

د انفلونزا پای ته رسېدل

انفلونزا (والکي) واکسين

د لاینه ژوند لپاره د واکسين له لاری معافیت ترلاسه کړئ!

واکسينونه: په مخنيوي کي
ستاسو تر ټولو غوره سته.

که تاسو د واکسينونو په اړه پوښتنې لرئ، نو د خپل
روغتيايي پاملرنې چمتو کوونکي څخه پوښتنه وکړئ.

د واکسينونو او ناروغيو په اړه د نورو معلوماتو لپاره،
وگورئ

[hhs.iowa.gov/public-health/
immunization](https://hhs.iowa.gov/public-health/immunization)

www.immunize.org

www.cdc.gov/vaccines

www.aap.org



انفلونزا تاسو کي پای ته رسیري! خپل ځان او هغه څوک چي تاسو ورسره مینه کوي خوندي کړئ.

که چېرې تاسو په انفلونزا اخته شئ، یوازې
ستاسو پر روغتیا اغېزه نه کوي. کېدای شي
تاسو خپله کورنۍ، ملگري او همکاران د
داسې یوه انتان له وېرې سره مخامخ کړئ چې
په اوسط توگه په متحده ایالاتو کي هر کال
36,000 کسه وژني.

انفلونزا باندې له اخته کېدو څخه د مخنيوي
لپاره دا مهمه ده چې هر کال واکسين شئ.
خپل د روغتيايي پاملرنې خدماتو وړاندې
کوونکي سره د ځان او کورنۍ لپاره د
انفلونزا واکسين په هکله وغږېږئ.

IOWA™

Health and
Human Services

Public Health

IOWA™

Health and
Human Services

Public Health

انفلونزا څه ده؟

انفلونزا (والگي) يوه ساري تنفسي ناروغی ده چې د انفلونزا ویروسونو په مټ رامنځ ته کېږي. په ټوليزه توګه، والگي ناڅاپي بېبېرې او کېدای شي د لاندې ستونزو لامل وګرځي:

- ټوخی
- تبه
- لړزه
- د ستوني درد
- د عضلاتو يا د بدن دردونه
- د پوزې بهېدنه يا بندېدنه
- سردردې
- سټريا

انفلونزا له زکام يا له کولمو ناروغي سره توپير لري، چې کېدای شي د ګڼ شمېر ویروسونو يا باکټريا له امله رامنځته شي.

انفلونزا د خفيفو يا شديدو ناروغيو او کله ناکله ان د مړينې لامل وګرځي. د انفلونزا له امله رامنځته شوي شديد اختلاطات په هر څم لرونکي شخص کې لېدل کېدای شي، خو هغه اشخاص چې 65 کلن يا تر دې پورته دي، په مزمنو ناروغيو (سالنډي، شکر يا د زړه ناروغي) اخته دي، امېدواري مېرمنې او کوچني ماشومان له لوړ خطر سره مخ کېږي.

انفلونزا څنګه خپريږي؟

انفلونزا کېدای شي د يوه شخص د ټوڅېدلو يا پرنجيدلو پر مهال خپره شي. که چېرې يو شخص پر داسې سطحې يا شيانو باندې لاس ولګوي چې پر هغو باندې د انفلونزا ویروس پروت وي او وروسته خپل لاس په خوله، پوزې يا سترګو ولګوي، په انفلونزا اخته کېدای شي.

ډېرې روغ او سالم لويان د نښو نښانو له څرګندېدلو څخه يوه ورځ تر مځه او اووه ورځې وروسته له ناروغيېدلو څخه نور اشخاص په انفلونزا اخته کولای شي.

خپل خان او کورنی څنګه خوندي کولای شم؟

څرنگه چې هر کال د والگي د ډولونو د بدلون امکان شتون لري او واکسين له اوسنيو ډولونو سره سم بدلون کوي، نو د کلني واکسيناسيون توصيه کېږي. انفلونزا باندې د اخته کېدو احتمال د کچې راتپولو لپاره، واکسيناسيون بايد د هر کال په سپټمبر کې، يا د واکسين له راسېدو سره سم پيل شي او د انفلونزا فصل په اوږدو کې دوام وکړي. د انفلونزا واکسين تر لاسه کولو لپاره هېڅکله هم ناوخته نه دی.

ايا د انفلونزا واکسين د والگي لامل ګرځېدلای شي؟

د انفلونزا واکسين د والگي لامل نه ګرځي. انفلونزا ته د ورته نښه نښانو درلودل تل پدې معنی نه دی چې تاسو به په والگي اخته شوي ياست. نورې ناروغی هم شته چې پر پوزه، ستوني او سږو باندې بده اغېزه لري او انفلونزا ته ورته نښې نښانې رامنځته کوي.

ايا واکسينونه خوندي دي؟

په متحده ايالاتو کې واکسينونه خوندي او اغېزمن دي. واکسينونه جزئي جانبي عوارض لري، لکه د واکسين لګولو په ځای کې درد او يا خفيفه تبه. دغه جزئي نښې نښانې طبيعي دي او داسې بايد وانګېرل شي چې بدن معافيت رامنځ ته کوي. د اندېښنې وړ غبرګونه ډېر نادر دي. د يوه واکسين تر لاسه کونکي شخص بايد د هغه له ګټو او خطرونو څخه باخبره وي. که هر ډول پوښتنې يا اندېښنې لرئ، خپل د روغتيايي پاملرنې خدماتو وړاندې کونکي سره وګرېږئ.

څوک بايد واکسين شي؟

هر 6 مياشتنې ماشوم او تر هغه پورته څم لرونکي شخص بايد هر کال د انفلونزا واکسين تر لاسه کړي. د انفلونزا واکسين د لوړ خطر سره مخ وګړو او هغو کسانو لپاره چې د دغو خلکو پاملرنه کوي او يا ورسره ژوند کوي، خورا مهم دی. د روغتيايي پاملرنې کارکوونکي د ځان او خپلو ناروغانو د خونديتوب لپاره بايد هر کال د انفلونزا واکسين تر لاسه کړي.

د معافيت لورولو سوابق

د معافيت ازمايشتونه کېدای شي د ژوندانه په اوږدو کې اړين وي. د آیووا معافيتي معلوماتو د ثبت سيستم (Iowa's Immunization Registry Information System, IRIS) ته د واکسيناسيونونو ثبتولو په هکله خپل د روغتيايي پاملرنو خدماتو له وړاندې کونکي سره وګرېږئ او د خپلو سوابقو فوتوکاپي تر لاسه کړئ.