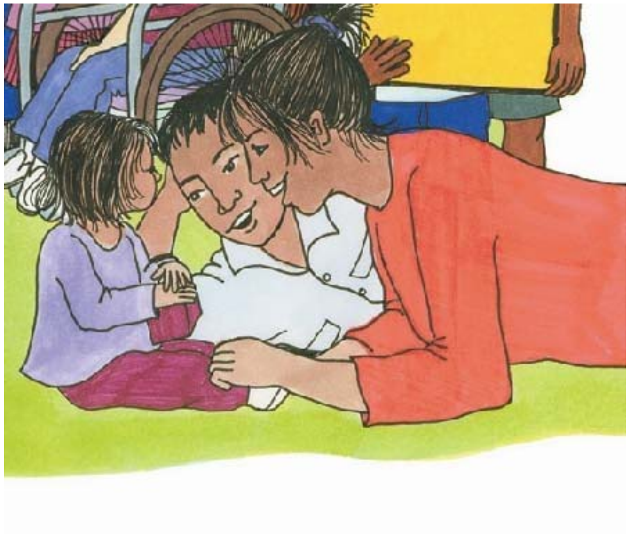
ਐਚ1ਐਨ1 ਫ਼ਲੂ ਟੀਕਾ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬੱਧ ਹੈ

ਐਚ1ਐਨ1 ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਫ਼ਲੂ ਦੋਵੇਂ ਟੀਕੇ ਕਈ, ਪਰੰਤੂ ਸਾਰੇ ਨਹੀਂ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਕਲੀਨਿਕਾਂ, ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬੱਧ ਕਰਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਪਬਲਿਕ ਹੇਲਥ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੀ ਟੀਕੇ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਕੋਈ ਨਿਯਮਿਤ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਐਚ1ਐਨ1 ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੀਏ, ਇਸਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫਲੂ ਹੱਟਲਾਈਨ 877-903-ਕਿੰਗ (5464) ਤੇ ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਹੇਲਥ ਦੀ ਵੈਬ ਸਾਈਟ www.kingcounty.gov/health/H1N1 ਨੂੰ ਵੇਖੋ।

ਬਾਲਿਗਾਂ ਅਤੇ 10 ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਐਚ1ਐਨ1 ਟੀਕੇ ਦੀ ਇੱਕ ਖ਼ੁਰਾਕ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। 9 ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੋ ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੌਸਮੀ ਫ਼ਲੂ ਤੋਂ ਬਚਾਉ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਟੀਕੇ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।



ਪਬਲਿਕ ਹੇਲਥ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਹਾਜ਼ਿਰ ਹੈ

ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਫਲੂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ। ਪਬਲਿਕ ਹੇਲਥ ਕੋਲ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਥਰਾਨ ਲਈ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ, ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

www.kingcounty.gov/health/H1N1

ਵੇਖੋ ਜਾਂ

ਫਲੂ ਹੱਟਲਾਈਨ
877-903- 5464
(24 ਘੰਟੇ ਉਪਲਬੱਧ)
ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

Public Health
Seattle & King County

H1N1 Vaccine Facts—Punjabi
Updated 10/14/09

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ।

ਐਚ1ਐਨ1 (ਸਵਾਈਨ) ਫਲੂ ਟੀਕੇ ਲਈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ

ਫ਼ਲੂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਫ਼ਲੂ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਲਈ ਬੇਹਤਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਫ਼ਲੂ ਟੀਕੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦੀ ਫ਼ਲੂ ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਫ਼ਲੂ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਤੇ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਫ਼ਲੂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਫ਼ਲੂ ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਸਲੀ ਖਤਰੇ, ਜੋ ਫ਼ਲੂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਹੀ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਐਚ1ਐਨ1 (ਸਵਾਈਨ) ਫ਼ਲੂ ਟੀਕਾ ਹਰੇਕ ਲਈ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ **ਬੱਚਿਆਂ** ਅਤੇ **ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ** ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਚ1ਐਨ1 ਫ਼ਲੂ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨਾਲ ਹੀ, ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਦੀ ਵੀ **ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਘੱਟ** ਹੈ ਜਾਂ **ਪੁਰਾਣੇ ਰੋਗ ਹਨ** (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਇਬਿਟੀਜ, ਦੌਰੇ ਪੈਣ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਾਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਸਥਿੱਤੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਂਹ ਲੈਣਾ ਜਾਂ ਕੁਝ ਨਿਗਲਣਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ), ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਚ1ਐਨ1 ਫ਼ਲੂ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਧ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ: ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਅਜਿਹੀ ਚਿਕਿਤਸੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਿਮ ਤੇ ਪਾਂਦਾ ਹੈ **ਅਤੇ** ਤੁਹਾਡੀ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਚ1ਐਨ1 ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿਹਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਐਚ1ਐਨ1 ਫ਼ਲੂ ਟੀਕਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ

ਐਚ1ਐਨ1 ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਮੌਸਮੀ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦੀ ਆਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਤੋਂ, ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕਾਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਦੁਨਿਆਭਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੂਪ ਨਾਲ ਮੌਸਮੀ ਫ਼ਲੂ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਏ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਚ1ਐਨ1 ਫ਼ਲੂ ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਫ਼ਲੂ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇ ਗਾ

ਫ਼ਲੂ ਟੀਕੇ ਫ਼ਲੂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੇ। ਫ਼ਲੂ ਸ਼ੌਟਸ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਜੰਤੂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਨਹੀਂ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ। ਨੱਕ ਸੰਬੰਧੀ ਛਿੜਕਾਵ ਟੀਕੇ (ਫ਼ਲੂਮਿਸਟ) ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਜਿੰਦਾ ਜੰਤੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਨੱਕ ਅਤੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾਮੂਲੀ ਅਤੇ ਅਸਥਾਈ ਸੰਕ੍ਰਮਣ, ਜੋ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਛੋਹਣ ਨਾਲ ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਫੈਲਾਉਂਦੇ, ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹੋਇਆਂ ਸ਼ਰੀਰ ਦੀ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਫ਼ਲੂ ਟੀਕੇ ਦੇ ਦੁਸ਼ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮਾਮੂਲੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੀੜਾ ਜਾਂ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਦੁਖਣਾ, ਦਰਦ, ਨੱਕ ਵਹਿਣਾ ਅਤੇ ਮਾਮੂਲੀ ਬੁਖਾਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐਚ1ਐਨ1 ਫ਼ਲੂ ਟੀਕੇ ਵਿੱਚ ਬਚਾਉ ਪਦਾਰਥ (ਥਿਮਰੋਸਲ) ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ

ਥਿਮਰੋਸਲ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ), ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਚਾਉ ਪਦਾਰਥ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨਕ ਡਾਟਾ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ, ਦਿ ਅਮੇਰਿਕਨ ਅੱਕੈਡਮੀ ਔਫ ਪੀਡੀਐਟਰਿਕਸ, ਸੈਂਟਰਸ ਫੌਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਵੈਨਸ਼ਨ (ਸੀਡੀਸੀ) ਅਤੇ ਇੰਸਟੀਟਿਊਟ ਔਫ ਮੇਡੀਸਿਨ ਨੇ ਸਿੱਟਾ ਕੱਢਿਆ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਥਿਮਰੋਸਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਅਤੇ ਮੰਦਬੁੱਧੀ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਦੇ, ਇਹ ਇੱਕ ਸਿੱਟਾ ਦੁਨਿਆਭਰ ਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ, ਥਿਮਰੋਸਲ-ਮੁਕਤ ਟੀਕੇ ਦੇ ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ, ਜੋ ਕੁਝ ਉੱਚ-ਖਤਰੇ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸੀਮਿਤ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਣਗੇ।