National Immunisation Program

A joint Australian, State and Territory Government Initiative

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫ਼ਲੂ) ਟੀਕਾਕਰਨ

ਖ਼ਪਤਕਾਰ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਬਾਰੇ

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫ਼ਲੂ) ਇੱਕ ਆਮ ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੁੱਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹਲਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਸਾਲ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੋਂ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਫ਼ਲੂ ਹਰ ਸਾਲ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਵੀ ਬਦਲਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਟੀਕਾ ਮਿਲੇਗਾ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਟੀਕਾ ਠੀਕ ਹੈ।

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕੇ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਰੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੈਟੈਕਸ (ਕੁਦਰਤੀ ਰਬੜ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ) ਰਹਿਤ ਹਨ। ਅੰਡੇ-ਆਧਾਰਿਤ ਅਤੇ ਸੈੱਲ-ਆਧਾਰਿਤ ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟੀਕੇ (5 ਤੋਂ 64 ਸਾਲ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ) ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NIP) ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

2 ਤੋਂ 17 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਫ਼ਲੂ ਦਾ ਸਪਰੇਅ-ਨੁਮਾ ਟੀਕਾ ਵੀ ਕੁੱਝ ਰਾਜ ਜਾਂ ਟੈਰੀਟਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਈ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰਿਕਾਰਡ ਹੈ।

ਟੀਕੇ ਦੇ ਆਮ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਹਲਕਾ ਦਰਦ, ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਸੋਜ਼ ਹੋਣੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਹ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁੱਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਗੰਭੀਰ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੀਕੇ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਿਤ ਫ਼ਲੂ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਲੂ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਫ਼ਲੂ ਦਾ ਸਪਰੇਅ-ਨੁਮਾ ਟੀਕਾ ਇੱਕ ਜੀਵਿਤ ਵਾਇਰਸ ਵਾਲਾ ਟੀਕਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕੁੱਝ ਖ਼ਾਸ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਅੰਡੇ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਨਾਫਾਇਲੈਕਸਿਸ ਵੀ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚੰਗਾ ਹੈ।

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਿਸਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫ਼ਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੁੱਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ

ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ NIP ਦੇ ਅਧੀਨ ਫ਼ਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

- 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ
- ਹਰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਲਈ ਅਤੇ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਲਈ
- 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ
- 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ
- ਕੁੱਝ ਖ਼ਾਸ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ।

ਕੁੱਝ ਰਾਜ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਵੀ ਮੁਫ਼ਤ ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਟੀਕੇ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾ ਖ਼ਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸਦੀ ਕੀਮਤ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ

5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਾਰਨ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚੇ ਵੀ ਫ਼ਲੂ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣਾ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮਿਤ ਬਚਪਨ ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਵਾਲੀ ਐਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਹੀ ਜਾਂ ਵੱਖਰੀ ਫੇਰੀ ਦੌਰਾਨ ਲਗਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ, ਜੇਕਰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੋਗ-ਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਤਰ ਨਾਲ 2 ਖ਼ੁਰਾਕਾਂ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੋਰ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ, ਅਤੇ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਦੌਰਾਨ ਇਸਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ, ਰੋਗ-ਰੋਧਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ, ਦਿਲ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਡੀਆਂ ਪਲੇਸੈਂਟਾ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁੱਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦਾ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾ ਆਪਣੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਗਵਾਇਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਜੂਦਾ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਵੱਲੋਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾ ਪਰਟੂਸਿਸ (ਕਾਲੀ ਖਾਂਸੀ), RSV ਅਤੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਨੱਕ ਵਾਲੇ ਸਪਰੇਅ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨਿਸ਼ਕ੍ਰਿਆ ਫ਼ਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ (ਸਧਾਰਨ ਟੀਕਾ) ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੁੱਝ ਖ਼ਾਸ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ

ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ:

- ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਮਾਰੀ
- ਰੋਗ-ਰੋਧਕ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ
- ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਬਿਮਾਰੀ
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮੈਟਾਬੋਲਿਕ (ਪਾਚਨ ਕਿਰਿਆ ਸੰਬੰਧੀ) ਬਿਮਾਰੀ
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਨਾੜੀ-ਤੰਤਰ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਮਾਰੀ
- 5 ਤੋਂ 10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਐਸਪਰੀਨ ਥੈਰੇਪੀ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕ

ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਦਾ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕ ਹਰ ਸਾਲ ਮੁਫ਼ਤ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ

65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਇਸ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗ਼ ਇੱਕ ਮੁਫ਼ਤ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੋਗ-ਰੋਧਕ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ, RSV ਟੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਿੰਗਲਜ਼ ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਹੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣਾ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾ ਕਦੋਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਹੈ?

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਮੌਸਮ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਮਾਰਚ ਜਾਂ ਅਪ੍ਰੈਲ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਵੀ ਟੀਕਾ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ, ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫ਼ੈਲਣ ਦਾ ਮੌਸਮ ਜੂਨ ਤੋਂ ਸਤੰਬਰ ਤੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਦੇ ਵੀ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਫ਼ਲੂ ਸਾਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਫ਼ੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਫ਼ਲੂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਾਲਾ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਇਸ ਸਾਲ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਲਗਵਾਇਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਵੀ ਨਵੇਂ ਮੌਸਮ ਦਾ ਟੀਕਾ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ’ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਿੱਥੋਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਹੈ

ਟੀਕਾਕਰਨ ਲਈ ਐਪੋਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬੁੱਕ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸਥਾਨਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਾਂ
- ਸਥਾਨਕ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਨ ਕਲੀਨਿਕ (ਕੁੱਝ ਰਾਜਾਂ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ)
- ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ
- ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਭਾਗ ਲੈ ਰਹੀਆਂ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਲ ਮੁਫ਼ਤ NIP ਟੀਕੇ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ:

- ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਉਹ ਕਦੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣਗੇ
- ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਐਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਕਦੋਂ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਕੀ ਮੁਫ਼ਤ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਕੋਈ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਫ਼ੀਸ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਫ਼ੀਸ ਹੈ।

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਰਜਿਸਟਰ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਲਈ ਇਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਇਨਫ਼ਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾਕਰਨਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਰਜਿਸਟਰ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡ ਸਹੀ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਰਹਿਣ।

ਅੱਜ ਹੀ health.gov.au/flu 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਫ਼ਲੂ ਟੀਕੇ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਰਾਜ ਅਤੇ ਟੈਰੀਟਰੀ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ:

ACT	02 5124 9800	SA	1300 232 272
NSW	1300 066 055	TAS	1800 671 738
NT	08 8922 8044	VIC	immunisation@health.vic.gov.au
WA	08 9321 1312	QLD	ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

Australian Government
Department of Health, Disability and Ageing

National Immunisation Program
A joint Australian, State and Territory Government Initiative