

ਲਾਈਵ ਐਟੇਨੂਏਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨ

Live Attenuated Influenza (Flu) Vaccine

ਲਾਈਵ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕੀ ਹੈ?

ਲਾਈਵ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ (LAIV) ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਨੱਕ ਦੇ ਸਪਰੇਅ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਹੋਰ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਜੋ ਜੁਕਾਮਾਂ ਜਾਂ ਗੈਸਟਰੋਐਂਟੇਰਾਈਟਿਸ (ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤ) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। LAIV ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਬੀਸੀ ਵਿੱਚ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਮਾਰੇ ਗਏ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਟੀਕੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [HealthLinkBC File #12d ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ](#) ਦੇਖੋ। ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਕਤੂਬਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ, ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www2.gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/immunizations/flu 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਸਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਅਤੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਇਸਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦੋ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ। LAIV, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਦੋ ਸਾਲ ਤੋਂ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ

- 5 ਤੋਂ 17 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਖਾਸ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:
 - ਦਿਲ ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਲਕੇ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨਾ ਦਮਾ, ਪੁਰਾਣੀ ਰੁਕਾਵਟ ਪਲਮਨਰੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸਿਸਟਿਕ ਫਾਈਬਰੋਸਿਸ
 - ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਿਗਰ ਦੀ ਪੁਰਾਣੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ, ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼, ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਅਨੀਮੀਆ
 - ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਣ, ਨਿਗਲਣ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਕਰਕੇ ਦਮ ਘੁੱਟਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਨੁਕਸਾਨ, ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੀ ਸੱਟ, ਦੌਰਿਆਂ ਜਾਂ ਨਿਊਰੋਮਸਕੂਲਰ ਵਿਕਾਰ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
 - ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਬਹੁਤ ਮੋਟੇ ਹਨ

ਬਸਤੀਵਾਦ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਸਿਹਤ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇੰਡਿਜਨਸ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

5 ਤੋਂ 17 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜੋ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਗੰਭੀਰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ [HealthLinkBC File #12d ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ](#) ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

18 ਤੋਂ 59 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੂਈਆਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ LAIV ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਸ ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਲਾਈਵ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲੋਂ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

LAIV ਦੇਵੇਂ ਨਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਪਰੇਅ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 9 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੋ ਤੋਂ 8 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਤਰਾਲ 'ਤੇ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ?

ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਘਾਤਕ ਲਾਗ ਹੈ, ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾ ਕੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕੀ ਹਨ?

LAIV ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੇ ਲੱਛਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀ ਲਾਗ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਹਲਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵਗਦਾ ਜਾਂ ਬੰਦ ਨੱਕ, ਖੰਘ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਸਿਰਦਰਦ
- ਭੁੱਖ ਘੱਟ ਲੱਗਣਾ
- ਕਮਜ਼ੋਰੀ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਠੰਡ ਲਗਣਾ
- ਉਲਟੀਆਂ
- ਪੇਟ ਦਰਦ
- ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ

ਐਸੀਟਾਮਿਨੋਫ਼ਿਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟਾਇਲੇਨੋਲ®) ਜਾਂ ਆਈਬਿਊਪਰੋਫ਼ੈਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਡਵਿਲ®) ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਦਰਦ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਖਤਰੇ ਕਰਕੇ 18 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਏਸਪੀਰੇ (ASA) (ਉਦਹਾਰਣ ਲਈ ਐਸਪੀਰੀਨ (Aspirin®)) ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਹੋਰ ਸਿੰਡਰੋਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [HealthLinkBC File #84 ਹੋਰ ਸਿੰਡਰੋਮ](#) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੋਈ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 15 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਐਨਾਫਲਾਕਸਿਸ ਨਾਮ ਦੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਅਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦੀ ਅਤਿ ਵਿਰਲੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਮਿਲੀਅਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਛਪਾਕੀ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼, ਜਾਂ ਗਲੇ, ਜੀਭ ਜਾਂ ਬੁਲਾਂ ਦੀ ਸੋਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਉਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਏਪੀਨੇਫ਼ਿਨ (ਐਡਰੇਨਲਿਨ) ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਐਂਥ੍ਰੈਕਸ ਦੁਆਰਾ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ **9-1-1** 'ਤੇ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਗੁਇਲੇਨ-ਬਾਰ ਸਿੰਡਰੋਮ (GBS) ਇੱਕ ਦੁਰਲੱਭ ਸਥਿਤੀ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਅਧਰੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਾਗਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਕੁਝ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ GBS ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਤੀ ਮਿਲੀਅਨ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਵਿੱਚ GBS ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਅਚਾਨਕ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। CANVAS ਅਧਿਐਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ <https://canvas-network.ca> 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕਿਸਨੂੰ ਲਾਈਵ ਐਟੇਨੂਏਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ਦੇ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਲੋਕਾਂ, ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੁਆਰਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਦਮਾ ਜਾਂ ਸਰਗਰਮ ਘਰਘਰਾਹਟ ਹੈ
- ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ, ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ (ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ) ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਨਲੇਵਾ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋਈ ਸੀ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅਣਪਛਾਤੇ ਕਾਰਨ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਕੋਈ ਵੀ ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦੇ 8 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ GBS ਵਿਕਸਤ ਹੋਇਆ ਸੀ
- ਕਿਸੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬੀਆਂ ਮਿਆਦਾਂ ਲਈ ਐਸਪੀਰੀਨ® ਜਾਂ ASA ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣਗੇ ਜਿਸਦਾ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੇਨ ਮੈਰੇ ਟ੍ਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਮਰੀਜ਼, ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਜਿਹੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ LAIV ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਹੋਰ ਹਲਕੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਕੀ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ, ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਵਾ ਦੀ ਨਲੀ ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ। ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵਾਇਰਲ ਜਾਂ

ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਨਮੂਨੀਆ, ਜੋ ਕਿ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਲਾਗ ਹੈ, ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ ਖੰਘਣ, ਨਿੱਛ ਮਾਰਨ ਜਾਂ ਆਹਮੇ-ਸਾਹਮਣੇ ਸੰਪਰਕ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਉਦੋਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖੰਘ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਸਤੂ 'ਤੇ ਛੂਹਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਮੂੰਹ ਜਾਂ ਨੱਕ ਨੂੰ ਛੂਹਦੇ ਹੋ।

ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ

ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ। 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਹੜੇ ਹਰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਸਮਝਣ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋਣ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਉਸ ਲਈ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ

[HealthLinkBC File #119 ਦ ਇੰਨਫੈਟਸ ਐਕਟ, ਸਿਆਣੇ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਅਤੇ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ](#) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਈਲਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

- [HealthLinkBC File #12a ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ ਕਿਉਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ](#)
- [HealthLinkBC File #12b ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ \(ਫਲੂ\) ਬਾਰੇ ਤੱਥ](#)
- [HealthLinkBC File #12c ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ \(ਫਲੂ\) ਟੀਕਾਕਰਨ: ਮਿੱਥਾਂ ਅਤੇ ਤੱਥ](#)
- [HealthLinkBC File #12d ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜਾ \(ਫਲੂ\) ਵੈਕਸੀਨ](#)



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

ਹੋਰ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਈਲ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਾਸਤੇ www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਲਈ www.HealthLinkBC.ca 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **8-1-1** (ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ) 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੋਲੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, **7-1-1** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੇ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।