



NHS

E gripaki vaksinacija

Kon trubul te kerel la peske thaj soske

Andrethol (inkluzil, ukljućil) informacija bijanutnenge
(parincenge, roditelenge) thaj khamne (phare) žuvljange



Flu **i**mmunisation

Dumodas (žutisaras, pomožisaras) te garavas
(protektisaras) manušen, sakoekh ivend



Kadava buletino phenel sar tu šaj (daštis, možisares) te garaves tut thaj kire čhaven mamujal (kontra) e gripa kadava ivend kaj avel, thaj soske si but vastno (importantno, važno) kaj e manuša kon si ando majbaro risiko andar e gripa te keren peske piri bilovali (biparengi) vakcinacija sakoekh berš.



So si e gripa? Naj kadava sade (numa, samo, ferdi) zoralo šylalipe?

E gripa phirel sakoekh berš, normalno ando ivend, thaj kadaleske voj si akhardi khajekh (varesave) devrja (droma, varekana) sezonalni gripa. Voj si but infekciozno nasvalipe simptonenca save sikavdon pe but sigo. Šylalimata si but majcyra seriozne thaj normalno astaren cyra po cyra ekhe stupume (blokime) aj (or, ili, alebo) žavne nakhesa thaj ekhe dukhavde korasa (gyrlosa, gyrtanososa). Ekh bilači (žungali) ataka andar e gripa šaj avel but maj bilači sode ekh zoralo šylalipe.

E gripa šaj anel uči jag, baro khinsipe (obosipe, umora), dukhale muskulja thaj astarina (kokala), stupume nakh, šuko xas thaj dukhavdi kor. Saste manuša normalno saston maškaral duj thaj epta givesenge, ama (abo, dar) khajekhen (varesaven) o nasvalipe šaj ingjarel len te resen ande nasvalin (bolnica, spita), ži ka bangipe (bišajpe) aj i meripe.



Gripake vaksine dumoden te garaven mamujal e fundamentalne tipura andar e gripako viruso savo si ande cirkulacija



So anel e gripa?

E gripa si andini katar e influenza virusura save infektin o phurdimasko kanalo thaj e parne bukhe (kalindže). Thaj soske voj si andini katar e virusura thaj naj katar e bakterija, antibiotikura naj ka sastaren la. Ama, te si majbut problemura andar e gripako astaripe, antibiotikura šaj ka trubul te len pe.

Sar astardol pe e gripa?

Kana ekh infektive manuś xasal aj čikhedel, e gripake virusura šaj aven phurde (dišime, airolinde) andre katar aver manuśa aj von šaj aven linde kaj astardon pe e upralina kajte e virusura telepele. Tu šaj preventis e virusosko phiravipe kaj garaves kiro muj thaj nakh kaj tu xasas aj čikhdes (principno ekhe kotoresa, aj averečaneste ande e xor kire khujaki), thaj tu šaj thoves kire vasta regularno aj xasnisares (folosis, polzisares) gelo te cyknjares o risiko te astares o viruso.

Ama e majlačhi čhan te našes andar o astaripe thaj o phiravipe si kaj keres tuke e vakcinacija majanglal te astarel e gripako sezono.

Sar ame garavas amen mamujal e gripa?

E gripa si bižangli. E gripaki vakcinacija del o majlačho garavipe. Si verver (diferime, različne) gripake štampe. E štampe save si majpotencialne te anen nasvalipe si identificime majanglal e gripako sezono. E vaksine si astoska kerde te malaven len sogodi majpaśal šaj. Date e vaksina našti perfektno malavel ekhe štampa voj principno del khajekh (varesavo) garavipe mamujal late.

E vaksine si dinde ande o anglalivend (toamna, esen) majlačhe si majanglal te phirel e gripako sezono.

Savi doś (žungalipe) šaj e gripa kerel?

E manuśa khajekh droma (devrja) pakjan kaj o bilačo šylalipe si gripa, ama kaj si tut e gripa šaj butdevrja (butvar) te avel majbilačo sode ekh šylalipe thaj tut šaj trubul te beśes ando patho khajekhe givesenge. Ande e majbilače kazusura, e gripa šaj resel ži ka nasvalinako bešipe, aj i ži ka meripe.

Khajekh manuśa si maj potencilane karing e efektura e gripake. Lenge, voj šaj barjarel o risiko te barjardindon pe majseriozne nasvalimata sar o bronxito thaj pneumonija, aj šaj kerel e sivne sastimaske problemura majbilače.





Sem me ando majbaro risiko katar e gripake efektura?

E gripa šaj efektothol sakone ekhe ama te tut si tut ekh lungone vramako sastimasko problemo e efektura andar e gripa šaj keren le majbilačo date i o problemo si lače kontrolime thaj tu normalno seres (akhjares) tut lače. Tu trubul te keres tuke e bilovali gripaki vaksina te tu san:

- khamni

aj si tut ekh lungone vramako sastimasko problemo sar e:

- ilesko problemo
- kolinako rovipe aj seriozne phurdimaske pharimata, andrethode bronxito, efizema aj manuša astmasa (kas trubul len stereoidno inxalatori aj tablete)
- rinikosko (bubrekosko) nasvalipe
- majkovlo imuniteto andar nasvalipe aj sastaravipe (sar o stereoidno drab aj rakako/kancerosko sastaravipe)
- kale bukhesko (kalindžesko) nasvalipe
- sas tut dab aj tranzientno isxemikani ataka (TIA)
- diabeto
- khajekh neurologikano problemo, primerno butni skleroza (BS), aj cerebralno paraliza
- sikimasko bišajpe
- problemo kire splinasa, primerno o sekiralo khukhinako nasvalipe, aj tuke sas tuke kiri splina inkaldi
- aj tu san seriozno upral normalno pharipe (BMI 40 thaj upral)

Kadaja lista andar sastimaske problemura naj definitivno. O problemo si sakodevri ando o klinikano krisdipe. Kiro sastaravno (doktoro) šaj kerel tuke kontrola te gyndosares o risiko andar e gripa savi šaj kerel sisave nasvalimata save tut si tut majbilače, sar i kiro risiko andar seriozno nasvalipe andar peske e gripa.

Ža ka [nhs.uk/flujab](https://www.nhs.uk/flujab) majbute informacijake



Kon trubul te gogisarel te kerel peske e gripaki vaksina?

Sa kadala kas si len sisavo sastimasko problemo savo si ramome pe rig 4, aj kon si:

- 65-e beršenge thaj upral
- kon bešel ande phurane aj nasvale manušengo kher
- o šeralo samadavno (grizadavno) vaš phurano aj bišajdo manuš
- kon bešel varekasa kas si le kovlo imuniteto andar nasvalipe aj sastaravipe
- frontalno sastimasko aj socialno samadimasko bukjarno
- khamni (dikh e majteluni sekcija)
- čhave ande konkretne berša (dikh rig 7)



E gripaki vaksinacija – 5

E gripaki vaksinacija e **khamne žuvljange**

Me sem khamni. Trubul me te kerav mange e gripaki vaksinacija kadava berś?

Va. O khamnipe averil sar o stato (telo) marel pe mamula e infekcije sar e gripa. E gripaki infekcija barjarel e śansura e khamne žuvljange thaj lenge bebetonenge te den andre ando intenzivno samadipe. Sa e khamne žuvlja trubul te keren peske e gripaki vaksina te garaven pes thaj peske bebetonen. E gripaki vaksina śaj avel dindi siguro pe sako ekh etapo (nivelu) andar o khamnipe, katar o astaripe majinkljal.

Khamne žuvljan si len avantažo (fajdava) andar e gripaki vaksinacija soske voj śaj:

- cyknjarel o risiko andar seriozne komplikacije sar e pneumonija, specialno ande e majpalune khamnimaske etapura
- cyknjarel o risiko e dejako aj e bebesko te trubul len intenzivno samadipe
- cyknjarel o risiko e bebesko te avel mulo aj angluneste bijando
- dumodel te garavel peske bebe kon ka lungjavol te avel le varesavo imuniteto karing e gripa ande ekhtone khajekh čhona andar pesko trajo
- cyknjarel o śanso e dejako te tradel infekcija ka pesko nevo bebe

Me sem khamni thaj pakjav (gyndiv, misliv) kaj man śaj te si man e gripa. So me trubul te kerav?

Te tut si tut e gripake simptomura tu sigate trubul te des duma kire sastaravnesa, soske te tut si tut e gripa si ekh recepturno drab savo śaj dumodel (aj cyknjarel o risiko andar komplikacije), ama vov trubul te lindol pe sogodi majsigo śaj palal te sikavdon pe e simptomura.

Tu śaj keres tuke e bilovali gripaki vaksina ka kiro sastaravno, aj voj śaj te avel śajlindi i katar kiro farmacefto aj akuśera.





So si andar mure čhave? Trubul len len e vaksinacija?

Te tut si tut čhavo kon si upral 6-e čhonengo kas si les ekh katar e sastimaske problemura phendine pe rig 4, leske trubul te kerdol pe leske e gripaki vaksinacija sako ekh berś. Sisave čhave kas si len kadala sastimaske problemura si maj potencialne te ačhen zoraleste nasvale te von astaren e gripa, thaj voj šaj kerel lengo sivno problemo majbilačo. Dumade (vakjar, konuś) kire sastaravnesa kire čhaveske gripake vaksinacijake majanglal e gripako sezono te astarel.

E gripake vaksinen naj len lačo efekto pe bebetura kon si telal 6-e čhonenge tha kadaleske naj rekomendime. Kadaleske si but vastno kaj e khamne žuvlja keren peske e vaksinacija – von ka phiraven khajekh andar o imuniteto ka pesko bebe savo ka garavel les maśkar e avinale (ekhtone) čhona andar lesko trajo (životo).

But avere čhavage grupe i lenge si lenge dindi e gripaki vaksinacija. Kadava si te dumodel te garavel len mamujal o nasvalipe thaj te dumodel te cyknjardildol pe lako phiravipe ka e duj aver čhave thaj lenge bijanutne thaj phurebijanutne (mami thaj papo). Kadava ka dumodel tut te našes katar o trubupe te les vrjama bukatar andar e gripa, aj te dikhes ke čhaven kas si len gripa.

E chavage kaske si lengi dindi e vaksina kadava berś si:

- sa e 2-je thaj 3-ne berśenge kon si pe kadala berśa ando 31 augusto majanglal e gripaki vaksinacija te astarel ando anglalivend (toamna, esen)
- sa e čhave ande bazisno škola
- varesave čhave ande maśkarune školake berśa (klasura 7 ži ka 11)

Čhave maśkar 2 thaj 3 berś ka avel lenge dindi e vaksinacija ande lengi sastaravneski klinika, principno katar e klinikaki medikani asistenta (phen). Čhave ande školake berśa ka avel lenge dindi e gripaki vaksina ande škola, majbut e šansonenca te aven vaksinime, potencialno ande e NHS komunalne klinike, sakone ekheske kon našalel e sešija ande škola. Majbut e čhavage, e vaksina ka avel dindi sar sprejo ande sako ekh rutuj. Kadaja si ekh but sigjarni thaj bidukhali procedura.

Majbut e informacijake andar e čhave thaj e gripaki vaksinacija dikh e informacija pe o NHS uebsajto ka nhs.uk/child-flu.





Me kerdem mange e gripaki vaksinacija o paluno berś. Trubul me kerav mange aver kadava berś?

Va; e gripake virusura śaj averin pe andar ekh ivend ande aver. E gripake vaksine si aktualizime sako ekh ivend te śaj den garavipe mamujal e gripake śtampe save si em potencialne te phiren turjal. Kadale kauzake, ame zoraleste rekomendis kaj date i tu te sanas vaksinime o paluno berś, tu trubul te aves palem vaksinime kadava berś.

Ekhsaveste, o garavipe andar e gripa majkovljol e vramake nakhimasa tha date khajekh andar e śtampe si e ekhsave tu palem trubul te keres tuke e gripaki vaksina ande sako ekh gripako sezono.

Me pakjav kaj man resavdeste sas man e gripa, trubul man man ekh vaksinacija?

Va; e vaksina inke ka dumodel te garavel tut. Aver virusura śaj den tut sar gripake simptomura, aj tut śaj te sas tut e gripa ama soske si majbut andar ekh tipo andar e gripake virusura tu trubul inke te keres tuke e vaksina date te tu pakjas kaj sas tut e gripa.

Savo tipo andar e gripaki vaksina trubul te kerav mange?

Si varesave tipura andar e gripaki vaksina. Tuke ka avel tuke dindi ekh savi si e majlači tuke. Majbut andar e čhavage si lenge dindi e vaksina sar nakhesko sprejo thaj e bareženenge si lengi dindi ekh indžekcijaki vaksina. Nisave andar e vaksine śaj den tut e gripa.

Te kiro čhavo si maškar 6 čhon thaj 2 berś thaj si ande bare-riskoski gripaki grupa, leske ka avel leske dindi ekh indžektime gripaki vaksina soske e nakhesko sprejo naj mišto e čhavage kon si telal 2 berś. Khajekh čhave kon si upral e 2 berś kon si ande bari riskoski grupa i lenge ka kerdol pe indžektime vaksina te e nakheski sprejoski vaksina naj lenge mišto.

Śaj e gripaki vaksina avel dindi ande ekhsavi vrjama avere vaksinenca?

Va. Ekh gripaki vaksina śaj avel dindi ande ekhsavi vrjama e avere rutinale vaksinenca. E vaksinacija śaj kerdol pe te tut aj kire čhave si tumen cykno nasvalipe sar o śylalipe ama śaj avel palpalime andar nasvalimata save andrethon uči jag.





Si khajekh kon ni trubul te kerel peske e vaksinacija?

Pašal sakoekh šaj kerel peske e vaksina, ama tu ni trubul te aves vaksinime te tut sas tut seriozno alergija karing e vaksina, aj sisave andar lake andresimata. Te tu san alerginako karing arne (andre, vare) aj si tut sastimasko problemo savo kovljarel kiri imuno sistema, tu šaj te na aves šajdo te keres tuke konkretne tipura andar e gripaki vaksina – dih so ka phenel kiro sastaravno. Te tut si tut učhi jag, e vaksinacija šaj avel palpalime ži kana tu san majlače.

So si andar e nakhesko sprejo? Si sisave (varesave) čhave kaske našti kerdol pe?

Čhave šaj te na aven šajde te len e nakheski vaksina te von:

- si ando momento xyryme aj sas xyryme ande e palune 72 satura, andrethode kadala kas trubul len majbutne inxalatoreske sprejura vaš e astmako lokjaripe. Lenge trubul te avel lenge dindi ekh lenge lači indžektime gripaki vaksina te na resen ži ka palpalipe ande o garavipe
- len trubulas len intenzivno samadipe (grizadipe) andar
 - astma aj
 - arneski alergikani anafilaksijaČhave ande kadala 2 grupe si lenge rekomendime te roden gogidipe katar pesko specialisto thaj šaj aven gogidinde te kerdol pe lenge e nakheski vaksina ande e nasvalin (spita, bolnica)
- len si len sastimasko problemo, aj von si ando sastaravipe, savo zoraleste kovljarel lengi imunaki sistema aj si len khajekh ande lengo kher kas trubul len izolacija soske von si but zoraleste imunokikidinde (primerno palal kokaloski mezoski transplantacija)
- si alergikane karing sisave aver komponentura andar e vaksina¹
- si len sastimasko problemo save trubul le salicilitesko sastaravipe

Ekhsaveste, čhave kon sas vaksinime e nakheske sprejosa trubul te na keren pašutno kontakto manušenca kas si len but zoraleste kovljarde imune sisteme (primerno kadalane kas sigate sas len kokaloski mezoski transplantacija) turjal duje kurkenge palal e vaksinacija soske si but cykno šanso kaj e vaksinako viruso šaj avel tradindo karing lende. Te kadava manuš si ženo andar o kher atoska (atundži) o čhavo trubul te avel dindo indžektime vaksina (dih upre).

[1] Dih o uebsajto ka www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc ekhe listake andar e vaksinake andresimata





Si e nakheske vaksina želatino inkaldo andar bale (porcine gelatine)?

Va. E nakheske vaksina si la andre vurme andar učeste procesime forma andar o želatino (porcine gelatine), savo si xasnisardo ande ekh diapazono andar but vastne draba. O želatino dumodel te inkjarel stabilne e vaksinake virusonen te šaj e vaksina avel šajdi te kerel buki lače.

E nakheski vaksina si lokhi te del pe thaj si bidukhavdi. Sako ekh čhavo kaske si dindi e nakheski vaksina lel o majlačho garavipe mamujal e gripa. Voj si i gogisardi kaj si e majlačhi ando o cyknjaripe vaš e gripako phiravipe. Ande kadaja čhan (sposoba, načino) e čhave garaven (protektin) ekh averes thaj averen kon šaj aven kovle (vunarabilne) karing e gripa. Kadalenge kon šaj te na priemin o xasnipe (folosipe, polzipe) andar o porcine gelatine ande medikane produkte, indžekttime gripaki vaksina si šajlindi sar ekh alternativa.

Ka aven man sisave rigale efektura?

Rigale efektura andar e nakheski vaksina šaj normalno thonandre žavno aj stupume nakh, šereskidukh, khinsipe thaj khajekh apetitosko xasaripe. Gadalenge kaske si lenge kerdi e indžekcijaki vaksina šaj resen te avel len dukhavdo vast ande e o than e indžekcijako, cykni temperatura thaj dukhavde muskulja ekhe aj duje givesenge palal e vaksinacija. Seriozne rigale efektura e duje vaksinenca naj normalne.

Ka e gripaki vaksina sasteste garavel man?

O efektivnipe andar e gripaki vaksinacija ka ververil berš beršestar, thaj ka dipendil katar o malavipe maškar e gripaki štampa savi si ande cirkulacija thaj kadaja savi si ande e vaksine. Soske e gripako viruso šaj averil pe berš beršestar si risiko kaj e vaksina naj ka malavel e viruse savo si ande cirkulacija. Date i e vaksina te na avel la perfektno malavipe voj principno ka del varesavo garavipe. Bare bimalavimata ni kerdon pe but var (devrija, droma).



Sode vrjama ka avav me garavdo?

E vaksina trubul te del garavipe maškar o sasto akanutno gripako sezono.

So me trubul te kerav akana?

Te tu san ande ekh andar e grupe save si phendine ande kadava buletino, vastno si kaj tu keres tuke kiri gripaki vaksinacija.

Dumade kire sastaravnesa aj medikane asistentasa, aj aletrnatvno kire thanutne (lokalnone) farmaceftosa, te keres tuke vaksinacijako sato. Khamne žuvljange, e vaksina šaj avel lindi i katar e bijanimaske servisura. E gripaki vaksina si bilovali.

Organizacije save kamen te garaven peske bukjarnen mamujal e gripa (sade te na len si len medikano problemo savo si ramome/skirime/pišime pe rig 4) ka trubul te keren than e vaksinacijenge te aven diinde ande lenge bukjarnenge sastimaske khukhina. Kadala vaksinacije naj šajlinde katar o NHS thaj trubul te aven pokinde katar o bukidavno.

Te tu san frontalno sastimasko aj socialno samadimasko bukjarno, arakh save akhjarimata sas kerde ande kiro bukjarno than te del pe e gripaki vaksinacija. Vastno si kaj tu san garavdo (protektime). Khajekh socialne samadimaske bukjarne kon našti len e vaksina andar bukjarneski sastimaski sxema šaj len e vaksina andar o NHS katar pesko sastaravno aj farmacija.



Kidindi informacija kadalenge kon si **rekomendime** te keren peske **e gripaki vaksina**

- sako ekh kon si 65-e beršengo thaj upral
- sako ekh telal 65 berš kas si les medikano problemo savo si phendino pe rig 4, andrethode čhave thaj bebetura upral e 6 čhon
- sa e khamne žuvlja, ande sisavo khamnimasko etapo
- sa e 2 thaj 3 beršenge čhave (sade kaj von sas 2 aj 3 beršenge ando 31-to augusto majanglal e gripake vaksinacije te astaren ande o anglalivend)
- sa e čhave ande bazisno škola
- varesave čhave ande maškarune školake berša
- sako ekh kon bešel ande phurane aj nasvale manušengo kher
- sako ekh kon lel samadavneske love, aj si o šeralo samadavno ekhe phurane aj bišajde manušesko
- sa e frontalne sastimaske thaj socialne samadimaske bukjarne

Gogjake thaj informacijake andar e gripaki vaksinacija, dumade kire sastaravnesa, klinikake medikane asistentasa, farmaceftosa aj školake imunizacijake ekiposa.

Majlače si te keres tuke e gripaki vaksinacija ande o anglalivend aj rano ando ivend majanglal e gripake nivelura te majbarjon. Na bistar kaj tut trubul te keres la tuke sakoekh berš, thaj na gogisavo kaj tu san garavdo soske tu kerdan la tuke o paluno berš.

Te dikhes te san kaulificime za ka
nhs.uk/flujab.



UK Health Security Agency

© Crown copyright 2024. 1p 750k AUG 2024 (APS). Product code FLUMW24RMY Romany. UK Health Security Agency Gateway number: 2024400. This leaflet is also available in braille, large print, as a BSL video and translated into 32 community languages. Please visit www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002