BCHealthFiles

Punjabi - Number 12d
September 2007

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨ
Influenza (Flu) Vaccine

ਇਮਿਊਨਾਇਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਸਿਹਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਉਪਾਅ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਈਆਂ ਹਨ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕੀ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਜਿਸਨੂੰ ਅਕਸਰ ਫਲੂ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਜਿਹੜੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਮਿਹਦੇ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ 'ਮਿਹਦੇ ਦਾ ਫਲੂ', ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵੈਕਸੀਨ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਵੈਕਸੀਨ ਹਰੇਕ ਸਾਲ ਅਕਤੂਬਰ ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਨਵੰਬਰ 'ਚ ਮਿਲਣਾ ਆਰੰਭ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇਹ ਨਵੰਬਰ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ, ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀ ਰੁੱਤ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਤਕੜਿਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ - ਤਕਰੀਬਨ ਦੋ ਹਫਤੇ -ਮਿਲ ਜਾਵੇ। ਐਪਰ, ਵੈਕਸੀਨ ਫਿਰ ਵੀ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਇਸਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀ ਰੁੱਤ ਦੌਰਾਨ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਵੰਬਰ ਤੋਂ ਅਪਰੈਲ ਦੌਰਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਲਵਾਇਆ ਜਾਵੇ।

ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸ ਨੂੰ ਲਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕ:

- 6 ਤੋਂ 23 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ
- ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀ ਰੁੱਤ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ ਤੀਸਰੀ ਤਿਮਾਹੀ 'ਚ ਹੋਣਗੀਆਂ
- 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ
- ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਜਿਹੜੇ ਲੰਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਐੱਸਪਰਿਨ ਜਾਂ ASA ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਣ
- ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਜਿਹੜੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤਾਂ ਵਾਲੇ ਹੋਣ, ਜਿਵੇਂ:
  - ਦਿਲ ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਗੜਬੜੀ, ਜਿਸ ਲਈ ਬਾਕਾਇਦਾ ਡਾਕਟਰੀ ਧਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਸਮੇਤ ਐਸਥਮਾਂ, ਅਤਿ-ਗੰਭੀਰ ਔਬਸਟ੍ਰਕਟਿਵ ਪਲਮਨਰੀ ਬੀਮਾਰੀ, ਸਿਸਟਿਕ ਫਾਈਬ੍ਰੋਸਿਸ
  - ਗੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ, ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼,ਕੈਂਸਰ, ਪੀਲੀਆ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ
  - ਉਹ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਹੋਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਣ, ਨਿਗਲਣ 'ਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਤਰਲਾਂ ਕਾਰਨ ਸਾਹ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੋਵੇ (ਸਮੇਤ ਗੰਭੀਰ ਦਿਮਾਗੀ ਨੁਕਸਾਨ, ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਸੱਟ, ਸੀਜ਼ਰ ਜਾਂ ਨਿਊਰੋਮਸਕੁਲਰ ਗੜਬੜੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ)।

ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਲਿਜਾ ਸਕਣ ਜਾਂ ਫੈਲਾ ਸਕਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਿਹੜੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਕੇਅਰ, ਅਸਿਸਟਡ ਲਿਵਿੰਗ ਜਾਂ ਗਰੁੱਪ ਫੈਸਿਲਿਟੀਆਂ 'ਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਘਰੇਲੂ ਸੰਪਰਕ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕਰਤਾ ਅਤੇ 24 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਦਾ ਸਟਾਫ
- ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਸੰਪਰਕ 'ਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
- ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਸੀਮਾਂਬਧ ਘੇਰੇ 'ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕੁਰੈਕਸ਼ਨ ਫੈਸਿਲਿਟੀਆਂ।

ਹੋਰ:

- ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਪੁਲੀਸ ਅਫਸਰ, ਫਾਇਰਫਾਈਟਰ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਅਟੈਂਡੈਂਟ
- ਜ਼ਿੰਮੀਦਾਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਜਿਊਂਦੇ ਮੁਰਗਿਆਂ ਜਾਂ ਸੂਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ

ਵੈਕਸੀਨ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 9 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੱਗਿਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਵੈਕਸੀਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ 2 ਤੋਂ 64 ਸਾਲ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਕੋਈ ਵੀ, ਜੋ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ; ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਕੁਝ ਕੁ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟਾਂ, ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਦਫਤਰਾਂ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਐਂਪਲਾਇਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ

ਵੈਕਸੀਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਗੰਭੀਰ ਤੇ ਕਦੀ ਕਦੀ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਬਚਾਅ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸੰਭਾਵਤ ਮਾੜੇ ਅਸਰ

ਵੈਕਸੀਨ ਬਹੁਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਉਣਾ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਰਵਾ ਲੈਣ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰਖਿਅਤ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਤਿ ਆਮ ਰੀਐਕਸ਼ਨਾਂ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਥਾਂ ਦਾ ਦੁਖਣਾ, ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਸੋਜ ਪੈਣਾ, ਜਿੱਥੇ ਸੂਈ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ 'ਚ ਰੋਗ-ਲੱਛਣਾ 'ਚ ਹਲਕਾ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ਦਾ ਦੁਖਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ 6 ਤੋਂ 12 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ 1 ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਫਲੂ ਨਹੀਂ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ 'ਚ ਜਿਊਂਦੇ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਅਸੈਟਾਮਾਈਨੋਫੈੱਨ ਜਾਂ ਟਾਇਲੇਨੌਲ ਬੁਖਾਰ ਲਈ ਅਤੇ ਦੁਖਣ ਤੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਏ ਐੱਸ ਏ ਜਾਂ ਐੱਸਪਰਿਨ ਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਖਤਰੇ ਕਾਰਨ 20 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਕੋਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ 15 ਮਿੰਟ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਰੁਕਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਵੇਂ ਬੇਹੱਦ ਹੀ ਘੱਟ, ਇਕ ਜਾਨ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਐਲਰਜੀ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਐਨਾਫਾਇਲੈਕਸਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਛਪਾਕੀ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ ਜਾਂ ਗਲੇ, ਜੀਭ ਜਾਂ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇੰਜ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਆਉਂਣ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 911 ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਇਸ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਇਕ ਮਿਲੀਅਨ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਜਣੇ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਚਨਚੇਤ ਰੀਐਕਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਆਪਣੇ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਰੋ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀ 2000 ਦੀ ਰੁੱਤ ਦੌਰਾਨ ਕੁਝ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਇਆ, ਨੂੰ ਇਕ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਜਿਸ ਨੂੰ ਔਕੂਲੋ-ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (ORS) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ORS ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ 'ਚ ਖੰਘ ਗਲੇ ਦਾ ਦੁਖਵਾਂ ਜਾਂ ਸਾਹ ਦੀ ਤਕਲੀਫ ਦੇ ਰੋਗ ਲੱਛਣ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਇਆ ORS ਹੋਵੇ, ਫਿਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਹਿਤ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 2000 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕੇਵਲ ਇਸ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕੁ ਹੀ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ। ਐਪਰ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਹੋਰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਂਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਲੋਕਲ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕਿਸ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ?

ਕਿਸੇ ਪਬਲਿਕ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਂ ਇਸ ਵਿਚਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਕਿਸੇ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾਲ ਜਾਨ ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਾਲਾ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ
- ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ 8 ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਗੁਇਲੇਨ-ਬਾਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (GBS) ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ। GBS ਇਕ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤੰਤੂਆਂ ਦਾ ਲਕਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਂਡਿਆਂ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਹੋਵੇ।

6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਵਾਉਂਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਉਮਰ 'ਚ ਇਸਦੇ ਅਸਰਦਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕੀ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਫਲੂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਨੱਕ, ਗਲ਼ੇ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਅੱਕਤੀ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ, ਸਮੇਤ ਵਾਇਰਲ ਜਾਂ ਜਰਾਸੀਮੀ ਨਮੂਨੀਆਂ (ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ), ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ 'ਚ, ਇਹ ਅਨੁਮਾਨ ਲਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਹਰੇਕ ਸਾਲ 7,000 ਤੱਕ ਲੋਕ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਖੰਘਣ, ਛਿੱਕਣ ਜਾਂ ਮੂੰਹੋਂ ਮੂੰਹੀਂ ਨਿਕਟ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸੌਖਿਆਂ ਹੀ ਇਕ ਵਿਅੱਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅੱਕਤੀ ਤੱਕ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਾਇਰਸ ਉਦੋਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅੱਕਤੀ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਤ ਹੋਈ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਨੱਕ ਨੂੰ ਛੂਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਲੈਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜਿਹੜੇ ਖਤਰਿਆਂ ਅਤੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ, ਇਮਿਊਨਾਇਜ਼ੇਸ਼ਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਣ। ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ/ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਬਾਲਗ ਬੱਚੇ ਇਮਿਊਨਾਇਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਲੈਣ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਲੈਣ।

ਬੀ.ਸੀ. ਹੈਲਥਫਾਈਲ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਵੇਖੋ **www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm**, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੁਨਿਟ ਜਾਓ।

ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਹਰ ਰੋਜ਼ **24**-ਘੰਟੇ ਖੁੱਲੀ ਬੀ.ਸੀ. ਨਰਸਲਾਈਨ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਨੰਬਰਾਂ ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:

- ਗ੍ਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਵਿਚ, 604-215-4700 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ
- ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਟੋਲ-ਫਰੀ ਨੰਬਰ 1-866-215-4700 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ
- ਬੋਲ਼ੇ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ, 1-866-889-4700 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨ
- ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 5 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ ਉਪਲਬਧ
- ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਤਰਜਮੇ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਜ਼ੁਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

www.bchealthguide.org'ਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਹੈਲਥ ਗਾਈਡ ਆਨਲਾਈਨ ਵੇਖੋ – ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

BRITISH COLUMBIA
The Best Place on Earth
ImmunizeBC
BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY