انفلوئنزا ("فلو") کے خلاف ٹیکے کے بارے میں

شدید تنفسی بیماریاں لوگوں میں سب سے زیادہ عام بیماریاں ہیں۔ متعدد قسم کے مرض پھیلانے والے جرثومے (پیتھوجینز)، خاص طور پر وائرس، کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ انفلوئنزا کا وائرس، 'حقیقی' فلو کا سبب بننے والے عامل، ایک مرکزی کردار ادا کرتا ہے۔ انفلوئنزا کا خاص کردار ہر سال اس کے وبائی ظہور کی وجہ سے ہے۔ اس کے علاوہ، انفلوئنزا کے وائرس عموما ان دیگر پیتھوجینز کے مقابلہ میں بیماری کے زیادہ شدید سلسلہ کی وجہ بنتے ہیں جو شدید تنفسی بیماریوں کے لئے ذمہ دار ہیں۔ سب سے بہتر تحفظ وقت پر ٹیکا لگوانا ہے۔ انفلوئنزا کا ٹیکا ان دیگر پیتھوجینز کی وجہ سے ہونے والی شدید تنفسی بیماریوں کے خلاف تحفظ نہیں فراہم کرتا ہے جو مثالی طور پر ایک ہلکا سلسلہ رکھتے ہیں۔

انفلوئنزا ایک شدید تنفسی بیماری ہے جو بخار، کھانسی اور عضلات کے درد کے ساتھ ہوتا ہے؛ اسے معالجاتی طور پر ہمیشہ دیگر تنفسی بیماریوں سے ممتاز نہیں کیا جا سکتا۔ خاص طور پر عمر رسیدہ اور مزمن طور پر بیمار لوگوں میں، اکثر انفلوئنزا کے شدید سلسلوں کا مشاہدہ کیا جاتا ہے۔ وائرل فلو سرد موسم میں زیادہ کثرت سے پیش آتا ہے۔ اسی وجہ سے ٹیکے عام طور پر خزاں کے مہینوں کے دوران دیئے جانے چاہئیں۔ لیکن حفاظتی ٹیکا کسی بھی وقت دیا جا سکتا ہے۔ انفلوئنزا کے وائرس مسلسل بدلتے رہتے ہیں، تاکہ وہ لوگ جو پچھلے سال انفلوئنزا سے متاثر ہوئے تھے یا جنہیں ٹیکا لگایا گیا تھا وہ بھی اگلے سال انفلوئنزا کے ساتھ دوبارہ بیمار پڑ سکتے ہیں۔ اسی لئے انفلوئنزا کا ٹیکا ہر سال موجودہ ٹیکے کے ساتھ دہرایا جانا چاہئے۔

ٹیکا

انفلوئنزا کا ٹیکا عالمی تنظیم صحت (WHO) کی موجودہ سفارش کے مطابق ہر سال تیار کیا جاتا ہے؛ اسے عام طور پر **موسمی ٹیکا** کہا جاتا ہے۔ یہ سفارش ٹائپ اے اور بی کے ہر وقت عالمی طور پر پھیلے ہوئے انفلوئنزا کے وائرس کو مدنظر رکھتی ہے۔ یہ ٹیکا عام طور پر انفلوئنزا اے کے دو وائرس (A/H1N1 اور A/H3N2) اور انفلوئنزا بی کے ایک وائرس کے اجزاء پر مشتمل ہوتا ہے۔ زیادہ بڑے وقفوں کی صورت میں، انفلوئنزا کے ایک بالکل نئے پیتھوجین (وبائی) کے عالمی طور پر پھیلنے کا خطرہ پایا جاتا ہے۔ 2009 کے بعد، "نئے انفلوئنزا A/H1N1" کے تعلق سے، جسے کبھی کبھی "سوائن فلو" بھی کہا جاتا ہے، یہی معاملہ تھا۔ تاہم، اس پیتھوجین نے اس دوران پہلے پھیلے ہوئے انفلوئنزا کے A/H1N1 وائرس کی جگہ لے لی ہے اور اسی لئے موسمی انفلوئنزا کے موجودہ ٹیکے کے اجزاء میں سے ایک کے طور پر شامل کیا گیا ہے۔

اگر، استثنائی معاملات میں، ایک موسم میں ٹیکے کا مرکب نہیں بھی تبدیل کیا جاتا ہے، تب بھی ایک نیا ٹیکا دیا جانا چاہئے، کیوں کہ مامونیتی تحفظ کی مدت نسبتا مختصر ہو سکتی ہے، خاص طور پر عمر رسیدہ لوگوں اور پہلے سے پائے جانے والے طبی عوارض والے لوگوں میں۔

غیر سرگرم بنائے گئے ٹیکے (مردہ ٹیکے) انفلوئنزا کے وائرس کے ایسے اجزاء پر مشتمل ہیں جو بیماری کے خلاف تحفظ فراہم کرتے ہیں۔ وہ یا تو مرغی کے انڈے کی بنیاد پر یا سیل کلچرز میں بھی تیار کئے جاتے ہیں (یہ ٹیکے 18 سال اور اس سے زیادہ عمر کے بالغان کے لئے منظور کئے گئے ہیں)۔

یہ ٹیکے عام طور پر درون عضلاتی انجیکشن کے ذریعہ لگائے جاتے ہیں، مثال کے طور پر، وہ بازو کے اوپری حصہ کے عضلہ میں دیئے جاتے ہیں۔ ایک ٹیکا (60 سال اور اس سے زیادہ عمر کے لوگوں کے لئے) جلد کے اندر (درون جلد ادخال) بھی لگایا جاتا ہے۔ انفلوئنزا کا ٹیکا دیگر ٹیکوں کے ساتھ بھی دیا جا سکتا ہے۔ 6 سے 35 مہینے تک کی عمر کے بچے 0.25 ملی لیٹر ٹیکے کی ایک خوراک وصول پاتے ہیں؛ 36 مہینے کی عمر سے بچے، نوجوان اور بالغان 0.5 ملی لیٹر ٹیکے کی خوراک وصول پاتے ہیں۔ پہلے ٹیکا نہ لگائے گئے بچے کم سے کم 4 ہفتے کے وقفہ سے 2 انجیکشن وصول پاتے ہیں۔ تحفظ کا عمل ٹیکا کاری کے تقریبا 2 سے 3 ہفتے بعد شروع ہوتا ہے۔

کسے ٹیکا لگایا جانا چاہئے؟

انفلوئنزا کے ٹیکوں کی صلاح ان تمام لوگوں کے لئے دی جاتی ہے جو انفلوئنزا کے تئیں خاص طور پر ضرر پذیر ہیں:

- 60 سال اور اس سے زیادہ عمر کے لوگ
- دوسری سہ ماہی سے تمام حاملہ عورتیں (کسی بنیادی بیماری کی وجہ سے زیادہ طبی خطرہ کی صورت می، پہلی سہ ماہی سے)
- وہ لوگ جن کا پیشہ انہیں لوگوں کی ایک بڑی تعداد کے روز مرہ ربط میں لاتا ہے جیسے، مثال کے طور پر، بس ڈرائیور یا اساتذہ
- ایلڈرلی- یا نرسنگ ہومز کے باشندے
- بنیادی بیماریوں جیسے، مثال کے طور پر، مزمن تنفسی بیماریوں، مزمن کارڈیووسکولر بیماریوں، جگر اور گردے کی بیماریوں، میٹابولک بیماریوں (مثلا ذیابیطس)، پیدائشی اور حاصل کردہ مامونی قلتوں (مثلا ایچ آئی وی انفیکشن)، مزمن نیورولوجیکل بیماریوں (مثلا ملٹیپل اسکلیروسس) کی وجہ سے زیادہ طبی خطرات والے بالغان، نوجوان اور بچے
- وہ لوگ جو دوسروں کو متاثر کرنے کا خطرہ رکھتے ہیں، وہ انفلوئنزا والے لوگوں کے لئے نگہداشت فراہم کرتے ہیں، لیکن جو نگہداشت کے ضرورت مند مریضوں اور لوگوں کے ذریعہ خود بھی زیادہ خطرہ میں ہیں؛ بشمول، مثال کے طور پر، طبی عملہ اور عمر رسیدہ لوگوں اور بیمار لوگوں کو نگہداشت فراہم کرنے والا عملہ
- وہ لوگ جو پالتُو پَرِندے (پولٹری) اور جنگلی پرندوں کے براہ راست رابطہ میں ہیں

حاملہ عورتوں کی ٹیکا کاری کے لئے ایک نئی سفارش دی گئی تھی کیوں کہ مطالعہ سے پتہ چلا ہے کہ حاملہ عورتوں کے لئے انفلوئنزا کی بیماری کے دوران پیچیدگیاں بڑھنے کا بہت زیادہ خطرہ پایا جاتا ہے۔ ماں یا بچہ میں ان چاہے ضمنی اثرات کا مشاہدہ نہیں کیا گیا تھا۔

مزمن نیورولوجیکل بیماریوں، مثال کے طور پر، نیورومسکولر بیماریوں میں مبتلا لوگ بھی انفلوئنزا کے شدید سلسلوں میں مبتلا ہونے کا زیادہ خطرہ رکھتے ہیں (بچے بھی)۔ اسی لئے ان مریضوں کو بھی ٹیکا لگایا جانا چاہئے، اور اسی طرح ایم ایس کے مریضوں کو بھی جن میں انفلوئنزا نئی بیماری کی واپسی کا سبب بن سکتا ہے۔

کسے ٹیکا نہیں لگایا جانا چاہئے؟

ان لوگوں کو ٹیکا نہیں لگایا جانا چاہئے جو بخار کے ساتھ ایسی شدید بیماری میں مبتلا ہوں جس کے لئے علاج کی ضرورت ہو۔ یہ ٹیکا جلد سے جلد ممکنہ تاریخ میں لگایا جانا چاہئے۔

وہ لوگ جو ٹیکے کے اجزاء کے تئیں شدید بیش حساسیت رکھتے ہیں انہیں یہ ٹیکا ہرگز نہیں لگایا جانا چاہئے۔ یہ، مثال کے طور پر، چکن پروٹین کے تئیں ثابت شدہ شدید الرجی کی صورت میں ہو سکتا ہے۔ ان مریضوں کو اپنے ڈاکٹر سے پوچھنا چاہئے کہ آیا متبادل کے طور پر کوئی ایسا ٹیکا دستیاب ہے جو مرغی کے انڈوں سے نہ تیار کیا گیا ہو۔

ٹیکا کاری کے بعد نگہداشت

ٹیکا لگائے گئے شخص کو کسی خاص نگہداشت کی ضرورت نہیں ہے، لیکن ٹیکا کاری کے بعد 3 دنوں کے اندر غیر معمولی جسمانی تناؤ سے پرہیز کیا جانا چاہئے۔ کارڈیووسکولر رد عمل کا رجحان رکھنے والے لوگوں یا ان لوگوں کو چاہئے کہ ٹیکا لگائے جانے سے پہلے اپنے ڈاکٹر کو مطلع کر دیں جن میں فوری الرجی زا رد عمل معلوم ہیں۔

ٹیکا کاری کے بعد ممکنہ مقامی اور جسم کے دیگر اعضاء کا رد عمل

ٹیکا کاری کے بعد، مطلوبہ مامونیت اور اس طرح بیماری کے خلاف تحفظ کے علاوہ، انجیکشن کے مقام پر کبھی کبھی سرخی یا تکلیف دہ سوجن ہو سکتی ہے۔ یہ ٹیکے کے تئیں جسم کے طبعی رد عمل کا ایک اظہار ہے اور عموما 1 سے 3 دنوں کے اندر ظاہر ہوتا ہے اور شاذ و نادر ہی زیادہ مدت تک رہتا ہے۔ کبھی کبھی، آس پاس کے لمفی غدود میں سوجن آجاتی ہے اور وہ سخت ہو جاتے ہیں۔ عام علامات بھی ظاہر ہو سکتی ہیں، جیسے بخار، کپکپی، متلی، بے چینی، اسہال، تھکان، پسینہ آنا، سر درد اور عضلات- اور جوڑوں کا درد۔

مؤخر الذکر عام رد عمل ممکنہ طور پر وہ سبب ہو سکتے ہیں جس کے لئے انفلوئنزا کا ٹیکا غلط طور پر ان انفلوئنزا جیسی بیماریوں کے لئے ذمہ دار قرار دیا جاتا ہے جو ٹیکا کاری کے وقت ہی پیش آتی ہیں۔ عموما، مذکورہ رد عمل عارضی، مقامی اور جسم کے دیگر اعضاء کے رد عمل اور وہ بلا کسی نتائج کے جلدی ہی ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

کیا ٹیکے سے پیچیدگیوں کا امکان پایا جاتا ہے؟

ٹیکا کاری کے اس عام رد عمل سے ہٹ کر جو ٹیکا لگوانے والے شخص کو قابل لحاظ حد تک متاثر کرتا ہے، ٹیکے سے جڑی ہوئی پیچیدگیاں بہت شاذ و نادر پیش آنے والے نتائج ہیں۔ انفلوئنزا کے ٹیکے کے بعد، جلد کے الرجی زا رد عمل (کبھی کبھی کھجلی اور چھپاکی کے ساتھ) اور اعضاء تنفس کے الرجی زا رد عمل کا مشاہدہ بہت شاذ و نادر ہی کیا گیا ہے۔ خون کی نالی کی سوجن (سیل کلچر پر مبنی ٹیکے کے ہمراہ ممکنہ طور پر گردوں کی عارضی شمولیت کے ساتھ) بھی بہت شاذ و نادر پیش آسکتی ہے اور، نتیجہ کے طور پر خون بہنے کے ساتھ، عارضی طور پر پلیٹیلیٹ کاؤنٹ کم ہو سکتا ہے۔ الرجی زا فوری رد عمل (الرجی زا صدمہ) کی اطلاع صرف شاذ معاملات میں دی گئی ہے۔

ٹیکا کاری کے ساتھ وقتی رابطہ کی شکل میں ٹیکا کاریوں کے نیورولوجیکل (عصبی نظام کے) ضمنی اثرات جیسے، مثال کے طور پر، عارضی فالج کی اطلاع شاذ معاملات میں دی گئی تھی، لیکن علتی ربط نہیں ثابت کیا جا سکا ہے۔

ممکنہ ضمنی اثرات کے بارے میں ٹیکا لگانے والے کی طرف سے صلاح

اس پرچۂ معلومات کے علاوہ، آپ کا ڈاکٹر صلاح و مشورہ پیش کرتا ہے۔

اگر ٹیکا کاری کے بعد ایسی علامات پیش آتی ہیں جو مذکورہ بالا جلد ہی ٹھیک ہو جانے والے مقامی اور جسم کے دیگر اعضاء کے رد عمل سے ہٹ کر ہیں، تو صلاح و مشورہ کے لئے آپ کو ٹیکا لگانے والا فرد فطری طور پر دستیاب ہوگا۔

آپ ٹیکا لگانے والے فرد سے اس پر رابطہ کر سکتے ہیں:

دستبرداری

اصل پرچۂ معلومات (ورژن: 06/2015) کا ترجمہ رابرٹ- کوخ-انسٹی ٹیوٹ کی طرف سے Deutsches Grünes Kreuz e.V [جرمن گرین کراس e.V] کی اجازت سے کیا گیا تھا۔ جرمن متن قابل اطلاق ہے۔ ترجمہ کی ممکنہ غلطیوں کے لئے یا جرمن اصل میں کی جانے والی بعد کی نظر ثانیوں کی صورت میں موجودہ ترجمہ کے رائج ہونے کے لئے ذمہ داری نہیں قبول کی جا سکتی۔

نام ____

Name

انفلوئنزا کے خلاف ٹیکا

Schutzimpfung gegen Influenza

برائے مہربانی ایک پرچۂ معلومات وصول پائیں جو بیان کرتا ہے کہ انفلوئنزا کے خلاف حفاظتی ٹیکا کس طرح دیا جاتا ہے۔ یہ اس بیماری کے بارے میں جو ٹیکے کے ذریعہ روکی جا سکتی ہے، ٹیکے کے بارے میں، ٹیکا کاری کے بارے میں، ٹیکا کاری کے رد عمل اور ٹیکا کاری کی ممکنہ پیچیدگیوں کے بارے میں متعلقہ معلومات پر مشتمل ہے۔

Anliegend erhalten Sie ein Merkblatt über die Durchführung der Schutzimpfung gegen Influenza. Darin sind die wesentlichen Angaben über die durch die Impfung vermeidbare Krankheit, den Impfstoff, die Impfung sowie über Impfreaktionen und mögliche Impfkomplikationen enthalten.

ٹیکا دیئے جانے سے پہلے، درج ذیل اضافی معلومات طلب کی جاتی ہے:

Vor Durchführung der Impfung wird zusätzlich um folgende Angaben gebeten:

1. کیا ٹیکہ لگایا جانے والا شخص فی الحال صحت مند ہے؟

Ist der Impfling gegenwärtig gesund?

☐ ہاں *(Ja)* ☐ نہیں *(Nein)*

2. کیا مریض کوئی معلوم الرجی رکھتا ہے - خاص طور پر چکن پروٹین کے خلاف؟

Ist bei dem Patienten eine Allergie – insbesondere gegen Hühnereiweiß – bekannt?

☐ ہاں *(Ja)* ☐ نہیں *(Nein)*

اگر ہاں تو کون سی ____

wenn ja, welche

3. کیا ٹیکا وصول پانے والے شخص نے کسی سابقہ ٹیکے کے بعد الرجی زا رد عمل، جیسے کہ تیز بخار، یا دیگر غیر طبعی رد عمل کا سامنا کیا ہے؟

Traten bei dem Impfling nach einer früheren Impfung allergische Erscheinungen, hohes Fieber oder andere ungewöhnliche Reaktionen auf?

☐ ہاں *(Ja)* ☐ نہیں *(Nein)*

اگر آپ انفلوئنزا کے خلاف حفاظتی ٹیکے کے بارے میں مزید جانکاری حاصل کرنا چاہتے ہیں تو ٹیکا لگانے والے سے پوچھیں!

Falls Sie noch mehr über die Schutzimpfung gegen Influenza wissen wollen, fragen Sie den Impfarzt!

برائے مہربانی مامونیت کے اپوائنٹمنٹ میں اپنا ایمیونائزیشن ریکارڈ کارڈ اپنے ساتھ لائیں۔

Zum Impftermin bringen Sie bitte das Impfbuch mit!

رضامندی فارم
Einverständniserklärung

انفلوئنزا کے خلاف ٹیکے کے ادخال کی بابت
zur Durchführung der Schutzimpfung gegen Influenza

ٹیکا لگائے جانے والے شخص کا نام ______________________________
Name des Impflings

تاریخ پیدائش ______________________________
geb. am

میں نے پرچۂ معلومات کا مواد پڑھ لیا ہے اور میرا ڈاکٹر میرے سامنے تفصیل کے ساتھ ٹیکے کی وضاحت کر چکا ہے۔
Ich habe den Inhalt des Merkblatts zur Kenntnis genommen und bin von meinem Arzt/meiner Ärztin im Gespräch ausführlich über die Impfung aufgeklärt worden.

□ مجھے مزید کوئی سوالات نہیں کرنے ہیں۔
Ich habe keine weiteren Fragen.

□ میں انفلوئنزا کے خلاف تجویز کردہ ٹیکے سے متفق ہوں۔
Ich willige in die vorgeschlagene Impfung gegen Influenza ein.

□ میں ٹیکا رد کرتا ہوں۔ مجھے اس ٹیکے کے ممکنہ نقصانات کے بارے میں مطلع کیا گیا تھا
Ich lehne die Impfung ab. Über mögliche Nachteile der Ablehnung dieser Impfung wurde ich informiert.

تبصرے *Vermerke* ______________________________

مقام، تاریخ *Ort, Datum* ______________________________

______________________________ ______________________________

ٹیکا وصول پانے والے شخص یا سرپرست کا دستخط
Unterschrift des Impflings bzw. des Sorgeberechtigten

ڈاکٹر کا دستخط
Unterschrift des Arztes/der Ärztin