

E gripaki vaksinacija

Kon trubul te kerel la peske thaj soske

Andrethol (inkluzil, uključil) 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 šyalipe?

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 simptomeca save sikavdon pe but sigo. Šyalimata si but majcyra seriozne thaj normalno astaren cyra po cyra ekhe stupume (blokime) aj (or, ili, alebo) žavne nakhesa thaj ekhe dukhavde korasa (gyrlosa, gyrtanosaj). Ekh bilači (žungali) ataka andar e gripa šaj avel but maj bilači sode ekh zoralo šyalipe.

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 efta 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 vakcine 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 infektimē manuš xasal aj čhikhdel, e gripake virusura šaj aven phurde (dišime, airoinde) andre katar aver manuša 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 čhikhdes (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 majpašal 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 doš (žungalipe) šaj e gripa kerel?

E manuša 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 bešes ando patho khajekhe givesenge. Ande e majbilače kazusura, e gripa šaj resel ži ka nasvalinako bešipe, aj i ži ka meripe.

Khajekh manuša 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 vřjamako 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 vřjamako 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 krisdiipe. 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 majbute informacijake

Kon trubul te gogisarel te kerel peske e gripaki vakcina?

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 bukjarro
- khamni (dikh e majteluni sekcija)
- čhave ande konkretne berša (dikh rig 7)



E gripaki vakcinacija e **khamne žuvljange**

Me sem khamni. Trubul me te kerav mange e gripaki vakcinacija kadava berš?

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

Khamne žuvljan si len avantažo (fajdava) andar e gripaki vakcinacija soske voj šaj:

- 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 šanso e dejako te tradel infekcija ka pesko nevo bebe

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

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

Tu šaj keres tuke e bilovali gripaki vakcina ka kiro sastaravno, aj voj šaj te avel šajlindi i katar kiro farmacefto aj akušera.



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

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 vakcinacija 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 śaj kerel lengo sivno problemo majbilačo. Dumade (vakjar, konuś) kire sastaravnesa kire čhaveske gripake vakcinacijake 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 vakcinacija – von ka phiraven khajekh andar o imuniteto ka pesko bebe savo ka garavel les maškar e avinale (ekhtone) čhona andar lesko trajo (životo).

But avere čhavege grupe i lenge si lenge dindi e gripaki vakcinacija. 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 vřjama bukatar andar e gripa, aj te dikhes ke čhaven kas si len gripa.

E chavenge 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 vakcinacija te astarel ando anglalivend (toamna, esen)
- sa e čhave ande bazisno škola
- varesave čhave ande maškarune školake berśa (klasura 7 ži ka 11)

Čhave maškar 2 thaj 3 berś ka avel lenge dindi e vakcinacija ande lengi sastaravneski klinika, principno katar e klinikaki medikani asistenta (phen). Čhave ande školake berśa ka avel lenge dindi e gripaki vaksina ande škola, majbute śansonenca te aven vaksinime, potencialno ande e NHS komunalne klinike, sakone ekheske kon našalel e sešija ande škola. Majbute čhavege, e vaksina ka avel dindi sar sprejo ande sako ekh rutuj. Kadaja si ekh but sigjami thaj bidukhali procedura.

Majbute informacijake andar e čhave thaj e gripaki vakcinacija dikh e informacija pe o NHS uebsajto ka [nhs.uk/child-flu](https://www.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 štampe 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 vřjamake nakhimasa tha date khajekh andar e štampe 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 maśkar 6 čhon thaj 2 berś thaj si ande bare-riskoski gripaki grupa, leske ka avel leske dindi ekh indžektive gripaki vaksina soske e nakhesko sprejo naj miśto 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 indžektive vaksina te e nakheski sprejoski vaksina naj lenge miśto.

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

Va. Ekh gripaki vaksina śaj avel dindi ande ekhsavi vřjama 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 učhi 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 – dikh so ka phenel kiro sastaravno. Te tut si tut uči 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 indžektive 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 indžektive vaksina (dikh upre).

[1] Dikh o uebsajto ka www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpe 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, indžektive 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 štampan 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 vakcinacija.

Dumade kire sastaravnesa aj medikane asistentasa, aj aletrnatvno kire thanutne (lokalnone) farmaceftosa, te keres tuke vakcinacijako 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 vakcinacijenge te aven dinde ande lenge bukjarnenge sastimaske khukhina. Kadala vakcinacije naj šajlinde katar o NHS thaj trubul te aven pokinde katar o bukidadvno.

Te tu san frontalno sastimasko aj socialno samadimasko bukjarno, arakh save akhjarimata sas kerde ande kiro bukjarno than te del pe e gripaki vakcinacija. Vastno si kaj tu san garavdo (protektive). 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 khamnimaske 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 ža ka
[nhs.uk/flujab](https://www.nhs.uk/flujab).



UK Health Security Agency