

در زمستان امسال ایمنی خود را تقویت کنید

واکسیناسیون کووید-19 و آنفولانزا مهمترین کاری است که می‌توانید برای محافظت از خود و عزیزانتان در این زمستان انجام دهید. در زمستان امسال احتمال ابتلای افراد بیشتری به آنفولانزا وجود دارد زیرا در افراد کمتری ایمنی طبیعی ایجاد می‌شود و اگر همزمان به آنفولانزا و کووید-19 مبتلا شوید، احتمال مریض شدن شما به صورت جدی بیشتر است. NHS در جنوب شرق لندن از ساکنان می‌خواهد که ایمن بمانند و به هزاران نفری که قبلاً واکسینه شده‌اند بپیوندند.

واکسیناسیون کوید-19

سومین دوز اولیه:

اگر ۱۲ سال یا بیشتر دارید و سیستم ایمنی بدن شما در زمان اولین یا دومین دوز به شدت ضعیف شده باشد، دوز سوم واکسن معمولاً حدود ۸ هفته پس از دوز دوم به شما پیشنهاد می‌شود. شما می‌توانید سومین دوز اولیه خود را در خدمات بیمارستانی، پزشک عمومی یا داروخانه‌های همکار دریافت کنید. یکی از متخصصان مراقبت‌های بهداشتی به شما مشاوره می‌دهد که آیا واجد شرایط هستید یا نه، و اینکه بهترین زمان برای شما چه وقتی است.

واکسن تقویتی:

واکسن تقویت‌کننده: اگر از دوز دوم شما حداقل سه ماه گذشته باشد و شرایط زیر را داشته باشید، می‌توانید واکسن تقویت‌کننده دریافت کنید:

- ۱۶ سال یا بیشتر داشته باشید
- ۱۲-۱۵ سال یا بیشتر داشته باشید و بیماری‌های زمینه‌ای که شما را در معرض خطر ابتلا به کووید-۱۹ شدید قرار دهد داشته باشید.

گروه‌های سنی جدید نیز ممکن است واجد شرایط شوند. لطفاً آخرین توصیه‌ها را در www.nhs.uk/wintervaccinations بررسی کنید

12-15: بیشتر افراد ۱۲ تا ۱۵ ساله در

مدرسه یا در رویدادهای محلی جامعه خودشان واکسن دریافت خواهند کرد. آن‌ها همچنین می‌توانند از طریق خدمات رزرو ملی در یکی از مراکز واکسیناسیون وقت بگیرند، به برخی از کلینیک‌ها هم می‌توانند بدون نوبت قبلی مراجعه کنند. پزشک عمومی یا متخصص با افرادی که دارای شرایط پزشکی خاصی هستند تماس خواهد گرفت.

+16: اگر ۱۶ سال یا بیشتر دارید،

می‌توانید واکسن خود را در یکی از کلینیک‌های بدون وقت قبلی، از طریق پزشک عمومی یا با استفاده از خدمات رزرواسیون ملی دریافت کنید. نیازی به رضایت والدین ندارید.

اطلاعات بیشتری می‌خواهید یا نگران این هستید که از کارتان عقب افتاده‌اید؟

www.selondonccg.nhs.uk/covid19vaccine

www.nhs.uk/covid-vaccination

در زمستان امسال ایمنی خود را تقویت کنید

BOOST

واکسن آنفولانزا یک واکسن ایمن و مؤثر است. هر ساله در NHS برای کمک به محافظت از افرادی که در معرض خطر ابتلا به آنفولانزا هستند ارائه می شود. اگر کووید-19 داشته‌اید، زدن واکسن آنفولانزا بی خطر است. همچنین در کمک به پیشگیری از آنفولانزا مؤثر خواهد بود. برخی از افراد ممکن است واجد شرایط هر دو واکسن آنفولانزا و واکسن تقویتی کووید-19 باشند. اگر هر دو واکسن به شما پیشنهاد می‌شود، زدن همزمان آنها بی خطر است.

واکسیناسیون آنفولانزا

کودکان

کودکان می‌توانند به راحتی آنفولانزا بگیرند و به بقیه انتقال دهند. واکسیناسیون آنها همچنین از سایر افراد آسیب‌پذیر در برابر آنفولانزا نیز مانند نوزادان و افراد مسن، محافظت می‌کند. اسپری بینی واکسن آنفولانزا به صورت رایگان در NHS در دسترس است برای:

- کودکان 2 یا 3 ساله در 31/08/2021 - متولد شده بین 1/09/2017 و 31/08/2021
- همه کودکان دبستانی (پیش دبستانی تا کلاس ششم)
- تمام کودکان کلاس 7 تا 11 در دبیرستان
- کودکان 2 تا 17 ساله با عارضه طولانی مدت پزشکی

به کودکان 6 ماهه تا 2 ساله با عارضه طولانی مدت که آنها را در معرض خطر ابتلا به آنفولانزا قرار می‌دهد، به جای اسپری بینی، واکسن آنفولانزا تزریق می‌شود.

کودکان ممکن است واکسن آنفولانزا را از طریق مطب پزشک عمومی یا کلینیک اجتماعی یا از طریق سرویس واکسیناسیون مدرسه خود انجام دهند.

بزرگسالان

واکسن آنفولانزا در NHS به بزرگسالان داده می‌شود که:

- 50 سال و بالاتر هستند (از جمله کسانی که تا 31/03/2022 50 ساله خواهند شد)
 - شرایط پزشکی خاصی دارید
 - باردار هستید
 - تحت مراقبت‌های طولانی مدت هستید
 - کمک هزینه مراقبت دریافت می‌کنید، یا مراقب اصلی یک فرد مسن یا معلول هستید که ممکن است در صورت بیماری شما در معرض خطر قرار گیرد.
 - با کسی زندگی می‌کنید که احتمال بیشتری برای ابتلا به عفونت دارد
 - یک مددکار مراقبتی یا مراقب اجتماعی هستید
- بزرگسالان می‌توانند واکسن آنفولانزای NHS را در نزد پزشک عمومی، داروخانه‌ای که این خدمات را ارائه می‌دهد، دریافت کنند و اگر باردار هستید نزد مامای خود دریافت کنید.

اطلاعات بیشتری می‌خواهید یا نگران این هستید که از کارتان عقب افتاده‌اید؟

www.nhs.uk/wintervaccinations