

ديسمبر ٢٠٢١ م

عزيزي ولي الأمر / الوصي / الشاب،

الموضوع: برنامج تطعيم الأطفال ضد الإنفلونزا ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م

جميع الطلاب في الصف ١١ مؤهلون للحصول على لقاح الإنفلونزا الذي يتم إعطاؤهم في المدرسة. يتم إرسال المعلومات من خلال النظام الإلكتروني للمدرسة. اللقاح المقدم لمعظم الشباب عبارة عن بخاخ للأنف (Fluenz Tetra) - رذاذ خفيف يتم رشه في الأنف (بدون إبرة). إذا فوت ابنك المراهق جلسة التطعيم ضد الإنفلونزا في المدرسة، فيرجى الاتصال بفريق التمريض بالمدرسة على: ٠٧٩٦٩ ٧٣٢٧٩٠ / ٠٧٩٧٦ ٧٢٩٣٠٧ / ٠٦٥١٧٨ / ٠٧٨١٤ لترتيب موعد.

نحن نشجع ابنك المراهق على الحصول على لقاح الإنفلونزا، لأن التطعيم سيساعد في منع إصابته بفيروس الإنفلونزا ونشره. لن يحمي لقاح الإنفلونزا الشباب فحسب، بل يحمي أيضاً الأشخاص المحيطين بهم، بمن فيهم أولئك المعرضون لخطر متزايد من المضاعفات نتيجة الإصابة بالإنفلونزا مثل الأقارب المسنين والأشخاص الذين يعانون من ظروف صحية والنساء الحوامل.

لقاح الأنفلونزا بخاخ الأنف هو أفضل حماية ضد الإنفلونزا للأطفال / الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين عامين وما فوق. إذا كان ابنك المراهق مؤهلاً للحصول على لقاح الإنفلونزا، ولكنك تفضل أن يحصل ابنك المراهق على اللقاح القابل للحقن بدلاً من بخاخ الأنف*، سوف تحتاج إلى الاتصال بعيادة طبيبك العام لترتيب ذلك لأن اللقاح القابل للحقن لا يمكن إعطاؤه في المدرسة.

لقاحات الأنفلونزا بما في ذلك لقاح بخاخ الأنف آمنة ليتم إعطاؤها في نفس الوقت مثل معظم اللقاحات الأخرى. لا يلزم وجود فاصل زمني بين لقاح الإنفلونزا ومعظم اللقاحات الأخرى (بما في ذلك لقاحات الكوفيد - ١٩).

إذا كنت ترغب في الحصول على مزيد من المعلومات حول الإنفلونزا، فيرجى زيارة www.nhsdirect.wales.nhs.uk/immunisations أو nhs.wales **ونيلز (nhs.wales)** أو الاتصال بالخدمة الصحية الوطنية ١١١، أو التحدث إلى الزائرة الصحية أو أحد أعضاء عيادة طبيبك العام الذي سيسعد بتقديم المساعدة.

يرجى تجاهل هذه الرسالة إذا كان ابنك قد حجز بالفعل أو تلقى لقاح الإنفلونزا.

التطعيم هو أفضل طريقة لحماية طفلك وأصدقائك وعائلتك من الأمراض الخطيرة هذا الشتاء.

المخلص،

فيونا كينجهورن

المدير التنفيذي للصحة العامة

مجلس الصحة بجامعة كارديف والفيل

المقر التنفيذي

Woodland House

Maes Y Coed Road

/Cardiff

CF14 4HH

* يحتوي لقاح الأنفلونزا رذاذ الأنف على كمية قليلة جداً من الجيلاتين المنقى (النظيف). لا تحتوي حقن لقاح الأنفلونزا على الجيلاتين، ولكنها لا تعمل بشكل جيد مع الأطفال / الشباب.

ডিসেম্বর ২০২১

সুপ্রিয় মাতা পিতা / অভিভাবক / তরুণ ব্যক্তি,

কিশোর ও তরুণ ব্যক্তিদের জন্য ফ্লু ভ্যাকসিনেসন প্রগ্রাম ২০২১/২২।

ইয়ার ১১-এর সকল ছাত্র ছাত্রীরা ইনফ্লুয়েঞ্জা ভ্যাকসিন পাওয়ার যোগ্য যা স্কুলে দেওয়া হইবে। স্কুলের ইলেকট্রনিক ব্যবস্থার মাধ্যমে সে সম্পর্কিত তথ্য পৌছানো হইতেছে। যে ভ্যাকসিনটি দেওয়া হইতেছে তা একটি ন্যাডাল স্প্রে (Fluenz Tetra)- এটি একটি সুক্ষ্ম বাস্পের মত যা নাকের মধ্যে স্প্রে করা হয় (কোন নিডল বা সূঁচের প্রয়োজন হয় না)। আপনার সন্তান যদি তার স্কুলের ফ্লু ভ্যাকসিনেসন মিস করে থাকেন তবে একটি এপয়েন্টমেন্ট করার জন্য দয়া করে স্কুল নার্সিং টীমের সাথে এই নাম্বারে যোগাযোগ করুন ০৭৯৬৯ ৭৩২৭৯০ / ০৭৯৭৬ ৭২৯৩০৭ অথবা ০৭৮১৪ ০৬৫১৭৮।

আমরা আপনার টিনএজার সন্তানকে ভ্যাকসিনেসন নেওয়ার জন্য উৎসাহিত করব, যেমন ভ্যাকসিনেসন নেওয়ার ফলে সে নিজেই যেমন ফ্লু থেকে সুরক্ষিত থাকিবে একই সাথে তার মাধ্যমে ফ্লু ভাইরাস ছড়াইবে ও না। ভ্যাকসিনটি তাকে যেমন সুরক্ষা দিবে, তেমনি তার আশপাশের ব্যক্তি যাদের মধ্যে হয়ত এমন ব্যক্তি আছেন যাদের ফ্লুর কারণে অন্যান্য সমস্যা গুরুত্ব হওয়ার আশংকা আছে এ রকম বয়বৃদ্ধ বা গর্ভবতি মহিলা, তাদেরকেও সুরক্ষা দিবে।

২ বৎসর বা এর উর্ধ্ব বয়সের শিশু কিশোরদের জন্য ন্যাডাল স্প্রে ভ্যাকসিন সর্বোত্তম সুরক্ষা ব্যবস্থা। আপনার টিনএজার যদি ফ্লু ভ্যাকসিনের জন্য যোগ্য হয়ে থাকেন, তবে আপনি ন্যাডাল স্প্রে* -এর বদলে ইনজেকশন পছন্দ করে থাকেন তবে দয়া করে আপনার সার্জারিতে যোগাযোগ করুন কারণ স্কুলে ভ্যাকসিন ইনজেকশন দেওয়া হয় না।

অন্যান্য ভ্যাকসিনের সাথে একই সাথে ন্যাডাল স্প্রে সহ ফ্লু ভ্যাকসিন দেওয়া নিরাপদ। ফ্লু ভ্যাকসিন এবং বেশির ভাগ অন্যান্য ভ্যাকসিনের (কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন সহ) মধ্যে অন্তর্বর্তি কালীন সময়ের প্রয়োজন নাই।

ফ্লু সম্বন্ধে আরো অধিক তথ্যের জন্য এখানে দেখুন [Flu Vaccination - Public Health Wales \(nhs.wales\)](https://www.nhs.uk/flu-vaccination-public-health-wales) অথবা www.nhsdirect.wales.nhs.uk/immunisations, অথবা টেলিফোন করুন NHS 111, অথবা আলাপ করুন আপনার স্কুল নার্সের সাথে বা জিপি সার্জারির কারোর সাথে যারা আপনাকে সাহায্য করতে প্রস্তুত।

আপনার টিনএজার যদি ইতিমধ্যে ফ্লু ভ্যাকসিনেসন নিয়া থাকেন বা বুক করিয়া থাকেন তবে এই চিঠিখানা অগ্রাহ্য করিবেন।

ভ্যাকসিন নেওয়ার মাধ্যমে এই শীত মৌসুমে আপনার টিনএজারকে, বন্ধু বান্ধবকে এবং পরিবারকে সর্বোত্তম উপায়ে সুরক্ষা প্রদান করিতে পারিবেন।

আপনারই একান্ত,

ফিওনা কিংহর্ন

একজিকিউটিভ ডাইরেক্টর অব পাবলিক হেলথ / Cyfarwyddwr Cyfamser Iechyd Cyhoeddus

কার্ডিফ এন্ড ভেইল ইউনিভার্সিটি হেলথ বোর্ড / Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

Pencadlys Gweithredol/একজিকিউটিভ হেডকোয়ার্টার

Ty Coedtir/ উডল্যান্ড হাউজ

Ffrordd Maes Y Coed/ মায়েস ই কোয়েড রোড

Caerdydd/কার্ডিফ

CF14 4HH

*ন্যাডাল ফ্লু ভ্যাকসিনটিতে খুবই সুক্ষ্ম পরিমাণে বিশুদ্ধ (পরিষ্কার) জেলাটিন আছে। ফ্লু ভ্যাকসিন ইনজেকশনে জেলাটিন নাই তবে তা শিশু / কিশোরদের মাঝে তা ততটা কার্যকরী নয়।

December 2021

Gacaliye Waalid/Masuulka/Qofka Yar,

Carruurta iyo barnaamijka tallaalka hargabka dadka da'da yar 2021/22

Dhammaan ardayda fasalka 11aad waxay xaq u leeyihiin tallaalka hargabka (flu) kaas oo lagu siiyo dugsiga. Macluumaadka waxa dibeda loo diray habka elegtarooniga ah ee dugsiga. Tallaalka la siiyo dhalinyarada intooda badan waa buufin sanko lagu buufiyo (Fluenz Tetra) - ceeryaamo wanaagsan oo sanko lagu buufiyo (irbad la'aan). Haddii ilmahaagu uu seegay tallaalka hargabka ee dugsiga, fadlan kala xidhiidh kooxda kalkaalisada dugsiga: 07969 732790 / 07976 729307 ama 07814 065178 si aad ballan u qabsato.

Waxaan kugu dhiirigelinaynaa in dhallintaada ay qaataan tallaalkooda hargabka, maadaama tallaalku kaa caawin doono ka hortaga inay qaadaan oo faafiyaan fayraska hargabka. Tallaalka hargabku kama hortagi dadka da'da yar ee keliya sidoo kale dadka agtooda joogaan, oo ay ku jiraan kuwa halista ugu jira dhibaatooyinka ka dhasha caabuqa hargabka sida qaraabada waayeelka ah, dadka xaaladaha caafimaad qaba iyo haweenka uurka leh.

Tallaalka hargabka sanko lagu buufiyo ayaa ah ka hortagga ugu fiican ee hargabka carruurta/ dhalinyarada da'doodu tahay 2 sano iyo ka weyn. Haddii ilmahaagu u qalmo tallaalka hargabka, laakiin aad door bidayso in ilmahaagu qaato tallaalka la isku duro ee tan sanko lagu buufiyo bedelkeeda*, waxaad u baahan doontaa inaad la xidhiidho dhakhtarkaaga GP-gaaga si aad tan u qorsheyso maadaama tallaalka la isku duro aan lagu siin karin dugsiga .

Tallaalada hargabka oo uu ku jiro tallaalka sanko lagu buufiyo waa badbaad in la isku mar la qaato tallaallada kale ee badankooda. Looma baahna in wax loo dhaxeeyo tallaalka hargabka iyo inta badan tallaallada kale (ay ku jiraan tallaallada COVID-19).

Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan hargabka fadlan booqo [Flu Vaccination - Public Health Wales \(nhs.wales\)](https://www.nhs.uk/public-health/wales) ama [www.nhsdirect.wales.nhs.uk/immunisations](https://www.nhs.uk/immunisations), or telephone wac NHS 111, ama la hadal kaalkaalisada dugsigaaga ama xubin ka mid ah xarunta GP-gaaga oo ay ku farxi doonaan inay kaa caawiyaan

Fadlan iska ilow warqadan haddii ilmahaagu mar hore u ballansadeen ama qaateen tallaalka hargabka.

Tallaalku waa habka ugu wanaagsan ee aad uga ilaalin karto dhallintaada, asxaabtaada iyo qoyskaaga jirro halis ah ee jiilaalkan (winter).

Kuu niyadsan,

Fiona Kinghorn

Executive Director of Public Health / Cyfarwyddwr Cyfamser Iechyd Cyhoeddus
Cardiff and Vale University Health Board / Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro/ Cardiff and Vale University Health Board
Pencadlys Gweithredol/Executive Headquarters
Ty Coedtir/Woodland House
Ffrordd Maes Y Coed/ Maes Y Coed Road
Caerdydd/Cardiff
CF14 4HH

* Tallaalka hargabka sanko waxa ku jira tiro aad u yar oo jelatin la safeeyey (nadiif ah). Cirbadaha tallaalka hargabku kuma jiraan jelatin laakiin sidoo kale si fiican uguma shaqeeyaan carruurta/dhallinyarada.

محترم والدین/سرپرست/نوجوان شخص،

بچوں اور نوجوانوں کے فلو ویکسینیشن پروگرام 2021/22

سال 11 کے تمام طلباء انفلونزا (فلو) ویکسین کے اہل ہیں جو انہیں اسکول میں دی جاتی ہے۔ اسکول الیکٹرانک سسٹم کے ذریعے معلومات بھیجی جا رہی ہیں۔ زیادہ تر نوجوانوں کو جو ویکسین پیش کی جاتی ہے وہ ناک کا سپرے (فلونز ٹیٹرا) ہے۔ ایک باریک نمی جو ناک پر چھڑکائی جاتی ہے (سوئی نہیں)۔ اگر آپ کا نوعمر بچہ اپنے اسکول فلو ویکسینیشن سیشن میں نہیں جا سکا ہے، تو براہ کرم اسکول کی نرسنگ ٹیم سے اس نمبر پر رابطہ کریں: 07969 732790/07976 72930 یا 07814 065178 ملاقات کا بندوبست کرنے کے لیے۔

ہم آپ کے نوعمر کو فلو کی ویکسین لگوانے کی ترغیب دیتے ہیں، کیونکہ ویکسین لگوانے سے انہیں فلو کا وائرس ہونے اور پھیلنے سے روکنے میں مدد ملے گی۔ فلو کی ویکسین نہ صرف نوجوانوں بلکہ ان کے آس پاس کے لوگوں کی بھی حفاظت کرے گی، بشمول وہ لوگ جو فلو کے انفیکشن کے نتیجے میں پیچیدگیوں کے بڑھتے ہوئے خطرے میں ہیں جیسے بزرگ رشتہ دار، صحت کی حالت میں مبتلا افراد اور حاملہ خواتین۔

ناک کے اسپرے والا فلو ویکسین 2 سال یا اس سے زیادہ عمر کے بچوں/نوجوانوں کے لیے فلو کے خلاف بہترین تحفظ ہے۔ اگر آپ کا نوجوان فلو ویکسین کے لیے اہل ہے، لیکن آپ اپنے نوعمر کو ناک کے اسپرے کے بجائے انجیکشن والی ویکسین لینے کو ترجیح دیں گے*، تو آپ کو اس کا بندوبست کرنے کے لیے اپنے GP سرجری سے رابطہ کرنا ہوگا کیونکہ انجیکشن ایبل ویکسین اسکول میں نہیں دی جا سکتی۔

ناک کے اسپرے کی ویکسین سمیت فلو کی ویکسین اسی وقت لگائی جانے کے لیے محفوظ ہیں جیسا کہ زیادہ تر دیگر ویکسینز۔ فلو ویکسین اور زیادہ تر دیگر ویکسین (بشمول COVID-19 ویکسین) کے درمیان وقفہ کی ضرورت نہیں ہے۔

اگر آپ فلو کے بارے میں مزید معلومات حاصل کرنا چاہتے ہیں تو براہ کرم ملاحظہ کریں۔ www.nhs.uk/immunisations یا www.nhs.uk/immunisations یا NHS 111 کو ٹیلی فون کریں، یا اپنی اسکول کی نرس یا اپنی GP سرجری کے کسی رکن سے بات کریں جو مدد کرنے میں خوش ہوں گے۔

براہ کرم اس خط کو نظر انداز کریں اگر آپ کے نوجوان نے پہلے ہی فلو ویکسینیشن بک کرائی ہے یا حاصل کر لی ہے۔

اس موسم سرما میں آپ کے نوعمر، دوستوں اور خاندان والوں کو سنگین بیماری سے بچانے کے لیے ویکسین کروانا بہترین طریقہ ہے۔

آپ کی نیاز مند

فیونا کنگ ہورن

پبلک ہیلتھ ایگزیکٹو ڈائریکٹر

کارڈف اینڈ ویل یونیورسٹی ہیلتھ بورڈ

کارڈف اینڈ ویل یونیورسٹی ہیلتھ بورڈ

ایگزیکٹو ہیڈ کوارٹر

Woodland House

Maes Y Coed Road

Cardiff

CF14 4HH

* ناک کی فلو کی ویکسین میں پیوریفائیڈ (صاف) جیلیٹن کی بہت کم مقدار ہوتی ہے۔ فلو ویکسین کے انجیکشن میں جیلیٹن نہیں ہوتا ہے لیکن وہ بچوں/نوجوانوں میں کام نہیں کرتے ہیں۔