

# حفاظتی ٹیکہ

آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے

## H1N1 2009 انفلونزا

غیر فعال کردہ  
("فلوشاٹ یعنی انجیکشن")

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

سالانہ پھوٹ پڑنے والے فلو شاٹ کی طرح، غیر فعال کردہ ٹیکہ (ایسا ٹیکہ جس میں مردہ وائرس ہوتے ہی) پٹھوں میں انجیکشن کے ذریعہ دینے جاتے ہیں۔ اس پرچہ میں غیر فعال کردہ ٹیکہ کے بارے میں تفصیل بیان کی گئی ہے۔

زندہ، ناک سے دیا جانے والا حفاظتی ٹیکہ (اسپرے کی شکل میں ناک کے ذریعہ دیا جانے والا حفاظتی ٹیکہ) بھی دستیاب ہے۔ اس کی تفصیلات ایک علیحدہ پرچہ میں بیان کی گئی ہیں۔

جراثیم سے پاک رکھنے کے لئے غیر فعال کردہ H1N1 2009 حفاظتی ٹیکے میں تحفظی مادہ ہوتا ہے جو تھانی میروسال کہلاتا ہے۔ کچھ لوگوں نے رائے دی ہے کہ تھانی میروسال کا تعلق بچوں میں نشوونما کے مسائل سے ہو سکتا ہے۔ 2004 میں بمقام انسٹی ٹیوٹ آف میڈیسن، ماہروں کی ایک جماعت نے اس نظریہ پر تحقیق کرنے والے کئی مطالعات کا جائزہ لیا اور پایا کہ تھانی میروسال کا بچوں کی نشوونما سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ اس کے بعد کے مطالعات بھی اسی نتیجے پر پہنچے۔

### 4 H1N1 2009 انفلونزا کے حفاظتی ٹیکے کسے اور کب لگوانا چاہئے؟

ٹیکہ کسے لگوانا چاہئے

جن گروپوں کو سب سے پہلے H1N1 2009 کا حفاظتی ٹیکہ لگوانے کی سفارش کی گئی ہے ان میں درج ذیل شامل ہیں:

- حاملہ عورتیں
- 6 ماہ سے کم عمر کے شیرخوار بچوں کے ساتھ رہنے یا ان کی نگہداشت کرنے والے لوگ
- صحت کی نگہداشت اور ہنگامی طبی عملہ کے افراد
- 6 مہینے سے لے کر 24 سال کی عمر کا کوئی بھی
- 25 سے لے کر 64 سال کا کوئی بھی شخص جو مخصوص قسم کی دیرینہ طبی عارضوں میں مبتلا ہو یا جس کا مدافعتی نظام کمزور ہے

اگر زیادہ حفاظتی ٹیکے دستیاب ہوں تو درج ذیل گروپوں کو بھی ٹیکے لگانا چاہئے:

- 25 سے لے کر 64 سال کے صحت مند لوگ
- 65 سال اور اس سے زیادہ عمر کے بالغ افراد

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

ٹیکہ دستیاب ہوتے ہی حفاظتی ٹیکہ لگوا لیں۔

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

### 1 H1N1 2009 انفلونزا کیا ہے؟

H1N1 2009 انفلونزا (سوانن فلو بھی کہلاتا ہے) انفلونزا 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 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
- کھانسنہ
- 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 ایک نیا فلو 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 2009 انفلونزا کا حفاظتی ٹیکہ

H1N1 2009 انفلونزا سے محفوظ رکھنے کے لئے حفاظتی ٹیکہ 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۔

• انفلونزا کے ٹیکے دیگر وائرسوں سے پیدا ہونے والی «انفلونزا جیسی» بیماریوں کی روک تھام نہیں کریں گے۔

• وہ موسمی فلو کی روک تھام نہیں کریں گے۔ اگر آپ موسمی فلو سے محفوظ رہنا چاہتے ہیں تو آپ کو بھی موسمی انفلونزا کا حفاظتی ٹیکہ لگوانا چاہئے۔

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

اگر آپ کو انڈوں، یا ٹیکہ میں موجود کسی دوسری شے سے شدید (جان لیوا) قسم کی الرجی ہے تو آپ کو H1N1 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 بتائیں۔

اگر آپ کو کبھی درج ذیل ہو چکا ہو تو اس کے بارے میں بھی ان کو بتادیں:

- موسمی فلو کے حفاظتی ٹیکے کی کسی خوراک کے بعد جان لیوا الرجی کی ایکشن،
- Guillain-Barré کی مجموعی علامت (فالج کی شدید بیماری جسے GBS بھی کہا جاتا ہے)۔
- حفاظتی ٹیکہ نہ لگوانے کی یہ وجوہات نہیں ہو سکتی ہیں، لیکن اس کا فیصلہ کرنے میں طبی عملہ آپ کی مدد کر سکتا 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۔

حاملہ اور دودھ پلانے والی عورتیں غیر فعال کردہ H1N1 2009 فلو کا ٹیکہ لگوا سکتی ہیں۔

غیر فعال کردہ H1N1 2009 کا ٹیکہ بیک وقت دیگر ٹیکوں کے ساتھ دیا جا سکتا ہے جس میں موسمی انفلونزا کا ٹیکہ بھی شامل ہے۔

## 6 H1N1 2009 انفلونزا کے حفاظتی ٹیکہ کے خطرات کیا ہیں؟

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

H1N1 2009 کے غیر فعال کردہ ٹیکہ میں موجود وائرس مار دینے جاتے ہیں، لہذا ٹیکہ لگوانے سے آپ کو انفلونزا نہیں ہو سکتا ہے۔

غیر فعال کردہ H1N1 2009 حفاظتی ٹیکے کے امکانی خطرے غیر فعال کردہ موسمی فلو کے ٹیکے کے جیسے ہی ہیں:

ہلکے مسائل:

- انجیکشن کی جگہ پر خراش، لالی، درد، یا ورم۔
- بے ہوش ہونا (خاص طور پر نوحیز افراد)
- سر درد، پٹھوں میں درد • بخار • متلی
- اگر یہ مسائل پیدا ہوں تو یہ عام طور پر انجیکشن کے فوراً بعد ہوتے ہیں اور 1 سے 2 دن تک رہتے ہیں۔

شدید قسم کے مسائل:

- حفاظتی ٹیکوں سے جان لیوا الرجی کی ایکشن بہت ہی کم ہوتے ہیں۔ اگر وہ ہوتے ہیں تو انجیکشن لگوانے کے عام طور پر چند منٹوں سے لے کر چند گھنٹوں میں پیدا ہوتے ہیں۔

• 1976 میں، ابتدائی قسم کا سوائن فلو ٹیکہ Guillain-Barré کی مجموعی علامت (GBS) سے منسلک تھا۔ اس وقت سے، فلو کے ٹیکے کا GBS سے کوئی تعلق واضح نہیں ہوا 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 الرجی کی ایکشن کی علامتوں 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](http://www.vaers.hhs.gov) کے ذریعہ بھیج سکتے ہیں یا 1-800-822-7967 پر فون کر کے رپورٹ درج کر 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 تو قانوناً چارہ جوئی کی آپ کی اہلیت قانون کے ذریعہ 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](http://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 پیکیج کے ساتھ آنے والی 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](http://www.cdc.gov/h1n1flu)

www.cdc.gov/flu ملاحظہ فرمائیں

• ویب سائٹ [www.flu.gov](http://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 اور اس کی روک تھام کے مراکز  
(CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION)



Urdu ٹیکہ کی معلومات کا بیان

10/2/09 H1N1 2009 غیر فعال کردہ انفلونزا کا حفاظتی ٹیکہ

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