اپنے بچے کو فلو سے بچانا

انگلینڈ میں فلو کے حفاظتی ٹیکے

والدین اور دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے معلومات

Flu Immunisation
Helping to protect children, every winter

5 وجوہات

اپنے بچے کو ویکسین لگوانے کی

1. اپنے بچے کی حفاظت کریں

ویکسین آپ کے بچے کو فلو اور سنگین پیچیدگیوں جیسے برونکائٹس اور نمونیا سے بچانے میں مدد کرے گی

---

2. اپنی، آپ کے خاندان اور دوستوں کی حفاظت کریں

آپ کے بچے کو ویکسین لگوانے سے زیادہ کمزور دوستوں اور خاندان والوں کی حفاظت میں مدد ملے گی۔

---

3. کسی انجیکشن کی ضرورت نہیں ہے

ناک کا اسپرے بغیر درد کے اور لینے میں آسان ہے۔

---

4. یہ فلو ہونے سے بہتر ہے

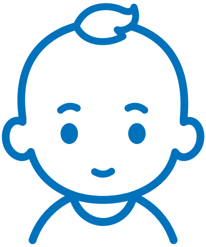
ناک کا سپرے فلو سے بچانے میں مدد کرتا ہے، دنیا بھر میں لاکھوں بچوں کو دیا گیا ہے اور اس کا حفاظتی ریکارڈ بہترین ہے

---

5. لاگتوں سے بچیں

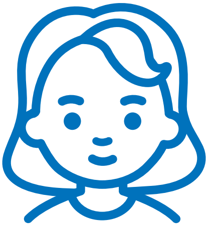
اگر آپ کے بچے کو فلو ہو جاتا ہے، تو آپ کو کام سے وقت نکالنا پڑ سکتا ہے یا بچوں کی متبادل دیکھ بھال کا بندوبست کرنا پڑ سکتا ہے

فلو ویکسین مفت میں پیش کی جاتی ہے:



2 یا 3 سال کی عمر
کے بچوں کو

(خزاں میں فلو کی
ویکسینیشن شروع
ہونے سے پہلے 31 اگست کو)



کچھ اسکول جانے
والی عمر کے بچے

ایسے بچے جن کی صحت کی
حالت ان کو فلو سے زیادہ
خطرے میں ڈالتی ہے۔

ہر سال بچے کون سے اہل ہیں اس بارے میں مزید معلومات
یہاں مل سکتی ہیں: **www.nhs.uk/child-flu**

میرے بچے کو فلو کی ویکسین کیوں لگوانی چاہیے؟

بچوں میں فلو ایک بہت ہی ناگوار بیماری ہو سکتی ہے جس کی وجہ سے بخار، بھری ہوئی ناک ، خشک کھانسی، گلے میں خراش، پٹھوں اور جوڑوں میں درد اور انتہائی تھکاوٹ ہو سکتی ہے۔ یہ کئی دن یا اس سے زیادہ چل سکتا ہے۔

کچھ بچوں کو بہت تیز بخار ہو سکتا ہے، بعض اوقات فلو کی معمول کی علامات کے بغیر، اور انہیں علاج کے لیے ہسپتال جانے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

فلو کی سنگین پیچیدگیوں میں دردناک کان کا انفیکشن، شدید برونکائٹس، اور نمونیا شامل ہیں۔

ویکسین کے کیا فائدے ہیں؟

ویکسین لگوانے سے آپ کے بچے کو اس سے بچانے میں مدد ملے گی جو بچوں میں ایک بہت ہی خطرناک بیماری ہو سکتی ہے۔ 5 سال سے کم عمر کے بچوں میں فلو کی وجہ سے ہسپتال میں داخلے کی شرح سب سے زیادہ ہے۔

یہ آپ کے خاندان کے دوسرے افراد کو آپ کے بچے سے فلو لگنے کے امکانات کو کم کر دے گا، جنہیں فلو سے زیادہ خطرہ ہو سکتا ہے، جیسے دادا دادی یا وہ لوگ جو طویل مدتی صحت کی حالت میں ہیں.

یہ اس لیے بھی اہم ہے کیونکہ فلو کے خطرے سے دوچار بہت سے لوگ بھی کو ویڈ-19 کی پیچیدگیوں کا شکار ہوتے ہیں اور تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ اگر آپ کو فلو اور کو ویڈ-19 ایک ہی وقت میں ہو جاتا ہے تو آپ زیادہ شدید بیمار ہو سکتے ہیں۔

اس سے آپ کو کام یا دیگر سرگرمیوں سے وقت نکالنے سے بچنے میں مدد مل سکتی ہے کیونکہ آپ بیمار ہیں، یا آپ کو اپنے بیمار بچے کی دیکھ بھال کرنے کی ضرورت ہے۔

ویکسین کتنی مؤثر ہے؟

فلو ویکسین اس غیر متوقع وائرس کے خلاف ہمارے پاس بہترین تحفظ ہے۔

فلو وائرس کی مختلف قسمیں ہیں اور سب سے زیادہ ممکنہ قسمیں جو فلو کا سبب بنیں گی ان کی شناخت فلو کے موسم سے پہلے ہی کر دی جاتی ہے۔

اس کے بعد ویکسین ممکنہ حد تک ان کے مطابق بنائی جاتی ہیں - وہ عام طور پر کچھ تحفظ فراہم کریں گی یہاں تک کہ اگر مطابقت کامل نہ ہو۔ فلو کے وائرس ہر سال بدل سکتے ہیں اس لیے ویکسین کو عام طور پر ہر سال اپ ڈیٹ کیا جاتا ہے۔

اور ویکسین سے تحفظ وقت کے ساتھ ختم ہو سکتا ہے۔ اس وجہ سے، ہم تجویز کرتے ہیں کہ آپ کے بچے کو اس سال دوبارہ فلو سے بچاؤ کے ٹیکے لگوائے جائیں، چاہے پچھلے سال ہی ٹیکہ لگایا گیا ہو۔

بچوں کو ویکسین کیوں دی جا رہی ہے؟

ٹیکے لگائے جانے والے بچوں کی حفاظت میں مدد کرنے کے ساتھ ساتھ، انفیکشن کم پھیلنے کے قابل ہوتا ہے، اور اس لیے یہ خاندان کے دیگر افراد اور دوستوں کی حفاظت میں مدد کرتا ہے۔

میرے بچے کو ان کی ویکسین کون دے گا؟

2اور 3 سال کی عمر کے بچوں (31 اگست کو موسم خزاں میں فلو کی ویکسینیشن شروع ہونے سے پہلے) کو عام طور پر پریکٹس نرس کے ذریعہ ان کی جنرل پریکٹس میں ویکسینیشن دی جائے گی۔

اسکول جانے والے بچوں کو اسکول میں ویکسین پلانے کی پیشکش کی جائے گی، اس کے لیے متبادل جگہوں پر ویکسین حاصل کرنے کے مزید مواقع کے ساتھ جو بھی اسکول میں سیشن سے محروم رہتا ہے۔

گھر میں تعلیم حاصل کرنے والے بچوں کو ویکسین کی پیشکش کی جائے گی، بشرطیکہ وہ کسی اہل عمر کے گروپ میں ہوں۔ والدین اپنے لوکل اتھارٹی ایجوکیشن ڈیپارٹمنٹ سے انتظامات کے بارے میں معلومات حاصل کر سکتے ہیں۔

ویکسین کیسے دی جائے گی؟

زیادہ تر بچوں کے لیے، یہ ناک کے اسپرے کے طور پر دیا جاتا ہے۔ اگر ناک کا اسپرے بچے کے لیے موزوں نہیں ہے، تو اس کے بجائے ایک انجکشن دیا جا سکتا ہے، عام طور پر اوپری بازو کے پٹھوں میں۔

کیا ویکسین فلو کا سبب بن سکتی ہے؟

نہیں، ویکسین فلو کا سبب نہیں بن سکتی کیونکہ اس میں موجود وائرسز کو ایسا ہونے سے روکنے کے لیے کمزور کر دیا گیا ہے۔

ناک کا اسپرے کیسے کام کرتا ہے؟

ناک کے اسپرے میں ایسے وائرس ہوتے ہیں جنہیں فلو ہونے سے روکنے کے لیے کمزور کیا گیا ہے لیکن یہ آپ کے بچے کی قوت مدافعت کو بڑھانے میں مدد کرے گا۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ کا بچہ بہتر طور پر فلو سے لڑنے کے قابل ہو گا۔ ویکسین ناک میں بہت تیزی سے جذب ہو جاتی ہے، اس لیے، یہاں تک کہ اگر آپ کے بچے کو اسپرے کے فوراً بعد چھینک آتی ہے، تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے کہ اس نے کام نہیں کیا۔

کیا ویکسین کے کوئی مضر اثرات ہیں؟

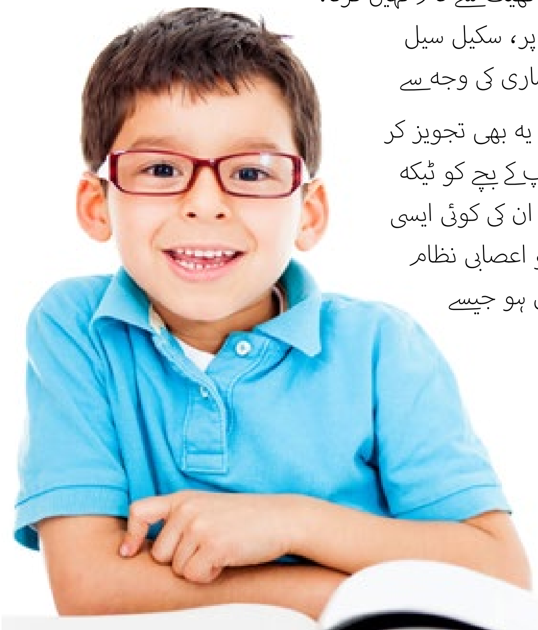
بچوں میں ناک بہنا یا بند ہونا، سر درد، عام تھکاوٹ اور بھوک میں کچھ کمی ہو سکتی ہے۔ تاہم، یہ فلو یا فلو سے وابستہ پیچیدگیوں کی نشوونما سے بہت کم سنگین ہیں۔ سنگین مضر اثرات عام نہیں ہیں۔

میرے اس بچے کا کیا ہوگا جس کو صحت کا مسئلہ ہے؟

بعض صحت کے مسائل میں مبتلا بچوں کو، یہاں تک کہ اگر اچھی طرح سے انتظام کیا گیا ہو، اگر انہیں فلو ہو جائے تو شدید پیچیدگیوں کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔ یہ خاص طور پر اہم ہے کہ ان بچوں کو ٹیکے لگائے جائیں۔

ان صحت کے مسائل میں شامل ہیں:

- سانس لینے کے سنگین مسائل، مثال کے طور پر، شدید دمہ جس کو باقاعدگی سے انہیلر یا منہ کے ذریعے سٹیرائڈز لینے کی ضرورت ہوتی ہے
- دل کی سنگین حالتیں
- گردے یا جگر کی شدید بیماری
- ذیابیطس
- بیماری یا علاج کی وجہ سے مدافعتی دباؤ، مثال کے طور پر، کینسر کے لیے کیموتھراپی یا ریڈیو تھراپی کا علاج یا طویل مدتی سٹیرائیڈ کا استعمال
- تلی کے ساتھ مسائل، یا تو اس وجہ سے کہ تلی کو ہٹا دیا گیا ہے (ایسپلینیا) یا ٹھیک سے کام نہیں کرتا، مثال کے طور پر، سکیل سیل یا سیلیک بیماری کی وجہ سے
- آپ کا جی پی یہ بھی تجویز کر سکتا ہے کہ آپ کے بچے کو ٹیکہ لگایا جائے اگر ان کی کوئی ایسی حالت ہو جو اعصابی نظام کو متاثر کرتی ہو جیسے دماغی فالج



ان بچوں کو 6 ماہ کی عمر کے بعد سے ہر سال فلو کی ویکسینیشن کرانا چاہیے۔ زیادہ تر کو ناک میں سپرے کی ویکسین دی جائے گی لیکن یہ 2 سال سے کم عمر کے بچوں کو نہیں دی جانی چاہیے۔

2 سال سے کم عمر کے بچے، اور وہ لوگ جن کے لیے ناک کا اسپرے طبی وجوہات کی بناء پر موزوں نہیں ہے، انہیں ایک انجیکشن والی فلو ویکسین پیش کی جائے گی۔

اگر آپ کے بچے کی صحت کا کوئی مسئلہ صفحہ 8 پر درج ہے لیکن وہ ان عمر کے گروپوں میں سے نہیں ہے جنہیں اسکول میں ویکسین دی جارہی ہے، تو یہ ضروری ہے کہ آپ ملاقات کا بندوبست کرنے کے لیے اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔

اگر آپ کو یقین نہیں ہے کہ آیا آپ کے بچے کو فلو کی ویکسینیشن کی ضرورت ہے یا آپ کو مزید مشورے کی ضرورت ہے، تو اپنی پریکٹس نرس، جی پی یا ہیلتھ وزیٹر سے بات کریں۔

ویکسین کب دی جائے گی؟

2 اور 3 سال کی عمر کے بچوں کے لیے، آپ کو اپنے بچے کے لیے موسم خزاں یا سردیوں کے اوائل میں ان کی جی پی سرجری میں ویکسین لگوانے کے لیے دعوت نامہ موصول ہونا چاہیے۔ متبادل طور پر، آپ ملاقات کے لیے ان سے براہ راست رابطہ کر سکتے ہیں۔

پرائمری اسکول جانے والے بچوں کے لیے ویکسین دینے کا سیشن اسکول میں عموماً خزاں کی مدت کے دوران منعقد کیا جائے گا۔ اسکول کی عمر کی حفاظتی ٹیکوں کی ٹیم اسکول کے ذریعے آپ سے رابطہ کرے گی۔

اگر آپ کا بچہ اسکول میں پیش کردہ ویکسین کے اہل گروپ میں ہے اور اس کی صحت کی ایسی حالت ہے جو اسے فلو کے بڑھتے ہوئے خطرے میں ڈالتی ہے (صفحہ 8 دیکھیں)، آپ اپنے بچے کی جی پی سرجری سے ویکسین فراہم کرنے کے لیے کہہ سکتے ہیں اگر آپ اسکول کے ویکسینیشن سیشن تک انتظار نہیں کرنا چاہتے یا اگر آپ یہی پسند کرتے ہیں۔

کیا ایسے بچے ہیں جن کو ناک کے ذریعے ویکسین نہیں دینی چاہیے؟

چونکہ پہلے سے موجود طبی مسائل والے بچے فلو کی پیچیدگیوں کا زیادہ شکار ہو سکتے ہیں یہ خاص طور پر اہم ہے کہ انہیں ویکسین لگائی جائے۔ بچوں کو ناک کی ویکسین نہیں دی جا سکتی ہے اگر وہ:

- فی الحال سانس لیتے ہوئے گھرگھراہٹ کا شکار ہیں یا پچھلے 72 گھنٹوں میں سانس لیتے ہوئے گھرگھراہٹ کا شکار ہیں، انہیں تحفظ میں تاخیر سے بچنے کے لیے انجیکشن کے ذریعے فلو ویکسین کی پیشکش کی جانی چاہیے۔
- کی وجہ سے انتہائی نگہداشت کی ضرورت ہے۔

  -دمہ یا

  -انڈے سے الرجک انفیلیکسس

(ان 2 گروپوں کے بچوں کو اپنے طبی ماہر سے مشورہ لینے کی سفارش کی جاتی ہے اور انہیں ہسپتال میں ناک کے ذریعے ویکسین دینے کی ضرورت پڑ سکتی ہے)

- ایسا صحت کا مسئلہ ہو، یا علاج ہو رہا ہو، جو ان کے مدافعتی نظام کو شدید طور پر کمزور کرتا ہو یا ان کے گھر میں کوئی ایسا شخص ہو جسے تنہائی کی ضرورت ہو کیونکہ ان کا مدافعتی نظام شدید کمزور ہو ۔
- ویکسین کے کسی دوسرے اجزاء سے الرجی ہے*

اگر آپ کے بچے کو ایک یا زیادہ طبی مسائل یا علاج کی وجہ سے فلو سے زیادہ خطرہ ہے اور وہ ناک کے ذریعے فلو کی ویکسین نہیں لے سکتے ہیں تو انہیں انجکشن شدہ فلو ویکسین لگوانی چاہیے۔

*ویکسین کے اجزاء کی فہرست کے لیے ویب سائٹ

www.medicines.org.uk/emc/product/3296/pil

پر دیکھیں

اگر آپ کو یقین نہیں ہے کہ آیا آپ کے بچے کو انجکشن شدہ ویکسین لگنی چاہیے یا ناک کے ذریعے دی جانے والی ویکسین، تو براہ کرم اپنی سرجری کے جی پی ،اسکول کی عمر کی حفاظتی ٹیکوں کی ٹیم یا نرس سے رابطہ کریں۔

جن بچوں کو ناک کے اسپرے کے ذریعے سے ویکسین دی گئی ہے انہیں ویکسینیشن کے بعد تقریباً 2 ہفتوں تک انتہائی کمزور مدافعتی نظام والے لوگوں سے گھریلو رابطے سے گریز کرنا چاہیے (مثال کے طور پر جن کا بون میرو ٹرانسپلانٹ ہوا ہے)۔

کیا فلو کی ویکسین میرے بچے کو دوسری ویکسین کے ساتھ ایک ہی وقت میں دی جا سکتی ہے؟

جی ہاں. فلو کی ویکسین ایک ہی وقت میں دی جا سکتی ہے جیسا کہ بچپن کی دیگر تمام معمول کی ویکسینز۔ اگر آپ کے بچے کو بخار ہے تو ویکسینیشن میں تاخیر ہو سکتی ہے۔

اس کے علاوہ، اگر کسی بچے کی ناک بہت زیادہ بند ہو یا بہتی ہو، تو یہ ویکسین کو ان کے سسٹم میں آنے سے روک سکتا ہے۔ اس صورت میں، ان کی فلو کی ویکسینیشن اس وقت تک ملتوی کی جا سکتی ہے جب تک کہ ان کی ناک کی علامات صاف نہ ہو جائیں۔

کیا ناک کے ذریعے دی جانے والی ویکسین میں خنزیر (پورسائن جیلیٹائن) سے حاصل کردہ جیلاٹین ہوتی ہے؟

جی ہاں۔ ناک کے ذریعے دی جانے والی ویکسین میں جیلاٹین (پورسائن جیلاٹین) کی ایک انتہائی پروسس شدہ شکل ہوتی ہے، جو کہ بہت سی ضروری دوائیوں میں استعمال ہوتی ہے۔ جیلاٹین ویکسین کے وائرس کو مستحکم رکھنے میں مدد کرتی ہے تاکہ ویکسین فلو کے خلاف بہترین تحفظ فراہم کرے۔

ناک کے ذریعے دی جانے والی ویکسین بچوں کو پیش کی جاتی ہے کیونکہ یہ پروگرام میں انجیکشن شدہ ویکسین کے مقابلے زیادہ موثر ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ انتظام کرنا آسان ہے اور دوسروں کو فلو کے پھیلاؤ کو کم کرنے کے لیے بہتر سمجھا جاتا ہے، جو فلو کی پیچیدگیوں کا زیادہ شکار ہو سکتے ہیں۔

تاہم، اگر آپ کے بچے کو ایک یا زیادہ طبی مسائل یا علاج کی وجہ سے فلو کا زیادہ خطرہ ہے اور وہ ناک میں فلو کی ویکسین نہیں لے سکتا ہے تو اسے انجیکشن کے ذریعے فلو کی ویکسین لگوانی چاہیے۔ ان لوگوں کے لیے جو طبی مصنوعات میں پورسائن جیلاٹین کے استعمال کو قبول نہیں کرتے، ایک متبادل انجیکشن شدہ ویکسین دستیاب ہے۔ آپ کو اپنے اختیارات کے بارے میں اپنی نرس، ڈاکٹر، یا اسکول کی عمر کی حفاظتی ٹیکوں کی ٹیم سے بات کرنی چاہیے۔

میں مزید معلومات کہاں سے حاصل کر سکتا ہوں؟

مزید معلومات کے لیے **www.nhs.uk/child-flu** ملاحظہ کریں۔ اگر آپ کے پاس مزید سوالات ہیں تو اپنے جی پی، پریکٹس نرس، اپنے بچے کی اسکول کی نرس یا اپنی ہیلتھ وزیٹر سے بات کریں۔

© Crown copyright 2022
Product code 2022FCUR Urdu. 1p 3.5M May 2022 (APS). UK Health Security Agency gateway number: 2022068. This leaflet is available as a braille, Easy Read, simple text, audio, BSL video and translated into 28 languages. Please visit www.healthpublications.gov.uk to order your copies today or call 0300 123 1002