ٹیکہ سے متعلق معلومات کا بیان

انفلوئنزا (فلو) کا ٹیکہ (غیر فعال یا نوتشکیل حیویہ): *آپ کے جاننے لائق باتیں*

ٹیکہ سے متعلق بہت سارے معلوماتی بیانات اردو اور دیگر زبانوں میں دستیاب ہیں۔ دیکھیں www.immunize.org/vis

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

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 اسے کم شدید بنا سکتا ہے اور
- آپ کو اپنے خاندان اور دوسرے لوگوں کو فلو پھیلانے سے روک سکتا ہے۔

2 غیر فعال اور نوتشکیل حیویہ والے فلو کے ٹیکے

فلو کے ہر موسم میں فلو کے ٹیکے کی ایک خوراک تجویز کی جاتی ہے۔ 6 ماہ سے لے کر 8 سال تک کی 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۔

کچھ غیر فعال فلو کے ٹیکوں میں تھائمروزل (thimerosal) نامی پارہ پر مبنی پریزرویٹو (کیمیائی دوا) کی کافی معمولی سی مقدار شامل ہوتی ہے۔ تحقیق سے ٹیکوں میں موجود تھائمروزل کے مضرت رساں ہونے کا پتہ نہیں چلا ہے، لیکن فلو کے ایسے ٹیکے بھی دستیاب ہیں جن میں تھائمروزل شامل نہیں ہوتا ہے۔

فلو کے شاٹس میں کوئی زندہ فلو کا وائرس نہیں ہوتا ہے۔ **ان کی وجہ سے فلو نہیں ہو سکتا ہے۔**

فلو کے بہت سارے وائرس ہوتے ہیں اور وہ ہمیشہ تبدیل ہوتے رہتے ہیں۔ ہر سال فلو کا ایک نیا ٹیکہ آنے والے فلو کے موسم میں امکانی طور پر مرض کا باعث بننے والے تین یا 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

آپ کو ٹیکہ لگا رہے شخص کو بتائیں:

- **اگر آپ کو کوئی شدید، جان لیوا الرجیاں ہیں۔**
  اگر آپ کو کبھی فلو کے ٹیکے کی خوراک کے بعد کسی جان لیوا الرجی زا ردعمل پیش آیا تھا، یا اس ٹیکے کے کسی بھی حصے سے شدید الرجی ہے تو، آپ کو ٹیکہ نہیں لگوانے کی صلاح دی جا سکتی ہے۔ فلو کے ٹیکے کی سبھی تو نہیں، لیکن بیشتر قسموں میں انڈے کے پروٹین کی ایک معمولی سی مقدار شامل ہوتی ہے۔
- **اگر آپ کو کبھی Guillain-Barré Syndrome (گوئیلین بر سنڈروم) (جس کو GBS بھی کہا جاتا ہے) ہے۔**
  GBS کی سرگزشت والے لوگوں کو یہ ٹیکہ نہیں لگوانا چاہیے۔ اس پر آپ کے ڈاکٹر سے گفتگو کر لینی چاہیے۔
- **اگر آپ کی طبیعت ٹھیک معلوم نہیں پڑتی ہے۔**
  آپ کو معمولی بیماری ہونے پر فلو کا ٹیکہ لگوانا عموماً ٹھیک ہے، لیکن آپ کو بہتری محسوس ہونے پر واپس آنے کو کہا جا سکتا ہے۔

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

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۔

فلو کا شاٹ لگوانے والے زیادہ تر لوگوں کو اس سے کوئی مسائل پیش نہیں آتے ہیں۔

فلو کے شاٹ کے بعد معمولی مسائل میں شامل ہیں:

- جس جگہ پر شاٹ لگایا گیا تھا وہاں پر خراش، سرخی، یا سوجن
- آواز بیٹھ جانا
- خراش، سرخ یا خارشی آنکھیں
- کھانسی
- بخار
- درد
- سر درد
- خارش
- تھکان

اگر یہ مسائل پیش آتے ہیں تو، وہ عموماً شاٹ کے فورا بعد شروع ہوتے ہیں اور 1 یا 2 دنوں تک رہتے ہیں۔

فلو کے شاٹ کے بعد مزید سنگین مسائل میں درج ذیل شامل ہو سکتے ہیں:

- فلو کا ٹیکہ لگوانے کے بعد Guillain-Barré Syndrome (GBS) کا تھوڑا اضافی خطرہ ہو سکتا ہے۔ یہ خطرہ ٹیکہ لگے ہونے فی ملین افراد میں 1 یا 2 اضافی کیس ہونے کا اندازہ ہے۔ یہ فلو سے ہونے والی سنگین پیچیدگیوں کے خطرے کی بہ نسبت بہت ہی کم ہے، جس کو فلو کے ٹیکے سے روکا جا سکتا ہے۔
- جو چھوٹے بچے نیوموکوکل (نمونیائی نبقہ) کے ٹیکہ (PCV13) اور/یا DTaP کے ٹیکہ کے ساتھ اسی وقت فلو کے شاٹ لگواتے ہیں انہیں بخار کی وجہ سے غشی کے دورے پڑنے کا تھوڑا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ اپنے ڈاکٹر سے مزید معلومات طلب کریں۔ اگر فلو کا ٹیکہ لگوانے والے بچے کو کبھی بیہوشی کا دورہ پڑا ہے تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔

کسی بھی لگائے گئے ٹیکے کے بعد پیدا ہو سکنے والے مسائل:

- لوگ کبھی کبھی طبی طریقہ کار، بشمول ٹیکہ کاری کے بعد بیہوش ہو جاتے ہیں۔ قریب 15 منٹ تک بیٹھے رہنے یا لیٹ جانے سے غشی، اور گرنے کی وجہ سے پہنچنے والی گزند کو روکنے میں مدد مل سکتی ہے۔ اگر آپ کو غنودگی محسوس ہوتی ہے، یا بینائی تبدیل ہوگئی ہے، یا کانوں میں گھنٹیاں بج رہی ہوں تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔
- کچھ لوگوں کو کندھے میں شدید درد ہوتا ہے اور شاٹ لگائے جانے کی جگہ پر بازو کو حرکت دینے میں پریشانی ہوتی ہے۔ یہ کافی شاذ و نادر طور پر ہوتا ہے۔
- 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 امکان بہت بعید 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 ردعمل کی نشانیاں، 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، 1-1-9 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۔ 1-888-767-4687
- 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-CDC-INFO) 1-800-232-4636** یا
  - CDC کی ویب سائٹ **www.cdc.gov/flu** پر ملاحظہ کریں

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

DCH-0457U AUTH: P. H. S., Act 42, Sect. 2126.

Vaccine Information Statement

Inactivated Influenza Vaccine

08/07/2015 Urdu

42 U.S.C. § 300aa-26

Office Use Only

طبی دیکھ بھال کے فراہم کار)وں(کو حفاظتی ٹیکوں کی صورت حال کے متعلق درست معلومات، حفاظتی ٹیکوں کا جائزہ اور مستقبل میں حفاظتی ٹیکے لگانے کے ایک مجوزہ شیڈول تک رسائی کے قابل بنانے کیلئے، معلومات مشی گن دیکھ بھال میں بہتری کی رجسٹری کو ارسال کی جائیں گی۔ افراد کو درخواست کرنے کا حق ہے کہ ان کا طبی دیکھ بھال کا فراہم کار حفاظتی ٹیکوں کے متعلق معلومات رجسٹری کو نہ بھیجے۔