د انفلونزا واکسین

د انفلونزا څخه هرڅوک جدي ناروغیدی شي، مګر د خطر ځیني ډلې د نورو خلکو په پرتله ډیر په شدید ناروغی اخته کیږي. په ناروی کې، نږدې 1.6 میلیون ماشومان او لویان د دغه خطر ډلو څخه یوې کې دي. روغتیایی کتې یې د پام وړ کیدی شي که چیرې پدغه د خطر ډلو کې خلک واکسین وکړي.

په لاندې خطر ډلو کې ماشومان او لویان باید په کلني ډول د انفلونزا واکسین وکړي:

- هرڅوک چې عمر یې 65 کلونه یا ډیر وي
- د رنځورپالنې کورونو او د پاملرنې کورونو اوسیدونکي
- هغه ماشومان او لویان چې دا لاندې ناروغی لري:
  - د سږو مزمن ناروغي
  - د زړه او عروقي مزمن اختلالات
  - د ځیګر مزمن ناروغي
  - د پوښتورګو مزمن ناروغي
  - مزمن عصبي اختلالات یا ټپ
  - د معافیت ضعیف سیستم
  - شکر، 1 او 2 نوع
  - د ناروغی چاقي (د 40 نه ډیر BMI)
  - نور جدي یا مزمن اختلالات
- حامله ښځې د حمل د 12مې اونی څخه
- بې مودې زیږیدلي ماشومان، په ځانګړې توګه هغه ماشومان چې د حمل د 32مې اونی څخه مخکې زیږیدلي، د 6 میاشتنی)ترتیبي عمر (څخه تر 5 کلنی پورې.

زه ولې باید واکسین وکړم؟

د نورو شیانو ترمینځ انفلونزا د شدید سینه بغل لامل کیدی شي او د ډیرو مزمن ناروغیو او اختلالاتو شدت ډیروي. د انفلونزا له امله پیدا کیدونکي پیچلتیاو په صورت کې، په روغتون کې بستري کیدل لازمي کیږي.

د زړه او رګونو ناروغی لرونکي خلک د کال نورو وختونو پرتله د انفلونزا موسم کې ډیر د زړه حملې، برید، او مړینې خطر سره مخ کیږي. شدید انفلونزا د دایمي روغتیا خرابیدو او روغتیایی ملاتړ ته د ډیرې اړتیا پیدا کیدو لامل کیدی شي. په اوسط ډول هرکال 900 نفر په ناروی کې د انفلونزا له امله مړه کیږي. واکسین د شدید انفلونزا پرورانډې محافظت کوي.

Norwegian Institute of Public Health

واکسین د څه شي پروړاندې محافظت کوي؟
د انفلونزا واکسین د واکسین نه 2-1 اونۍ وروسته د انفلونزا ویروس پروړاندې محافظت کوي. دا واکسین د کرونا ویروس (کوویډ – 19) یا نورو ویروسونو او د انفلونزا په څیر علایمو لامل کیدونکي باکتریا پروړاندې محافظت نه کوي.

د انفلونزا عام علایم د ناروغۍ چټک پیل، تبه، وچ ټوخی، ستړیا، سر درد، او د عضلاتو درد د 3-10 ورځو لپاره دي.

تاسې ولې باید هر کال واکسین وکړئ؟
تاسې باید د دې لپاره هرکال واکسین وکړئ ځکه چې د انفلونزا ویروس تل بڼه بدلوي، او واکسین باید د دې لپاره ورته واړول شي. علاوه لدې، د وخت په تیریدو سره د واکسین اغیزه کمیږي.

آیا واکسین کوم جانبي عوارض لري؟
د موسمي انفلونزا پروړاندې واکسین د کلونو راهیسې کارول کیږي او عموماً یوازې کوچني جانبي عوارض لري. لکه د نورو واکسینونو په څیر، دا د ستنې کولو ځای شاوخوا نرمیدلو، سوروالي او پړسوب، او همدارنګه د عضلاتو درد لامل کیدی شي. الرژي غبرګونونه او نور شدید جانبي عوارض په خورا ندرت سره پیښیږي.

د انفلونزا واکسین د انفلونزا نه لامل کیږي.

زه څنګه د انفلونزا واکسین کولی شم؟
د ډاکټر جراح سره یا د ښاروالۍ ویب سایټ وګورئ.

نور معلومات د ناروې د عامې روغتیا انسټیټیوټ ویب سایټ کې موندلی شئ:
https://www.fhi.no/en/id/influensa/seasonal-influenza