



UK Health
Security
Agency

از خود در برابر آنفولانزا محافظت کنید

واکسیناسیون آنفولانزا در انگلستان

اطلاعات برای دانش آموزان دوره متوسطه



Flu **i**mmunisation

کمک به محافظت از شما در برابر آنفولانزا

واکسن آنفولانزا به طور رایگان به افراد زیر ارائه می شود:



کودکان 2 یا 3 ساله
(در 31 آگوست قبل از
شروع واکسیناسیون
آنفولانزا در پاییز)

کودکان مدرسه ای
(از پیش دبستانی تا
سال یازدهم)



کودکان 6 ماهه به بالا
و مبتلا به بیماری که
باعث می شود بیشتر در
معرض خطر ابتلا به
آنفولانزا باشند

اطلاعات بیشتر در مورد اینکه کدام کودکان هر سال واجد شرایط هستند از طریق این وبسایت قابل دسترس است:

www.nhs.uk/child-flu

چرا باید واکسن آنفولانزا بزنم؟

آنفولانزا می تواند یک بیماری بسیار ناخوشایند باشد و موجب بروز تب، خستگی مفرط، درد عضلات و مفاصل، گرفتگی بینی، سرفه خشک، و گلودرد شود. معمولاً ظرف حدود یک هفته حالتان بهتر خواهد شد. برخی افراد دچار مشکلاتی می شوند و برای درمان باید به بیمارستان مراجعه کنند.

مزایای این واکسن چیست؟

واکسیناسیون به محافظت از شما در برابر احتمال ابتلا به یک بیماری بسیار سخت کمک خواهد کرد. با کمک این واکسن لازم نیست چیزهایی که از آن لذت می برید را از دست بدهید و اختلالی در تحصیل شما ایجاد نمی شود. این واکسن همچنین احتمال سرایت آنفولانزا به دیگران را کاهش می دهد، بنابراین به نوبه خود به محافظت از خانواده و دوستانتان کمک می کند.

من پارسال واکسن آنفولانزا زده ام. آیا امسال باید دوباره واکسن بزنم؟

بله؛ ویروس آنفولانزا هر سال تغییر می کند، بنابراین واکسن به روز می شود. به همین دلیل، توصیه می کنیم که، حتی اگر پارسال واکسن زده اید، امسال نیز واکسن آنفولانزا بزنید.



واکسیناسیون چگونه انجام می شود؟

این واکسن معمولاً به صورت اسپری بینی مصرف می شود. اگر اسپری بینی مناسب نباشد، می توان به جای آن تزریق انجام داد، که محل تزریق آن معمولاً عضله بازو است.

اسپری بینی چگونه کار می کند؟

اسپری بینی حاوی ویروس هایی است که ضعیف شده اند تا نتوانند باعث ابتلا به آنفولانزا شوند اما به شما در ایجاد مصونیت کمک می کنند.

این واکسن به سرعت در بینی جذب می شود، بنابراین حتی اگر بلافاصله بعد از اسپری عطسه کنید، نیازی نیست نگران این باشید که واکسن اثر نکند.

آیا این واکسن عوارض جانبی دارد؟

ممکن است دچار آبریزش یا گرفتگی بینی، سردرد، خستگی عمومی و مقداری بی اشتها شوید. با این حال، این موارد بسیار خفیف تر از ابتلا به آنفولانزا و عوارض آن هستند. عوارض جانبی جدی نادر هستند.

اگر در آن روز حالم خوب نباشد چه می شود؟

اگر تب داشته باشید، ممکن است واکسیناسیون به تأخیر بیفتد. همچنین، اگر گرفتگی یا آبریزش شدید بینی داشته باشید، ممکن است مانع از ورود واکسن به سیستم بدن شما شود. در این صورت، ممکن است واکسیناسیون آنفولانزا تا زمانیکه علائم بینی شما برطرف شود، به تعویق بیفتد.

جوانانی که بیماری مزمن دارند چگونه؟

اگر بیماری مزمن دارید که باعث می شود بیشتر در معرض خطر عوارض جدی ناشی از آنفولانزا قرار بگیرید، باید هر سال واکسن آنفولانزا بزنید. اگر به یکی از این بیماری ها مبتلا هستید و در هیچیک از گروه هایی که در مدرسه به آنها واکسن آنفولانزا ارائه می شود قرار نمی گیرید، می توانید از مطب پزشک عمومی خود نیز بخواهید که واکسن را به شما ارائه دهد. همچنین اگر، برای مثال، نمی خواهید تا برنامه واکسیناسیون مدرسه صبر کنید، می توانید از مطب پزشک عمومی خود بخواهید که این کار را انجام دهد.

بیماری های مزمن که شما را بیشتر در معرض خطر ابتلا به آنفولانزا قرار می دهند

این بیماری ها عبارتند از:

- مشکلات جدی ریوی، از قبیل آسم که نیاز به استفاده منظم از اسپری یا قرص استروئیدی دارد
- بیماری های جدی قلبی
- بیماری کلیوی یا کبدی
- دیابت
- سیستم ایمنی ضعیف ناشی از ابتلا به یک بیماری یا درمان با داروهایی مانند قرص های استروئیدی یا شیمی درمانی
- مشکلات طحال، برای مثال، بیماری سلول داسی شکل، یا برداشتن طحال
- ناتوانی در یادگیری
- مشکلات سیستم عصبی، از قبیل فلج مغزی

برای اطلاعات بیشتر از وبسایت
www.nhs.uk/child-flu بازدید کنید



آیا جوانانی هستند که نباید از واکسن بینی استفاده کنند؟

به اکثر کودکان و جوانان واکسن اسپری بینی پیشنهاد می شود که روش مصرف آن سریع و آسان است و واکسن ترجیحی برای کودکان به شمار می رود. با این حال، ممکن است برخی از جوانان نتوانند از واکسن بینی استفاده کنند (به جزئیات زیر رجوع کنید). قبل از واکسیناسیون، یک فرم رضایتنامه به والدین شما داده می شود که باید آن را تکمیل کنند، که شامل پرسش هایی است که بررسی می کند آیا این واکسن برای شما مناسب است یا خیر. اگر پرسشی داشته باشند، می توانند با تیم واکسیناسیون مدرسه صحبت کنند. اگر نمی توانید از اسپری بینی استفاده کنید، تزریق واکسن آنفولانزا به شما پیشنهاد می شود.

چه کسانی نباید واکسن بینی دریافت کنند؟

در صورت داشتن شرایط زیر، به جای واکسن اسپری بینی، باید واکسن آنفولانزای تزریقی دریافت کنید:

- در حال حاضر خس خس سینه دارید یا در 72 ساعت گذشته خس خس سینه داشته اید
- سیستم ایمنی بسیار ضعیفی دارید یا فردی در خانواده شما به دلیل سرکوب شدید سیستم ایمنی نیاز به قرنطینه دارد
- به بیماری مبتلا هستید که نیاز به درمان با سالیسیلات دارد
- در گذشته به واکسن آنفولانزا یا هر یک از اجزای آن (به غیر از تخم مرغ) واکنش آنافیلاکسی داشته اید.

جوانانی که از طریق اسپری بینی واکسینه شده اند، باید تا حدود دو هفته بعد از واکسیناسیون از تماس نزدیک با افرادی که سیستم ایمنی بسیار ضعیفی دارند (برای مثال افرادی که به تازگی پیوند مغز استخوان انجام داده اند) خودداری کنند.

اگر احتمال تماس زیاد باشد یا تماس اجتناب ناپذیر باشد، باید از واکسن آنفولانزای جایگزین استفاده شود. اگر مطمئن نیستید، با تیم واکسیناسیون کودکان مدرسه ای، یا پرستار یا پزشک عمومی در مطب پزشک عمومی خود مشورت کنید.

در صورت ابتلا به موارد زیر، والدیتان باید با متخصص شما مشورت کنند:

- در گذشته به تخم مرغ واکنش آلرژیک شدید (آنافیلاکسی) داشته اید که نیاز به مراقبت های ویژه داشته است
- مبتلا به آسم هستید که با قرص های استروئیدی درمان می شود یا نیاز به مراقبت های ویژه در بیمارستان دارد

واکسیناسیون کجا انجام می شود؟

واکسیناسیون به کودکان مدرسه ای در مدرسه ارائه می شود، و برای هر فردی که برنامه واکسیناسیون مدرسه را از دست بدهد، فرصت های دیگری برای واکسیناسیون در کلینیک های اجتماعی وجود دارد.

به کودکان واجد شرایط که در خانه تحصیل می کنند، واکسن ارائه می شود. شما یا والدیتان می توانید اطلاعات مربوط به تمهیدات واکسیناسیون را از اداره آموزش و پرورش محلی خود دریافت کنید. جزوه آنفولانزا را می توانید اینجا مطالعه کنید:

www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc

آیا واکسن بینی حاوی ژلاتین گرفته شده از خوک (ژلاتین خوکی) است؟

بله. واکسن بینی حاوی مقدار بسیار کمی ژلاتین گرفته شده از خوک (ژلاتین خوکی) است که در طیف وسیعی از داروهای ضروری استفاده می شود. ژلاتین به پایدار نگه داشتن واکسن کمک می کند تا بتواند به خوبی اثر کند.

اسپری بینی واکسن ترجیحی برای کودکان است و روش مصرف آن سریع و آسان است. همچنین ممکن است در کاهش شیوع آنفولانزا در جامعه بهتر عمل کند. اگر مصرف داروها یا واکسن هایی که حاوی ژلاتین خوکی هستند برای شما قابل قبول نیست، تزریق واکسن آنفولانزا که حاوی ژلاتین نیست در دسترس است.

از کجا می توانم اطلاعات بیشتری کسب کنم؟

برای دریافت اطلاعات بیشتر به وبسایت www.nhs.uk/child-flu مراجعه کنید. اگر پرسش دیگری دارید، با تیم واکسیناسیون مدرسه، پزشک عمومی یا پرستار متخصص خود صحبت کنید.



www.nhs.uk/vaccinations

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024876. Product code: 25SECFULFAR Farsi. 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.