ইনফ্লুয়েঞ্জা (ফ্লু) FAQ

ইনফ্লুয়েঞ্জা বা "ফ্লু" একটি সংক্রামক রোগ যা সাধারণত মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র এবং এর বিভিন্ন অঞ্চলে অক্টোবর থেকে মে মাসের মধ্যে ছড়িয়ে পড়ে।

এই বছর সুরক্ষিত থাকতে আপনাকে সাহায্য করার জন্য ফ্লু সম্পর্কিত কিছু সাধারণ প্রশ্ন এবং উত্তর এখানে দেওয়া হল।

ফ্লু কীভাবে ছড়িয়ে পড়ে?

ফ্লুতে আক্রান্ত ব্যক্তিদের কাশি, হাঁচি বা কথা বলার সময়, প্রধানত ছোট ছোট ফোঁটার মাধ্যমে ফ্লু ছড়িয়ে পড়ে।

ফ্লুয়ের লক্ষণ ও উপসর্গ কী কী?

ফ্লুতে আক্রান্ত ব্যক্তিরা প্রায়শই এই লক্ষণগুলির মধ্যে কিছু বা সমস্ত উপসর্গ অনুভব করে থাকে: জ্বর বা জ্বর জ্বর ভাব হওয়া/ঠান্ডা লাগা, কাশি, গলা ব্যথা, সর্দি বা নাক বন্ধ হয়ে যাওয়া, পেশী বা শরীরের ব্যথা, মাথাব্যথা, ক্লান্তি এবং কখনও কখনও বমি এবং ডায়রিয়া (প্রাপ্তবয়স্কদের চেয়ে সাধারণত শিশুদের মধ্যে বেশি দেখা যায়)।

আমার কখন টিকা নেওয়া উচিত?

ফ্লু সাধারণত অক্টোবর থেকে মে মাসের মধ্যে হয়ে থাকে। ফ্লুয়ের মরসুমে সুরক্ষিত থাকতে ফ্লুয়ের টিকা নেওয়ার সর্বোত্তম সময় হল শরৎকাল বা শীতকাল।

আমার কেন ফ্লুয়ের টিকা নেওয়া উচিত?

নিজেকে এবং আপনার প্রিয়জনকে ফ্লু এবং সেটি সম্পর্কিত জটিলতা থেকে রক্ষা করার সর্বোত্তম উপায় হল ফ্লুয়ের টিকা। এটির সাহায্যে ফ্লু-সম্পর্কিত অসুস্থতা, হাসপাতালে ভর্তি এবং মৃত্যুর ঝুঁকির ঘটনা হ্রাস হতে পারে।
ফ্লুয়ের টিকার সুবিধাদির বিষয়ে আরও জন্য,:
cdc.gov/flu/prevent/vaccine-benefits.htm-এতে যান

কাদের ফ্লুয়ের টিকা নেওয়া উচিত?

প্রত্যেকেরই ফ্লুয়ের টিকা নেওয়া উচিত। Centers for Disease Control and Prevention (CDC) 6 মাস বা তার বেশি বয়সের প্রত্যেককে বিশেষত যাদের সংক্রামিত হওয়ার সম্ভাবনা বেশি আছে তাদের প্রতিবার ফ্লুয়ের সময় টিকা নেওয়ার পরামর্শ দিয়ে থাকে। ফ্লুয়ের টিকা গর্ভবতী মহিলাদের দেওয়ার জন্যও পরামর্শ দেওয়া হয়।

ফ্লুয়ে সংক্রামিত হওয়ার ঝুঁকি কাদের সবচেয়ে বেশি?

যে কোনও কারোরই ফ্লু হতে পারে, যেমন এটি শিশু এবং ছোট বাচ্চা, 65 বছর বা তার বেশি বয়সী মানুষ, গর্ভবতী মহিলাদের এবং নির্দিষ্ট রোগ রয়েছে এমন বা দুর্বল রোগ প্রতিরোধক ক্ষমতা রয়েছে এমন লোকদের পক্ষে আরও বেশি বিপজ্জনক। প্রতি বছর ফ্লুয়ের টিকা নেওয়াই হল ফ্লু সম্পর্কিত গুরুতর অসুস্থতা প্রতিরোধ করার সর্বোত্তম উপায়।

ফ্লুয়ের বিভিন্ন ধরনের টিকাগুলি কী কী?

ফ্লুয়ের ভ্যাকসিন সাধারণত ইনজেকশন বা বাহুতে শট দেওয়া বা নাকে স্প্রে হিসাবেই দেওয়া হয়ে থাকে। ফ্লুয়ের শট 6 মাস বা তার বেশি বয়সের ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে অনুমোদিত। 2 থেকে 49 বছর বয়সীদের ক্ষেত্রে নাকে স্প্রে দেওয়া অনুমোদিত। নির্মাতার ভিত্তিতে ফ্লুয়ের বিভিন্ন ধরণের শট পাওয়া যায়।

আরও তথ্য CDC সিজনাল ফ্লু টিকা এখানে: cdc.gov/flu/prevent/flushot.htm *পাওয়া যাবে*

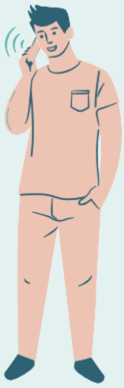
সূত্র: Centers for Disease Control and Prevention (cdc.gov)

APIAHF
ASIAN & PACIFIC ISLANDER AMERICAN HEALTH FORUM

This publication was made possible by cooperative agreement CDC-RFA-IP21-2106
from the Centers for Disease Control and Prevention of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC/HHS.

ইনফ্লুয়েঞ্জা (ফ্লু)
প্রায়শই জিজ্ঞাসা করা প্রশ্নগুলি

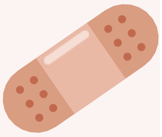
ফ্লুয়ের টিকার কত দাম?



আপনার স্বাস্থ্যসেবা কভারেজের ভিত্তিতে ফ্লুয়ের টিকার খরচ হয়ে থাকে। ফ্লু টিকা কম বা বিনা খরচে কোথায় দেওয়া হয় তা জানতে আপনি আপনার বীমা কোম্পানির সাথে যোগাযোগ করতে পারেন। উপরন্তু, স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগ এবং স্বাস্থ্য কেন্দ্রগুলিতে বিনামূল্যে বা কম খরচে টিকা দেওয়া হতে পারে।

আরও তথ্যের জন্য, আপনি আমাদের টিকার খরচ ও ফ্লুয়ের গাইড এখানে পর্যালোচনা করতে পারেন: aa-nhpihealthresponse.org

টিকা দেওয়ার পরে কি আমার কোনও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হবে?



ফ্লুয়ের টিকা নিরাপদ ও কার্যকরী। কিছু লোকের অল্প-স্বল্প পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয়ে থাকে যেমন হাতে ব্যথা, সামান্য জ্বর এবং টিকা দেওয়ার পরে ব্যথা যা কিছু দিন পর ঠিক হয়ে যায়।

আমি কি একইসাথে COVID-19 এবং ফ্লুয়ের টিকা নিতে পারি?

কোনও রোগী যোগ্য হয়ে থাকলে, যেমনটি CDC এবং Advisory Committee on Immunizations Practices (ACIP) সুপারিশ করেছে সেই অনুযায়ী, ফ্লু এবং COVID-19 উভয়ের টিকা একইসাথে দেওয়া যেতে পারে।

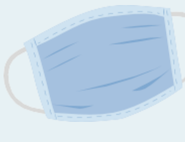
ফ্লুয়ের টিকা আমি কোথায় পাব?

আপনি নিম্নলিখিত যে কোন স্থানে আপনার ফ্লু টিকা পেতে পারেন:

- প্রাথমিক পরিচর্যার চিকিৎসকরা
- জরুরী যত্ন/মিনিট ক্লিনিক
- ফেডারেল দিক থেকে যোগ্যতা সম্পন্ন স্বাস্থ্য কেন্দ্রগুলি
- গ্রামীণ স্বাস্থ্য ক্লিনিকগুলি
- স্থানীয় হাওয়াইয়ান স্বাস্থ্য কেন্দ্রগুলি
- ভারতীয় স্বাস্থ্য পরিষেবা
- স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগগুলি
- র্মাসি (যেমন, ওয়ালমার্ট, ওয়ালগ্রিন, CVS, Rite-Aid)

ফ্লু এবং COVID-19-এর মধ্যে পার্থক্য কী?

ফ্লু এবং COVID-19 উভয়ই ছোঁয়াচে শ্বাসকষ্টজনিত রোগ, কিন্তু এগুলো ভিন্ন ভাইরাসের কারণে হয়ে থাকে। COVID-19 করোনা ভাইরাস (SARS- CoV-2 নামে পরিচিত) সংক্রমণের কারণে হয়ে থাকে এবং ফ্লু অনেক ইনফ্লুয়েঞ্জা ভাইরাসের সংক্রমণের কারণে হয়ে থাকে যা মানুষের মধ্যে বার্ষিকভাবে ছড়িয়ে পড়ে।



*সূত্র:*Centers for Disease Control and Prevention (cdc.gov)

APIAHF
ASIAN & PACIFIC ISLANDER AMERICAN HEALTH FORUM

অতিরিক্ত AA এবং NH/PI অনূদিত সম্পদের জন্য,
দয়া করে আমাদের জাতীয় AA এবং NH/PI স্বাস্থ্য প্রতিক্রিয়া অংশীদারিত্বের ওয়েবপেজ: www.AA-NHPIHealthResponse.org-এ যান

This publication was made possible by cooperative agreement CDC-RFA-IP21-2106
from the Centers for Disease Control and Prevention of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS).
Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC/HHS.