ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਿਆਨ

ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨ (ਨਾਕਾਰਾ ਜ਼ਾਂ ਡੀ. ਐਨ. ਐ. ਤੋਂ ਬਣਾਈ ਹੋਈ): *ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਨਣ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ*

ਕਈ ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਿਆਨ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਜਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਦੇਖੋ www.immunize.org/vis

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

੧ ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਲਗਵਾਉਣੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ?

ਫਲੂ ਇੱਕ ਛੂਤ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ, ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮਈ ਤੋਂ ਅਕਤੂਬਰ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਫਲੂ ਇਨਫਲੂਏਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ, ਖੰਘ, ਨਿੱਛ, ਅਤੇ ਨੇੜੇ ਰੇਹਨ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਫ਼ਲੂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਲੂ ਹਮਲਾ ਅਚਾਨਕ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਦਿਨ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੱਛਣ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੱਛਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:
- ਬੁਖਾਰ / ਸਰਦੀ
- ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦਰਦ
- ਥਕਾਵਟ
- ਖੰਘ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਨੱਕ ਚੋਂ ਪਾਣੀ ਵਗਣਾ

ਫਲੂ ਦੇ ਕਾਰਣ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਮੋਨਿਆ, ਲਹੂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸਨ, ਦਸਤ ਅਤੇ ਦੌਰੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸੇਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਜਾਂ ਫੇਫੜੇ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ, ਫਲੂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਤਰ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਫਲੂ ਕੁਝ ਲੋਕ ਲਈ ਹੋਰ ਵੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ। ਨਵਜੰਮੇ, ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ,ਬਜੁਰਗ ਲੋਕ ੬੫ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ, ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਿਨਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਖਤਰੇ ਦੀ ਕਾਗਾਰ ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕ ਫਲੂ ਨਾਲ ਮਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲ ਭਰਤੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ:
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ,
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਲੂ ਦਾ ਅਸਰ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ
- ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਬਚਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ।

੨ ਨਾਕਾਰਾ ਜ਼ਾਂ ਡੀ. ਐਨ. ਐ. ਤੋਂ ਬਣਾਈ ਹੋਈ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ

ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਹਰ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਵਿੱਚ ਲਗਵਾਓਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।੬ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ੮ ਸਾਲ ਦੇ ਬਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਦੇ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਦੋ ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਾਕੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਹੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਵੈਕਸੀਨ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਓਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪਾਰਾ-ਅਧਾਰਿਤ ਪਰਿਰੱਖਿਅਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਨਾਮ ਟਿੰਮਰੋਸਲ ਹੈ। ਅਧਿਐਨ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਟਿੰਮਰੋਸਲ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ, ਪਰ ਬਿਨਾਂ ਟਿੰਮਰੋਸਲ ਵਾਲੀ ਵੈਕਸੀਨ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ।

ਇੱਥੇ ਫਲੂ ਟੀਕੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਜੀਵਤ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। **ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਾਲ ਫਲੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।**

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਲੂ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਸਾਲ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਆਗਾਮੀ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਵਿੱਚ ਰੋਗ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਜੇ ਟੀਕਾ ਕਿਸੇ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਬਚਾ ਸਕਦੀ ਜੇਕਰ:
- ਜਿਸ ਵਾਇਰਸ ਨੇ ਫਲੂ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਉਸਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਜ਼ਾਂ
- ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਫਲੂ ਵਰਗੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਪਰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਫਲੂ ਨਹੀ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੈਕਸੀਨ ਦਾ ਅਸਰ ਸੁਰੁ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ੨ ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

੩ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਓਣੇ ਚਾਹਿਦੇ

ਜੋ ਇਨਸਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਦੱਸੋ:

- **ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਜਾਨਲੇਵਾ ਐਲਰਜੀ ਹੋਈ ਹੈ।**
  ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਓਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਤੱਤ ਤੋਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾ ਲਗਵਾਓਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਨਹੀਂ ਪਰ ਜਿਆਦਾਤਰ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਅੰਡੇ ਦਾ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- **ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਗੁਲੀਅਨ ਬਰੇ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਈ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ GBS ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ)।**
  ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਗੁਲੀਅਨ ਬਰੇ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਓਣੀ ਚਾਹਿਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਓਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

- **ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀ ਕਰ ਰਹੇ**
  ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾਮੂਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਓਣਾ ਸੁੱਰਖਿੱਅਤ ਹੈ। ਪਰ ਤੁਹਾਨੂ ਵਾਪਸ ਆਣ ਲਈ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

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

੪ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ

ਹਰ ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਆਦਾਤਰ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਖਤਰਨਾਕ ਨਹੀਂ ਹੁਦੀਆਂ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ **ਮਾਮੂਲੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ**:
- ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਜਗਹ ਤੇ ਸੋਜਿਸ਼ ਅਤੇ ਦਰਦ
- ਭਰੜਾਹਟ
- ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਲੀ ਅਤੇ ਖਾਰਿਸ਼
- ਖੰਘ
- ਬੁਖਾਰ
- ਬਦਨ ਦਰਦ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਖਾਰਿਸ਼
- ਥਕਾਵਟ

ਜੇ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਜਲਦੀ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ੧-੨ ਦਿਨ ਤੱਕ ਰਿਹੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆ ਲਿਖੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ:
- ਨਾਕਾਰਾ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਗੁਲੀਅਨ ਬਰੇ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਥੋੜਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖਤਰਾ ੧੦ ਲੱਖ ਵਿੱਚੋਂ ੧-੨ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਪਰ ਇਹ ਖਤਰਾ ਫਲੂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਘੱਟ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਫਲ਼ੂ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਟਾਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ (ਫਛਡ੧੩) ਜਾਂ ਧਠਓਫ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਖਾਰ ਕਾਰਨ ਦੌਰੇ ਪੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਣਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਜੇਕਰ ਕਦੇ ਦੌਰਾ ਪਿਆ ਹੈ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਦੱਸੋ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ:
- ਲੋਕ ਕਈ ਵਾਰ ਚਕਿਤਸਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਬਾਅਦ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ੧੫ ਮਿੰਟ ਲੇਟਣ ਜਾਂ ਬੈਠਣ ਨਾਲ ਡਿੱਗਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਟਾਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਚੱਕਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਧੁੰਦਲਾ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਘੰਟੀ ਦੀ ਆਵਾਜ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।
- ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜ ਦਰਦ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਹਿਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ,ਇਹ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਕੋਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤਿਕਿਆ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਜਿਹੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਦੇਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਅੰਦਾਜੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ੧੦ ਲੱਖ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ੧ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਟੀਕੇ ਦੇ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਤੋਂ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੀ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਫਲੂ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਆਸਾਰ ਹਨ ਕਿ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਹੋਵੇ।

ਫਲੂ ਟੀਕੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.cdc.gov/vaccinesafety/ ਤੇ ਜਾਓ।

੫ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਹੋ ਜਾਵੇ?

ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ ਦੇਖੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਲਰਜੀ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਲੱਛਣ, ਬਹੁਤ ਤੇਜ ਬੁਖਾਰ, ਜਾਂ ਅਸੰਭਾਵਿਤ ਵਿਵਹਾਰ।

ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖਾਰਿਸ਼ ਹੋਣਾ, ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੀ ਸੋਜ, ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਾਹ, ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ, ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ, ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਇਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਜਾਂ ਕੋਈ ਆਪਾਤਕਾਲੀਨ ਲੱਗ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੰਤਜਾਰ ਨਾ ਕਰੋ, ੯੧੧ ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਨਜਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।
- ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਵੈਕਸੀਨ ਐਡਵਰਸ ਈਵੈਂਟ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਸਿਸਟਮ (VAERS) ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਹ ਰਿਪੋਰਟ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਵੀ VAERS ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਇਟ **www.vaers.hhs.gov**, ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ੧-੮੦੦-੮੨੨-੭੯੬੭ ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹ।

VAERS ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀ ਦੇਂਦਾ।

੬ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵੈਕਸੀਨ ਹਾਨੀ ਮੁਆਵਜਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
(National Vaccine Injury Compensation Program)

ਇਹ ਇੱਕ ਸੰਘੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜਾ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਵਜਹ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਹਾਨੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਲੋਕ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਦਾਵਾ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ **੧-੮੦੦-੩੩੮-੨੩੮੨** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਜਾਂ VICP ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਇਟ **www.hrsa.gov/vaccinecompensation**। ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੁਆਵਜੇ ਦਾ ਦਾਵਾ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੀਮਾ ਤੈਅ ਹੈ।

੭ ਮੈਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੇਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਪੈਕੇਜ ਇੰਸਰਟ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਾਧਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਜਾਂ ਰਾਜ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਰੋਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿਭਾਗ (CDC) ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
  - **੧-੮੦੦-੨੩੨-੪੬੩੬** (**੧-੮੦੦–CDC-INFO**) ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ
  - ਛਧਛ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਇਟ **www.cdc.gov/flu** ਤੇ ਜਾਓ

Vaccine Information Statement

Inactivated Influenza Vaccine

08/07/2015 Punjabi

42 U.S.C. § 300aa-26

Office Use On

Translation provided by Stacey Satvinder de Peralta and Gurinder Singh Grewal