ہیلتھ اور سوشل کیئر کے عملے کوموسمی انفلوئنزا (فلو) سے بچانا

موسمی فلوکیا ہوتا ہے؟

موسمی فلوہر سال عموما" سردیوں میں ہوجاتا ہے۔ ۔ کچه لوگ شدید زکام کوفلو سمجه لیتے ہیں حالانکہ فلو زکام سے بہت زیادہ برا ہوتا ہے۔ فلوایک بہت متعدی بیماری ہے جوایک وائرس سے لگ جاتی ہے ۔ اس کی علامات میں بخار، سردی لگنا، سر درد، پٹھوں میں درد، کھانسی اورگلے میں خراش شامل ہیں ۔ اور چونکہ فلوایک وائرس ہے، اس لیئے یہ اینٹی بائوٹک دواؤں سے ختم نہیں ہوتا ۔ حفاظتی ٹیکے ان لوگوں کے لیئے دستیاب ہیں جوزیادہ خطرے میں ہیں ۔

اگرچہ کہ کسی کو فلو ہو چکا ہواور پچھلے سال حفاظتی ٹیکہ بھی لگوایا تھا، تب بھی وہ اس سال فلوسے محفوظ نہیں ہوں گے کیونکہ وائرس بدلتے رہتے ہیں ۔ اسی لیئے ہر سال ان ٹیکوں کے لیئے نئی دوا بنائی جاتی ہے تا کہ نئے وائرس کا توڑ ہوسکے۔

فلو سے سب سے زیادہ خطرہ کس کو ہے؟

فلو کسی کوبھی ہو سکتا ہے لیکن یہ عمررسیدہ اور ایسے افراد میں زیادہ شدید ہوتا ہے جو کسی طبّی مسلے سے دو چار ہوں ۔جیسے ذیابیطس یا دل اورتنفّس کی کوئی تکلیف ۔ فلوبگڑ کربرانکائیٹس اورنمونیا جیسے امراض کا باعث بن سکتا ہے جن میں ہسپتال میں علاج ضروری ہوجاتا ہے اورپہلے ہی سے بیمارافراد کوجان کا خطرہ لاحق ہو سکتا ہے ۔

ہیلتھ اور سوشل کیئرکے عملے کو امیونائز کیوں کیا جائے؟

ہیلتھ اور سوشل کیئر کے عملے کو بیماری لگ جانے کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے اورانہیں حفاظتی ٹیکے لگانے سے ان اداروں کی عمارتوں میں فلوکو پھیلنے سے روکا جا سکتا ہے۔ اس سے:

- نازک طبیعت مریضوں، پہلے ہی سے بیمار سروس استعمال کرنے والوں کو فلو سے بچایا جا سکتا ہے ۔ ان میں وہ لوگ بھی شامل ہیں جن میں قوّت مدافعت کم ہو یا جن پر حفاظتی ٹیکوں نے پورا اثر نہ کیا ہو
- ہیلتھ اور سوشل کیئر کے عملے کے دیگرارکان کومحفوظ کیا جا سکتا ہے
- ہیلتھ اور سوشل کیئر کی کارکردگی کو یقینی طور پرموٹراوربہتربنایا جا سکتا ہے کیونکہ فلو کے باعث غیر حاضرہونے والے عملے کی تعداد کم سے کم ہو گی ۔

حفاظتی ٹیکہ کسے لگنا چاہیئے؟

ہیلتھ اور سوشل کیئر کے اس تمام عملے کوجو درج ذیل جگہوں پرکام کرتا ہے:

- جنرل پریکٹس (GP) بشمول دانتوں کے ڈاکٹر؛
- NHS کے ہسپتال؛
- پرائیویٹ سپتال؛ اور
- رہائشی کیئر ہوم

اس عملے کی مثالیں جو براہ راست مریضوں کی دیکھ بھال کرتا ہے:

- کلنک کے ملازمین، دائیاں اور نرسیں؛
- پیرامیڈکس اورایمبولینس کے ڈرائیور؛
- پیشہ ور تھیراپسٹ، فزیو تھیراپسٹ، اورریڈیو گرافر؛
- بنیادی طبّی معالجین جیسے جی پی، دانت ڈاکٹر، دانت نرس، پریکٹس نرس اور ہیلتھ وزیٹر؛
- نرسنگ ہوم اورکیئر ہوم کا وہ عملہ جو عمررسیدہ لوگوں کی دیکھ بھال کرتا ہے؛
- سوشل کیئرکا وہ عملہ جو براہ راست مریضوں کی دیکھ بھال کرتا ہے؛ اور
- ان جگہوں میں آکر مریضوں کے ساتھ کام کرنے والے طلباء، زیرتربیت افراد اوررضا کارعملہ

ان میں وہ لوگ شامل نہیں ہیں جو براہ راست مریضوں کا سامنا نہیں کرتے۔ تاہم، کچھ حالات میں افسران اپنے عملے کو حفاظتی ٹیکوں کی پیشکش کر سکتے ہیں۔

حفاظتی ٹیکے کی دوا کس چیز سے بنائی جاتی ہے؟

اس دوا میں انفلوئنزا A وائرس کی دو قسمیں اور انفلوئنزا B وائرس کی ایک قسم شامل ہوتی ہے۔ یہ ٹیکہ صرف ایک سال کے لیئے ہی حفاظت مہیا کرتا ہے کیونکہ وائرس مستقل طورپربدلتے رہتے ہیں۔ ۔ اسی لیئے ہر سال ان ٹیکوں کے لیئے نئی دوا بنائی جاتی ہے تا کہ بہترین حفاظت فراہم کی جا سکے۔

کیا یہ دوا بے ضررہوتی ہے؟

موسمی فلو کے حفاظتی ٹیکے دنیا بھرمیں استعمال ہوتے ہیں اوراب تک بالکل بے ضررثابت ہوۓ ہیں۔ اس دوا کو ہرموسم سرما میں پھیلے ہوۓ وائرس کے مطابق بنایا جاتا ہے۔

یہ ٹیکہ لگوانے کے بعد، کچھ افراد کوایک آدھ روز کے لیئے ہلکا سا بخاراورپٹھوں میں درد ہو جاتا ہے اور سوئی لگنے کی جگہ میں سوجن ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ کوئی اثرشاذ ونادرہی ہوتا ہے اورٹیکے لگانے والا عملہ ان سے نمٹنے کے لیئے تربیت یافتہ ہوتا ہے۔

کیا فلو کے حفاظتی ٹیکے سے فلو ہو سکتا ہے؟

جی نہیں۔ اس دوا میں زندہ جراثیم نہیں ہوتے اس لیئے اس سے فلو نہیں ہو سکتا۔ کچھ لوگوں کوٹیکے کےبعد 48 گھنٹوں تک فلو کی طرح کی ہلکی سی علامات ظاہر ہو سکتی ہیں کیونکہ جسم فلو سے لڑنے کے لیئے تیّاری کرتا ہے۔ مگریہ فلو نہیں ہوتا۔

فلوکا حفاظتی ٹیکہ کب لگوانا چاہیئے؟

یہ ٹیکہ جتنی جلد لگوا لیا جائے اتنی ہی جلد فلو سے حفاظت مل جائے گی۔ اہم بات یہ ہے کہ یہ ٹیکہ ہر سال فلوشروع ہونے سے پہلے لگوا لیا جائے۔ عموما" یہ ٹیکے اکتوبرکے اوائل میں دستیاب ہوتے ہیں۔ جولوگ یہ ٹیکہ لگوانے کے مستحق ہیں انہیں چاہیئے کہ وہ اپنے آجر(employer) سے جلد ازجلد اس کے بارے میں بات کرلیں۔

یہ دوا کس حد تک کارآمد ہے؟

فلو کی حفاظتی دوائیں کارآمد ہوتی ہیں لیکن فلو کے وائرس کی بہت قسموں میں سے عمومی اقسام پر ہی کام آتی ہیں۔ اس کے علاوہ یہ ٹیکہ کھانسی اور زکام سے بچاؤ فراہم نہیں کرتا۔

کچھ دوسرے وائرس بھی سردی کے موسم میں موجود ہوتے ہیں جن سے فلو کی طرح کی علامات ظاہر ہوتی ہیں لیکن وہ فلو کی طرح شدید نہیں ہوتیں۔

اکثر افراد جو یہ ٹیکہ لگواتے ہیں، وہ موسمی فلو سےبچے رہتے ہیں۔ تاہم ، ہرٹیکے کی طرح، یہ ٹیکہ بھی 100٪ حفاظت فراہم نہیں کرتا۔ یہ ٹیکہ لگوانے والے 100 افراد میں سے 70 سے 80 تک افراد محفوظ رہتے ہیں جبکہ باقی لوگوں میں ہلکی سی علامات ظاہر ہوسکتی ہیں۔

یہ دوا کیسے کام کرتی ہے؟

یہ ٹیکہ آپ کے جسم کوفلو کے وائرس سے لڑنے میں مدد دیتا ہے۔ ٹیکہ لگنے کے آٹھ دس دن بعد آپ کا جسم مدافعتی مادّے بنانے لگتا ہے۔ یہ مادّے آئندہ پورے ایک سال تک آپ کو موسمی فلو کے وائرس کے حملےسے محفوظ رکھتے ہیں۔

یہ حفاظت تقریبا" ایک سال تک رہتی ہے ۔

کیا کوئی ایسی حالت بھی ہے جس میں یہ ٹیکہ نہیں لگانا چاہیئے؟

اکثر افراد کو یہ ٹیکہ لگایا جا سکتا ہے سوائے ان لوگوں کے جنہیں پہلے کبھی:

- کوئی اینا فائیلیکٹک (anaphylactic) ردّ عمل (کوئی ایسی الرجی جسے طبّی توجہ کی ضرورت ہو)؛ یا
- مرغی کے انڈوں سے شدید الرجی ہوئی ہو

ٹیکہ لگانے والے طبّی عملے کے ارکان آپ کے سوالوں کے جواب دے سکیں گے۔

کیا یہ ٹیکہ حاملہ خواتین کو لگایا جا سکتاہے؟

جی ہاں۔ یہ دوا حاملہ خواتین کے لیئے بے ضرر سمجھی جاتی ہے اگرچہ کہ ان خواتین کے لیئے جو کسی اکوپیشنل ریسک کی وجہ سے حمل کے پہلے تین ماہ تک یہ ٹیکہ نہیں لگایا جاتا۔ حمل کے دوران فلو کا عارضہ زیادہ مضر صحت ہو سکتا ہے اس لیئے حاملہ خواتین کو اس سے بچاؤ کے لیئے یہ ٹیکہ لگوا لینا چاہیئے۔

ہیلتھ اور سوشل کیئر کے عملے کو یہ دوا کہاں سے مل سکتی ہے؟

وہ مزید معلومات کے لیئے اپنے پیشہ ورانہ شعبۂ صحت سے رابطہ کریں۔ بنیادی طبّی سہولتوں اور ہیلتھ اور سوشل کیئر کے ملازمین اپنے ایمپلائر سے رجوع کریں۔

آجروں کے لیئے نوٹ

ہر ایمپلائرکی ذمہ داری ہے کہ اپنے مریضوں / مقیمین کوایک محفوظ ماحول مہیا کریں۔ اپنے اس عملے کو جن کا مریضوں سے براہ راست واسطہ رہتاہے، فلو کے حفاظتی ٹیکے لگوا کروہ یہ ذمہ داری پوری کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ، مریضوں / مقیمین کی صحت بہتر رہے گی توآخر کار عملے پر پڑنے والے ممکنہ بوجھ میں کمی آئے گی۔

ایمپلائرایسا انتظام کر سکتے ہیں جس سے عملے کو یہ دوا بآسانی میّسرآجائے۔ انہیں ان نتائج کے بارے میں بھی سوچنا چاہیئے جوعملے کے ٹیکہ لگوانے سے انکارکرنے پر پیدا ہو سکتے ہیں۔

اورآج کل جو سوائین فلوپھیلا ہوا ہے، وہ؟

سوائین فلو ایک بالکل نیا وائرس ہے جس سے بہت کم لوگ ہی بچ سکتےہیں اوریہ موسمی فلو کی نسبت زیادہ لوگوں کولگ سکتا ہے۔ آئندہ وقت میں یہ اور بھی شدید ہو سکتا ہے۔ موسمی فلوکا حفاظتی ٹیکہ سوائین فلوسے نہیں بچا سکتا ۔

سوائین فلو کی حفاظتی دوا پہلے پہل ان لوگوں کو دی جائے گی جنہیں اس کی ضرورت سب سے زیادہ ہو گی۔ اس کی دوا اوراس کے لیئے ٹیکے لگانے کے بندوبست کے بارے میں معلومات الگ سے دی جائیں گی ۔

لیفلیٹ کا حصول

یہ دو زبانوں کا لیفلیٹ ویلش اسمبلی گورنمنٹ کی امیونائزیشن ویبسائیٹ پردستیاب ہے۔ پتہ یہ ہے:

www.wales.gov.uk/immunisation

یہ درج ذیل زبانوں میں مل سکتا ہے:

عربی	لنگالا
بنگالی	پولش
بلغاری	پرتگالی
چینی	پنجابی
چیک	روسی
فارسی	صوما لی
فرانسیسی	ہسپانوی
گجراتی	سواحیلی
ہندی	ٹاگا لوگ
کردی (سورانی)	اردو (نسخ)
ویتنامی	انگریزی

اس لیفلیٹ کے متعلق کوئی سوال ہوتو اس پتے پرپوچھیئے:

Health Protection Division
Welsh Assembly Government
Cathays Park
Cardiff CF10 3NQ

ٹیلیفون: 029 2082 5397 یا
029 2082 5410

© Crown Copyright September 2009
E318 0910