

ویکسین لگوانا فلو سے بچاؤ کا بہترین طریقہ ہے

کیا آپ جانتے ہیں کہ انفلوئنزا، جسے عام طور پر فلو کے نام سے جانا جاتا ہے، بچوں کے لیے عام نزلے سے زیادہ خطرناک ہوسکتا ہے؟ ایک فلو ویکسین فلو کے خلاف بہترین مدافعت فراہم کرتی ہے، اور پھیلاؤ کو بھی کم کرسکتی ہے۔ ویکسین لگوانا ڈاکٹروں کے پاس جانے اور چھوٹ جانے والا کام اور تعلیمی دنوں کو بھی کم کرسکتا ہے۔¹ اس کے ساتھ، اس سال فلو کا ٹیکہ لگوانا خاص طور پر اہم ہے جبکہ ہم COVID-19 جیسے دیگر وائرس کے خلاف بچاؤ کر رہے ہیں۔ جبکہ فلو ویکسین COVID-19 سے نہیں بچائے گی، یہ فلو کی بیماری، اسپتال میں داخلہ، اور یہاں تک کہ اموات میں کمی کرنے کے ساتھ COVID-19 کے مریضوں کے لیے طبی وسائل کو بچانے میں مدد کر سکتا ہے۔



یاد رکھیں، 6 ماہ اور 59 ماہ کی عمر کے تمام بچوں کو اسکول میں شرکت کرنے کے لیے 1 جولائی سے 31 دسمبر کے دوران ہر سال فلو ویکسین کی ایک خوراک موصول کرنی لازمی ہے چاہے وہ ریموٹلی تعلیم حاصل کر رہے ہوں۔ ہر سال وائرس کا نیا اسٹریٹ ہوتا ہے، اسلئے دی جانے والی ویکسن کو اس اسٹریٹ سے مخصوص ہونا لازمی ہے۔ فلو، اسکی علامات، اور وائرس کے مزید پھیلاؤ کو روکنے کے لیے مزید جاننے کے لیے پڑھتے رہیئے۔

انفلوئنزا کیا ہے؟

انفلوئنزا ایک وائرس ہے۔ یہ خزاں اور سردیوں کے مہینوں میں زیادہ عام ہوتا ہے۔ ہر سال، بچے اور خاندان ہسپتالوں میں داخل ہوتے ہیں یا پیچیدگیوں کے باعث مر جاتے ہیں، جو فلو سے پیدا ہوتی ہیں۔ اپنے بچے کو فلو سے بچانے کا بہترین طریقہ انفلوئنزا ویکسین لگوانا ہے۔

فلو کی کیا علامات ہیں؟

فلو کی علامات ذیل ہوسکتی ہیں:



- بخار یا سردی لگنا،
- کھانسی،
- سانس پھولنا یا سانس لینے میں دشواری،
- تھکن،
- پٹھوں یا جسم میں درد،
- سر درد،
- گلے میں سوزش،
- ناک بند ہونا یا بہنا،
- طبیعت متلانا یا متلی آنا، اور
- دست۔

فلو اور COVID-19 مختلف وائرس کی وجہ سے ہوتے ہیں لیکن انکی علامات ایک جیسی ہوسکتی ہیں۔ گھر پر رہیں اور تشخیص کے لیے اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کریں اگر آپ کے بچے یا گھر میں کسی فرد کو یہ علامات ہیں۔

فلو ذیل کے طریقوں سے پھیلتا ہے:

- ایک متاثرہ شخص کے ساتھ قریبی رابطہ (6 فٹ کے اندر)۔
- ایسے شخص کے کھانسنے، چھینکنے، گانے یا بات کرنے سے قطرے پھیل جاتے ہیں۔

¹ مراکز برائے بیماریوں پر کنٹرول اور بچاؤ سے مزید جانیں: [Flu & Young Children](#)

- ایسی جگہ کو چھونا جس پر وائرس ہو اور اسکے بعد اپنے منہ، ناک یا آنکھوں کو ہاتھ لگانا۔

COVID-19 بھی اسی طرح پھیلتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے اکثر دھونا انتہائی اہم ہے، اور پھیلاؤ کو روکنے کے لیے لوگوں کے ذریعے زیادہ چھوئی جانے والی جگہوں کو جراثیم کش کریں۔ CDC کی جانب سے اپنے ہاتھ مناسب انداز میں کس طرح دھوئیں وڈیو اپنے بچے کے ساتھ دیکھیں۔

ویکسینز: ایک صحتمند خاندان کی کلید

ویکسین جسم کے مدافعتی نظام کو مستقبل میں وائرس یا بیکٹیریا سے سامنا ہونے کے لیے تیار کرنے کا کام کرتی ہے۔ آپکے بچے کے ویکسین موصول کرنے کے بعد، اگر وائرس یا بیکٹیریا جو اصل بیماری کا باعث ہے جسم میں داخل ہوتا ہے، انکا مدافعتی نظام بیماری پر حملہ کرنے کے لیے فوری ردعمل کرتا ہے اور آپکے بچے کو بیمار ہونے سے بچاتا ہے۔²

اگرچہ آپکے بچے نے تمام مطلوبہ ویکسینز پچھلے سال موصول کر لی تھیں، آپکو دیکھنا چاہیئے کہ آیا انہیں اس سال کسی اور ویکسین کی ضرورت ہے۔ اگر آپکو اپنے بچے کے لیے انفلوئنزا ویکسین یا دیگر مدافعتی ٹیکوں کے لیے حوالہ درکار ہے، اپنے بچے کے پروگرام سے بات کریں۔ وہ مدد فراہم کرنے کے لیے اپنے کمیونٹی ہسپتالوں یا کلینک سے شراکت کو استعمال کرسکتے ہیں۔

بچے اب مذہبی عقائد کی بنیاد پر ویکسینیشن کے مطلوبات سے مستثنا نہیں ہیں۔ صرف طبی استثنا والے بچے ہی ہیں جن سے ویکسینیشن کا مطالبہ نہیں کیا جاتا ہے۔

ہم چاہتے ہیں کہ تمام بچے ایک صحتمند اور محفوظ ماحول میں پروگرام میں شرکت کرنا جاری رکھیں جہاں وہ سماجی اور جذباتی طور پر نشو و نما پائیں اور تعلیم کے لیے مستعد ہوں۔ اپنے بچے کے مدافعتی ٹیکوں کو آج ہی مکمل کر کے ہمیں اپنے پروگرام کو محفوظ رکھنے میں مدد کریں۔

اضافی وسائل

- نیویارک شہر محکمہ صحت [Parents Fight Flu fact sheets](#) انگریزی میں اور ہسپانوی
- [یہ فلو ہے یا COVID-19؟](#) (PDF)

دیگر زبانیں: [Français](#) | [العربية](#) | [Русский](#) | [Kreyòl ayisyen](#) | [한국어](#) | [বাংলা](#) | [Italiano](#) | [Polski](#)

اردو | [اُردو](#)

- نیویارک کے مکینوں کو COVID-19 ویکسینز کے بارے میں کیا جاننے کی ضرورت ہے (PDF)

دیگر زبانیں: [Español](#) | [Русский](#) | [繁體中文](#) | [简体中文](#) | [Kreyòl ayisyen](#) | [한국어](#) | [বাংলা](#)

[Français](#) | [العربية](#) | [Italiano](#) | [Polski](#) | [اُردو](#)

- اشتہار: اپنی COVID-19 ویکسین لگوائیں (PDF)

دیگر زبانیں: [Español](#) | [Русский](#) | [繁體中文](#) | [简体中文](#) | [Kreyòl ayisyen](#) | [한국어](#) | [বাংলা](#)

[Français](#) | [العربية](#) | [Italiano](#) | [Polski](#) | [اُردو](#)

- NYC H+H بچوں کی ویکسینز زندگیاں بچاتی ہیں
- ہارورڈ کی صحت سے آگہی پروجیکٹ COVID-19 حقائق کی فہرست: متعدد زبانوں میں