Public Health England

NHS

আপনার সন্তানকে ফ্লু থেকে সুরক্ষিত রাখা

ইংল্যান্ডে ফ্লু-এর টিকাদান

মা-বাবা এবং কেয়ারারদের জন্য তথ্য

HELP US HELP YOU
PROTECT AGAINST FLU

Flu immunisation
Helping to protect children, every winter

5 আপনার সন্তানকে টিকা দেওয়ার কারণ

1. **আপনার সন্তানকে সুরক্ষিত রাখুন**
   টিকাটি আপনার সন্তানকে ফ্লু এবং ব্রঙ্কাইটিস এবং নিউমোনিয়ার মতন মারাত্মক সমস্যা থেকে সুরক্ষিত রাখতে সহায়তা করবে

2. **নিজেকে, আপনার পরিবারকে এবং বন্ধুদের সুরক্ষিত রাখুন**
   আপনার সন্তানকে টিকা দেওয়া আপনাকে আপনার বেশি দুর্বল বন্ধু এবং পরিবারকে সুরক্ষিত রাখতে সহায়তা করবে।

3. **কোন ইনজেকশনের প্রয়োজন নেই**
   নেজাল স্প্রে সম্পূর্ণভাবে ব্যথাহীন এবং তা গ্রহণ করা সহজ

4. **ফ্লু হওয়া থেকে এটা গ্রহণ করা অনেক ভালো।**
   নেজাল স্প্রে, ফ্লু থেকে সুরক্ষিত থাকতে সহায়তা করে, এবং বিশ্বব্যাপী এটা লক্ষ-লক্ষ শিশুদেরকে দেওয়া হয়েছে এবং এটার উত্তম নিরাপত্তা রেকর্ড রয়েছে।

5. **খরচ থেকে বাঁচুন।**
   যদি আপনার সন্তান ফ্লু-তে আক্রান্ত হয় তাহলে আপনাকে হয়তো কাজ থেকে ছুটি নিতে হবে বা সন্তানের দেখাশোনা করার জন্য বিকল্প ব্যবস্থা করতে হবে

প্রত্যেক বছরে যে সকল শিশুদেরকে বিনামূল্যে ফ্লু-এর টিকা দেওয়া হয়ে থাকে:

- সকল দুই এবং তিন বছর বয়সী শিশু (যারা সম্প্রতি ফ্লু মৌসুমের 31 অগাস্টে দুই বা তিন বছর বয়সী হবে)
- সকল প্রাইমারি স্কুল-বয়সী শিশুরা
- ইয়ার 7 এর সকল সেকেন্ডারি স্কুল-বয়সী শিশুরা

এবং:

- শারীরিক সমস্যা রয়েছে এমন শিশুরা যা তাদেরকে ফ্লুয়ের কারণে মারাত্মক ঝুঁকিতে ফেলে
- এমন শিশু যারা এনএইচএস শিল্ডেড পেশেন্ট লিস্ট এ থাকা কারও সাথে বসবাস করে

যে সকল শিশুকে যোগ্য বলে গণ্য করা হয় তার বিষয়ে আরও তথ্য নিম্নলিখিত লিঙ্কে লভ্য রয়েছে:
www.nhs.uk/child-flu

আমার সন্তানের ফ্লুয়ের টিকা কেন নেওয়া উচিত?

শিশুদের জন্য ফ্লু একটি খুব অপ্রীতিকর রোগ হতে পারে যার কারণে জ্বর, বন্ধ নাক, শুকনো কাশি, গলা ব্যথা, পেশী এবং জয়েন্টগুলোতে ব্যথা হওয়া এবং চরম ক্লান্তি হতে পারে। এটি বেশ কয়েক দিন বা তার চেয়ে বেশি সময় ধরে চলতে পারে।

কিছু বাচ্চার খুব বেশি জ্বর হতে পারে, কখনও-কখনও ফ্লুয়ের সাধারণ উপসর্গ ছাড়াই এবং তাদেরকে চিকিৎসার জন্য হাসপাতালে যেতে হতে পারে। ফ্লুয়ের মারাত্মক জটিলতার মধ্যে রয়েছে বেদনাদায়ক কানের সংক্রমণ, তীব্র ব্রঙ্কাইটিস এবং নিউমোনিয়া।

টিকার কী-কী সুবিধা রয়েছে?

টিকা নেওয়া আপনার শিশুকে এমন কিছু থেকে সুরক্ষা পেতে সহায়তা করবে যা বাচ্চাদের জন্য একটি খুব বাজে অসুস্থতা হতে পারে। পাঁচ বছরের কম বয়সী শিশুদের ফ্লুয়ের কারণে হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার হার সবচেয়ে বেশি।

এটি আপনার শিশু থেকে আপনার পরিবারের এমন সকল অন্যান্য সদস্যদের মাঝে ফ্লু ছড়িয়ে পড়ার ঝুঁকিকে হ্রাস করবে, যারা হয়তো ফ্লু-এর বর্ধিত ঝুঁকিতে রয়েছেন, যেমন দাদা-দাদী/নানা-নানী বা যারা কোনো দীর্ঘ মেয়াদী স্বাস্থ্য সমস্যায় আক্রান্ত রয়েছেন।

এই বছর, ফ্লু থেকে তাদের সুরক্ষা দিতে সাহায্য করা বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ, কারণ যদি কোভিড-19 এখনও ছড়িয়ে পড়তে থাকে সেই ক্ষেত্রে ফ্লুয়ের ঝুঁকিতে থাকা লোকদের কোভিড-19 এর জটিলতায় আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকিও থাকে।

আপনি অসুস্থ হওয়ায় বা আপনার অসুস্থ সন্তানের দেখাশোনা করার প্রয়োজনের কারণে এটি আপনাকে কাজ বা অন্যান্য ক্রিয়াকলাপ থেকে ছুটি নেওয়া এড়াতে সহায়তা করতে পারে।

এই টিকাটি কতটা কার্যকর?

ফ্লুয়ের টিকা এই অপ্রত্যাশিত ভাইরাসের বিরুদ্ধে আমাদের জন্য সবচেয়ে সেরা সুরক্ষা। ছড়িয়ে পড়া বিদ্যমান ফ্লু-এর ধরন এবং টিকায় যে ধরনের ভাইরাস রয়েছে, উভয়ের মধ্যে কতটা ভালো মিল হয় তার উপর নির্ভর করে এক বছর থেকে আর এক বছরে টিকার কার্যকারিতা ভিন্ন হবে। ইউকে-তে শিশুদেরকে প্রদান করা টিকাটি সাধারণত শুরু হওয়ার সময় থেকে সম্প্রতি ফ্লু-এর বিরুদ্ধে ভালো সুরক্ষা প্রদান করে আসছে।

এত শিশুদেরকে কেন টিকা প্রদান করা হচ্ছে?

টিকা গ্রহণ করেছে এমন সকল শিশুদের সুরক্ষিত রাখতে সাহায্য করার পাশাপাশি এটা সংক্রমণকে ছড়িয়ে পড়তে দেয় না এবং এইভাবে এটা অন্যান্য পরিবারের সদস্যদের এবং বন্ধুদের ও সুরক্ষিত থাকতে সাহায্য করে।

আপনার সন্তানকে ফ্লু থেকে সুরক্ষিত রাখা – মা-বাবা এবং কেয়ারারদের জন্য তথ্য

এনএইচএস শিল্ডেড পেশেন্ট লিস্টে যারা রয়েছেন তাদের সাথে বসবাস করা শিশুদের কেন এই বছর ফ্লুয়ের টিকা দেওয়া হচ্ছে?

যারা কোভিড-19 এ আক্রান্ত হওয়ার জন্য সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে রয়েছেন তাদের আমরা এই শীতে ভাল রাখতে চাই আর আমরা চাই না যে তাদের ফ্লু হোক। যাদের অন্তর্নিহিত স্বাস্থ্য সংক্রান্ত সমস্যা রয়েছে তাদের পরিবারের সদস্যদের কাছ থেকে ফ্লু হওয়ার সম্ভাবনাকে হ্রাস করার জন্য আমরা তাদেরকে ফ্লুয়ের টিকা দেব। এটি শিশুদের অন্তর্ভুক্ত করে।

আপনার সন্তান যদি এনএইচএস শিল্ডেড পেশেন্ট লিস্টে থাকা কারও সাথে বসবাস করে, বা আপনি যদি মনে করেন যে শীতকালের বেশিরভাগ দিন আপনার সন্তান তাদের সাথে আবাসন শেয়ার করবে, যা ঘনিষ্ঠ যোগাযোগকে অনিবার্য করে তুলবে, সেক্ষেত্রে তাদের টিকা দেওয়া উচিত। যদি তারা স্কুলে দেওয়া হবে এমন কোনো গ্রুপে না থাকে, সেই ক্ষেত্রে আপনার জিপি সার্জারিকে জিজ্ঞেস করা উচিত।

যদি পরিবারের সেই সদস্যটি রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা খুব মারাত্মকভাবে দুর্বল হয়ে গেছে এমন কেউ হন, সেই ক্ষেত্রে জিপি প্র্যাকটিস নেজাল স্প্রে না দিয়ে ইনজেকশন দিতে পারেন।

আমার সন্তান গত বছরে ফ্লু-এর টিকা গ্রহণ করেছিল। এই বছর তাদের কি আরও একটি নেবার দরকার আছে?

হ্যাঁ; ফ্লু-এর ভাইরাস প্রত্যেক বছরে পরিবর্তিত হয় সুতরাং টিকাকে হালনাগাদ করা যেতে পারে। এই কারণে, আমরা সুপারিশ করি যে আপনার সন্তানকে এই বছর আবারও ফ্লুয়ের বিরুদ্ধে টিকা দেওয়া হোক, এমনকি গত বছর টিকা দেওয়া হলেও।

আমার সন্তানকে তার টিকা কে দেবে?

দুই বা তিন বছর বয়সী শিশুদেরকে তাদের জেনারেল প্র্যাকটিসে সাধারণত তাদের প্র্যাকটিস নার্স* দ্বারা টিকা দেওয়া হবে।

স্কুলে-যাওয়ার-বয়স হয়েছে এরকম প্রায় সকল শিশুকে স্কুলে টিকা দেওয়া হবে।

যে শিশুরা বাসায় থেকে পড়াশুনা করে তাদের টিকা দেওয়া হবে, তবে ধরে নেওয়া হয় যে তারা উপযুক্ত বয়সীদের গ্রুপে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে। মাতা-পিতারা তাদের লোকাল এনএইচএস ইংল্যান্ড পাবলিক হেলথ কমিশনিং টিমের কাছ থেকে ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে তথ্য পেতে পারেন। বিশদ বিবরণ যেখানে পাওয়া যাবে: www.england.nhs.uk/about/regional-area-teams.

টিকা কিভাবে দেওয়া হবে?

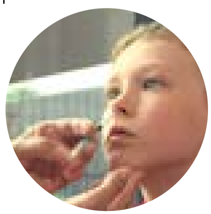
বেশিরভাগ শিশুদেরকে এটা একটি নেজাল স্প্রে রূপে দেওয়া হবে।

টিকার কারণে কি ফ্লু হতে পারে?

না, টিকার কারণে ফ্লু হতে পারে না কারণ এটি হওয়া প্রতিরোধ করতে ভাইরাসগুলোকে দুর্বল করা হয়েছে।

তাহলে নেজাল স্প্রে কিভাবে কাজ করে?

নেজাল স্প্রেতে এমন ভাইরাস রয়েছে যেটাকে দুর্বল করা হয়েছে যাতে সেটা ফ্লু হতে দেয় না কিন্তু সেটা আপনার সন্তানের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা গড়ে তুলতে সহায়তা করবে। আপনার সন্তান যখন এই ফ্লু ভাইরাসগুলোর সংস্পর্শে আসে , তখন এটি রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াই করতে সহায়তা করে। টিকাকে খুবই দ্রুত নাকে শুষে নেওয়া হয়, সুতরাং স্প্রে নেওয়ার ঠিক পরে যদি আপনার সন্তান হাঁচিও দেয়, তাহলেও একথা নিয়ে চিন্তা করার কোন প্রয়োজন নেই যে টিকা কাজ করেনি।



এই টিকার কি কোন পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া রয়েছে?

শিশুদের হয়ত নাক দিয়ে সর্দি ঝরতে পারে বা নাক বন্ধ হতে পারে, মাথা ব্যথা করতে পারে, সাধারণ শ্রান্তি হতে পারে এবং খানিকটা ক্ষুধা কম হতে পারে। যদিও, এই পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো ফ্লু হওয়া বা ফ্লু-এর সাথে জড়িত সমস্যাগুলোয় আক্রান্ত হওয়া থেকে অনেক কম মারাত্মক। মারাত্মক পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া খুবই বিরল।

যদি আমার সন্তানের কোন স্বাস্থ্য সমস্যা থাকে তাহলে কী হবে?

কিছু নির্দিষ্ট স্বাস্থ্য সমস্যায় আক্রান্ত শিশুদের ক্ষেত্রে, সমস্যাটি ভালোভাবে সামলানো সত্ত্বেও তাদের ফ্লু হলে মারাত্মক সমস্যা দেখা দেওয়ার বেশি ঝুঁকি রয়েছে। এই শিশুদের জন্য টিকা গ্রহণ করা বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ।

এই সমস্যাগুলোর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- মারাত্মক শ্বাসকষ্ট, উদাহরণস্বরূপ, মারাত্মক হাঁপানি যার জন্য নিয়মিতভাবে শ্বাসগ্রহণের মাধ্যমে বা মুখ দিয়ে স্টেরয়েড নিতে হয়
- মারাত্মক হৃদপিণ্ডের সমস্যা
- মারাত্মক কিডনি (বৃক্ক) বা লিভারের (যকৃতের) রোগ
- ডায়াবেটিস
- লার্নিং ডিজেবিলিটি (শেখার অক্ষমতা)
- রোগ বা চিকিৎসার কারণে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা হ্রাস এবং দুর্বল হওয়া, উদাহরণস্বরূপ, ক্যান্সারের জন্য কেমোথেরাপি বা রেডিওথেরাপি চিকিৎসা বা দীর্ঘ মেয়াদী স্টেরয়েডের ব্যবহার করা
- প্লীহা সংক্রান্ত সমস্যা, হয় প্লীহা সরানোর কারণে (অ্যাসপ্লেনিয়া) বা প্লীহা হয়তো ঠিকভাবে কাজ করে না, উদাহরণস্বরূপ, সিকল সেল বা সীলিঅ্যাক রোগের কারণে
- আপনার জিপিও আপনার সন্তানকে টিকা দেওয়ার পরামর্শ দিতে পারেন যদি তাদের এমন একটি শারীরিক সমস্যা থাকে যা স্নায়ুতন্ত্রকে প্রভাবিত করে যেমন সেরিব্রাল প্যালসি।

* আপনার সন্তানকে উপযুক্ত বলে গণ্য করা হবে যদি বর্তমান ফ্লুয়ের মৌসুমের 31 অগাস্টে তারা দুই বা তিন বছর বয়সী হয়

এই শিশুদের ছয় মাস বয়স থেকে শুরু করে প্রতি বছরে ফ্লু-এর টিকা গ্রহণ করা উচিত। বেশিরভাগ শিশু নেজাল স্প্রে টিকা গ্রহণ করবে কিন্তু দুই বছরের চেয়ে কম বয়সী শিশুদেরকে এটা দেওয়া উচিত নয়।

এই শিশুরা এবং যারা শারীরিক সমস্যার কারণে নেজাল স্প্রে নেওয়ার জন্য উপযুক্ত নয়, তাদেরকে ইনজেকশনের মাধ্যমে ফ্লুয়ের টিকা দেওয়া হবে।

যদি আপনার সন্তানের পৃষ্ঠা 7 এ তালিকাভুক্ত কোনো স্বাস্থ্যজনিত সমস্যা থাকে কিন্তু স্কুল থেকে টিকা দেওয়ার কথা বলা না হয়, তবে অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করার জন্য আপনার জিপি সার্জারির সাথে যোগাযোগ করাটা জরুরী।

আপনার সন্তানকে ফ্লুয়ের টিকা দেওয়ার দরকার রয়েছে কিনা সেই ব্যাপারে আপনি যদি নিশ্চিত না হন অথবা আপনার যদি আরও পরামর্শের প্রয়োজন হয়, সেই ক্ষেত্রে আপনার প্র্যাকটিস নার্স, জিপি বা হেলথ ভিজিটরের সাথে কথা বলুন।

টিকা কবে দেওয়া হবে?

দুই এবং তিন বছরের শিশুদের জন্য, শীতের আগে আপনার জিপি সার্জারিতে আপনার সন্তানের এটির জন্য নিমন্ত্রণ পাওয়া উচিত। যদি নভেম্বর মাসের গোড়ার দিক পর্যন্ত আপনি আপনার জিপি থেকে কোনো খবর না পান তাহলে অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করার জন্য সরাসরি তাদের সঙ্গে যোগাযোগ করুন।

প্রাইমারি স্কুল-বয়সী শিশু এবং সেকেন্ডারি স্কুলের ইয়ার 7 এ যারা রয়েছে তাদের জন্য অটাম টার্মে স্কুলে একটি টিকা সেশন অনুষ্ঠিত হবে। আপনার লোকাল হেলথকেয়ার টিম স্কুলের মাধ্যমে আপনার সঙ্গে যোগাযোগ করবে।

আপনার সন্তান যদি কোনো উপযুক্ত গ্রুপে থাকে যাদেরকে স্কুল থেকে ভ্যাকসিন দেওয়ার কথা বলা হয় কিন্তু তাদের যদি এমন কোনো স্বাস্থ্যগত সমস্যা থেকে থাকে যা তাদেরকে ফ্লুয়ের কারণে বর্ধিত ঝুঁকিতে ফেলে (পৃষ্ঠা 7 দেখুন), সেই ক্ষেত্রে আপনি আপনার সন্তানের জিপি সার্জারিকে টিকা দেওয়ার জন্য বলতে পারেন যদি আপনি স্কুলের টিকা দেওয়ার সেশন পর্যন্ত অপেক্ষা করতে না চান অথবা আপনি এটিই পছন্দ করেন।

আপনার সন্তানকে ফ্লু থেকে সুরক্ষিত রাখা – মা-বাবা এবং কেয়ারারদের জন্য তথ্য

এমন কি কোন শিশু রয়েছে যাদের নেজাল টিকা নেওয়া উচিত নয়?

যেহেতু আগে থেকে বিদ্যমান মেডিকেল সমস্যায় আক্রান্ত শিশুদের মধ্যে ফ্লু-এর সমস্যায় আক্রান্ত হওয়ার বেশি প্রবণতা থাকে সেহেতু তাদের টিকা গ্রহণ করা বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ। শিশুরা হয়তো নেজাল টিকা গ্রহণ করতে পারবে না যদি তারা:

- সম্প্রতি সাঁসাঁ করে নিঃশ্বাস ফেলে বা গত 72 ঘণ্টায় সাঁসাঁ করে নিঃশ্বাস ফেলেছিল, (তাদের সুরক্ষা বিলম্বিত না করার জন্য ইনজেকশনের মাধ্যমে উপযুক্ত টিকা প্রদান করা উচিত)
- ইনটেনসিভ কেয়ারের প্রয়োজন হয়েছে কেননা তাদের
  - হাঁপানি আছে বা
  - ডিমের প্রতি অ্যালার্জিক অ্যানাফিল্যাক্সিস আছে

  (এই দুটি গ্রুপে রয়েছে এমন সকল শিশুদের জন্য তাদের বিশেষজ্ঞ থেকে পরামর্শ নেওয়ার কথা সুপারিশ করা হয় এবং তাদের হয়তো হাসপাতালে নেজাল টিকা নিতে হতে পারে)
- এমন কোন রোগ আছে, বা এমন চিকিৎসায় রয়েছে যেটা তাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে মারাত্মক ভাবে দুর্বল করে দিয়েছে বা তাদের পরিবারে এমন কোন ব্যক্তি রয়েছে যাদের রোগ প্রতিরোধক ব্যবস্থাপনা মারাত্মকভাবে দুর্বল হওয়ার কারণে সম্পূর্ণভাবে আলাদা থাকার প্রয়োজন রয়েছে
- টিকার যে কোন অন্য উপাদানের প্রতি অ্যালার্জি রয়েছে*

* ভ্যাকসিনের উপাদানগুলোর তালিকার জন্য www.medicines.org.uk/emc/product/3296/pil ওয়েবসাইটটি দেখুন

তবে যদি, এক বা একাধিক মেডিকেল সমস্যা বা চিকিৎসার কারণে আপনার সন্তানের ফ্লু থেকে বর্ধিত ঝুঁকি থাকে এবং সে নেজাল ফ্লু টিকা নিতে না পারে তাহলে তাদের ইনজেকশনের মাধ্যমে ফ্লুয়ের টিকা গ্রহণ করা উচিত।

আপনার সন্তানের ইনজেকশনের মাধ্যমে টিকা গ্রহণ করা উচিত না নেজাল টিকা গ্রহণ করা উচিত তা নিয়ে যদি আপনি অনিশ্চিত হন তাহলে অনুগ্রহ করে স্কুলের টিকাদান দল বা আপনার সার্জারিতে নার্স বা জিপি'র সাথে সে কথা নিশ্চিত করে নিন।

যে সকল শিশুদেরকে নেজাল স্প্রে দিয়ে টিকা প্রদান করা হয়েছে তাদেরকে টিকাদানের পর প্রায় দুই সপ্তাহ পর্যন্ত এমন কোন লোকের সংস্পর্শে আসা উচিত নয় যাদের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা মারাত্মকভাবে দুর্বল।

আমার সন্তানকে কি অন্যান্য টিকার সঙ্গে একই সময় ফ্লুয়ের টিকাও দেওয়া যাবে?

হ্যাঁ। শৈশবের সকল রুটিন টিকাদানের সঙ্গে একই সময় ফ্লুয়ের টিকা ও দেওয়া যেতে পারে। যদি আপনার সন্তানের জ্বর হয় তাহলে টিকাদান বিলম্বিত করা যেতে পারে। এছাড়া, যদি আপনার সন্তানের নাক ভীষণভাবে বন্ধ থাকে বা সর্দি ঝরে, তাহলে কিন্তু এটি টিকা তাদের সিস্টেমে প্রবেশ করা বন্ধ করে দিতে পারে। এই ক্ষেত্রে, তাদের ফ্লুয়ের টিকাদানকে তাদের নাকের উপসর্গগুলো না সেরে ওঠা পর্যন্ত বিলম্বিত করা যেতে পারে।

নেজাল টিকায় কি শূকর থেকে প্রাপ্ত জিলেটিন রয়েছে (পোরসাইন জিলেটিন)?

হ্যাঁ। নেজাল টিকায় একটি অত্যন্ত প্রক্রিয়াজাত ধরনের জিলেটিন রয়েছে (পোরসাইন জিলেটিন), যেটা নানান ধরনের অত্যাবশ্যক ওষুধে ব্যবহৃত হয়। জিলেটিন টিকার ভাইরাসগুলোকে স্থিতিশীল রাখতে সহায়তা করে যাতে টিকাটি ফ্লু থেকে সেরা সুরক্ষা প্রদান করতে পারে।

এই প্রোগ্রামে শিশুদের নেজাল টিকা দেওয়া হয় কারণ এটি ইনজেকশনের মাধ্যমে দেওয়া টিকার চেয়ে আরও কার্যকর। এর কারণ এটি প্রয়োগ করা সহজ এবং বিবেচনা করা হয় যে অন্যদের মধ্যে ফ্লুয়ের বিস্তার আরও ভালভাবে হ্রাস করে, যারা ফ্লুয়ের জটিলতার জন্য আরও বেশি ঝুঁকিতে থাকতে পারে।

তবে, যদি এক বা একাধিক শারীরিক সমস্যা বা চিকিৎসার কারণে আপনার সন্তান ফ্লুয়ের উচ্চতর ঝুঁকিতে থাকে এবং নেজাল ফ্লু টিকা নিতে না পারে তাহলে তাদের ইনজেকশনের মাধ্যমে ফ্লুয়ের টিকা গ্রহণ করা উচিত।

কিছু লোক মেডিকেল পণ্যে পোরসাইন জেলিটিন ব্যবহারে সম্মত নাও হতে পারেন। আপনার বিকল্পগুলো নিয়ে আপনার নার্স বা ডাক্তারের সাথে আলোচনা করা উচিত।

আমি কোথায় আরও বেশি তথ্য পেতে পারি?

আরো তথ্যের জন্য www.nhs.uk/child-flu দেখুন। আপনার যদি আরও প্রশ্ন থাকে তবে আপনার জিপি, প্র্যাকটিস নার্স বা আপনার সন্তানের স্কুল নার্স বা আপনার হেলথ ভিজিটরের সাথে কথা বলুন।

www.nhs.uk/child-flu

© Crown copyright 2020
2902552C1 4.5M 1P JULY 2020 (APS)
First published June 2015