زندہ، ناک کے اندر ہونے والا انفلوئنزا حفاظتی ٹیکہ

2011-12

آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے

حفاظتی ٹیکوں کی معلومات سے متعلق بیانات ہسپانوی اور کئی دیگر زبانوں میں دستیاب ہیں- دیکھیں: www.immunize.org/vis.

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

1 حفاظتی ٹیکہ کیوں لگوائیں؟

انفلوئنزا ("فلو") ایک متعدی بیماری ہے-

یہ انفلوئنزا وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے، جو کھانسنے، چھینکنے، یا ناک کی رطوبتوں کے ذریعہ پھیل سکتا ہے-

انفلوئنزا کسی کو بھی ہوسکتا ہے، لیکن بچوں میں اس کی انفیکشن کی شرح سب سے زیادہ ہے- زیادہ تر لوگوں میں، علامتیں صرف چند دنوں تک رہتی ہیں- ان میں درج ذیل شامل ہیں:

- بخار/ ٹھنڈ
- گلے کی سوزش
- پٹھوں میں درد
- تھکاوٹ
- کھانسی
- سر درد
- بہتی ہوئی یا بند ناک

دیگر بیماریوں میں ایسی ہی علامتیں ہوسکتی ہیں اور اکثر انہیں غلطی سے انفلوئنزا ہی سمجھ لیا جاتا ہے-

چھوٹے بچے، 65 سال اور اس سے زیادہ عمر کے افراد، حاملہ عورتیں، اور مخصوص طبی کیفیات - مثلاً دل، پھیپھڑے یا گردے کی بیماری یا کمزور نظام مامونیت والے افراد - زیادہ بیمار ہو سکتے ہیں- فلو کی وجہ سے تیز بخار اور نمونیا ہوسکتا ہے اور موجودہ طبی کیفیات کو بدتر بنا سکتا ہے- بچوں میں یہ دست اور دورہ (مرگی، فالج) پیدا کرسکتا ہے- ہرسال ہزاروں لوگ انفلوئنزا سے مرتے ہیں اور اس سے زیادہ لوگ اسپتال میں بھرتی ہوتے ہیں-

فلو کا حفاظتی ٹیکہ لگواکر آپ خود کو انفلوئنزا سے بچا سکتے ہیں اور دیگر لوگوں میں انفلوئنزا پھیلنے سے بھی روک سکتے ہیں-

2 زندہ، کمزور شدہ انفلوئنزا کا حفاظتی ٹیکہ - LAIV (ناک میں کیا جانے والا اسپرے)

انفلوئنزا کے حفاظتی ٹیکہ کی دو قسمیں ہوتی ہیں:

1. **انفلوئنزا کے زندہ، کمزور شدہ حفاظتی ٹیکہ** (LAIV) میں زندہ مگر تضعیف شدہ (کمزور کیا گیا) انفلوئنزا وائرس ہوتا ہے- ناک کے نتھنوں میں اس کی پچکاری کی جاتی ہے-
2. **غیرفعال** (ہلاک شدہ) انفلوئنزا کا حفاظتی ٹیکہ، یا "فلوشاٹ" پٹھے میں انجیکشن کے ذریعہ دیا جاتا ہے-*اس حفاظتی ٹیکہ کی وضاحت ٹیکہ کے ایک الگ معلوماتی بیان میں کی گئی ہے-*

انفلوئنزا کے وائرسز ہمیشہ تبدیل ہوتے رہتے ہیں، لہذا سالانہ حفاظتی ٹیکہ کاری کی سفارش کی جاتی ہے- ہر سال سائنس داں حضرات حفاظتی ٹیکہ میں موجود وائرسوں کا موازنہ اس سال فلو پیدا کرنے والے متوقع ترین وائرسوں سے کرتے ہیں- فلو کا حفاظتی ٹیکہ دیگر وائرسوں سے ہونے والی بیماری کی روک تھام نہیں کرے گا، بشمول ان فلو وائرسوں کے جو حفاظتی ٹیکے میں شامل نہیں ہیں-

حفاظتی ٹیکہ لگانے کے بعد مدافعت کی قوت پیدا ہونے میں 2 ہفتے کا وقت لگتا ہے- تحفظ یا بچاؤ تقریباً ایک سال تک حاصل رہتا ہے-

LAIV میں تھیمیروسول یا دیگر تحفظ کار مادے نہیں ہوتے ہیں-

3 LAIV کون لے سکتا ہے؟

2 سال سے لے کر 49 برس تک کی عمر کے صحت مند لوگوں کے لئے LAIV کی سفارش کی جاتی ہے، ان میں غیر حاملہ عورتیں اور ایسے اشخاص شامل ہیں جن کو صحت کی مخصوص شکایتیں نہ ہوں- (نیچے #4، دیکھیں)-

4 کچھ لوگوں کو LAIV نہیں لگوانا چاہیے-

ہر کسی کو LAIV کا ٹیکہ لگوانے کی سفارش نہیں کی جاتی- اس کی بجائے درج ذیل لوگوں کو غیر فعال ٹیکہ (فلو شاٹ) لگوانا چاہیے-

- **50 سال اور اس سے زائد عمر کے بالغ افراد یا 6 سے لے کر 23 مہینے کی عمر کے بچے-** (6 مہینے سے کم عمر کے بچوں کو دونوں میں سے کوئی انفلوئنزا کا حفاظتی ٹیکہ نہیں لگوانا چاہئے-)
- پچھلے سال کے دوران دمہ یا ایک یا زیادہ مرتبہ سانس میں گھرگھراہٹ کی کیفیت میں مبتلا ہونے والے 5 سال سے کم عمر کے بچے-
- حاملہ خواتین-
- صحت سے متعلق درج ذیل طویل مدتی مسائل میں مبتلا لوگ:
  - دل کی بیماری
  - گردہ یا جگر کی بیماری
  - پھیپھڑے کی بیماری
  - استحالہ سے متعلق بیماری جیسے ذیابیطس
  - دمہ
  - انیمیا (خون میں کمی) اور خون کی دیگر بیماریاں
- پٹھے یا اعصاب کی بیماریوں (جیسے دورہ والی بیماریاں یا دماغی فالج) میں مبتلا کوئی شخص جن کو یہ بیماری سانس لینے یا نگلنے کے مسائل سے دوچار کر سکتی ہے-
- کمزور نظام مامونیت والا کوئی شخص
- کوئی شخص جو کسی ایسے آدمی کے نزدیکی رابطے میں رہتا ہے جس کا نظام مامونیت اتنا کمزور ہے کہ اسے تحفظ یافتہ ماحول (جیسے ہڈی کے گودے کی پیوندکاری کی یونٹ) میں نگہداشت کی ضرورت ہے- *کمزور نظام مامونیت والے دیگر افراد (جیسے HIV میں مبتلا شخص) کے قریبی رابطے میں رہنے والے اشخاص LAIV* ***حاصل کر سکتے ہیں-*** *نوزائیدہ بچوں کی انتہائی نگہداشت والی یونٹوں یا سلعیات یا رسولیوں کے مطالعے (اونکولوجی) کے کلینکوں میں کام کرنے والے صحت کی نگہداشت کے کارکن LAIV حاصل کر سکتے ہیں-*
- وہ بچے اور نو عمر جن کا اسپرین سے طویل مدتی علاج چل رہا ہے

اگر آپ کو کسی طرح کی شدید (جان لیوا) الرجیاں ہیں، بشمول انڈے سے شدید الرجی کے، تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں- حفاظتی ٹیکہ کے کسی بھی ترکیبی جزو سے شدید قسم کی الرجی ٹیکہ نہ لگوانے کی ایک وجہ ہوسکتی ہے- انفلوئنزا کے حفاظتی ٹیکہ سے الرجک ری ایکشن (رد عمل) شاذونادر ہی ہوتے ہیں-

اگر انفلوئنزا کے حفاظتی ٹیکہ کی کسی سابقہ خوراک کے بعد آپ کو شدید قسم کا ری ایکشن ہوا تھا تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں-

اگر آپ کبھی گیلین- برے مجموعی علامت [Guillain-Barré Syndrome (ایک فالج کی شدید قسم کی بیماری، جسے GBS بھی کہا جاتا ہے)] سے دوچار ہو چکے ہوں تو اپنے ڈاکٹر کو اس کی اطلاع دیں- آپ کا ڈاکٹر یہ فیصلہ کرنے میں آپ کی مدد کر ے گا کہ آیا آپ کے لئے حفاظتی ٹیکہ تجویز کیا جاتا ہے یا نہیں-

اگر پچھلے 4 ہفتوں میں آپ نے کوئی دیگر حفاظتی ٹیکے لگوائے ہیں تو ان کے بارے میں اپنے ڈاکٹر کو بتائیں-

کوئی ایسا شخص جو ناک کی اتنی شدید بیماری میں مبتلا ہو کہ اسے سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے، جیسے کہ بہت بھری ہوئی ناک تو ان کو فلو کا انجیکشن دیا جانا چاہئے-

ایسے لوگ جو معتدل یا شدید طور پر بیمار ہیں تو فلو کا حفاظتی ٹیکہ لگوانے سے پہلے عام طور پر ان کو صحت یاب ہونے تک انتظار کرنا چاہئے- اگر آپ بیمار ہیں، تو ٹیکہ لگوانے کے منصوبہ میں تبدیلی کی جائے یا نہیں اس بارے میں اپنے ڈاکٹر سے گفتگو کریں- ہلکے طور پر بیمار افراد عام طور پر حفاظتی ٹیکہ لگوا سکتے ہیں-

5 مجھے انفلوئنزا کا حفاظتی ٹیکہ کب لگوانا چاہئے؟

ٹیکہ دستیاب ہوتے ہی لگوا لیں- اگر فلو کا موسم وقت سے پہلے ہی آ جاتا ہے تو یہ تحفظ فراہم کرے گا- جب تک آپ کی کمیونٹی میں بیماری موجود ہے آپ ٹیکہ لگوا سکتے ہیں-

انفلوئنزا کسی بھی وقت ہو سکتا ہے، لیکن زیادہ تر انفلوئنزا اکتوبر سے لے کر مئی تک ہوتا ہے- حالیہ موسموں میں، زیادہ تر انفیکشن جنوری اور فروری میں واقع ہوئے ہیں- زیادہ تر سالوں میں دسمبر یا اس کے بعد بھی حفاظتی ٹیکہ لگوانا مفید ہوگا-

بالغ افراد اور بڑے بچوں کو ہر سال انفلوئنزا کے حفاظتی ٹیکہ کی ایک خوراک کی ضرورت ہوتی ہے- لیکن 9 سال سے کم عمر کے کچھ بچوں کو تحفظ کے لئے دو خوراکوں کی ضرورت ہوتی ہے- اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں-

انفلوئنزا کا حفاظتی ٹیکہ دیگر حفاظتی ٹیکوں کے ساتھ بیک وقت دیا جا سکتا ہے-

6 LAIV سے کون کون سے ممکنہ خطرے ہیں؟

کوئی ٹیکہ دوا ہی کی طرح، شدید قسم کے ممکنہ مسائل پیدا کر سکتا ہے جیسے کہ شدید قسم کا الرجک ری ایکشن- کسی حفاظتی ٹیکے کے ایسے خطرے بہت ہی کم ہیں جو شدید قسم کے نقصان یا موت کا باعث بن سکتے ہوں-

زندہ انفلوئنزا حفاظتی ٹیکے کا وائرس ایک شخص سے دوسرے شخص میں خال خال ہی پھیلتا ہے- اگر ایسا ہوتا بھی ہے تو ان سے بیماری پیدا ہونے کا امکان نہیں ہوتا ہے- LAIV تضعیف (کمزور) شدہ وائرس سے تیار کیا جاتا ہے اور انفلوئنزا پیدا نہیں کرتا ہے- جو لوگ اس ٹیکہ کو لگواتے ہیں ان میں ہلکی علامتیں پیدا ہو سکتی ہیں (نیچے دیکھیں)-

ہلکے مسئلے:

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، ناک میں تنگی یا کھانسی
- بخار
- سر درد اور پٹھوں میں درد
- سانس میں خرخراہٹ
- پیٹ میں درد یا کبھی کبھار قے یا دست

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

- بہنے والی ناک یا ناک میں تنگی
- گلے کی سوزش
- کھانسی، ٹھنڈ، تھکاوٹ/کمزوری
- سر درد

شدید قسم کے مسائل:

- ٹیکوں سے جان لیوا الرجک ری ایکشن بہت ہی کم ہوتے ہیں- اگر ہوتے ہیں تو ٹیکہ لگوانے کے عام طور پر چند منٹوں سے لے کر چند گھنٹوں میں پیدا ہوتے ہیں-
- اگر کسی مصنوعے سے غیرمعمولی ری ایکشن ہوتے ہیں تو اس وقت تک ان کی پہچان ممکن نہیں ہو سکتی ہے جب تک کہ ہزاروں لاکھوں لوگ اس کو استعمال کر چکے ہوں- جس وقت سے LAIV کو لائسنس ملا اس کی لاکھوں خوراکیں تقسیم کی جا چکی ہیں، اور یہ حفاظتی ٹیکہ کسی شدید قسم کے مسائل کا باعث نہیں بنا ہے-

ٹیکوں کی حفاظت کی ہمیشہ نگرانی کی جاتی ہے- مزید معلومات کے لئے، ملاحظہ کریں:

www.cdc.gov/vaccinesafety/Vaccine_Monitoring/Index.html

اور

www.cdc.gov/vaccinesafety/Activities/Activities_Index.html

7 اگر شدید قسم کا ری ایکشن ہو جائے 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 ایکشن کی علامتوں میں سانس لینے میں دشواری، گلے کا بیٹھنا یا سانس میں خرخراہٹ یا نرخرے کی سوزش، چہرے کی زردی، کمزوری، دل کی تیز 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، واقعہ کی تاریخ اور وقت، اور حفاظتی ٹیکہ کب دیا گیا تھا-

حفاظتی ٹیکہ کے ناموافق اثر کی رپورٹنگ کے نظام (VAERS) سے متعلق فارم کو بھر کر اس ری ایکشن کی اطلاع دینے کے لئے اپنے ڈاکٹر سے **کہیں**- یا آپ اس رپورٹ کو VAERS کی ویب سائٹ **www.vaers.hhs.gov** کے ذریعہ یا **1-800-822-7967** پر فون کرکے درج کرا سکتے ہیں-

VAERS طبی صلاح فراہم نہیں کرتی ہے-

8 حفاظتی ٹیکہ سے پہنچنے والے ضرر کے معاوضے کا قومی پروگرام

حفاظتی ٹیکہ سے ضرر کے معاوضہ سے متعلق قومی پروگرام (VICP) کا قیام 1986 میں عمل میں آیا تھا-

ایسے لوگ جن کا خیال ہے کہ ان کو ٹیکے سے ضرر پہنچا ہے وہ پروگرام کے بارے میں اور دعوی دائر کرنے کے بارے میں **1-800-338-2382** پر کال کرکے یا VICP کی ویب سائٹ **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** کو ملاحظہ کرکے معلومات حاصل کرسکتے ہیں-

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

- اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں- وہ آپ کو حفاظتی ٹیکہ کے پیکیج کے ساتھ آئے معلوماتی اشتہار دے سکتے ہیں یا معلومات کے دوسرے وسائل کو استعمال کرنے کی صلاح دے سکتے ہیں-
- اپنے مقامی یا صوبائی محکمۂ 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
  - **www.cdc.gov/flu** پر CDC کی ویب سائٹ ملاحظہ کریں

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

Vaccine Information Statement (Interim)
Live, Attenuated Influenza Vaccine - Urdu (7/26/11) U.S.C. §300aa-26
Translation provided by New York City Department of Health and Mental Hygiene