ለበርካታ ቀናት ሊቆይ ይችላል። የህመም ምልክቶቹ በእድሜ ይለያያሉ ነገር ግን እነዚህን ሊያካትቱ ይችላሉ፦

- ትኩሳት/ብርድ ብርድ ማለት
- የጉሮሮ መቁሰል
- የጡንቻ ህመም
- ድካም
- ሳል
- ራስ ምታት
- ንፍጥ ወይም የአፍንጫ መደፈን

ጉንፋን ወደ ኒሞኒያ እና ወደ የደም ኢንፌክሽኖች ሊያመራና በልጆች ላይ ተቅማጥና ከቁጥጥር ውጪ የሆነ መንቀጥቀጥ ሊያስከትል ይችላል። እንደ የልብና የሳንባ በሽታ የመሳሰሉ የጤና ችግሮች ካለቦት ፍሉ (ጉንፋን) እንዲባባስ ሊያደርገው ይችላል።

ጉንፋን ለአንዳንድ ሰዎች አደገኛ ሊሆን ይችላል። ሕጻናት እና ትንንሽ ልጆች፣ 65 ዓመትና ከዚያ በላይ የሆናቸው ትልልቅ ሰዎች፣ እርጉዝ ሴቶች፣ እና የተወሰኑ የጤና እክል ያለባቸው ሰዎች ወይም የተዳከመ በሽታን የመከላከል አቅም ያላቸው ሰዎች የመያዝ እድላቸው በጣም የላቀ ነው።

በየአመቱ በአሜሪካ ውስጥ በሺዎች የሚቆጠሩ ሰዎች በጉንፋን ይሞታሉ፣ እንዲሁም በርካቶች ሆስፒታል ይገባሉ።

የጉንፋን ክትባት፦

- ጉንፋን እንዳይዞት ይከላከላል፣
- ከያዝዎትም በጠና እንዳያምዎት ያደርጋል፣ እንዲሁም
- ጉንፋን ለቤተሰብዎ እና ለሌሎች ሰዎች እንዳያስተላልፉ ያደርጋል።

2 ሕይወት የሌለው እና ሪከምብናንት የጉንፋን ክትባት

የጉንፋን ክትባት በየአመቱ እንዲወሰድ ይመከራል። እድሜያቸው ከ6 ወር እስከ 8 ዓመት ያሉ ልጆች በአመት ሁለት መጠን መውሰድ ሊያስፈልጋቸው ይችላል። ሌላው ሰው በአመት አንድ መጠን ብቻ በእያንዳንዱ የጉንፋን ወቅት መውሰድ ያስፈልገዋል።

አንዳንድ ሕይወት ከሌለው ቫይረስ የሚሰሩ የጉንፋን ክትባቶች ቴሜሮሳል የተባለ በጣም አነስተኛ መጠን ከሆን ሜርኩሪ የሚሰራ ማቆያ ንጥረ ነገር ይይዛሉ። ጥናቶች ከትባቶች ውስጥ የሚገኝ ቴምሮሳል ጉዳት እንደሚያስከትል አላሳዩም፣ ነገር ግን ቴምሮሳል የሌላቸው የጉንፋን ክትባቶችም አሉ።

በጉንፋን ክትባቱ ውስጥ ሕይወት ያለው ቫይረስ የለም። **ክትባቶቹ ጉንፋን ሊያስይዙ አይችሉም።**

ብዙ የተለያዩ የጉንፋን ቫይረሶች አሉ እናም ሁልጊዜ ይቀያየራሉ። በየአመቱ አዲስ የጉንፋን ክትባት የሚሰራው በዚያ ዓመት ጉንፋን መከሰቻ ወቅት ጉንፋን ሊያስከትሉ ይችላሉ ተብለው የታመነባቸውን ሶስት ወይም አራት ቫይረሶች እንዲከላከል ተደርጎ ነው። ክትባቱ በትክክል ከቫይረሶቹ ጋር ባይዛመድም፣ አሁንም የተወሰነ መከላከያ ሲሰጥ ይችላል።

የጉንፋን ክትባት እንዚህን ሊከላከል አይችልም፦

- በክትባቱ ባልተካተት ቫይረስ የሚከሰት ጉንፋንን፣ ወይም
- ጉንፋን የሚመስሉ ነገር ግን ጉንፋን ያልሆኑ ህመሞችን አይከላከልም።

ከክትባት በኋላ የመከላከል አቅም እስኪጎለብት ድረስ 2 ሳምንት ይወስዳል፣ እንዲሁም የመከላከል አቅሙ እስከ የጉንፋን ወቅቱ ማብቂያ ጊዜ ድረስ ይዘልቃል።

3 አንዳንድ ሰዎች ይህንን ክትባት መከተብ የለባቸውም

ክትባቱን ለሚሰጥዎ ሰው ይህንን ያሳውቁ፦

- **በጣም አደገኛ የሆነና ለህይወት የሚያሰጋ የማይስማማዎት ነገር (አለርጂ) ካለብዎ።** የጉንፋን ክትባት ከተከተቡ በኋላ ለህይወት የሚያሰጋ አለመስማማት ገጥሞዎት የሚያውቅ ከሆነ፣ ወይም ለማንኛውም የዚህ ክትባት ክፍል አለርጂ ካለብዎ ክትባቱን እንዳይከተቡ ሊመከሩ ይችላሉ። ሁሉም

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

ሳይሆኑ የሚበዙት የጉንፋን ክትባቶች በጥቂቱ የእንቁላል ፕሮቲን ይኖራቸዋል።

- **Guillain-Barre Syndrome (በጣም አደገኛ የሆነ ሽባ የሚያደርግ በሽታ፤ ጂቢኤስ በመባልም ይጠራል)** ታመው የሚያውቁ ከሆነ። አንዳንድ ጂቢኤስ ታመው የሚያውቁ ሰዎች ይህንን ክትባት መከተብ የለባቸውም። ይህንን ከሐኪምዎ ጋር መነጋገር አለብዎ።
- **ካመምዎት።** በመጠኑ ታመው እያለ መከተብ ብዙ ጊዜ ችግር የለውም፣

ነገር ግን ሲሻልዎት ተመልሰው እንዲመጡ ሊጠየቁ ይችላሉ።

4 የክትባቱ አለመስማማት አደጋዎች

ክትባት፣ እንደ ማንኛውም መድሃኒት፣ አላስፈላጊ ውጤቶች ሊታስከትል የሚችልበት እድል አለ። እነዚህ አብዛኛውን ጊዜ ቀላል እና በራሳቸው የሚድኑ ናቸው።

የጉንፋን ክትባት የሚከተቡ ብዙ ሰዎች በክትባቱ ምክንያት የሚገጥሟቸው ችግሮች የሉም።

ከጉንፋን ክትባት በኋላ የሚከሰቱ **ቀላል ችግሮች** እነዚህን ያካትታሉ፦

- መርፌ የተወጋበት ቦታ ላይ ህመም፣ መቅላት ወይም እብጠት
- የድምጽ መሻከር
- የአይኖች ህመም፣ መቅላት ወይም ማሳከክ
- ሳል
- ትኩሳት
- ሰውነት መቆረጣጠም
- የራስ ምታት
- ማሳከክ
- ድካም

እነዚህ ችግሮች ከተከሰቱ፣ ብዙ ጊዜ ልክ ክትባቱን እንደተከተቡ ይጀምሩና ለ1 ወይም ለ2 ቀናት ሊቆዩ ይችላሉ።

ከጉንፋን ክትባት በኋላ የሚከሰቱ **ከበድ ያሉ ችግሮች** እነዚህን ያካትታሉ፦

- ህይወት ከሌለው ቫይረስ የተሰራ የጉንፋን ክትባት ከመከተብ በኋላ በመጠኑ ከፍያለ ለGuillain-Barre Syndrome ወይም ጂቢኤስ (በጣም አደገኛ የሆነ ሽባ የሚያደርግ በሽታ) የመጋለጥ አደጋ ሊኖር ይችላል። ይህ አደጋ ከሚከተቡ አንድ ሚልዬን ሰዎች 1 ወይም 2 ተጨማሪ ጉዳዬች ላይ የሚከሰት ነው ተብሎ ተገምቷል። ይህ በክትባት መከላከል ከሚቻለው በጉንፋን ምክንያት የሚከሰት ከባድ የተወሳሰበ ችግር አደጋ ጋር ሲነጻጸር በጣም አነስተኛ ነው።
- የጉንፋን ክትባቱን ከኒሞኮካል (PCV13) ክትባት እና/ወይም ከ DTaP ክትባት ጋር አብረው የሚወስዱ ትንንሽ ልጆች በትኩሳት ምክንያት የሚመጣ ሲዥር (ከቁጥጥር ውጪ የሆነ የሰውነት መንቀጥቀጥ) ሊገጥማቸው ይችላል። ተጨማሪ መረጃ ዶክተርዎን ይጠይቁ። የጉንፋን ክትባት የሚከተበው ልጅዎ ከቁጥጥር ውጪ የሆነ የሰውነት መንቀጥቀጥ ኖሮት የሚያውቅ ከሆነ ለዶክተርዎ ይንገሩ።

ማንኛውንም በመርፌ የሚሰጥ ክትባት ሲወሰድ ሊከሰቱ የሚችሉ ችግሮች፦

- አንዳንድ ሰዎች ከማንኛውም ህክምና በኋላ፣ ክትባት መከተብን ጨምሮ፣ ራሳቸውን ይስታሉ። ለ15 ደቂቃ ቁጭ ማለት ወይም መጋደም ራስ መሳትንና በመውደቅ ምክንያት የሚመጡ ጉዳቶችን ለመከላከል ይረዳል። እራስዎን የማዞር ስሜት የሚሰማዎት ከሆነ፣ እይታዎ ላይ ለውጥ ካለ ወይም ጆሮዎ የሚጮህቦት ከሆነ ለዶክተርዎ ይንገሩ።
- አንዳድ ሰዎች ትከሻቸው ላይ ጽኑ የሆነ ህመም ሊያማቸውና መርፌውን የተወጉበት እጃቸውን ማንቀሳቀስ ሊቸግራቸው ይችላል። ይህ የሚከሰተው በጣም በጥቂቱ ነው።
- ማንኛውም መድሃኒት በጣም ከባድ የሆኑ የአለመስማማት ምልክቶች ሊያስከትል ይችላል። በክትባት የሚከሰት እንደዚህ አይነት አለመስማማት የተለመደ አይደለም፤ በግምት ቢያጋጥም ከአንድ ሚሊዬን መጠኖች በአንዱ ላይ ነው። የሚያጋጥም ከሆነ ከክትባቱ በኋላ ከጥቂት ደቂቃዎች እስከ ጥቂት ሰዓታት ባለው ጊዜ ውስጥ ነው የሚከሰተው።

እንደማንኛውም መድሃኒት፣ ክትባት ከባድ ጉዳት ወይም ሞት ሊያስከትል የሚችልበት በጣም ጠባብ እድል አለ።

የክትባቶች ደህንነት ሁልጊዜ ቁጥጥር ይደረግበታል። ለተጨማሪ መርጃ፣ **www.cdc.gov/vaccinesafety/ን ይመልከቱ።**

5 ከባድ የሆነ አለመስማማት ካስከተለብኝስ?

ምን መመልከት አለብኝ?

- የሚያሳስብዎትን ማንኛውንም ነገር ይመልከቱ፣ ለምሳሌ በጣም ከባድ የአለመስማማት ምልክቶች፣ ከፍተኛ ትኩሳት፣ ወይም የባህርይ ለውጥ።

በጣም ከባድ የአለመሰማማት ምልክቶች እነዚህን ሊያካትቱ ይቻላሉ፤ የቆዳ መቆጣት፣ የጉሮሮ እና የፊት ማበጥ፣ የመተንፈስ ችግር፣ ፈጣን የልብ ትርታ፣ ራስ ማዞር እንዲሁም ድካም። እነዚህም ክትባቱን ከተከተቡ ከጥቂት ደቂቃዎች ወይም ሰዓታት በኋላ ሊጀምሩ ይችላሉ።

ምን ማድረግ አለብኝ?

- በጣም ከባድ የአለመስማማት ምልክት ወይም ሌላ ሊቆይ የማይችል አጣዳፊ ነገር ከመሰልዎት፣ 9-1-1 **ይደውሉና** የታመመውን ሰው ወደ አቅራቢያዎ ሆስፒታል ይውሰዱ። ይህ ካልሆነ ግን ወደ ሐኪምዎ

ይደውሉ።

- በመቀጠልም፣ ችግሩ ለክትባት ተቃራኒ ክስተቶች ማሳወቂያ ዘዴ (VAERS) ሪፖርት ሊደረግ ይገባል። ሐኪምዎ ሪፖርት ሊያደርግልዎ ይችላል ወይም እርስዎ ራስዎ በVAERS ድረ ገጽ www.vaers.hhs.gov ላይ ወይም በ1-800-822-7967 በመደወል ማሳወቅ ይችላሉ።

VAERS የህክምና ምክር አይሰጥም።

6 ብሔራዊ የክትባት ጉዳት ካሳ መርሃ ግብር

ብሔራዊ የክትባት ጉዳት ካሳ መርሃ ግብር (VICP) በአንዳንድ ክትባቶች ምክንያት የተጎዱ ሰዎችን ለመካስ የተቋቋመ የፌደራል መርሃ ግብር ነው።

በክትባት ምክንያት ጉዳት ደርሶብናል ብለው የሚያምኑ ሰዎች ስለ መርሃ ግብሩ እና ቅሬታቸውን ስለማቅረብ ግንዛቤ ለማግኘት በ1-800-338-2382 በመደወል ወይም የVICP ድረ ገጽ www.hrsa.gov/vaccinecompensation በመቃኘት መረዳት ይችላሉ። ካሳ ይገባኛል ብሎ ለመጠየቅ የጊዜ ገደብ አለው።

7 ተጨማሪ ግንዛቤ እንዴት ማግኘት እችላለሁ?

- የጤና ባለሙያውን ይጠይቁ። እርሱ ወይም እርስዋ ከክትባቱ ጋር የሚመጣ ከምን እንደተሰራ የሚገልጽ ወረቀት ሊሰጥዎት ወይም ሌሎች የመረጃ ምንጮችን ሊጠቁምዎት ይችላሉ።
- ወደ አካባቢዎ ወይም ወደ ስቴቱ የጤና ክፍል ይደውሉ።
- ከበሽታ ቁጥጥር እና መከላከል (CDC) ማዕከላት ጋር ይገናኙ፦
  - በስልክ ቁጥር 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) በመደወል፣ ወይም
  - የCDCን ድረ ገጽ www.cdc.gov/flu ይመልከቱ።

የክትባት መረጃ መግለጫ

ህይወት ከሌለው ቫይረስ የተሰራ የኢንፍሉዌንዛ/ፍሉ ክትባት

VIS inactivated influenza - Amharic

08/07/2015

42 U.S.C. § 300aa-26

Office Use Only

Translation provided by Swedish Medical Center, Seattle, WA