ٹیکہ سے متعلق بہت سارے معلوماتی بیانات اردو اور دیگر زبانوں میں دستیاب ہیں۔ www.immunize.org/vis دیکھیں
Many Vaccine Information Statements are available in Urdu and other languages. See www.immunize.org/vis

انفلوئنزا (فلو) ویکسین (زندہ، ناک کے اندر): *آپ کے جاننے لائق باتیں*

1 ٹیکہ کیوں لگوائیں؟

انفلوئنزا ("فلو") ایک وبائی مرض ہے جو ریاستہائے متحدہ کے آس پاس ہر سال، عموماً اکتوبر اور مئی کے درمیان پھیلتا ہے۔

فلو انفلوئنزا کے وائرسوں کی وجہ سے ہوتا ہے، اور بنیادی طور پر، کھانسنے، چھینکنے، اور قریبی رابطہ کی وجہ سے پھیلتا ہے۔

کسی کو بھی فلو ہوسکتا ہے۔ فلو اچانک سامنے آتا ہے اور کئی دنوں تک رہ سکتا ہے۔ علامات عمر کے لحاظ سے مختلف ہوتی ہیں، لیکن درج ذیل پر مشتمل ہو سکتی ہیں:
- بخار/کپکپی
- گلے کی خراش
- عضلات میں درد
- تھکان
- کھانسی
- سر درد
- ناک بہنا یا خشک ہوجانا

فلو کی وجہ سے نمونیہ اور خون کے انفیکشنز بھی ہو سکتے ہیں، اور بچوں میں اسہال اور غشی کے دوروں کا باعث ہو سکتا ہے۔

اگر آپ کو طبی کیفیت جیسے دل یا پھیپھڑے کا مرض لاحق ہے تو فلو اس کو بدتر بنا سکتا ہے۔

فلو کچھ لوگوں کے لیے زیادہ خطرناک ہے۔

شیر خوار اور چھوٹے بچے، 65 سال اور اس سے زائد عمر کے افراد، اور بعض طبی کیفیات کے حامل یا کمزور نظام مامونیت والے افراد سب سے زیادہ خطرے کی زد میں ہوتے ہیں۔

ہر سال **ریاستہائے متحدہ میں فلو کی وجہ سے ہزاروں افراد فوت ہوجاتے ہیں**، اور مزید بہت سارے لوگ ہسپتال میں بھرتی ہوتے ہیں۔

فلو کا ٹیکہ:
- آپ کو فلو ہونے سے روک سکتا ہے،
- اگر آپ کو فلو ہوجائے تو اس کی شدت کو کم کر سکتا ہے اور
- آپ کو اپنے خاندان اور دوسرے لوگوں کو فلو پھیلانے سے روک سکتا ہے۔

2 زندہ، رقیق فلو کا ٹیکہLAIV، ناک میں ڈالنے کا اسپرے

فلو کے ہر موسم میں فلو کے ٹیکے کی ایک خوراک تجویز کی جاتی ہے۔ 9 سال سے چھوٹی عمر کے بچوں کو فلو کے ایک ہی موسم میں دو خوراکیں درکار ہو سکتی ہیں۔ اس کے علاوہ ہر کسی کو ہر فلو کے موسم میں صرف ایک خوراک درکار ہوتی ہے۔

زندہ، رقیق انفلوئنزا ٹیکہ، (جس کو LAIVکہا جاتا ہے) صحتمند، غیر حاملہ **2 سے لے کر 49 سال تک کی عمر کے افراد کو دیا جا سکتا ہے۔** یہ دوسرے ٹیکوں کی طرح کسی بھی وقت بحفاظت دیا جا سکتا ہے۔

LAIV ناک میں اسپرے کیا جاتا ہے۔ LAIV میں تھائمروزل (thimerosal) یا دیگر پریزرویٹوز (کیمیائی ادویہ) نہیں ہوتے ہیں۔ کمزور بنائے گئے فلو کے وائرسوں سے بنائی جاتی ہے اور **فلو کا یہ باعث نہیں بنتی ہے۔**

فلو کے بہت سارے وائرس ہوتے ہیں اور وہ ہمیشہ تبدیل ہوتے رہتے ہیں۔ ہر سال LAIV آنے والے فلو کے موسم میں امکانی طور پر مرض کا باعث بننے والے چار وائرسوں کے خلاف تحفظ کے لیے تیار کیا جاتا ہے۔ لیکن ٹیکہ قطعی طور پر ان وائرسوں سے مماثل نہیں ہونے پر بھی یہ کچھ تحفظ فراہم کر سکتا ہے۔

فلو کا ٹیکہ نہیں روک سکتا ہے:
- ایسا فلو جو اس وائرس کی وجہ سے ہوا جس کا احاطہ ٹیکے کے ذریعہ نہیں ہوا ہے یا
- ایسی بیماریاں جو فلو جیسی نظر آتی ہیں ہیں لیکن ہوتی نہیں ہیں۔

ٹیکہ لگنے کے بعد تحفظ فروغ پانے میں قریب 2 ہفتے لگتے ہیں، اور تحفظ فلو کے پورے موسم تک رہتا ہے۔

3 کچھ لوگوں کو یہ ٹیکہ نہیں لگوانا چاہیے

کچھ لوگوں کو عمر، صحت کی کیفیات یا دیگر وجوہات کے چلتے LAIV نہیں لینا چاہیے۔ ان میں سے زیادہ تر لوگوں کو اس کے بجائے فلو کے ٹیکے کا انجیکشن لگوانا چاہیے۔ آپ کا نگہداشت صحت فراہم کنندہ فیصلہ کرنے میں آپ کی مدد کر سکتا ہے۔

فراہم کنندہ کو بتائیں اگر آپ یا جس شخص کو ٹیکہ لگایا جا رہا ہے اسے:
- کوئی الرجی، بشمول انڈوں سے الرجی ہے یا انفلوئنزا کے ٹیکے کے تئیں کبھی کوئی الرجی زا ردعمل ہوا ہے۔
- کبھی کوئی Guillain-Barré Syndrome (گوئیلین بر سنڈروم) (جس کو GBS بھی کہا جاتا ہے) ہوا ہے۔
- کوئی طویل مدتی دل، سانس، گردے، جگر یا اعصابی نظام کے مسائل ہیں۔
- دمہ یا سانس کے مسائل ہیں یا ایک ایسا بچہ ہے جس کو چھینکنے کے دورے پڑتے ہیں۔
- حاملہ ہیں۔
- ایک ایسا بچہ یا نابالغ ہے جو اسپرین یا اسپرین پر مشتمل پروڈکٹس لے رہا ہے۔
- کمزور نظام مامونیت کے حامل ہیں۔
- اگلے 7 دنوں کے اندر ایسے شخص سے ملیں گے یا اس کی دیکھ بھال کر رہے ہوں گے جس کو ایک تحفظ یافتہ ماحول مطلوب ہے (مثلا، ہڈی کے گودے کا ٹرانسپلانٹ)

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

کبھی کبھی LAIV کو مؤخر کیا جانا چاہیے۔
فراہم کنندہ کو بتائیں اگر آپ یا جس شخص کو ٹیکہ لگایا جا رہا ہے اسے:

- طبیعت ٹھیک معلوم نہیں پڑتی ہو۔ آپ کو بہتری کا احساس ہونے تک ٹیکے کو مؤخر کیا جا سکتا ہے۔
- پچھلے 4 ہفتوں کے اندر کوئی دیگر ٹیکے لگے ہیں۔ زندہ ویکسینز جو کافی قریبی وقفے میں دیے گئے ہوں وہ کارگر نہیں بھی ہو سکتے ہیں۔
- پچھلے 48 گھنٹے میں انفلوئنز کی وائرل مخالف دوا لی ہو۔
- ناک کافی سوکھی ہوئی ہے۔

4 ٹیکہ کے ردعمل کے خطرات

ٹیکوں سمیت، کسی بھی دوا کے ساتھ، ردعمل کا امکان رہتا ہے۔ یہ عموماً معمولی ہوتے ہیں اور اپنے آپ ختم ہو جاتے ہیں، لیکن سنگین ردعمل بھی ممکن ہیں۔

LAIV لینے والے زیادہ تر لوگوں کو اس سے کوئی مسائل پیش نہیں آتے ہیں۔ LAIV کے تئیں ردعمل فلو کے بہت ہی معمولی کیس سے مشابہ ہو سکتے ہیں۔

مسائل جن کی اطلاع LAIV کے بعد دی گئی ہے:

2-17 سال کی عمر کے بچے اور نوبالغان:

- ناک بہنا/ناک سے متعلق جکڑن
- کھانسی
- بخار
- سر درد اور عضلات میں درد
- خرخراہٹ
- شکم میں درد، الٹی یا اسہال

18-49 سال کی عمر کے بالغان:

- ناک بہنا/ناک سے متعلق جکڑن
- گلے کی خراش
- کھانسی
- کپکپی
- تھکان/کمزوری
- سر درد

کسی بھی ٹیکے کے بعد پیدا ہو سکنے والے مسائل:

- کسی بھی دوا کی وجہ سے شدید الرجی زا رد عمل ہو سکتا ہے۔
- ٹیکے سے اس طرح کے ردعمل کافی شاذ و نادر ہیں، تقریبا ایک ملین خوراک میں 1، اور یہ ٹیکہ کاری کے بعد چند منٹوں سے لے کر چند گھنٹوں تک میں ہوں گے۔

کسی بھی دوا کی طرح، ٹیکہ کی وجہ سے سنگین گزند پہنچنے یا موت ہونے کا بہت معمولی امکان ہے۔

ٹیکوں کے تحفظ پر ہمیشہ نگاہ رکھی جاتی ہے۔ مزید معلومات کے لیے، ملاحظہ کریں: **www.cdc.gov/vaccinesafety/**

5 اگر سنگین رد عمل ہو تو کیا ہوگا؟

مجھے کس چیز پر نگاہ رکھنی چاہیے؟

- کسی بھی ایسی چیز پر نگاہ رکھیں جس سے آپ کو تشویش ہوتی ہے، جیسے شدید الرجی زا، کافی تیز بخار، یا خلاف معمول رویہ۔

شدید الرجی زا ردعمل کی نشانیوں میں چھپاکی، چہرے اور گلے کی سوجن، سانس لینے میں پریشانی، تیز رفتار دل کی دھڑکن، سر چکرانا، اور کمزوری شامل ہوسکتی ہے۔ یہ ٹیکہ کاری کے بعد چند منٹوں سے لے کر چند گھنٹوں میں شروع ہوں گے۔

مجھے کیا کرنا چاہیے؟

- اگر آپ کے خیال میں یہ ایسا شدید الرجی زا ردعمل یا دیگر ہنگامی حالت ہے جس میں انتظار نہیں کیا جا سکتا ہے تو، 9-1-1 پر کال کریں اور اس شخص کو قریب ترین ہسپتال میں لے جائیں۔ بصورت دیگر، اپنے ڈاکٹر کو کال کریں۔
- ویکسین ایڈورس ایونٹ رپورٹنگ سسٹم [Vaccine Adverse Event Reporting System, (VAERS)] کو ردعمل کی اطلاع دی جانی چاہیے۔ آپ کے ڈاکٹر کو یہ رپورٹ درج کرانی چاہیے، یا آپ یہ کام خود سے VAERS کی ویب سائٹ **www.vaers.hhs**.gov پر، یا **1-800-822-7967** پر کال کرکے کر سکتے ہیں۔

VAERS طبی مشورہ نہیں دیتا ہے۔

6 ٹیکہ سے گزند پہنچنے کے سبب معاوضہ کا قومی پروگرام (National Vaccine Injury Compensation Program)

ٹیکہ سے گزند پہنچنے کے سبب معاوضہ کا قومی پروگرام (VICP) ایک وفاقی پروگرام ہے جو بعض ٹیکوں کی وجہ سے مضرت میں مبتلا ہونے والے لوگوں کو معاوضہ دینے کے لیے بنایا گیا تھا۔

جن لوگوں کو اس بات کا یقین ہو کہ انہیں ٹیکہ کی وجہ سے گزند پہنچی 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** پر ملاحظہ کرکے جان سکتے ہیں۔ معاوضہ کے لیے دعوی دائر کرنے کے واسطے ایک مقررہ وقت ہے۔

7 میں کس طرح مزید جان سکتا ہوں؟

- اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے معلوم کریں۔ وہ آپ کو ویکسین پیکیج انسرٹ دے سکتے/سکتی ہیں یامعلومات کے دیگر مآخذ تجویز کر سکتے/سکتی ہیں۔
- اپنے مقامی یا ریاستی صحت محکمے کو کال کریں۔
- مرکز برائے ضبط و انسداد امراض [Centers for Disease Control and Prevention, (CDC)]\ سے رابطہ کریں:
  - کال کریں **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** یا
  - CDC کی ویب سائٹ **www.cdc.gov/flu** پر ملاحظہ کریں

Vaccine Information Statement

Live Attenuated Influenza Vaccine

08/07/2015 Urdu

Office Use Only

42 U.S.C. § 300aa-26

Translation provided by the New York City Dept. of Health & Mental Hygiene