

از خود در مقابل ریزش محافظت کنید

واکسیناسیون ریزش در انگلستان

معلومات برای شاگردان دوره ثانویه



واکسن ریزش به صورت رایگان به افراد زیر ارائه میشود:



اطفال 2 یا 3 ساله
(در 31 اگست قبل از
شروع واکسیناسیون
ریزش در خزان)

اطفال مکتب
(از ثبت نام تا
سال 11)



اطفال از 6 ماهگی با
مریضی که آنها را در
معرض خطر بیشتری
از ریزش قرار میدهد

معلومات بیشتر در مورد اینکه کدام اطفال هر سال
واجد شرایط هستند را میتوانید در اینجا بیابید:

www.nhs.uk/child-flu

چرا باید واکسین ریزش شوم؟

ریزش میتواند یک مریضی بسیار ناخوشایند باشد که باعث تب، خستگی شدید، درد عضلات و مفاصل، گرفتگی بینی، سرفه خشک و گلودرد میشود. معمولاً ظرف حدود یک هفته احساس بهتری خواهید داشت. برخی افراد دچار عوارض میشوند و برای معالجه باید به شفاخانه بروند.

فواید واکسین چیست؟

تطبیق واکسین به شما کمک میکند تا از یک مریضی بسیار ناخوشایند در امان باشید. این واکسین میتواند به شما کمک کند تا از دست دادن چیزهایی که از آنها لذت میبرید و اختلال در درس های تان جلوگیری کنید. این واکسین همچنین احتمال سرایت ریزش به دیگران را کاهش میدهد، بنابراین به نوبه خود به محافظت از خانواده و دوستان تان کمک میکند.

من سال گذشته واکسین ریزش زدم. آیا امسال هم به واکسین دیگری نیاز دارم؟

بلی؛ ویروسهای ریزش هر سال تغییر میکنند، بنابراین واکسین بهروز می شود. به همین دلیل، توصیه می کنیم امسال دوباره در برابر ریزش واکسین شوید، حتی اگر سال گذشته واکسین شده باشید.



واکسین چگونه تزریق میشود؟

معمولاً به صورت اسپری بینی تزریق میشود. اگر اسپری بینی مناسب نباشد، میتوان به جای آن تزریق انجام داد، معمولاً به عضله بازو.

اسپری بینی چگونه کار میکند؟

اسپری بینی حاوی ویروسهایی است که برای جلوگیری از ایجاد ریزش ضعیف شدهاند، اما به شما کمک میکند تا ایمنی خود را افزایش دهید.

واکسین به سرعت در بینی جذب میشود، بنابراین حتی اگر بلافاصله پس از اسپری عطسه کنید، نیازی به نگرانی نیست که اثر نکرده است.

آیا واکسین عوارض جانبی دارد؟

ممکن است دچار آبریزش یا گرفتگی بینی، سردرد، خستگی عمومی و تا حدودی یباشتهایی شوید. با این حال، این موارد بسیار خفیفتر از ابتلا به ریزش و عوارض آن هستند. عوارض جانبی جدی نادر هستند.

اگر در آن روز حامل خوب نباشد چه؟

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

در مورد جوانانی که مرض مزمن دارند چطور؟

اگر مرض مزمنی دارید که شما را در معرض خطر عوارض جدی ریزش قرار میدهد، باید هر سال واکسین ریزش بزنید. اگر یکی از این مریضی ها را دارید و در یکی از گروههایی که واکسین ریزش در مکتب به آنها ارائه می شود، نیستید، میتوانید از داکتر داخله خود بخواهید که واکسین را به شما تزریق کند. همچنین میتوانید از کلینیک داکتر داخله خود بخواهید که این کار را انجام دهد، اگر مثلاً نمیخواهید تا جلسه واکسیناسیون مکتب صبر کنید.

امراض مزمن که شما را بیشتر در معرض خطر ابتلا به ریزش قرار میدهند.

این امراض عبارتند از:

- مشکلات جدی ریوی، مانند آسم که نیاز به استفاده منظم از اسپری یا قرص استروئیدی دارد
- امراض جدی قلبی
- امراض کلیوی یا کبدی
- شکر
- سیستم ایمنی ضعیف در نتیجه یک مرض یا معالجه با دواهای مانند قرص های استروئیدی یا معالجه کیمیایی
- مشکلات طحال، به عنوان مثال، مرض کم خونی داسی شکل، یا طحالی که برداشته شده است
- ناتوانی در یادگیری
- مشکلات سیستم عصبی، مانند فلج مغزی

برای معلومات بیشتر به www.nhs.uk/child-flu

for more information مراجعه کنید



آیا جوانانی هستند که نباید واکسین بینی دریافت کنند؟

به اکثر اطفال و نوجوانان واکسین اسپری بینی پیشنهاد می شود که سریع و آسان تجویز میشود و واکسین ترجیحی برای اطفال است. با این حال، ممکن است برخی از جوانان نتوانند واکسین بینی دریافت کنند (جزئیات را در زیر ببینید). قبل از واکسیناسیون، فورم رضایتنامه‌های به والدین شما داده میشود که باید آن را خانه پری کنند، که شامل سوالاتی برای بررسی مناسب بودن آن برای شما خواهد بود. در صورت داشتن هرگونه سوال، آنها می توانند با تیم ایمنسازی مکتب صحبت کنند. اگر نمیتوانید اسپری بینی را دریافت کنید، به شما واکسین ریزش تزریق خواهد شد.

چه کسانی نباید واکسین بینی بزنند؟

به جای واکسین اسپری بینی، اگر موارد زیر را دارید، باید واکسین ریزش تزریقی دریافت کنید:

- در حال حاضر خس خس سینه دارید یا در 72 ساعت گذشته خس خس سینه داشته‌اید
- سیستم ایمنی بسیار ضعیفی دارید یا کسی در خانواده شما به دلیل سرکوب شدید سیستم ایمنی نیاز به قرنطینه دارد
- مرضی دارید که نیاز به معالجه با سالیسیلات دارد
- در گذشته واکنش آنافیلاکتیک به واکسین ریزش یا هر یک از اجزای آن (به غیر از تخم مرغ) داشته‌اید

جوانانی که با اسپری بینی واکسین شده‌اند، باید حدود دو هفته پس از واکسیناسیون از تماس نزدیک با افرادی که سیستم ایمنی بسیار ضعیفی دارند (به عنوان مثال افرادی که به تازگی پیوند مغز استخوان انجام داده‌اند) خودداری کنند.

اگر تماس محتمل یا اجتنابناپذیر است، باید واکسین ریزش جایگزین تجویز شود. اگر مطمئن نیستید، با تیم واکسیناسیون اطفال مکتب یا نرس یا داکتر داخله در کلینیک داکتر داخله خود مشوره کنید.

والدین شما در صورت داشتن موارد زیر باید با متخصص خود مشوره کنند:

- در گذشته واکنش آلرژیک شدید (آنافیلاکسی) به تخم مرغ داشته‌اید که نیاز به مراقبت‌های ویژه داشته است.
- آسمی که با قرص‌های استروئیدی معالجه می‌شود یا نیاز به مراقبت‌های ویژه در شفاخانه دارد.

واکسیناسیون در کجا انجام خواهد شد؟

به اطفال در سن مکتب، واکسیناسیون در مکتب ارائه می‌شود و برای هر کسی که جلسه مکتب را از دست بدهد، فرصت‌های بیشتری برای واکسیناسیون در کلینیک‌های اجتماعی وجود دارد. به اطفال واجد شرایط که در خانه آموزش می‌بینند، واکسین ارائه می‌شود. شما یا والدین تان می‌توانید معلومات مربوط به ترتیبات را از اداره آموزش و پرورش محلی خود دریافت کنید.

شما می‌توانید بروشور معلومات محصول واکسین را اینجا بخوانید:

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

آیا واکسین بینی حاوی ژلاتین مشتق شده از خوک (ژلاتین خوکی) است؟

بلی. واکسین بینی حاوی مقدار بسیار کمی ژلاتین از خوک (ژلاتین خوکی) است که در طیف وسیعی از داروهای ضروری استفاده میشود. این ژلاتین به پایدار نگه داشتن واکسین کمک میکند تا بتواند به درستی عمل کند.

اسپری بینی واکسین ترجیحی برای اطفال است و تجویز آن سریع و آسان است.

همچنین ممکن است در کاهش شیوع ریزش در جامعه بهتر باشد. اگر دواها یا واکسینهایی را که حاوی ژلاتین خوکی هستند قبول نمیکنید، تزریق واکسین ریزش که حاوی ژلاتین نیست در دسترس است.

از کجا میتوانم معلومات بیشتر کسب کنم؟

برای معلومات بیشتر به www.nhs.uk/child-flu مراجعه کنید. در صورت داشتن هرگونه سوال بیشتر با تیم ایمنسازی مکتب، داکتر داخله یا نرس خود صحبت کنید.



www.nhs.uk/vaccinations

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024874.
Product code: 25SECFLUDAR Dari. 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.