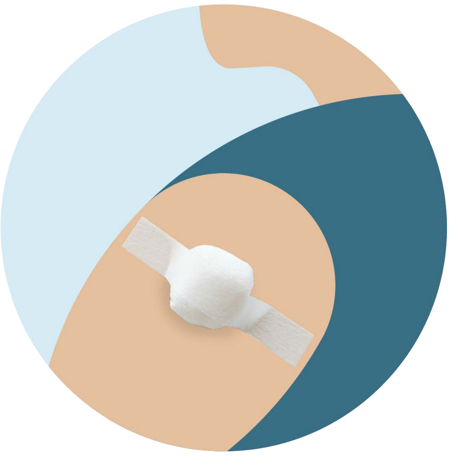
انفلوئنزا کا زیادہ خطرہ؟ ویکسین لگوائیں!

انفلوئنزا یعنی فلو سے سبھی لوگ شدید بیمار ہو سکتے ہیں لیکن کچھ لوگوں کے لیے شدید بیماری کا خطرہ دوسروں کے مقابلے میں زیادہ ہوتا ہے۔ ناروے میں تقریباً 1.7 ملین بچوں اور بالغوں کو فلو کی ویکسین لگنی چاہیے۔



کن لوگوں کو ہر سال انفلوئنزا ویکسین لگوانی چاہیے؟

- وہ لوگ جن کی عمر 65 سال یا اس سے زیادہ ہو
- نرسنگ ہومز اور نگہداشتی رہائشگاہوں میں رہنے والے
- وہ بچے اور بڑے:
  - جنہیں پھیپھڑوں کی دائمی بیماری ہو
  - جنہیں دل کی دائمی بیماری ہو
  - جن کے جگر کا فعل دائمی کمزور ہو
  - جن کے گردوں کا فعل دائمی کمزور ہو
  - جنہیں دائمی اعصابی یا دماغی بیماری یا نقصان پیش ہو
  - جن کا مدافعتی نظام کمزور ہو
  - ذیابیطس ٹائپ 1 اور ٹائپ 2
  - بہت شدید موٹاپا (BMI 40 سے زیادہ)
  - جنہیں کوئی اور شدید یا دائمی بیماری ہو
- حمل کے بارہویں ہفتے سے حاملہ خواتین
- قبل از وقت پیدا ہونے والے بچے، خاص طور پر حمل کے بتیسویں ہفتے سے پہلے پیدا ہونے والے بچے، 6 ماہ (کرونولوجیکل عمر) سے 5 سال کی عمر تک۔

انفلوئنزا سے کیا مراد ہے؟

عام انفلوئنزا میں اچانک بیماری شروع ہوتی ہے اور 3 سے 10 دنوں تک بخار، خشک کھانسی، سستی اور پٹھوں میں درد رہتا ہے۔ انفلوئنزا شدید نمونیا اور دائمی بیماریوں کے بگڑنے کا باعث بھی بن سکتا ہے۔

دل کی بیماری میں مبتلا افراد کے لیے سال کے کسی بھی دوسرے وقت کی نسبت فلو کے موسم میں دل کے دورے، سٹروک اور موت کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔ شدید انفلوئنزا بیماری مستقلاً خراب صحت اور مدد کی ضرورت میں اضافے کا باعث بن سکتی ہے۔

ناروے میں انفلوئنزا ہر سال اوسطاً 5,000 سے زیادہ ہاسپٹل ایڈمشنز اور 900 اموات کا سبب بنتا ہے۔

انفلوئنزا ویکسین کیوں لگوانی چاہیے؟

ویکسین لگوانے کے بعد 1 سے 2 ہفتوں میں انفلوئنزا انفیکشن اور شدید انفلوئنزا بیماری کے خلاف تحفظ مل جاتا ہے۔ یہ ویکسین دوسرے انفیکشنوں جیسے نیوموکوکل اور کورونا کی ویکسینز کے ساتھ بیک وقت لگوائی جا سکتی ہے۔

ہر سال ویکسین لگوانی چاہیے کیونکہ انفلوئنزا وائرس مسلسل بدلتا ہے اور ویکسین کو ان تبدیلیوں کے مطابق بدلا جاتا ہے۔ وقت کے ساتھ ساتھ ویکسین کا اثر بھی کم ہو جاتا ہے۔

کیا اس ویکسین کے کوئی ضمنی اثرات ہیں؟

موسمی انفلوئنزا کی ویکسین کئی سالوں سے استعمال ہو رہی ہیں اور عام طور پر اس کے ضمنی اثرات کم ہی ہوتے ہیں۔ دوسری ویکسینز کی طرح، اس ویکسین کے انجیکشن کی جگہ پر بھی درد، سرخی اور سوجن کے ساتھ ساتھ بخار، ہلکی خرابیٔ طبیعت اور پٹھوں میں درد ہو سکتا ہے۔ الرجک ردّعمل یا دوسرے شدید ضمنی اثرات شاذونادر ہیں۔ انفلوئنزا ویکسین سے انفلوئنزا نہیں ہو سکتا۔

انفلوئنزا ویکسین کہاں سے لگوائی جا سکتی ہے؟

کمیون (میونسپلٹی) کی ویب سائیٹ دیکھیں یا اپنے جی پی (ڈاکٹر) سے پوچھیں۔

یہاں مزید تفصیل پڑھیں
fhi.no/voksenvaksinasjon