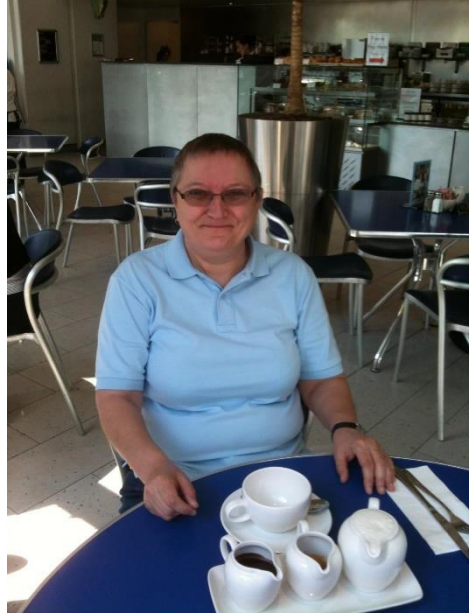


کیرول، جین اور لاؤرا جو کہ پھیپھڑے کے عارضوں کے ساتھ جی رہی ہیں ہمیں بتاتی ہیں کہ وہ فلو کا ٹیکا ہر سال لگواتی ہیں۔

کیرول

میرے اندر نوجوانی ہی میں دمہ کی تشخیص ہوئی تھی اور میں فلو سے بری طرح پریشان ہوتی تھی۔ میں بیک وقت 2 ہفتوں تک کے لیے بستر پکڑ لیتی تھی اور بیماری کی وجہ سے کام سے غیر حاضر رہتی تھی۔ اس لیے میں نے ہر سال فلو کا ٹیکا لگوانا شروع کر دیا اور اس کے بعد سے مجھے فلو نہیں ہوا ہے۔ یہ کوئی 25 سال پہلے کی بات ہے۔

اس کے بعد سے میری تشخیص مزمن انسدادی پھیپھڑے کی بیماری (COPD) کے ساتھ کی گئی ہے جو کہ میرے لیے فلو کے وائرس سے محفوظ رہنے کو اور زیادہ لازمی بنا دیتی ہے۔



میں اپنے جیسے کسی بھی ایسے شخص کو جسے فلو کے ٹیکے لگوانے کے سلسلے میں تشویشات ہوں کہوں گی کہ یہ بہت ضروری ہے۔

میں اپنے جیسے کسی بھی ایسے شخص کو جسے فلو کے ٹیکے لگوانے کے سلسلے میں تشویشات ہوں کہوں گی کہ یہ بہت ضروری ہے۔ مجھے اب بھی سردی زکام ہوتا ہے مگر فلو کی وجہ سے مجھے جن چیزوں کا سامنا کرنا پڑتا تھا ان کے مقابلہ میں یہ کچھ بھی نہیں ہے۔ یہ مجھے بے بس کر دیتا تھا۔ اگر آپ کو کسی طرح کی پھیپھڑے کی بیماری ہے تو آپ کی مدافعتیں پہلے ہی سے کمزور ہیں، لہذا ان کی مدد کے لیے کچھ بھی ایسا کرنا ضروری ہے جو آپ کر سکتے ہوں۔ ایک یا دو دن کے لیے آپ کے بازو میں کچھ درد ہو سکتا ہے مگر وہ 2 ہفتوں تک یا اس سے بھی زیادہ بستر میں پڑے رہنے سے بہت زیادہ بہتر ہے۔

میں ہمیشہ اس بات سے متاثر ہوتی ہوں کہ کیسے پھیپھڑوں کے عوارض میں مبتلا کچھ لوگ فلو کا ٹیکا لگواتے ہیں۔ یہ مفت ہے! اور اس سے صرف آپ ہی مستفید نہیں ہوتے ہیں بلکہ وہ لوگ بھی مستفید ہوتے ہیں جو ٹیکا اس لیے نہیں لگوا سکتے کہ انہیں اس سے الرجی ہے۔ بہر حال، زیادہ لوگوں کے ٹیکے لگوانے کا مطلب ہے کہ تحفظ یافتہ لوگوں کی تعداد زیادہ ہوگی جو کہ فلو کے آس پاس پھیلنے کے امکان کو کم کر دے گا۔

اب جب کہ ہمیں COVID-19 کے خطرہ سے بھی نمٹنا ہے، میں محسوس کرتی ہوں کہ فلو کا ٹیکا لگوانا پہلے کسی بھی وقت سے زیادہ ضروری ہے۔ دیگر کسی بڑی وبا کی صورت میں صحت مند رہنے کے لیے ہم سبھی کو اپنا کام کرنا ہوگا۔

جین

میں نے جب سے ہوش سنبھالا ہے تب سے میں فلو کا ٹیکا لگواتی رہی ہوں۔ میں ایک سپر مارکیٹ میں کام کیا کرتی تھی اور بہت سے لوگوں کے رابطے میں رہتی تھی۔ ٹیکا لگوا کر میں ہمیشہ خود کو محفوظ سمجھتی ہوں۔

پھر ایک سال میں نے سوچا کہ اس کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ یہ ایک بڑی غلطی تھی! مجھے انتہائی برا وائرس ہو گیا۔

پھر ایک سال میں نے سوچا کہ اس کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ یہ ایک بڑی غلطی تھی! مجھے انتہائی برا فلو ہو گیا۔ اس کے بعد سے میں ٹیکا ہر سال بلا ناغہ لگواتی ہوں۔ چند سال پہلے، مجھ میں دمہ کی تشخیص ہوئی تھی اور اب میں ایک ٹیکا مفت حاصل کرتی ہوں۔ پہلے مجھے اس کے لیے ادائیگی کرنی پڑتی تھی۔

میرے خیال میں فلو کا ٹیکا لگوانا ہر شخص کے لیے انتہائی ضروری ہے۔ آپ صرف خود کی حفاظت نہیں کر رہے ہیں بلکہ آپ اپنے آس پاس ان لوگوں کو بھی تحفظ فراہم کر رہے ہیں جن کا مدافعتی نظام ہو سکتا ہے بہت زیادہ مضبوط نہ ہو۔ میرے مرحوم پارٹنر جنہیں [ایڈیو بیٹھک پلمونری فائبروسس \(IPF\)](#) تھا اور وہ سینے کے انفیکشنز سے پریشان رہتے تھے – ضروری تھا کہ ہم دونوں وائرسز سے محفوظ رہتے، اس طرح میں نے انہیں کوئی وائرس منتقل نہیں کیا۔ میری ماں ابھی اپنی عمر کی نویں دہائی میں ہیں اور وہ بھی سینے کے انفیکشنز سے بری طرح پریشان ہیں۔

تحفظ یافتہ ہونا اچھی بات ہے اور جان لین کہ آپ اسے صرف خود کے لیے نہیں لے رہے ہیں بلکہ اپنے آس پاس کے لوگوں کے لیے بھی لے رہے ہیں۔ اس سال فلو کا ٹیکا لگوانے پر غور کرنا پہلے سے کہیں زیادہ ضروری ہے۔ میں یقیناً ٹیکا لگواؤں گی اور میری ماں بھی لگوائیں گی کیوں کہ انہیں بھی تحفظ درکار ہے۔

لاؤرا

میں حمل کی مدت پوری ہونے سے پہلے پیدا ہو گئی تھی اور قریب تھا کہ بچپن میں [ورم حلق](#) کی وجہ سے میری موت ہو جاتی۔ ہر سال میرے سینے میں انفیکشنز ہوتے تھے – یہاں تک کہ میں نے 18 سال قبل فلو کا ٹیکا لینا شروع کر دیا جب کہ میں اپنے شوہر کے لیے کل وقتی تیمار دار بن گئی۔

چوں کہ میں ایک تیمار دار تھی، اس لیے میرے جی پی نے اصرار کیا کہ میں اپنے شوہر کے ساتھ ہی فلو کا کوئی ٹیکا لگواؤں۔

چوں کہ میں ایک تیمار دار تھی، اس لیے میرے جی پی نے اصرار کیا کہ میں اپنے شوہر کے ساتھ ہی فلو کا کوئی ٹیکا لگواؤں۔ ٹیکوں کے بعد سے، مجھے سینے کا کوئی انفیکشن نہیں ہوا ہے۔

اب میں اپنی خود کی طبی حالتوں کی وجہ سے ایک ٹیکہ کی مستحق ہوں اور مجھے پختہ یقین ہے کہ ہر وہ شخص جسے اس کی پیش کش کی گئی ہے اسے یہ لینا چاہیے۔ میں ایک نرس کی حیثیت سے ملازمت کرتی تھی لیکن جب میں کام کر رہی تھی تو ہمیں فلو کے ٹیکوں کی پیش کش نہیں کی جاتی تھی۔ ورنہ میں نے ٹیکا ضرور لگوا دیتا! یہ بہت اہم ہے کہ صحت نگہداشت کے پیشہ وران جو عوام کی اتنی بڑی تعداد کے ساتھ رابطہ میں آتے ہیں انہیں ٹیکے کے ذریعہ تحفظ فراہم کیا جائے۔

میرے خیال سے ٹیکے کے بارے میں سمجھ کی کمی لوگوں کے فلو کا ٹیکا نہ لگوانے کی وجوہات میں سے 1 ہے۔ میں مکمل اخلاص کے ساتھ اس کی سفارش پر اس شخص کو کرتی ہوں جس تک میری بات پہنچے گی! گذشتہ سال، میں نے ایک دوست کو فلو کا ٹیکا لگوانے کے لیے تیار کیا جس کے سینے میں مسلسل انفیکشنز تھے۔ اپنی طبی حالتوں کی وجہ سے وہ اس کی مستحق تھی لیکن وہ ہمیشہ اس کو ٹال دیتی تھی کہ فلو ہوگا تو لگوا لیں گے۔ ٹیکے سے اس کو کوئی پریشانی نہیں ہوئی اور اس نے بہت زیادہ بہتر محسوس کیا!

اس سال، NHS اپنا اب تک کا سب سے بڑا فلو کے ٹیکے کا پروگرام شروع کر رہا ہے۔ آج ہی معلوم کریں کہ آیا آپ [فلو کے کسی مفت ٹیکے](#) کے مستحق ہیں۔ اگر آپ مستحق نہیں ہیں تو آپ اپنا ٹیکا اپنی مقامی فارمیسی یا فارمیسی کاؤنٹر سے ایک معمولی رقم کے عوض حاصل کر سکتے ہیں۔