

நான் ஒரே நேரத்தில் ஃப்ளூ மற்றும் COVID-19 அல்லது பூஸ்டர் ஊசியை பெறலாமா?

ஆம், பெறலாம். நீங்கள் ஏற்கனவே பெற்றிருக்கவில்லை எனில் நீங்கள் COVID-19 தடுப்பூசி அல்லது பூஸ்டர் மற்றும் உங்கள் ஃப்ளூ ஊசி ஆகியனவற்றை ஒரே நேரத்தில் பெறலாமா என்று கேட்டறிவது நல்ல யோசனையாகும். அனைத்து தடுப்பூசிகளையும் பெறுவது உங்களுக்கும் உங்கள் கருவிலிருக்கும் சிசுவிற்கும் மிக சிறந்த சாத்தியமான பாதுகாப்பை வழங்குகிறது.

நான் ஃப்ளூ தடுப்பூசியை எங்கு பெறலாம்?

உங்கள் இலவச ஃப்ளூ தடுப்பூசியை நீங்கள் உங்கள் குடும்ப மருத்துவரிடமிருந்து பெறலாம். ஒருசில மருந்தகங்களும் இலவச ஃப்ளூ தடுப்பூசியை வழங்குகின்றன. ஆகச்சிறந்த பாதுகாப்பிற்கு உங்களுக்கான ஃப்ளூ தடுப்பூசியை அது கிடைக்க தொடங்கியவுடனேயே பெற்றுக்கொள்ளுங்கள்.



ஃப்ளூ தடுப்பூசி அல்லது அது பற்றிய தகவல் வழங்கிடும் உங்களுக்கு அருகாமையிலுள்ள இடத்தை கண்டறிய health.govt.nz/flu-pregnancy என்ற வலைதளத்திற்கு வருகை தாருங்கள் அல்லது இந்த எண்ணில் **0800 611 116** ஹெல்த்லைன் அழையுங்கள்.

உங்களையும் மற்றும் உங்களுக்கு பிறக்கும் குழந்தையையும் இந்த குளிர்காலத்தில் பாதுகாத்தீடுங்கள் - ஒரு ஃப்ளூ தடுப்பூசி பெறுங்கள் - அது இலவசமானது



FLU 2022

**Te Kāwanatanga
o Aotearoa**

New Zealand Government

HP7981 | Pregnant + Flu vaccine - Flyer | 29 March 2022



MINISTRY OF
HEALTH

MANATŪ HAUORA

**Te Kāwanatanga
o Aotearoa**

New Zealand Government

Tamil



MINISTRY OF
HEALTH

MANATŪ HAUORA

அவோதேயரோவிலுள்ள மக்கள் தங்கள் குமிழிகளிலிருந்து வெளியேறுகின்ற போது ஃப்ளூவினால் தாக்கப்படும் அதிக வாய்ப்பை சந்திக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது. முககவசம் அணிதல் மற்றும் கை சுத்தம் போன்ற பெருந்தொற்று கால நடவடிக்கைகள் நியூசிலாந்தில் கடந்த இரண்டு ஆண்டுகளில் மிக குறைந்த அளவில் மட்டுமே இன்ஃப்ளூயென்சா தொற்று ஏற்பட்டதை உறுதி செய்தன. எனவே வழக்கத்தை விட சமூக நோயெதிர்ப்பு குறைவாக உள்ளது. தவிர சர்வதேச எல்லைகள் திறக்கப்படுவதால் இந்த ஃப்ளூவின் திரிபுகள் நமது சமூகங்களில் அதிக எண்ணிக்கையில் பரவுவதை நாம் எதிர்கொள்ளலாம்.

ஒரு ஃப்ளூ தடுப்பூசி பெறுவதே உங்களின் ஆக சிறந்த பாதுகாப்பு நடவடிக்கை மற்றும் இது மிக மோசமாக நோய்த்தாக்கம் அடையப்போகிரவர்களுக்கு இலவசமாக கிடைக்கிறது. எனவேதான் இந்த வருடம் உங்களுக்கான ஃப்ளூ தடுப்பூசியை பெறுவது மேலதிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது - குறிப்பாக நீங்கள் கருவுற்றிருந்தாலோ தாய்ப்பால் ஊட்டுபவராகவோ இருந்தால்.

ஃப்ளூ என்றால் என்ன (இன்ஃப்ளூயென்சா)?

ஃப்ளூ என்பது சாதாரண ஜலதோஷம் கிடையாது. இது ஆபத்தான நோயாகும் மற்றும் ஒருசிலர் மிக தீவிரமாக நோய்வாய்ப்படலாம். நீங்கள் கருவுற்றிருக்கும்போது உங்களுக்கு ஃப்ளூ வந்தால் உங்களது மற்றும் பிறக்கப்போகும் உங்கள் சிசுவின் உயிருக்கும் அது ஆபத்தானது.

ஃப்ளூ காய்ச்சலால் தாக்கப்படும் கர்ப்பிணிப் பெண்கள் குறைப்பிரசவம், கருச்சிதைவு, குழந்தை இறந்து பிறத்தல் மற்றும் சிசுவின் குறைந்த பிறப்புக்கால எடை போன்ற பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்கின்றனர்.

சிசுக்கள் மற்றும் கைக்குழந்தைகள் மற்ற குழந்தைகளை விட இந்த ஃப்ளூவினால் தாக்கப்பட்டால் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்படும் அதிகளவு ஆபத்தை கொண்டுள்ளனர். எனவே அவர்கள் கருவில் இருக்கும்போது நீங்கள் பெறும் பாதுகாப்பு அதிக வேறுபாட்டை அவர்களின் பாதுகாப்பில் ஏற்படுத்தும்.

ஃப்ளூவிடமிருந்து நான் எவ்வாறு என்னையும் என் கருவிலிருக்கும் சிசுவையும் பாதுகாப்பது?

ஃப்ளூவிலிருந்து உங்களை பாதுகாத்துக்கொள்ள ஃப்ளூ தடுப்பூசியை பெறுங்கள். நீங்கள் கருவுற்றிருந்தால் ஃப்ளூ தடுப்பூசிகள் இலவசமானது.

இந்த தடுப்பூசியை பெறுவதால் நீங்கள் ஃப்ளூவினால் தாக்கப்பட மாட்டீர்கள் என்ற உத்தரவாதம் இல்லையென்றாலும் உங்களுக்கு ஃப்ளூ தொற்று ஏற்பட்டால் உங்களுக்கும் உங்கள் சிசுவிற்கும் அதிக பாதுகாப்பை இது நல்கும். மேலும், இந்த தடுப்பூசி மூலம் உங்களுக்கு ஃப்ளூ தொற்று ஏற்படாது - நியூசிலாந்தில் பயன்படுத்தப்படும் தடுப்பூசியில் எந்த உயிருள்ள ஃப்ளூ வைரசும் கிடையாது.

இந்த ஃப்ளூ தடுப்பூசி பிறக்கப்போகும் எனது குழந்தைக்கு பாதுகாப்பானதா?

இந்த ஃப்ளூ தடுப்பூசி கருவுற்றிருக்கும் பெண்களால் பல ஆண்டுகளாக பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது மற்றும் இது சிறந்த பாதுகாப்பு தரவரிசையை பெற்றுள்ளது. கருவுற்ற உங்களுக்கோ உங்களுக்கு பிறக்கப்போகும் சிசுவிற்கோ இந்த ஃப்ளூ தடுப்பூசியின் பக்க விளைவுகளுக்கான எவ்வித அதிகரித்த அபாயமும் இல்லை.

ஃப்ளூ தடுப்பூசியினால் என்னென்ன பக்க விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன?

ஃப்ளூ தடுப்பூசி பெற்றபிறகு பக்க விளைவுகள் ஏற்பட்டால் அது உங்கள் உடலின் நோயெதிர்ப்பு மண்டலம் நன்றாக வேலை செய்வதை குறிக்கிறது. தடுப்பூசி பெற்ற பிறகு உங்களுக்கு வலி, அரிப்பு, ஊசி குத்திய இடத்தில் சிவத்தல், நோவு மற்றும் வலி, காய்ச்சல் மற்றும் பொதுவான உடல் நலமின்மை மற்றும் களைப்பு போன்ற அறிகுறிகளை நீங்கள் உணரலாம். பக்கவிளைவுகளில் பெரும்பான்மையானவை நீண்டகாலம் இருப்பதில்லை.