UK Health Security Agency

NHS

ફ્લૂ સામે તમારી જાતનું રક્ષણ કરો

ઈંગ્લેન્ડમાં ફ્લૂનું રોગપ્રતિરક્ષણ

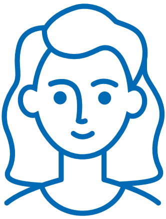
માધ્યમિક શાળામાં હોય તેઓને માટે માહિતી

Flu immunisation

ફ્લૂ સામે તમને રક્ષણ આપવા માટે મદદ કરે છે

ફ્લૂની રસી મફત ઓફર કરવામાં આવે છે જે:

બાળકો 2 અથવા 3 વર્ષની ઉંમરના (31 ઓગસ્ટના રોજ પાનખરમાં ફ્લૂના રસીકરણો શરૂ થાય તે પહેલાં થયા હોય)



શાળાની -ઉંમરના બાળકો (રિસેપ્શનથી વર્ષ 11)

6 મહિનાથી ઉંમરના બાળકો જેઓની આરોગ્યની સ્થિતિ એવી હોય કે જે તેઓને ફ્લૂથી વધારે જોખમમાં મૂકે

કયા બાળકો દર વર્ષે પાત્રતા ધરાવે છે તે વિષે વધારે માહિતી અહિં મળી શકે **www.nhs.uk/child-flu પર:**

મારે ફ્લૂની રસી શા માટે લેવી જોઈએ?

ફ્લૂ એક ખૂબ જ અપ્રિય બીમારી હોય કે જે તાવ, અતિશય થાક, સ્નાયુઓ અને સાંધાઓમાં દુખાવો, ભરાયેલુ નાક, સૂકી ઉધરસ, અને ગળામાં દુખાવોનું કારણ બની શકે. તમને સામાન્યરીતે આશરે એક અઠવાડિયાની અંદર સારું લાગવાનું શરૂ થાય. અમુક લોકોને ગૂંચવણો વિકસી કે શરૂ થઈ શકે અને સારવાર માટે હોસ્પિટલમાં જવાની જરૂર પડે.

રસીના ફાયદાઓ શું છે?

રસી લેવાથી જે ખૂબ જ ખરાબ બીમારી થઈ શકે તેમાંથી તમને રક્ષણમાં મદદ કરશે. તમે જે વસ્તુઓનો આનંદ માણો તેને ચૂકી જવાનું ટાળવા માટે અને તમારા શિક્ષણમાં થતાં વિક્ષેપમાં તે તમને મદદ કરી શકે.

આ રસી તમને બીજાઓમાં ફ્લૂ ફેલાવાની શકયતાને ઘટાડે જેથી તેના બદલામાં તમારા પરિવાર અને મિત્રોને રક્ષણ આપવામાં મદદ કરે છે.

મેં ગયા વર્ષે ફ્લૂનું રસીકરણ લીધુ હતું. શું આ વર્ષે મને બીજું લેવાની જરૂર છે?

હા; ફ્લૂના વાઈરસો દર વર્ષે બદલાતા રહે છે તેથી રસીને અધતન કરવામાં આવી શકે. આ કારણ માટે, અમે ભલામણ કરીએ છીએ કે તમને આ વર્ષે ફરીથી ફ્લૂ સામે રસી આપવામાં આવે, પછી ભલે ગયા વર્ષે તમને રસી આપવામાં આવી હોય.

રસી કેવી રીતે આપવામાં આવશે?

તે સામાન્ય રીતે નેઝલ કે અનુનાસિક સ્પ્રે તરીકે આપવામાં આવે છે. જો નેઝલ સ્પ્રે યોગ્ય ન હોય તો, તેના બદલે એક ઈન્જેક્શન આપી શકાય, સામાન્ય રીતે ઉપરના હાથમાં સ્નાયુમાં.

તેથી નેઝલ કે અનુનાસિક સ્પ્રે કેવી રીતે કાર્ય કરે છે?

નેઝલ સ્પ્રેમાં રહેલા વાઈરસો નબળા પાડેલા હોય છે જે તેમને ફ્લૂ થવામાંથી રોકવા માટે પણ તમારી રોગપ્રતિરક્ષા શક્તિનો વધારોકરવામાં મદદ કરે છે.

રસી ઝડપથી નાકમાં શોષાય છે તેથી, જો તમને સ્પ્રે લીધા પછી તરત જ છીંક આવે તો પણ, ચિંતા કરવાની જરૂર નથી કે તેણે કામ કર્યુ નથી.

શું રસીની કોઈ પણ આડ-અસરો હોય છે?

તમને વહેતું અથવા બંધ નાક, માથાનો દુખાવો, સામાન્ય થાક અને થોડીક ભૂખ ઓછી થઈ શકે. આમ છતાં પણ, આ ફ્લૂ અને તેની ગૂંચવણો વિકસાવવા કરતાં ઘણા હળવી હોય છે. ગંભીર આડ- અસરો અસામાન્ય હોય છે.

જો મને તે દિવસે સારું લાગતું ન હોય તો શું?

જો તમને તાવ હોય તો રસીકરણમાં વિલંબ થઈ શકે. વળી, જો તમારું નાક વધારે પડતું બંધ અથવા વહેતું હોય તો, તે રસીને તમારા શરીરની સિસ્ટમમાં અંદર જતા અટકાવી શકે. આ કિસ્સામાં, જયાં સુધી તમારા નાકના લક્ષણો જતા ન રહે ત્યાં સુધી ફ્લૂ રસીકરણ મુલતવી રાખી શકાય.

યુવાન લોકો કે જેઓને લાંબા સમય- ગાળાની આરોગ્યની સ્થિતિ હોય તેઓના વિષે શું?

જો તમને લાંબા ગાળાની આરોગ્યની સ્થિતિ હોય કે જે તમને ફ્લૂમાંથી ગંભીર ગૂંચવણો થતાં વધારે જોખમ- ભયમાં મૂકે તો, તમારે દર વર્ષે ફ્લૂ રસી લેવી જોઈએ. જો તમને આમાંની કોઈ એક આરોગ્યની સ્થિતિઓ હોય અને શાળામાં ફ્લૂની રસી ઓફર કરવામાં આવતા જૂથોમાંથી કોઈ એકમાં ન હો તો, તમે તમારી જીપી (GP) સર્જરિને તમને રસી આપવા માટે પણ વિનંતી કરી શકો છો. તમે તમારા જીપીને (GP) આ કરવા માટે પણ કહી શકો જો, દાખલા તરીકે, તમે શાળાના રસીકરણ સેશન સુધી રાહ જોવા માંગતા ન હો તો.

લાંબા ગાળાની આરોગ્યની સ્થિતિઓ કે જે તમને ફ્લૂમાંથી વધારે જોખમમાં મૂકે

આ શરતોમાં સમાવિષ્ટ:

- ગંભીર ફેફસાની સમસ્યાઓ, જેમ કે દમ જેને નિયમિત સ્ટિરોઇડ ઇન્હેલર ઈન્હેલર અથવા ગોળીના નિયમિત ઉપયોગની જરૂર પડે
- હૃદયની ગંભીર સ્થિતિઓ
- કિડનિ અથવા લિવર કે યકૃતનો રોગ
- ડાયબીટિઝ
- સ્ટિરોઈડ ગોળીઅથવા કિમોથેરપી જેવી દવાઓની સ્થિતિ અથવા સારવારના પરિણામે નબળુ રોગપ્રતિરક્ષિત તંત્ર કે સિસ્ટિમ
- બરોળની સમસ્યાઓ, દાખલા તરીકે, સિકલ સેલ રોગ, અથવા બરોળને કાઢી નાખી
- શીખવાની અક્ષમતા
- ચેતા તંત્રની સમસ્યાઓ જેમકે સેરિબ્રલ પાલ્સિ કે મગજનો લકવો

મુલાકાત લો **www.nhs.uk/child-flu** વધારે માહિતી માટે

શું કોઈ એવા યુવાન લોકો છે કે જેઓએ નેઝલ કે અનુનાસિક રસી ન લેવી જોઈએ?

મોટા ભાગના બાળકો અને યુવાનોને નાકની સ્પ્રે રસી ઓફર કરવામાં આવે છે કે જે ઝડપથી અને સરળતાથી આપવામાં આવે છે અને બાળકો માટે પસંદગીની રસી હોય છે. આમ છતાં પણ, અમુક યુવાન લોકો નેઝલ રસી લેવા માટે સક્ષમ ન હોઈ શકે (નીચેની વિગતો જૂઓ). તમારા માતાપિતાને રસીકરણ પહેલાં પૂર્ણ કરવા માટે સંમતિ ફોર્મ આપવામાં આવશે, કે જે તમારા માટે અનુકૂળ છે કે નહિ તે તપાસ કરવા માટેના પ્રશ્નોનો સમાવેશ હશે. જો તેઓને કોઈ પણ પ્રશ્નો હોય તો તેઓ શાળાની રોગપ્રતિરક્ષણ ટીમ સાથે વાતચીત કરી શકે. જો તમે નેઝલ સ્પ્રે ન લઈ શકો તો, તમને ફ્લૂ રસીનું ઈન્જેકશન ઓફર કરવામાં આવશે.

કોને નેઝલ કે નાકની રસી લેવી જોઈએ નહિ?

નેઝલ સ્પ્રે રસીને બદલે, તમારે ઈંજેકશનથી આપવામાં આવતી ફ્લૂ રસી લેવી જોઈએ જો તમે:

- હાલમાં સિસોટી જેવો અવાજ અથવા છેલ્લા 72 કલાકોમાં સિસોટી જેવો અવાજ કરી રહયા હોય
- તમારું રોગપ્રતિરક્ષણ તંત્ર ખૂબ જ નબળુ પડી ગયુ હોય અથવા તમારા ઘરમાં કોઈ એકને એકાંતવાસની જરૂર હોય કારણ કે તેઓને તેમની રોગપ્રતિકારક શક્તિ ગંભીર રીતે નબળી પડી હોય
- એવી સ્થિતિ હોવી કે જેને સેલિસિલેટ સારવારની જરૂર પડે
- ભૂતકાળમાં ફ્લૂની રસી, અથવા કોઈ પણ ઘટકો માટે એનાફિલેક્ટિક પ્રતિક્રિયા થઈ હોય (ઈંડા સિવાય)

જે યુવાન લોકોને નેઝલ સ્પ્રેની રસી આપવામાં આવી હોય તેઓએ રસીકરણને અનુસરીને લગભગ બે અઠવાડિયાઓની આસપાસ સુધી ખૂબ જ ગંભીર રીતે નબળા રોગપ્રતિરક્ષણ તંત્રવાળા લોકો (દાખલા તરીકે જેઓએ હમણાં જ બોન મેરો ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરાવ્યું હોય) સાથે ગાઢ સંપર્ક ટાળવો જોઈએ.

જો સંપર્ક સંભવિત અથવા ટાળી ન શકાય હોય તો પછી વૈકલ્પિક ફ્લૂની રસી આપવી જોઈએ. જો તમે ચોકકસ ન હો તો, શાળાની વયની રોગપ્રતિરક્ષણ ટીમ, અથવા તમારી જીપી સર્જરિમાં નર્સ અથવા જીપી (GP) સાથે તપાસ કરો.

તમારા માતાપિતાએ તમારા વિશેષજ્ઞની સલાહ લેવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, જો તમને હોય તો:

- ભૂતકાળમાં ઈંડા માટે ગંભીર એલર્જીક પ્રતિક્રિયા (એનાફિલેક્સિસ) થઈ હોય કે જે માટે સઘન સંભાળની સારવારની જરૂર રહી હોય
- દમ કે જેની સારવાર સ્ટિરોઇડ ગોળીઓથી કરવામાં આવી રહી હોય અથવા હોસ્પિટલમાં સઘન સંભાળની સારવારની જરૂર હોય

રસીકરણ કયાં આપવામાં આવશે?

શાળાની- વયના બાળકોને શાળામાં રસીકરણ આપવામાં આવશે, અને જે કોઈ પણ કે જેઓ શાળામાં સેશન ગયા હોય, તેઓને માટે કમ્યૂનિટિ ક્લિનિક્સમાં રસી આપવાની વધારે તકો મળશે.

ઘરે શિક્ષણ મેળવતા લાયક બાળકોને રસી ઓફર કરવામાં આવશે. તમે અથવા તમારા માતાપિતા તમારા સ્થાનિક સત્તાવાળા શિક્ષણ વિભાગ પાસેથી વ્યવસ્થાઓ વિષે માહિતી મેળવી શકે.

તમે રસીના ઉત્પાદન કે પ્રોડકટ માહિતીની પત્રિકા અહીંયા વાંચી શકો: **www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc**

શું નેઝલ રસીમાં ડુકકરમાંથી (પોર્સિન જેલટિન) મેળવેલા જેલટિન હોય છે?

હા. નાકની રસીમાં ડુક્કરમાંથી મળતું જેલટિન (પોર્સિન જેલટિન) ખૂબ જ ઓછી માત્રામાં હોય છે, કે જેનો ઉપયોગ ઘણી બધી આવશ્યક દવાઓમાં થાય છે. જેલટિન રસીને સ્થિર રાખવામાં મદદ કરે છે જેથી કરીને તે યોગ્ય રીતે કાર્ય કરી શકે.

બાળકો માટે નેઝલ સ્પ્રે એ પસંદગીની રસી હોય છે, અને તે ઝડપથી અને આપવા માટે સરળ હોય છે. કમ્યૂનિટિમાં ફ્લૂનો ફેલાવો ઘટાડવામાં પણ તે વધારે સારું હોઈ શકે. જો તમે પોર્સિન જેલટિન ધરાવતી દવાઓ અથવા રસીઓ સ્વીકારતા ન હો તો, જેલટિન ન હોય તેવા ફ્લૂ રસીનું ઈન્જેક્શન મળી રહે છે.

હું વધારે માહિતી કયાંથી મેળવી શકું?

મુલાકાત લો **www.nhs.uk/child-flu** વધારે માહિતી માટે. જો તમને કોઈ પણ વધારે પ્રશ્નો હોય તો, શાળાની રોગપ્રતિરક્ષણ ટીમ, તમારા જીપી (GP), અથવા પ્રેક્ટિસ નર્સ સાથે વાતચીત કરો.

NHS

www.nhs.uk/vaccinations

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024879. Product code: 25SECFLUGUJ Gujarati. 1P 2M May 2025 (APS).

To order more copies of this leaflet please visit: www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002. That this leaflet is available in, Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese (simplified), Chinese (traditional, Cantonese), Estonian, Farsi, French, Greek, Gujarati, Hindi, Latvian, Lithuanian, Nepali, Panjabi, Pashto, Polish, Portuguese, Romanian, Romany, Russian, Somali, Spanish, Tagalog, Turkish, Twi, Ukrainian, Urdu and Yiddish. Accessible versions are also available as an English large print, braille, British Sign Language video and audio version.