

فلو شاٹ

آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے اور فلو شاٹ سے اپنے آپ کو کیسے بچایا جائے



فلو کیا ہے؟

فلو ایک وائرس ہے جو ناک، گلے اور پھیپھڑوں کو متاثر کرتا ہے۔ یہ لوگوں کے درمیان تیزی سے پھیل سکتا ہے اور آپ کو بیماری کا احساس دلواتا ہے۔ فلو کی علامات میں شامل ہیں:

- کھانسی
- گلے کی سوزش
- ناک بہنا
- سر درد، اور پٹھوں اور جسم میں درد
- بخار اور سردی کا لگنا
- زیادہ تھکاوٹ محسوس کرنا



فلو شاٹ کیا ہے؟

ایک ویکسین جو آپ کو فلو وائرس سے بچاتی ہے جو ماہرین کے خیال میں آنے والے فلو کے سیزن کے دوران عام ہو جائے گا - جو موسم خزاں سے لے کر بہار تک جاری رہتا ہے اور فروری میں عروج پر ہوتا ہے۔

فلو شاٹ کس کو لگوانی چاہئے؟

6 ماہ یا اس سے زیادہ عمر کے ہر فرد کو فلو شاٹ لگوانی چاہیے۔

مجھے فلو شاٹ کیوں لگوانی چاہئے؟

ویکسین سے ہمارا تحفظ وقت کے ساتھ ساتھ کم ہوتا جاتا ہے، اور وائرس ہمیشہ تبدیل ہوتے رہتے ہیں۔ لہذا، ہر سال ویکسین کو اپ ڈیٹ کیا جاتا ہے تاکہ نئی اقسام سے حفاظت میں مدد مل سکے۔

فلو شاٹ:

- آپ کو فلو کے ذریعے بیمار ہونے سے بچاتی ہے
- اگر آپ کو فلو ہو جاتا ہے تو آپ کو کم بیماری کے احساس میں مدد کرتی ہے
- لوگوں کے بعض گروہوں کو سنگین مسائل سے بچانے میں مدد کرتی ہے:
 - حاملہ افراد
 - بچے
 - بوڑھے بالغ افراد
 - دل کی بیماری، ذیابیطس، اور کرونیکل اوبسٹرکٹیو پلمونری ڈیزیز (COPD) جیسی دائمی بیماریوں میں مبتلا افراد

فلو شاٹ کے عام مضر اثرات کیا ہیں؟

- سرخی، درد، یا سوجا ہوا ہونا جہاں آپ کو ویکسین لگی ہے
- سر درد
- بخار
- پٹھوں میں درد
- اپنے پیٹ کا خراب محسوس ہونا (متلی)
- زیادہ تھکاوٹ محسوس کرنا

مزید جاننے کے لیے، ملاحظہ کریں: <https://www.cdc.gov/flu/prevent/flushot.htm>



اپنے آپ کو فلو سے بچانے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ستمبر یا اکتوبر میں اپنی فلو شاٹ لگوائیں۔ ویکسین کروانا آپ کے اس پاس کے لوگوں کی حفاظت میں بھی مدد کرتا ہے!

