

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਬਾਰੇ ਆਮ ਪ੍ਰਸ਼ਨ

ਉਹਨਾਂ ਆਮ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਜਾਣੋ ਜੋ ਕਿ ਸਾਡੇ HealthLinkBC 8-1-1 ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਨੈਵੀਗੇਟਰਾਂ ਅਤੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜਾਣੋ ਕਿ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ ਤੋਂ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣ ਦਿਸਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣੋ ਕਿ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਤੱਕ, ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ [ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ](#) ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਸਰੋਤ ਵੀ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਬਾਰੇ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ

1. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਜਾਂ “ਫਲੂ” ਉੱਪਰਲੀ ਹਵਾ ਦੀ ਇਕ ਲਾਗ ਹੈ, ਜੋ ਇੱਕ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਕੀ ਲੱਛਣ ਹਨ?

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਖਾਰ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਵਗਦਾ ਨੱਕ, ਗਲੇ ਦਾ ਦਰਦ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਖੰਘ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਤਲੀ, ਉਲਟੀਆਂ ਜਾਂ ਦਸਤ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਦੂਜੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹੋ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ ਲੱਛਣ ਹੋਰ ਵੀ ਬਦਤਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

3. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਖੰਘ, ਛਿੱਕ, ਜਾਂ ਫੇਰ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਵਾਇਰਸ ਉਦੋਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਖੰਘ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਸਤੂ 'ਤੇ ਛਿੱਕ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਬਿਨਾਂ ਹੱਥ ਧੋਏ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਨੱਕ ਨੂੰ ਛੂਹਦਾ ਹੈ।

ਲਾਗ ਹੋਣ ਵਾਲਾਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਫੈਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ 5 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਤੱਕ ਵਾਇਰਸ ਫੈਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵਾਇਰਸ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

4. ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ?

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਗਭਗ 1 ਤੋਂ 4 ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਔਸਤਨ 2 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 7 ਤੋਂ 10 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਖੰਘ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ 1 ਤੋਂ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।

5. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਲਈ ਘਰੇਲੂ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਘਰੇਲੂ ਇਲਾਜ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸਵੈ-ਦੇਖਭਾਲ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ:

- ਕਾਫ਼ੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਰਾਮ ਕਰੋ
- ਬੁਖਾਰ ਕਾਰਣ ਤਰਲ ਦਾ ਘਾਟਾ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਧੂ ਤਰਲ ਪੀਓ
- ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ
- ਬੰਦ ਨੱਕ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਭਾਵ ਵਾਲੀ ਹਵਾ ਨੂੰ ਗਰਮ ਸ਼ਾਵਰ ਜਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰੇ ਸਿੱਕ ਤੋਂ ਸਾਹ ਲਓ
- ਐਂਟੀ-ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਐਂਟੀਵਾਇਰਲ ਨੁਸਖੇ ਦੁਆਰਾ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਣ ਦੇ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੈਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 12 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਲਗਭਗ 3 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਕਰ ਦੇਣਗੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ 2 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਲਗਭਗ 1.5 ਦਿਨ ਹੋਰ ਘਟ ਜਾਣਗੇ
- ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਖੰਘ ਅਤੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਦੀਆਂ ਨੁਸਖਾ ਰਹਿਤ ਦਵਾਈਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। 6 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ

6. ਤੁਸੀਂ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਤੁਸੀਂ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੋਏ
- ਆਬਜੈਕਟ ਅਤੇ ਸਤਹਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਕੀਟਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਛੂੰਹਦੇ ਹਨ
- ਵਰਤੇ ਗਏ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਕੂੜੇਦਾਨ ਦੀ ਟੋਕਰੀ ਜਾਂ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟ ਦਿਓ
- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੀ ਕਮੀਜ਼ ਦੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਖੰਘਣਾ ਅਤੇ ਛਿੱਕ ਮਾਰਨਾ
- ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਘਰ ਰਹਿਣਾ
- ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

7. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਜੋਖਮ ਜਾਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਕੀ ਹਨ?

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਮੇਤ ਵਾਇਰਲ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਨਮੂਨੀਆ, ਜੋ ਕਿ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ।

ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਖਾਸਕਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਚਿਰਕਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਨਮੂਨੀਆ, ਸਾਹ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

8. ਮੈਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸਮੇਤ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਲਾਗ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਵੀਂ ਜਾਂ ਬਦਤਰ ਖੰਘ ਆਦਿ ਇਸਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ:

- ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਣੀ ਵਗਣਾ ਜੋ 7-10 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ ਤੋਂ ਰੰਗਦਾਰ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਨਿਰੰਤਰ ਬੁਖਾਰ
- ਬਾਲਗਮ ਵਾਲੀ ਖੰਘ
- ਸਾਈਨਸ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼ (ਦਰਦ)
- ਪੀਲੀ, ਹਰੀ ਜੰਗਾਲ-ਰੰਗ ਦਾ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਾਲੀ ਬਲਗਮ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਵਿਗੜ ਜਾਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸੰਕੇਤ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਘੱਟ ਆਉਣ 'ਤੇ ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ), ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਕਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹਾਂ

1. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ?

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਲਗਭਗ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਬਣਾ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੀ ਟੀਕੇ ਦੀ ਹਰ ਸਾਲ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਨਿਰੰਤਰ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਸਾਲ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਵਾਇਰਸ ਵੀ ਉਸ ਸਾਲ ਦੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਚਾਅ ਲਈ ਬਦਲਦੇ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ, ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਘਟਦੀ ਹੈ।

2. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਿਸ ਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਕਨੈਡਾ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਮੇਟੀ (NACI) ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ 6 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ, ਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਿਚ ਹਨ ਇਸ ਸਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਜਾਂ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਮੁਫਤ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਫੈਲਣ ਅਤੇ ਫੈਲਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ, ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਰਮਚਾਰੇ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸੇਵਾਦਾਰ। ਇਸ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨ ਅਤੇ ਜੋ ਲਾਈਵ ਪੋਲਟਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਮੁਫਤ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਈ ਕੌਣ ਯੋਗ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ \(HealthLinkBC File #12d\)](#) ਵੇਖੋ।

3. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਿਸ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ?

ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ, ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ (ਜਾਂ ਅੰਡਿਆਂ ਦੀ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ) ਦੀ ਜਾਨਲੇਵਾ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਸੀ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਫਲੂ ਦੇ ਸ਼ਾਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੰਭੀਰ ਓਕੂਲੋ-ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ ਹੋਇਆ ਸੀ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੇ ਬਗੈਰ ਕੋਈ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ 8 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਗਿਲਿਨ-ਬੈਰੀ ਸਿੰਡਰੋਮ (GBS) ਹੋਇਆ ਸੀ
- ਤੁਸੀਂ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਚੈੱਕਪੋਆਇੰਟ ਇਨਿਹਿਬਿਟਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਕਦੋਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

4. ਕੀ ਮੇਰੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਸ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ।

5. ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਲਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਫਿਰ ਵੀ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

6. ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਰੋਕੂ ਨੀਤੀ ਕੀ ਹੈ?

ਬੀ.ਸੀ. ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਰੋਕੂ ਨੀਤੀ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਾਂ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਇਆ ਤਾਂ ਉਹ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਗੇ।

ਜੋਖਮ ਵਾਲੀ ਅਬਾਦੀ (ਬੱਚੇ, ਗਰਭਵਤੀ, ਰਤਾਂ, ਬਜ਼ੁਰਗ, ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀਆਂ)

1. ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਜਾਂ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਦੂਜੇ ਅੱਧ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖਾਸਕਰ ਤੀਜੇ ਤਿਮਾਹੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ

ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਜਾਂ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਲਾਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੇ।

2. ਕੀ ਮੈਂ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣ ਸਮੇਂ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

3. ਕੀ ਮੇਰੇ 3 ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਬੱਚੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?

6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਸ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ।

4. ਕੀ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਵਧਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ, 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਰ ਸਾਲ ਇੱਕ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਜਾਂ ਫਲੂ ਦੀ ਸ਼ੂਟ ਲੈਣ।

5. ਕੀ ਨਿਊਰੋਲੋਜਿਕ ਜਾਂ ਨਿਊਰੋਡੈਵੈਲਪਮੈਂਟ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਜੋ ਨਿ ਨਿਊਰੋਲੋਜਿਕ ਅਤੇ ਨਿਊਰੋਡੈਵੈਲਪਮੈਂਟਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਉਹ ਸਮੂਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

1. ਕੀ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸਿਰਫ ਲਾਲੀ, ਖੁਰਕ ਜਾਂ ਸੋਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ, ਖਾਸਕਰ ਉਹ ਜਿਹੜੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰ ਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਥਕਾਵਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

2. ਜੇ ਮੈਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਜਾਂ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਦੂਜੇ ਅੱਧ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖਾਸਕਰ ਤੀਜੇ ਤਿਮਾਹੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੀਆਂ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

3. ਜੇ ਮੈਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਰਾਹੀਂ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

4. ਜੇ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਜ਼ੁਕਾਮ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਂ ਜਾਂ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਲਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਫਿਰ ਵੀ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

5. ਮੈਨੂੰ ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ, ਕੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਠੀਕ ਹੈ?

ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫੇਰ ਵੀ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਕਿਸੇ ਪਿਛਲੇ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਿੱਸੇ ਪ੍ਰਤੀ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਅਤੇ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸਵਾਲ

1. ਮੈਂ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ? ਤੁਸੀਂ [ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟਸ](#), ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ, ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਹੋਮਸ, ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫਤਰ, [ਯਾਤਰਾ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ](#) ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ (ਉਹ ਜੋ 5 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਨ) ਵਿਖੇ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ImmunizeBC 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣਾ ਸਥਾਨਕ [ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਲੱਭੋ](#)।

2. ਕੀ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਮੁਫਤ ਹੈ?

ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਜਾਂ ਜੋ ਗਰਭਵਤੀ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ), ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਫਲੂ ਫੈਲਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਮੁਫਤ ਹੈ।

ਮੁਫਤ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਈ ਕੌਣ ਯੋਗ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ \(HealthLinkBC File #12d\)](#) ਵੇਖੋ।

3. ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਟੀਕਾ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ?

ਟੀਕਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਲਾਭਦਾਇਕ ਲਿੰਕ

HealthLinkBC

- [ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ \(HealthLinkBC ਸਿਹਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ\)](#)
- [ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ \(HealthLinkBC File #12a\)](#)
- [ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਬਾਰੇ ਤੱਥ \(HealthLinkBC File #12b\)](#)
- [ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ: ਮਿੱਥਾਂ ਅਤੇ ਤੱਥ \(HealthLinkBC File #12c\)](#)
- [ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ \(HealthLinkBC File #12d\)](#)
- [ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਕੌਨਜੁਗੇਟ \(ਪੀ ਸੀ ਵੀ 13\) ਵੈਕਸੀਨ \(HealthLinkBC File #62a\)](#)
- [ਨਿਊਮੋਕੋਕਲ ਪੌਲੀਸੈਕਰਾਈਡ ਵੈਕਸੀਨ \(HealthLinkBC File #62b\)](#)

BCCDC

- [ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ](#)

ImmunizeBC

- [ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ](#)
- [ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਬਾਰੇ ਅਕਸਰ ਪੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ](#)

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ

- [ਫਲੂ \(ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ\)](#)

ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ: ਅਕਤੂਬਰ 2019

ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਾਸਤੇ, www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਬੀ. ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਨੌਨ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ, www.HealthLinkBC.ca ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **8-1-1** (ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ) ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ, **7-1-1** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੇ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।