Washington State Department of HEALTH

फ़्लू का वार्षिक टीका लगवाना

फ़्लू के वार्षिक टीके सुरक्षित हैं और 6 महीने और उससे अधिक उम्र के सभी लोगों के लिए अनुशंसित है।

- ज्यादातर लोगों को फ़्लू से होने वाली गंभीर बीमारी से खुद को बचाने के लिए फ़्लू के बस 1 वार्षिक टीके की ज़रूरत होती है।
- अगर 6 महीने से 8 साल तक के बच्चों को पहली बार फ़्लू का टीका लग रहा है या जिन्होंने पहले फ़्लू के टीके की केवल 1 खुराक ली है, तो उन्हें टीके की 2 खुराक दी जानी चाहिए। अगर आपके बच्चे को 2 खुराकों की जरूरत है तो पतझड़ के मौसम से पहले, पहली खुराक लेने के लिए अपने प्रदाता से बात करें। इस तरह से, पतझड़ के मौसम में फ़्लू का प्रकोप बढ़ने से पहले अपने बच्चे का टीकाकरण पूरा करवाने के लिए आपके पास समय होगा।
- कुछ लोगों में फ़्लू के कारण गंभीर रूप से बीमार होने का खतरा ज्यादा होता है। इनमें 65 वर्ष और उससे अधिक उम्र के वयस्क, 5 वर्ष से कम उम्र के बच्चे, गर्भवती महिलाएं और पुरानी बीमारियों (जैसे फेफड़ों की बीमारी, हृदय रोग, या कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली) वाले लोग शामिल हैं।

DECEMBER 2023 **820-247** Hindi

फ़्लू के कौन से टीक उपलब्ध हैं?

इंजेक्शन योग्य

6 महीने से 64 वर्ष तक क उम्र वाले लोगों क लिए फ़्लू क टीक क किसी एक ब्रांड क मुकाबले दूसरे ब्रांड की सिफारिश नहीं की जाती है। 2023-24 क फ़्लू क सभी टीक चारों प्रकार क इंफ़्लुएजा वायरस से बचाते हैं। मौजूदा समय में फले सबसे आम स्ट्रन से मेल खाने क लिए टीक की सरचना को हर साल अपडट किया जाता है।

नेज़ल स्प्रे

यह एक लाइव एटन्यूएटड टीका (LAIV) है जिसे 2 वर्ष से 49 वर्ष तक क उम्र वाले लोगों क लिए अनुमोदित किया गया है। इस प्रकार क टीक की सिफारिश गर्भवती महिलाओं, कमजोर प्रतिरक्षा वाले लोगों, बुज़ुर्गों और कछ चिकित्सीय चोटों वाले लोगों क लिए नहीं की जाती है।

उच्च खुराक और सहायक खुराक

ये टीक एक मजबूत प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया बनाने में मदद करते हैं। इस प्रकार क टीकों की सिफारिश 65 वर्ष और उससे अधिक उम्र क वयस्कों क लिए की जाती है।

फ़्लू का टीका लगवाने का सबसे सही समय कब है?

हर साल अक्टूबर के अंत तक फ़्लू का टीका लगवाना सबसे अच्छा होता है। फ़्लू फैलने के बाद भी टीका लगवाना फायदेमंद होता है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि फ़्लू पूरे साल भर हो सकता है।

क्या मुझे फ़्लू के टीके से फ़्लू हो सकता है ?

फ़्लू के टीकों से फ़्लू नहीं होता। टीकों में या तो निष्क्रिय वायरस होता है जो अब संक्रामक नहीं है या एक कण होता है जिसे इस तरह से डिज़ाइन किया गया है कि आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली उसे फ़्लू वायरस समझे। हालांकि नेज़ल स्प्रे वाले फ़्लू टीको में जीवित वायरस होता है, पर उस वायरस को बदल दिया जाता है ताकि उससे आपको फ़्लू न हो।

फ़्लू के टीके की कीमत कितनी है ?

फ़्लू के टीके की कीमत अलग-अलग हो सकती है। अधिकांश बीमा फ़्लू के टीके की लागत को कवर करते हैं। अगर आपके पास बीमा नहीं है या कम बीमा है, तो ऐसे कार्यक्रम मौजूद हैं जो आपको कम या बिना किसी लागत पर फ़्लू का टीका दिलवाने में मदद कर सकते हैं। वाशिंगटन राज्य 18 साल तक के बच्चों के लिए फ़्लू के टीके निःशुल्क प्रदान करता है।

क्या मैं दूसरे टीकों के साथ फ़्लू का टीका लगवा सकता/सकती हूँ ?

हाँ। दूसरे टीकों के साथ फ़्लू का टीका लगवाना सुरक्षित है। कृपया अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता या दवा विक्रेता से अन्य टीकों के बारे में बात करें जिनकी जरूरत आपको अप-टू-डेट रहने के लिए हो सकती है।

अगर मुझे अंडे से एलर्जी है, तो क्या मुझे फ़्लू का टीका लग सकता है ?

अंडे से एलर्जी वाले लोगों को फ़्लू का कोई भी टीका (अंडे वाला या बिना अंडे वाला) दिया जा सकता है जो उनकी उम्र और स्वास्थ्य स्थिति के लिए उपयुक्त हो।

मैं गर्भवती हूँ। क्या मैं फ़्लू का टीका लगवा सकती हूँ ?

गर्भवती महिलाएं कोई भी लाइसेंस प्राप्त, अनुशंसित निष्क्रिय फ़्लू टीका लगवा सकती हैं। अगर आप गर्भवती हैं, तो नेज़ल स्प्रे टीके की सलाह नहीं दी जाती है। गर्भावस्था से पहले, गर्भावस्था के दौरान या उसके बाद किसी भी समय फ़्लू का टीका लगवाना सुरक्षित है। जब गर्भवती महिलाओं को टीका लगाया जाता है, तो ये एंटीबॉडी उनके बच्चों में भी पहुँचते हैं। इससे पहले कि नवजात शिशु इतने बड़े हो जाएं कि वे अपना टीका लगवा सकें, ये एंटीबॉडी उन्हें जन्म के बाद कई महीनों तक फ़्लू से बचाने में मदद करते हैं। गर्भवती महिलाओं को COVID-19, Tdap और RSV टीके भी लगवाने की सलाह दी जाती है।

अधिक जानने के लिए

FluFreeWA.org

इस दस्तावेज़ का अनुरोध अलग प्रारूप में करने के लिए 1-800-525-0127 पर कॉल करें। बहरे या कम सुनने वाले ग्राहक, कृपया 711 (Washington Relay) पर कॉल करें या doh.information@doh.wa.gov पर ईमेल करें।