2009 H1N1 इंफ़्लुएन्ज़ा वैक्सीन

जीवित, तनूकृत
(नाक में छिड़का जाने वाला वैक्सीन)

आपको इसके बारे में क्या जानने की ज़रूरत है

टीका (ह्यवैक्सीनह) संबंधी जानकारी के अनेक बयान स्पैनिश तथा अन्य भाषाओं में उपलब्ध हैं। कृपया www.immunize.org/vis को देखें।

1 2009 H1N1 इंफ़्लुएन्ज़ा क्या होता है?

2009 H1N1 इंफ़्लुएन्ज़ा (जिसे कभी-कभार "स्वाइन फ़्लू" के नाम से भी पुकारा जाता है) इंफ़्लुएन्ज़ा वायरस के एक नए रूप धारण कर लेने के कारण उत्पन्न हुआ है। यह अनेक देशों में फैल चुका है।

फ़्लू के दूसरे वायरसों की तरह, 2009 H1N1 एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक खांसी, छींक और कभी-कभार, वायरस से दूषित चीज़ों को छूने से फैलता है।

2009 H1N1 के रोग-लक्षणों में निम्नलिखित शामिल हैं:

- थकान
- बुखार
- गले में ख़राश
- मांसपेशियों में दर्द
- कंपकंपी
- खांसी
- छींक

कुछ लोगों को दस्त तथा उल्टी भी होती है।

अधिकांश लोग एक सप्ताह के अंदर बेहतर महसूस करने लगते हैं। लेकिन कुछ लोगों को न्युमोनिया या कोई दूसरी गंभीर बीमारी हो जाती है। कुछ लोगों को अस्पताल में भर्ती करने की ज़रूरत पड़ती है और कुछ लोगों की मृत्यु हो जाती है।

2 2009 H1N1 और साधारण (मौसमी) फ़्लू में क्या अंतर है?

हालांकि मौसमी फ़्लू के वायरस प्रति वर्ष परिवर्तित होते रहते हैं, वास्तव में इनका आपस में निकट संबंध रहता है।

जिन लोगों को अतीत में फ़्लू का संक्रमण हो चुका है, वे मौसमी फ़्लू के वायरसों से कुछ हद तक प्रतिरक्षित हो जाते हैं (उनके शरीर में वायरस से लड़ने की कुछ क्षमता बन जाती है)।

2009 H1N1 फ़्लू वायरस ने वायरस का एक नया रूप धारण कर लिया है। यह मौसमी फ़्लू के वायरसों से बिल्कुल अलग है।

अधिकांश लोगों में 2009 H1N1 फ़्लू से बहुत कम या कोई प्रतिरक्षा नहीं है (यानि उनका शरीर इस वायरस से जूझने के लिए तैयार नहीं है)।

3 2009 H1N1 इंफ़्लुएन्ज़ा वैक्सीन

2009 H1N1 इंफ़्लुएन्ज़ा से रक्षा करने के लिए वैक्सीन उपलब्ध हैं।

- इन वैक्सीनों को बिल्कुल मौसमी फ़्लू के वैक्सीनों की तरह बनाया जाता है।
- अपेक्षा की जाती है कि यह मौसमी फ़्लू के वैक्सीनों की तरह ही सुरक्षित और प्रभावकारी होंगे।
- इनसे दूसरे वायरसों द्वारा उत्पन्न "इंफ़्लुएन्ज़ा से मिलती-जुलती" बीमारियों से बचाव नहीं होगा।
- इनसे मौसमी फ़्लू से बचाव नहीं होगा। ***अगर आप मौसमी फ़्लू से सुरक्षित रहना चाहते हैं तो आपको मौसमी इंफ़्लुएन्ज़ा वैक्सीन भी लगवाना चाहिए।***

नाक के ज़रिए दिए जाने वाले जीवित तथा तनूकृत वैक्सीन (या **LAIV**) को नाक में छिड़का जाता है। **इस पृष्ठ में नाक के ज़रिए दिए जाने वाले जीवित तथा तनूकृत वैक्सीन का वर्णन किया गया है।**

एक **निष्क्रिय** वैक्सीन भी उपलब्ध है, जिसे सुई के रूप में दिया जाता है। इसका वर्णन एक अलग पन्ने पर दिया गया है।

2009 H1N1 LAIV में थिमेरोसैल या अन्य परिरक्षक पदार्थ (प्रिज़र्विटिव) नहीं होते हैं। इसे 2 वर्ष से लेकर 49 वर्ष के लोगों के लिए लाइसेंस प्राप्त है।

वैक्सीन के वायरस को तनूकृत (यानि कमज़ोर) कर दिया गया है, इसलिए इससे बीमारी उत्पन्न नहीं हो सकती है।

4 किन लोगों को 2009 H1N1 इंफ़्लुएन्ज़ा वैक्सीन लगवाना चाहिए और कब?

कौन

LAIV को 2 वर्ष से लेकर 49 वर्ष के उन लोगों के लिए अधिकृत किया गया है, जो गर्भवती नहीं हैं और जिन्हें स्वास्थ्य संबंधी कुछ खास समस्याएं नहीं हैं (नीचे नंबर 5 को देखिए)। 2009 H1N1 LAIV सबसे पहले स्वस्थ लोगों के इन समूहों को लगवाने की सलाह दी जाती है:

- वे लोग जो 2 वर्ष से लेकर 24 वर्ष के हैं,
- वे लोग जो 25 वर्ष से लेकर 49 वर्ष के हैं और
  - 6 माह से कम उम्र के बच्चों के साथ रहते हैं या इनकी देख-भाल करते हैं, या
  - स्वास्थ्य देखभाल या आपातकालीन चिकित्सा कर्मी हैं।

जैसे-जैसे अतिरिक्त वैक्सीन उपलब्ध कराया जाएगा, वैसे-वैसे 25 से लेकर 49 वर्ष के दूसरे स्वस्थ लोगों को वैक्सीन लगवा लेना चाहिए।

> ध्यान दें: हालांकि कुछ समूहों को LAIV नहीं लगवाना चाहिए - जैसे कि गर्भवती महिलाओं को, दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याओं से ग्रस्त लोगों को, और 6 माह से लेकर 2 वर्ष की आयु वाले शिशुओं को - इन लोगों के लिए भी वैक्सीन लगवाना महत्त्वपूर्ण है। इन्हें फ़्लू का टीका लगवाना चाहिए।

केन्द्रीय सरकार इस वैक्सीन को उपलब्ध करा रही है और इसे लगवाना आपकी इच्छा पर निर्भर करेगा। फिर भी, राजकीय कानून या नियोक्ताओं के अनुसार कुछ लोगों को यह वैक्सीन अनिवार्य रूप से लगवाना पड़ सकता है।

कब

जितनी जल्दी वैक्सीन उपलब्ध हो जाए, इसे लगवा लें।

9 वर्ष तक के बच्चों को एक महीने के फ़ासले पर वैक्सीन की **दो खुराकें** मिलनी चाहिए। बड़े बच्चों और वयस्कों को केवल एक खुराक लेने की ज़रूरत है।

2009 H1N1 Live, attenuated influenza vaccine- Hindi 10/2/09

5 कुछ लोगों को वैक्सीन नहीं लगवाना चाहिए या इसके लिए इंतज़ार करना चाहिए

अगर आपको **अंडों** से, या वैक्सीन में **मौजूद किसी अन्य पदार्थ** से **गंभीर (जानलेवा)** एलर्जी है तो आपको 2009 H1N1 LAIV नहीं लेना चाहिए। *यदि आपको कोई भी गंभीर एलर्जी है तो वैक्सीन देने वाले व्यक्ति को बताएं।*

निम्न समूहों को 2009 H1N1 LAIV नहीं दिया जाना चाहिए।

- 2 वर्ष से कम उम्र के बच्चों को और 50 तथा इसे अधिक उम्र के वयस्कों को,
- गर्भवती महिलाओं को,
- ऐसे किसी व्यक्ति को जिसकी प्रतिरक्षण प्रणाली कमज़ोर हो चुकी है,
- दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याओं से ग्रस्त लोगों को, उदाहरण के लिए
  - दिल की बीमारी
  - गुर्दे या जिगर की बीमारी
  - फेफड़ों की बीमारी
  - डायबिटीज़ जैसी चयापचयी बीमारी
  - दमा
  - अनीमिया (रक्तक्षीणता) या रक्त के अन्य विकार
- दमा से पीड़ित 5 वर्ष या इससे कम उम्र के बच्चों को या जिन्हें पिछले वर्ष के दौरान एक या अधिक बार घरघराकर सांस लेने के दौरे पड़ चुके हैं,
- किसी भी ऐसे व्यक्ति को जिसे मांसपेशियों या तंत्रिका के विकार हैं (जैसे कि सेरीब्रल पॉल्सी) जिससे सांस लेने या निगलने की समस्याएं पैदा हो सकती हैं,
- कोई व्यक्ति जो किसी ऐसे व्यक्ति के निकट संबंध में रहता है जिसकी प्रतिरक्षण प्रणाली *बुरी तरह से* कमज़ोर हो चुकी है (जिसकी देखभाल किसी सुरक्षित वातावरण में की जाती है, जैसे कि हड्डी मज्जा प्रतिस्थापन इकाई में),
- उन बच्चों या युवाओं को जो लंबे अर्से से ऐस्प्रिन का उपचार ले रहे हैं।

अगर आप मध्यम रूप से या बहुत बुरी तरह से बीमार हैं, तो वैक्सीन लेने से पहले आपको शायद तबियत ठीक हो जाने तक इंतज़ार करने की सलाह दी जा सकती है। अगर आपको हल्की सी सर्दी या कोई दूसरी हल्की बीमारी है, तो आम तौर पर आपको इंतज़ार करने की ज़रूरत नहीं होगी।

अगर आपको कभी भी ऐसा हो चुका है, तो अपने डॉक्टर को अवश्य बताएं:

- मौसमी फ़्लू वैक्सीन की खुराक लेने के बाद कोई जानलेवा एलर्जिक प्रतिक्रिया,
- गियान-बारे (Guillian-Barré) सिंड्रोम (लकवा की गंभीर बीमारी जिसे (GBS) भी कहा जाता है)।

वैक्सीन न लेने के शायद यह कारण काफ़ी न हों, पर आपके चिकित्सा कर्मी इसके बारे में फ़ैसला करने में आपकी मदद कर सकते हैं।

2009 H1N1 LAIV अधिकतर दूसरे वैक्सीनों के साथ-साथ दिया जा सकता है। अपने डॉक्टर को बताएं कि पिछले महीने में क्या आपने कोई दूसरा टीका लगवाया है, या अगले महीने में क्या आप ऐसा करने की सोच रहे हैं। H1N1 LAIV तथा मौसमी LAIV को एक साथ नहीं लगवाना चाहिए।

6 2009 H1N1 LAIV के जोखिम क्या हैं?

किसी भी दवा की तरह, वैक्सीन से भी गंभीर समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं, जैसे कि कोई गंभीर एलर्जिक प्रतिक्रिया। लेकिन किसी वैक्सीन से गंभीर क्षति या मृत्यु हो जाने का जोखिम बहुत ही कम होता है।

2009 H1N1 LAIV के जोखिम मौसमी LAIV के जोखिमों के समान ही होने की अपेक्षा की जाती है:

हल्की समस्याएं:

2-17 वर्ष के बीच के कुछ बच्चों और युवाओं ने कुछ हल्की प्रतिक्रियाओं की रिपोर्ट दर्ज़ की है, जिनमें यह शामिल हैं:

- नाक बहना, नाक भरा होना या खांसी
- बुखार
- सिरदर्द या मांसपेशियों में दर्द
- घरघराकर सांस लेना
- उदर में दर्द या कभी-कभी वमन या दस्त

18-49 के कुछ वयस्कों ने इन लक्षणों के बारे में बताया है:

- नाक बहना या नाक भरा होना
- गले में ख़राश
- खांसी, कंपकंपी, थकान/कमज़ोरी
- सिरदर्द

गंभीर समस्याएं:

- ऐसा बहुत ही कम होता है कि वैक्सीन लगने पर जानलेवा एलर्जिक प्रतिक्रियाएं हो जाएं। यदि ऐसा हुआ तो टीका लगने के कुछ मिनटों या कुछ घंटों के अंदर प्रतिक्रिया हो जाती है।
- 1976 में, एक दूसरे प्रकार के निष्क्रिय स्वाइन फ़्लू वायरस को गियान-बारे सिंड्रोम (GBS) की घटनाओं से जोड़ा गया था। GBS का LAIV से कोई संबंध स्थापित नहीं किया गया है।

7 अगर कोई गंभीर प्रतिक्रिया हो जाए, तो?

मुझे किन लक्षणों के लिए चौकस रहना चाहिए?

किसी भी असाधारण स्थिति के लिए, जैसे कि तेज़ बुखार या व्यवहार में परिवर्तन। गंभीर एलर्जिक प्रतिक्रियाओं में यह शामिल हो सकते हैं - सांस लेने में दिक्कत, फटी आवाज़ या घरघराते हुए सांस लेना, पित्ती, फीका पड़ जाना, कमज़ोरी, दिल की तेज़ धड़कन या चक्कर आना।

मुझे क्या करना चाहिए?

- डॉक्टर को **बुलवाएं**, या उस व्यक्ति को तुरंत डॉक्टर के पास लेते जाएं।
- डॉक्टर को **बताएं** कि किस तारीख को कितने बजे क्या हुआ था, और यह भी कि वैक्सीन कब लगवाया गया था।
- अपने प्रदाता से **कहें** कि वह Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS यानि वैक्सीन के प्रतिकूल प्रभावों के बारे में रिपोर्ट दर्ज़ करने की प्रणाली) वाले फ़ॉर्म को भरकर प्रतिक्रिया के बारे में रिपोर्ट दर्ज़ करें। या आप VAERS के वेबसाइट, **www.vaers.hhs.gov** पर जाकर या **1-800-822-7967** पर फ़ोन करके खुद यह रिपोर्ट दर्ज़ कर सकते हैं।

VAERS चिकित्सकीय सलाह नहीं देती है।

8 वैक्सीन से लगने वाली संभावित चोट के लिए क्षतिपूर्ति

यदि आपको या आपके बच्चे को वैक्सीन से प्रतिक्रिया हो जाती है, तो मुकदमा करने की आपकी क्षमता पर कानूनी सीमाएं हैं।

फिर भी, इस वैक्सीन से होने वाली गंभीर प्रतिक्रियाओं का सामना करने वाले कुछ व्यक्तियों की चिकित्सकीय देख-भाल तथा कुछ खास खर्चों की अदायगी करने के लिए एक संघीय कार्यक्रम स्थापित किया गया है। इस कार्यक्रम के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए, कृपया **1-888-275-4772** पर फ़ोन करें या **www.hrsa.gov/countermeasurescomp/default.htm** पर जाकर कार्यक्रम के वेबसाइट को देखें।

9 मैं इसके बारे में और अधिक कैसे जान सकता हूँ?

- अपने प्रदाता से पूछें। वे आपको वैक्सीन के साथ दी गई लिखित जानकारी दे सकते हैं या जानकारी के अन्य स्रोतों के बारे में बता सकते हैं।
- अपने स्थानीय या राजकीय स्वास्थ्य विभाग को फ़ोन करें।
- रोग नियंत्रण तथा निवारण केन्द्रों (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) से संपर्क करें:
  - **1-800-232-4636** पर फ़ोन करें **(1-800-CDC-INFO)** या
  - CDC के वेबसाइट **www.cdc.gov/h1n1flu** या **www.cdc.gov/flu** पर जाएं
  - इंटरनेट पर **www.flu.gov** पर जाएं

DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

Vaccine Information Statement
2009 H1N1 LAIV IMM-979HND – Hindi (10/2/09) 42 U.S.C. §300aa-26
Translated by Transcend Translations, Davis, CA www.transcend.net