حفاظتی ٹیکہ

آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے

H1N1 2009 انفلوئنزا

زندہ، تضعیف شدہ

(اسپرے کی شکل میں ناک سے دیا جانے والا حفاظتی ٹیکہ)

کئی حفاظتی ٹیکوں کی معلومات سے متعلق بیانات و تفصیلات ہسپانوی اور دیگر زبانوں میں دستیاب ہیں۔ ملاحظہ فرمائیں: www.immunize.org/vis

1 H1N1 2009 انفلوئنزا کیا ہے؟

H1N1 2009 انفلوئنزا (کبھی کبھی سوائن فلو بھی کہلاتا ہے) انفلوئنزا وائرس کی ایک نئی قسم کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ کئی ملکوں میں پھیل چکا ہے۔

فلو کے دیگر وائرسوں کی طرح، H1N1 2009 ایک آدمی سے دوسرے میں کھانسنے، چھینکنے سے اور کبھی کبھی اس وائرس سے آلودہ چیزوں کو چھونے سے پھیلتا ہے۔

H1N1 2009 کی علامتوں میں درج ذیل شامل ہو سکتے ہیں:

- تھکاوٹ
- بخار
- گلے میں خراش
- پٹھوں میں درد
- ٹھنڈ
- کھانسنا
- چھینکنا

کچھ لوگوں کو دست اور قے بھی ہوتی ہے۔

زیادہ تر لوگ ایک ہفتہ کے اندر بہتر محسوس کرتے ہیں۔ لیکن کچھ لوگوں کو نمونیا اور دیگر شدید قسم کی بیماریاں ہوتی ہیں۔کچھ لوگوں کو اسپتال میں داخل کرنا پڑتا ہے اور کچھ مر جاتے ہیں۔

2 معمول کے (موسمی) فلو سے 2009 H1N1 کیسے مختلف ہے؟

موسمی فلو کے وائرس سال بہ سال تبدیل ہوتے رہتے ہیں لیکن ان کا ایک دوسرے سے بہت گہرا تعلق ہوتا ہے۔

ایسے لوگ جن کو ماضی میں فلو کی بیماریاں ہو چکی ہیں عام طور پر ان میں موسمی فلو کے وائرسوں کے خلاف تھوڑی قوت مدافعت ہوتی ہے (ان کے جسم وائرسوں سے لڑنے کے لئے اپنے اندر کچھ صلاحیت پیدا کر لیتے ہیں)۔

H1N1 2009 فلو وائرس ایک نئے قسم کا وائرس ہے۔ یہ موسمی فلو کے وائرس سے بہت مختلف ہوتا ہے۔

بہت سے لوگوں میں H1N1 2009 فلو کے خلاف بہت ہی کم قوت مدافعت ہوتی ہے یا بالکل نہیں ہوتی ہے (ان کے جسم وائرس سے لڑنے کے لئے تیار نہیں رہتے ہیں)۔

3 H1N1 2009انفلوئنزا کا حفاظتی ٹیکہ

H1N1 2009 انفلوئنزا سے تحفظ فراہم کرنے کے لئے حفاظتی ٹیکے دستیاب ہیں۔

- یہ ٹیکے بالکل موسمی فلو کے ٹیکے کی طرح ہی بنائے جاتے۔
- موسمی فلو کے ٹیکوں کی طرح ہی ان سے بھی محفوظ اور اثر دار ہونے کی توقع کی جاتی ہے۔
- انفلوئنزا کے ٹیکے دیگر وائرسوں سے پیدا ہونے والی»انفلوئنزا جیسی» بیماریوں کی روک تھام نہیں کریں گے۔
- وہ موسمی فلو کی روک تھام نہیں کریں گے۔ ***اگر آپ موسمی فلو سے تحفظ چاہتے ہیں تو آپ کو بھی موسمی انفلوئنزا کا حفاظتی ٹیکہ لگوانا چاہئے۔***

زندہ، تضعیف شدہ ناک سے دیا جانے والا ٹیکہ (یا LAIV) ناک میں اسپرے کیا جاتا ہے۔ یہ پرچہ زندہ، تضعیف شدہ ناک میں دیئے جانے والے ٹیکے کے بارے میں تفصیل بیان کرتا ہے۔

غیر فعال حفاظتی ٹیکہ بھی دستیاب ہے جو شاٹ (انجیکشن) کی شکل میں دیا جاتا ہے۔ اس کی تفصیلات ایک علیحدہ پرچہ میں بیان کی گئی ہے۔

H1N1 LAIV 2009 میں تھائی میروسال یا دیگر تحفظی مادے نہیں ہوتے ہیں۔ یہ 2 سے لے کر 49 سال تک کی عمر کے لوگوں کے لئے لائسنس یافتہ ہے۔

ٹیکے کا وائرس تضعیف شدہ (کمزور کیا ہوا) ہوتا ہے لہٰذا اس سے بیماری نہیں ہوگی۔

4 H1N1 2009 انفلوئنزا کے حفاظتی ٹیکے کسے اور کب لینا چاہئے؟

ٹیکے کسے لگوانا چاہئے

2 سال سے لے کر 49 برس تک کی عمر کے لوگوں کے لئے LAIV منظور کی گئی ہے، ان میں غیر حاملہ عورتیں اور ایسے اشخاص شامل ہیں جن کو صحت کی مخصوص شکایتیں نہیں ہیں (دیکھیں نمبر 5 نیچے)۔ جن گروپوں کوترجیحی طور پر 2009 H1N1 LAIV کا حفاظتی ٹیکہ لگوانے کی سفارش کی گئی ہے ان میں درج ذیل پہلے آتے ہیں:

- 2 سے لے کر 24 سال تک کی عمر کے افراد،
- 25 سے لے کر 49 سال تک کی عمر کے افراد اور
  - 6 ماہ سے کم عمر کے شیرخوار بچوں کے ساتھ رہنے یا ان کی نگہداشت کرنے والے لوگ، یا
  - صحت کی نگہداشت اور ہنگامی طبی عملہ کے افراد۔

جب زیادہ حفاظتی ٹیکے دستیاب ہوں تو 25 سے لے کر 49 سال کی عمر کے دیگر صحت مند لوگوں کوبھی حفاظتی ٹیکے لگائے جانے چاہئیں۔

نوٹ: جبکہ ایک مخصوص گروپ کے لوگوں کو LAIV نہیں لینا چاہئے – مثلاً حاملہ عورتیں، طویل مدتی عارضوں میں مبتلا لوگ اور 6 ماہ سے لے کر 2 سال تک کے بچے – یہ اہم ہے کہ ان کو حفاظتی ٹیکہ لگایا جائے۔ ان کو فلو انجیکشن لگوانا چاہئے۔

وفاقی حکومت رضاکارانہ طور پر اس حفاظتی ٹیکے کو رسید لے کر فراہم کر رہی ہے۔تاہم ریاستی قانون یا آجران کو کچھ خاص قسم کے لوگوں کو لگوانے کے لئے حفاظتی ٹیکے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

ٹیکہ کب لگوانا چاہئے

حفاظتی ٹیکہ دستیاب ہوتے ہی لگوا لیں۔

.9 سال تک کی عمر کے بچوں کو تقریباً ایک مہینے کے وقفے سے حفاظتی ٹیکہ کی **دو خوراکیں** لینی چاہئیں۔ زیادہ عمر کے بچے اور بالغ افراد کو صرف ایک خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔

5 کچھ لوگوں کو حفاظتی ٹیکہ نہیں لگوانا چاہئے یا ان کو انتظار کرنا چاہئے

اگر آپ کو انڈوں، یا **حفاظتی ٹیکہ میں موجود دوسری شے سے شدید قسم (جان لیوا) کی الرجی** ہے تو آپ کو H1N1 LAIV 2009 فلو کا حفاظتی ٹیکہ نہیں لگوانا چاہئے۔ *اگر آپ کو کوئی شدید قسم کی الرجی ہے تو آپ حفاظتی ٹیکہ لگانے والے شخص کو بتا دیں۔*

درج ذیل گروپوں کو H1N1 LAIV 2009 کا حفاظتی ٹیکہ نہیں لگوانا چاہئے۔

- 2 سال سے کم عمر کے بچے اور 50 سال کے بالغ افراد اور اس سے زیادہ عمر کے لوگ
- حاملہ عورتیں،
- کمزور نظام مامونیت والا کوئی شخص،
- طویل مدتی صحت کے مسئلہ سے دوچار کوئی شخص جیسے
  - دل کی بیماری - گردہ یا جگر کی بیماری
  - پھیپھڑے کی بیماری - استحالہ کی بیماری، جیسے ذیابیطس
  - دمہ - انیمیا، اور خون کی دیگر شکایتیں یا بیماریاں
- پچھلے سال کے دوران دمہ یا ایک یا زیادہ مرتبہ سانس لینے کے دوران خرخرانے کی کیفیت میں مبتلا 5 سال سے کم عمر کے بچے،
- پٹھا یا نس کی مخصوص بیماریوں میں مبتلا کوئی شخص (جیسے دورہ والی بیماریاں یا دماغی فالج) جو سانس لینے یا نگلنے کے مسائل سے دوچار کرسکتی ہیں،
- جو کسی ایسے شخص کے رابطہ میں رہتا ہے جس کا مدافعتی نظام شدید طور پر کمزور ہے (جس کو محفوظ ماحول میں نگہداشت کی ضرورت ہے جیسے ہڈی کے گودے کی پیوندکاری کی یونٹ)،
- بچے اور نوخیز جن کی اسپرین سے طویل مدتی علاج چل رہا ہے۔

اگر آپ ہلکے یا شدید طور پر بیمار ہیں تو فلو کا ٹیکہ لگوانے سے پہلے صحت یاب ہونے تک آپ کو انتظار کرنے کا مشورہ دیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کو معمولی سردی یا دیگر بیماری ہے تو عام طور پر انتظار کرنے کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔

اگر آپ کو درج ذیل ہوچکا ہو تو اپنے ڈاکٹر کو بتا دیں:

- موسمی فلو کے حفاظتی ٹیکے کی ایک خوراکیں کے بعد جان لیوا الرجک ری ایکشن،
- Guillain-Barré کی مجموعی علامت (فالج کی شدید بیماری جسے GBS بھی کہا جاتا ہے)۔

حفاظتی ٹیکہ نہ لگوانے کی یہ وجوہات نہیں بھی ہو سکتی ہیں لیکن اس کا فیصلہ کرنے میں طبی عملہ آپ کی مدد کر سکتا ہے۔

H1N1 LAIV 2009 کا ٹیکہ بیک وقت دیگر ٹیکوں کے ساتھ دیا جا سکتا ہے۔ اگر پچھلے مہینوں میں آپ نے دیگر ٹیکے لگوائے ہیں یا اگلے مہینے کوئی لگوانا چاہتے ہیں تو اپنے ڈاکٹر کو بتا دیں۔ H1N1 LAIV اور موسمی LAIV ایک ساتھ نہیں دیا جانا چاہئے۔

6 H1N1 LAIV 2009 سے کون کون سے خطرات ہیں؟

کوئی ٹیکہ، کسی دوا ہی کی طرح، شدید قسم کا مسئلہ پیدا کر سکتا ہے جیسے کہ شدید قسم کا الرجک ری ایکشن۔ لیکن کسی ٹیکے کا ایسا خطرہ بہت ہی کم ہے جو شدید قسم کے نقصان یا موت کا باعث بن سکتا ہے۔

H1N1 LAIV 2009 حفاظتی ٹیکے کے امکانی خطرے موسمی LAIV کے جیسے ہی ہونے کی توقع کی جاتی ہے:

ہلکے مسائل:

2-17 سال کی عمر کے بچوں اور نو عمروں نے ہلکے ری ایکشنوں کی شکایت کی ہے جس میں درج ذیل شامل ہیں:

- بہتی ہوئی ناک، بند ناک یا کھانسی • بخار
- سر درد اور پٹھوں میں درد •سانس میں خرخراہٹ
- پیٹ میں درد یا کبھی کبھار قے یا دست

18-49 سال کے کچھ بالغ افراد نے درج ذیل شکایتیں کی ہیں:

- بہتی ہوئی ناک یا بند ناک •گلے میں خراش
- کھانسی، ٹھنڈ، تھکاوٹ/کمزوری • سر درد

شدید قسم کے مسائل:

- حفاظتی ٹیکوں سے جان لیوا الرجک ری ایکشن بہت ہی کم ہوتے ہیں۔ اگر ہوتے ہیں تو عام طور پر ٹیکہ لگوانے کے چند منٹوں سے لے کر چند گھنٹوں میں پیدا ہوتے ہیں۔
- 1976 میں، ابتدائی قسم کا غیر فعال کردہ سوائن فلو ٹیکہ Guillain-Barré کی مجموعی علامت (GBS) کے معاملوں سے منسلک تھا۔ LAIV کا GBS سے اب تک کوئی تعلق ثابت نہیں ہے۔

7 اگر شدید قسم کا ری ایکشن ہوتا ہے تو کیا ہوگا؟

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 نرخرے کی سوزش، بے رونقی، کمزوری، تیز دل کی دھڑکن، یا چکر آنا شامل ہو سکتے ہیں۔

مجھے کیا کرنا چاہئے؟

- کسی ڈاکٹر کو **بلائیں** یا اس شخص کو فوری طور پر ڈاکٹر کے پاس لے جائیں۔
- ڈاکٹر کو **بتائیں** کہ کیا ہوا تھا۔ واقع ہونے کی تاریخ اور وقت اور ٹیکہ کب 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 اس رپورٹ کو VAERS کی ویب سائٹ **www.vaers.hhs.gov** کے ذریعہ بھیج سکتے ہیں یا **1-800-822-7967** پر فون کرکے رپورٹ درج کرا سکتے ہیں۔

VAERS طبی صلاح فراہم نہیں کرتی ہے

8 ٹیکہ سے پہنچنے والے ضرر کی تلافی

اگر آپ یا آپ کے بچے کو اس ٹیکہ سے کوئی ری ایکشن ہوا ہے تو قانونی چارہ جوئی کی آپ کی اہلیت قانوناً محدود کی گئی ہے۔

تاہم، اس ٹیکہ کی وجہ سے شدید قسم کے ری ایکشن سے دوچار کسی شخص کی طبی نگہداشت اور دیگر مخصوص اخراجات کی ادائیگی میں مدد کرنے کے لئے ایک وفاقی پروگرام بنایا گیا ہے۔ اس پروگرام کے بارے میں مزید معلومات کے لئے **1-888-275-4772** پر فون کریں یا اس پروگرام کی درج ذیل ویب سائٹ ملاحظہ فرمائیں:

www.hrsa.gov/countermeasurescomp/default.htm

9 میں زیادہ معلومات کیسے حاصل کر سکتا/سکتی ہوں؟

- اپنے فراہم کنندہ سے پوچھیں۔ وہ آپ کو ٹیکہ کے پیکج کے ساتھ آنے معلوماتی اشتہار آپ کو دے سکتے ہیں یا معلومات کے دوسرے وسائل 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/h1n1flu** یا **www.cdc.gov/flu** ملاحظہ کریں
  - ویب سائٹ **www.flu.gov** کو ملاحظہ فرمائیں

محکمہ صحت اور دماغی حفظان صحت اور انسانی خدمات
(DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES)
بیماری پر قابو پانے او اس کی روک تھام کے مراکز
(CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION)

ٹیکہ کی معلومات کا بیان
10/2/09 Urdu H1N1 LAIV 2009

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