

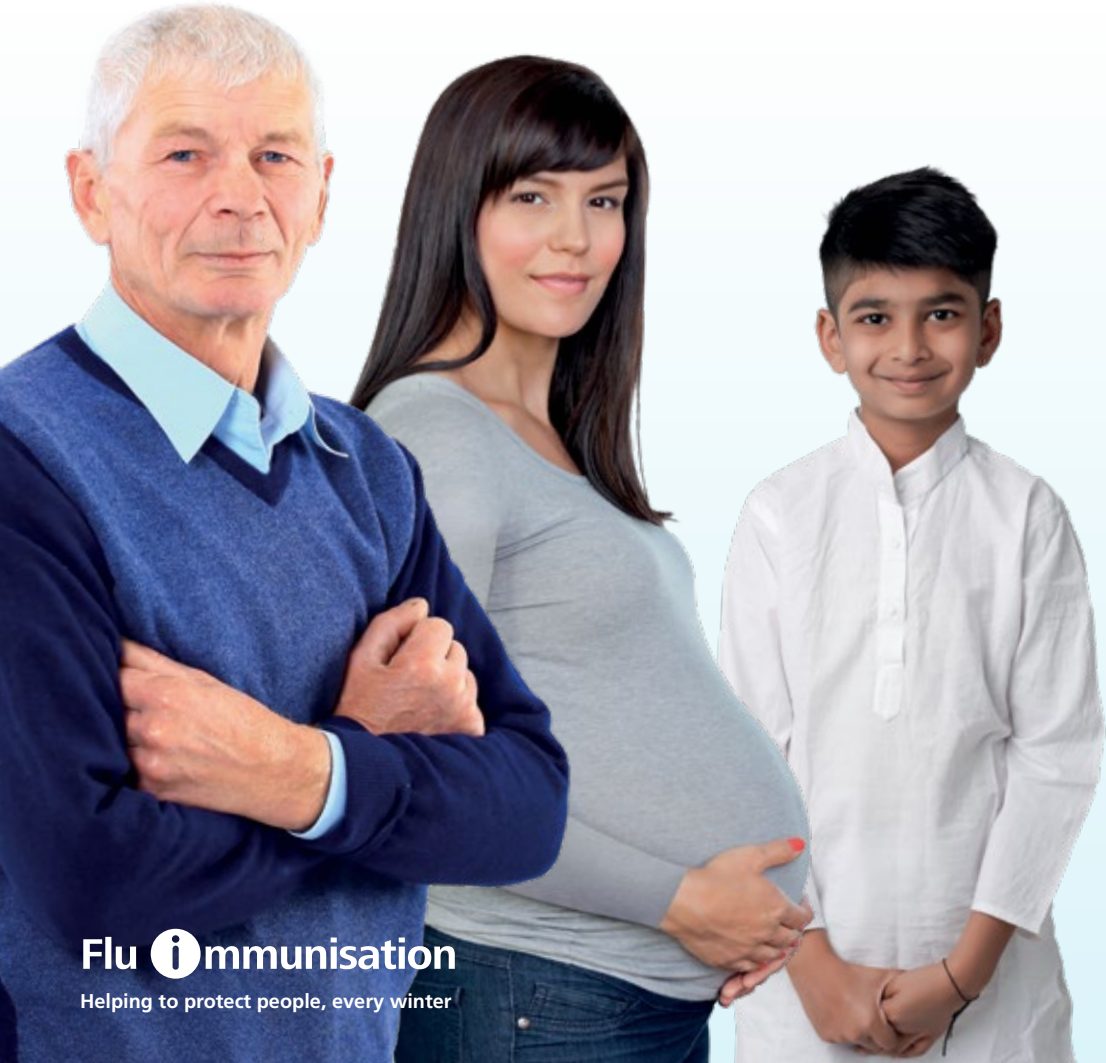
Ivend 2021-to ži ka 2022-to berš

NHS

E gripaki vaksina

Kon trubul te kerel la thaj soske

Andrethol informacija čhavage thaj khamne (phare) žuvljange



Flu **i**mmunisation

Helping to protect people, every winter

Kadava buletino phenel sar tu šaj dumodes (žutisares, pomožines) te garaves (protektis) tut thaj kire čhaven mamujal e gripa kadava avutno ivend, thaj soske si but importa (važno) kaj e manuša kon si ando majbaro risiko andar e gripa te keren peske bilovale vaksine sako berš.

So si e gripa? Naj voj sade (numa, feri, samo) ekh zoralo šilalipe?

E gripa phirel sako berš, principno ando ivend, kadaleske si soske voj khajekh devrija (droma) si akhardi sezonalni gripa. Voj si ekh but infekciozno nasvalipe kaske simptomura sikavdon pe but sigo.

Šilalimata si majcira (xanci, xari, zalaga, frima) seriozne thaj principno astaren cira maj cira ekhe stupume (blokime) aj žavne nakhesa thaj ekhe dukhavde (lole) korasa (gyrlosa). Ekh bilači kriza e gripatar šaj avel but maj bilači kozom (desode, dekeci, dekobor) ekh zolaro šilalipe.

Em e žangle simptomura e gripake si učhi jag, šilesko phagjaripe, šereski dukh, dukha ande e kokala thaj e muskulja, thaj zoralo čhindipe (khinlipe). Saste (zorale) manuša principno saston ande 2 thaj 7 givesa, ama khajekhenge (varesavenge) o nasvalipe šaj kerel len te resen ži ande e nasvalin (spita), ži ka permanentno bangipe (bišajpe) aj i ži ka meripe.



So anel e gripa?

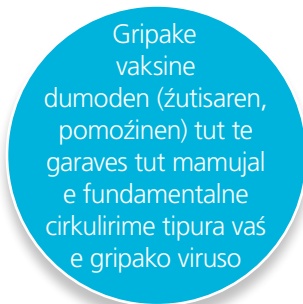
E gripa si andindi katar e influenza virusura save infektin e phurdimaske kanalo (traxeja) thaj e parne kalindžen (bukhen). Thaj soske voj si andindi katar e virusura thaj naj katar e bakterija, antibiotikura našti ka sastaren la. Ama, te si pharimata (difencilura) katar o gripako astaripe, atibiotikura šaj te te aven trubundine.

Sar tu astares e gripa?

Kana ekh infektirime manuś xasal aj čhikdel, von phiraven o gripako viruso ande cikne čhungareske thavdalina ando ekh buxlo than. Kadala thavdavlina šaj atoska (atundž) aven andrephurdine (airlinde) katar aver manuśa aj von šaj aven astarde kaj astardol pe e upralina kajte e thavdavlina pele upral.

Tu šaj preventis o phiravipe e virusosko kaj garaves kiro muj thaj nakh kana xasas aj čhikhdes, thaj tu trubul te thoves kire vasta regularno aj trubusares vastengo gelo te ciknjares kiro risiko te astares o viruso.

Ama em e lači čhan te našes katar o astaripe thaj o phiravipe e gripako si kaj keres tuke e vaksina majanglal te astarel e gripako sezono.



Sar ame garavas (protektis) mamujal e gripa?

E gripa si bižangli (ni žanes so ka anel). E vaksina del em o lači garavipe (protekcija) savo si mamujal ekh viruso savo šaj anel seriozno nasvalipe. Em e probailne virusura save ka anen e gripa si identificirime majanglal te astarel e gripako sezono thaj e vaksine si atoska kerde te malaven (arakhen) len sogodi maj pašal šaj. E vaksine si dinde ando o anglalivend principno majanglal e gripa te astarel te phirel.

Savo dukhavipe šaj e gripa kerel?

Manuśa khajekh devrja (droma) gindin (mišlinen) kaj ekh bilačo šilalipe si gripa, ama kadava te avel tut e gripa šaj butivar (but drom, devrja) avel but maj bilače kozom (dekobor, desode, dekeci) ekh šilalipe thaj tu šaj ka trubul te pašljös ando pato (than) khajekhe givesenge. Khajeh (varesave) manuśa si maj kovle karing e gripake palpaleavimata (efektura). Lenge, voj šaj barjarel o risiko te astaren maj seriozne nasvalimata sar o bronxito thaj e pneumonija, aj šaj kerel e sivne sastimaske problemura maj bilače. Ande em e bilače kazuśura, e gripa šaj resel ži ka o ingjaripe ande e nasvalin (spita), aj i ži ka meripe.

Sem me ando majbaro risiko andar e gripake palpaleavimata (efektura)?

E gripa šaj afektiril sakone ama te tut si tut ekh lungone vrjamako sastimasko problemo e palpaleavimata (efektura) šaj keren le maj bilačo i te o problemo si lače kontrolirime thaj tu principno seres tut lače. Tu trubul te keres tuke e bilovali gripapaki vaksina te tu san:

- khamni (phari)

aj si tut ekh lungone vrjamako sastimasko problemo sar o:

- ekh ilesko problemo
- roves tut kolinatar aj si tut phurdimaske (airolimaske) pharimata (dificulura), andrethode bronxito, emfizema aj khajekh (varesave) manuša astmasa
- ekh rinikosko (bubrjakosko) nasvalipe
- maj kovlo imuniteto andar o nasvalipe aj sastaravipe (primerno sar e stereoidne draba aj oftikako/kancerosko sastaravipe)
- kale kalindžesko (bukhesko) nasvalipe
- sas tut infarkto aj ekh tranzientno isximikani ataka (TIA)
- diabeto
- ekh neurologikano problemo, primerno butni skleroza (BS), cerebralno paraliza
- ekh sikimasko bišajpe
- ekh problemo kire splinasa, primerno sikilako khukinako nasvalipe, aj kiri splina sas inkalavdi
- san seriozno thulo (BMI vaš 40 thaj upral)

Kadaja problemonengi lista naj agorisardi (definitivno). Voj sakodrom si ekh problemo vaš o klinikano alosaripe. Kiro GP (doktoro) šaj kerel tuke evaluacija te lel ando gindo e gripako risiko savo šaj kerel maj bilačo sisavo nasvalipe savo tut šaj si tut, thaj i kiro risiko vaš seriozno nasvalipe katar e gripa peske.

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

Kon trubul te gindolel te kerel peske e gripaki vaksina?

Sa kadala kas si len sisavo problemo phendino pe rig 4, aj kon:

- si maškar e 65 berš thaj upral
- bešel ande ekh phurane manušengo aj nasvalengo kher
- si o principno samadavno (grizalo) ekhe phurane aj bišajde (bange) manušeske
- si ekh frontalno (centralno) sastimasko aj socialno samadimasko (grizako) bukjarno
- si khamni (phari) (dikh e averto sekcija)
- si čhave ande konkretne berša (dikh rig 7-8)

Kadala kon si maškar e 50 thaj 64 berš ka aven i von dinde e gripaki vaksina kadava berš.



E gripaki vaksina khamne (phare) žuvljange



Me sem khamni. Trubul man man e gripaki vaksina kadava berš?

Va. O khamnipe (pharipe) averil (pharuvel) sar o stato (telo) andarel e infekcije sar e gripa. E gripaki infekcija barjarel e šansura e khamne (phare) žuvljange thaj lenge bebenge te trubul len intenzivno samadipe (grizadipe).

Sa e khamne (phare) žuvlja trubul te keren peske e gripaki vaksina te garaven (protektin) pe thaj peske beben. E gripaki vaksina šaj avel dindi bidarako ande sisavo čhon e khamnimasko (pharimasko), katar o astaripe e khamnimasko thaj maj inkljal.

E khamne (phare) žuvljan si len avantažo (benefito, fajdava) katar e gripaki vaksina soske voj šaj:

- ciknarel o risiko katar seriozne sastimaske problemura sar e pneumonija, specialno ande e palune čhona e khamnimaske (pharimaske)
- ciknarel o risiko katar o spontanno aborto, o bebe te avel bijando mulo aj biphako
- dumodel (žutisarel, pomožinel) te garavel (protektil) peske bebe kon ka lungjavol te avel le khajekh (varesavo) imuniteto karing e gripa ande e avgutne (purvi) čhona leske trajoske (životoske)
- ciknjarel o šanso e dejako te phiravel infekcija karing lako nevo bebe

Me sem khamni (phari) thaj pakjav kaj man si man e gripa. So me trubul te kerav?

Te si tut e gripake simptomura tu trubul sigate te vakeres (des duma) kire doktorosa, soske te tut si tut e gripa si ekh angleramosardo (angleskirisardo, anglepišime) drab savo šaj dumodel (žutisarel, pomožinel) (aj ciknjarel o risiko katar e sastimaske problemura), ama vov trubul te avel lindo sogodi šaj maj sigo palal te sikavdon e simptomura.

Tu šaj les e gripaki vaksina katar kiro GP (doktoro), aj voj šaj avel dindi katar kiro drabdavno (aptekaro) aj bijanimaski asistenta (akušera).

So trubul mure čhave te keren? Trubul len len e vaksina?

Te tut si tut čhavo upral e 6 čhon kas si les ekh katar e sastimaske problemura save si ramosadrde (skirime, pišime) pe rig 4, lenge trubul te kerdol pe lenge e gripaki vaksina. Sa kadala čhave si maj kovle te zoraleste nasvavon te von astaren e gripa, thaj voj šaj keren lengo sivno sastimasko problemo maj bilačo. Vaker (de duma) kire GP-osa (doktorosa) kire čhaveske te šaj von kerel peske e gripaki vaksina majanglal te astarel e gripako sezono.

E gripaki vaksina ni kerel buki lače ande bebeta kon si telal e 6 čhon ta kadaleske voj ni trubul te kerdol pe lenge. Kadaleske si importa (važno) kaj e khamne (phare) žuvlja keren peske e vaksina – von ka traden khajekh (varesavo) imuniteto ande peske bebeta thaj kadava ka garavel (protiktil) len ande e anglune (purvi) čhona lenge trajoske (životoske).

Khajekhe (varesave) avere čhavage grupenge thaj terne ženenge i lenge ka avel lenge dindi e gripaki vaksina. Kadava kerdol pe te dumodel (žutisarel, pomožinel) pe te garevel (protektil) pe mamujal o nasvalipe thaj te dumodel pe te ciknjardol pe lesko phiravipe pe e duj aver čhave, andrethode lenge phrala aj phenja, thaj, čaćes, lenge bijanutne (dej thaj dad) thaj phurebijanutne (papu thaj mami). Kadava ka dumodel (žutisarel, pomožinel) tut te našes katar o trubupe te les tuke vrjama avrjal e buki andar e kauza e gripaki aj te dikhes kire čhaven gripasa.

E čhavage kaske ka avel dindi e vaksina kadava berš si:

- sa kon si 2-e thaj e 3-ne beršenge ži ando 31 augusto 2021-to berš
- sa e bazisne (primarne) školake beršale čhave
- sa e čhave kon si maškar o 7-to thaj 11-to klaso thaj kon si ande e maškarune (sekondarne) školake berša
- čhave kas si len sastimaske problemura save thon len ando majbaro risiko andar e gripa

E chavage maškar e 2 thaj 3 berš ka avel lenge dindi e vaksina ande lengi generalno (doktoroski) klinika principno katar ekh klinikaki medikani asistenta. E čhave ande šolake berša thaj e terne žene ka aven dinde e gripaki vaksina ande škola. Majbute čhavage, e vaksina ka avel dindi sar ekh sprejo ande sako ekh rutuj. Kadaja si ekh sigali thaj bidukhali procedura.

Majbute informacijake pe e čhave thaj e gripaki vaksina dikh e informacija pe o NHS uebsaito ka [nhs.uk/child-flu](https://www.nhs.uk/child-flu).

Savo tipo gripaki vakcina trubul te kerav mange?

Si khjaekh (varesave) gripake vaksinenge tipura. Tuke ka avel tuke dindi ekh savi si em efektivno tuke, dependime andar kire berša, andar e teleavutne (akadala):

- čhave maškar e berša 2 thaj 17 si dinde e žuvdi vakcina sar e nakhesko sprejo. E žuvde virusura sas kerde maj kovle te našti te den tut e gripa
- barežene maškar e berša 18 thaj 64 si lenge dindi e indžekcijaki vakcina. Voj si ekh biaktivirime vakcina savja naj la ande nisave žuvde virusura thaj našti del tut e gripa. Si verver (diferime) tipura save šaj lindon pe dipendime andar kadava sar von si kerde
- barežene maškar 65 berš thaj upral si lenge dindi ekh indžekcijaki vakcina. Voj si biaktivno vakcina savja naj la nisave žuvde virusura thaj našti del tut e gripa. Principno, tuke ka avel tuke dindo ekh savja si la andre ekh adjuvanto (ažutoro) savo dumodel (žutisarel, pomožinel) e imunake sistema te kerel ekh zoralo respunso (otgovoro) e vaksinake. Voj si dindi manušenge ande kadaja beršengi grupa soske sogodi e manuša phurjavon lengi imunaki sistema respondil majcira (xari, frima, xanci, zalaga) lače ka e vaksine

Te kiro čhavo si maškar e 6 čhon thaj 2 berš thaj si ande ekh uče-riskoski gripaki grupa, von ka aven dinde ekh indžekcijaki gripaki vakcina soske e nakhesko sprejo naj licenzirime te del pe čhavage telal e 2 berš. Khajekh (varesave) čhave upral e 2 berš kon si ande ekh uče- riskoski grupa i von ka trubul te keren peske ekh indžekcijaki vakcina te e nakheski sprejoski vakcina naj lači lenge.

Šaj e gripaki vakcina avel dindi mure čhaveske ande e ekhsavi vrjama avere vaksinenca?

Va. E gripaki vakcina šaj avel dindi ande e ekhsavi vrjama sar sa e rutinale ciknimaske vaksine. E vakcina šaj kerdol pe te kire čhaves si le ekh ciknoro nasvalipe sar o šilalipe ama šaj avel palpalime te kire čhaves si les nasvalipe savo anel leske učhi jag.

Si khajekh (varekon) kon našti kerel peske e vaksina?

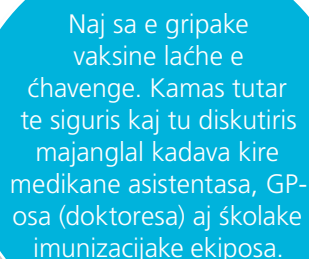
Pašal sakoekh šaj kerel peske e vaksina, ama tu ni trubul te keres tuke e vaksina te tut ekhvare sas tut seriozno alergija karing e vaksina, aj karing katar lake sisave andresimata (komponentura, ingredientura). Te tu san alergikano karing arne aj si tut problemo savo kovljarel kiri imunaki sistema, tu šaj te na aves šajdo te keres tuke konkretne tipura gripake vaksine – puš katar kiro GP (doktoro). Te tut si tut uči jag, e vaksina šaj kerdol pe tuke napalal kana tu san maj lače.

So ka kerdol pe mure čhavage?

E čhave šaj te na aven šajde te keren peske e nakheski vaksina te:

- von si momentno xyryme aj sas xyryme ande e palune 72 sata (časura), lenge trubul te avel lenge dindi ekh lači indžekcijaki gripaki vaksina te našen katar o palpalipe ando garavipe (protekcija)
- len trubulas len intensivno samadipe (grizalipe) andar
 - astma aj
 - arnengi alergija anafilaksis(Čhave ande kadala duj grupe si rekomendime te roden peske doktoresko godidipe thaj šaj ka trubul te kerdol pe lenge e nakheski vaksina ande e nasvalin/spita)
- len si len problemo, aj si len sastaravipe, savo seriozno kovljarel lengi imunikani sistema aj si len khajekh (varekon) ande lengo kher kas trubul le izolacija soske von si seriozno imunokikidine (imunospresime)
- von si alergikane karing sisave aver katar e vaksinake komponentura (andresimata, ingredientura)¹
- len si len ekh problemo saves trubul les sisalicilatesko sastaravipe

Važe (inke), čhave kon sas vaksinirime nakheske sprejosa trubul te našen katar o pašutno kontakto manušenca kas si len but seriozno kovljardine imunake sisteme turjal duje kurkenge katar e data kana sas von vaksinirime soske si ekh but cikno šanso kaj e vaksinako viruso šaj te avel phiravdo pe lende.



Naj sa e gripake vaksine lače e čhavage. Kamas tutar te siguris kaj tu diskutiris majanglal kadava kire medikane asistentasa, GP-osa (doktoresasa) aj školake imunizacijake ekiposa.

[1] Dikh o uebsaito ka www.medicines.org.uk/emc/product/3296/pil ašal ekh lista vaš e gripake andresimata (komponentura, ingredientura)

Si ande e nakheski vaksina želatino savo si inkalavdo katar e bale (balesko želatino/porcine gelatine)?

Va. E nakheski vaksina tholandre ekh but prakerdí želatinoski forma (balesko želatino/porcine gelatine), savi si trubusardi ando ekh diapazono vaš but importantne (važne) draba. O želatino dumodel (žutisarel, pomožinel) te inkjarel e vaksinake virusunen stabilne te šaj e vaksina del em o lačo garavipe (protekcija) mamujal e gripa.

E nakheski vaksina si dindi e čhvenge soske voj si maj efektivno ande e programa kozom (sode, keči, kobor) e indžekcijaki vaksina. Kadava si kerdo soske voj si maj lokeste te kerdol pe thaj si gindi te avel maj lači ando o čiknjaripe te phiravdindol pe e gripa pe aver, kon šaj aven maj kovrjardine (vulnerabilne) karing e gripake problemura.

Ama, te kiro čhavo si ando baro gripako risiko andar ekh aj maj but medikane problemura aj sastaravimata thaj našti kerdol pe leske e nakheski gripaki vaksina, lenge trubul te kerdol pe lenge e indžekcijaki vaksina.

Kadala kon našti len (priemin) o trubusaripe vaš e balesko želatino/porcine gelatine ande medikane produkte, ekh alternativno indžekcijaki vaksina si šajdi kadava berš. Tu trubul te diskutiris kire opcije kire medikane asistentasa aj doktorosa.

Ka aven man khajekh (varesave) rigale efektura?

Rigale efektura andar e nakheski vaksina šaj principno thonandre žavno aj stupume (blokime) nakh, šereski dukh, khinsipe thaj cira (xari, zalaga, frima, xanci) apetiesko xasaripe. Kadalenge kaske si kerdi e indžekcijaki vaksina šaj aven len dukhavdo vast ando o than kajte sas kerdi e indžekcija, xarni gradusoski jag thaj dukhale muskulja ekhe giveseske aj dujenge palal te kerdol pe vaksina. Seriozne rigale efektura naj normalne te sikavdon pe andar e duj vaksinene.

Ka garavel (protektil) man sasteste (totalno) e gripaki vaksina?

Soske e gripako viruso šaj averil (pharuvel) pe berš beršestar sakodrom si ekh risiko e vaksina te na arakhel (malavel) pe e cirkulime virusosa. Ande e palune 10 berš e vaksina principno sas ekh lači arakhin ašal e cirkulime štampe.

Kozom vrjama ka avav me garavdo (protektime)?

E vaksina trubul te del tut garavipe (protekcija) ando sasto akanutno gripako sezono.

So me trubul te kerav akana?

Te tu san kotor andar ekh katar e grupe kaj si phendine ande kadava buletino, importa (važno) si te keres tuke kiri gripaki vaksina.

Vaker (de duma) kire GP-osa (doktorosa) aj medikane asistentasa, aj alternativno kire lokalne drabdavnesa (aptekaresa), te keres tuke vaksinako časo (programa) thaj te les em o lačo šajdo garavipe (protekcija). E khamne (phare) žuvljange, e vaksina šaj avel dindi i ande e khamne žuvljange klinike. E gripaki vaksina si bilovali. Gadaleske ker tuke časo (programa) te keres tuke e vaksina.

Organizacije save kamen te garaven peske bukjarnen mamujal e gripa (sade/numa te na aven ando risiko) ka trubul te dikhen e vaksine te aven dinde ande lenge bukjarnenge sastimaske centrura. Kadala vaksine našti len pe katar o NHS thaj ka trubul te aven pokinde katar o bukidavno.

Te tu san frontalno (centralno) sastimasko aj socialno bukjarno, arakh save organizacije sas kerde ande kiro bukjako than te den pe e gripake vaksine. Importa (važno) si tu te aves garavdo (protektime).



Skulto (sumarno, cikni) informacija vaš kadala kon si **rekomendime** te keren peske **e gripaki vaksina**

- sakoekh kon si 65-e beršengo thaj upral
- sakoekh telal 65 berš kas si les medikano problemo savo si phendino pe rig 4, andrethodo čhave thaj bebeta upral e 6 čhon
- sa e khamne (phare) žuvlja, ande sako ekh čhon katar o khamnipe
- sa e čhave kon si 2 thaj 3 beršenge (sade kana von si 2-e thaj 3-e beršenge ži ando 31-to augusto ando o akanutno gripako sezono)
- sa e čhave ande anglune (primarne) školjake berša
- sa e čhave kon si ando maškar o 7-to thaj o 11-to klasura vaš e maškaruni (sekondarno) škola
- sakoekh kon bešel ande bešlinengo aj phurane manušengo kher
- sakoekh kon lel sama (griža) ekhe phurane aj bišajde (bange) manušeske
- sa e frontalne (centralne) sastimaske thaj socialne samadimaske (grižake) bukjarne

Kadala kon si maškar 50 thaj 64 berš i lenge ka avel lenge dindi e vaksina kadava berš.

Ašal godidipe thaj informacija vaš e gripaki vaksina, vaker (de duma) kire GP-sa (doktorosa), medikane asistentasa, drabdavnesa (aptekarosa) aj školake imunizacijake ekiposa.

Si em mišto te keres tuke e gripaki vaksina ando o anglalivend aj ando o avinalo ivend majanglal sisavi gripaki epidemija. Na bistar kaj tut trubul tut e vaksina sako ekh berš, gadaleske na gindi kaj tu san garavdo (protektime) soske tu kerdan tuke ekh vaksina o paluno berš.

Te dikhes te tu san kvalificirime ža ka
[nhs.uk/flujab](https://www.nhs.uk/flujab)

