

फ्लू मिथबस्टर्स

इस साल फ्लू के टीकाकरण के बारे में कई मिथक प्रचलित हैं। मिथकों के पीछे के तथ्यों को पढ़ें।

गलत दावा: फ्लू जैब हलाल नहीं है

मिथबस्टर #1: फ्लू जैब में कोई पोर्क सामग्री या जिलेटिन नहीं होता है। बच्चों के लिए नेज़ल स्प्रे में केवल पोर्सिन जिलेटिन होता है। ब्रिटिश फतवा काउंसिल ने बच्चों के लिए नेज़ल स्प्रे के उपयोग की अनुमति दी है। अगर आप अपने बच्चे को नेज़ल स्प्रे नहीं देना चाहते हैं तो आप अपने जीपी से उनके लिए वैकल्पिक फ्लू वैक्सीन के लिए भी पूछ सकते हैं।

गलत दावा: फ्लू नेज़ल स्प्रे आपके बच्चे को अस्वस्थ बना सकता है

मिथबस्टर #2: बच्चों के नेज़ल स्प्रे के कारण नाक बहना या नाक बंद होना, सिरदर्द की समस्या, थकान होना और भूख कम लग सकती है। लेकिन ये लक्षण आमतौर पर 2 दिनों के भीतर समाप्त हो जाते हैं और कॉन्ट्रैक्टिंग फ्लू के प्रभावों से बहुत कम गंभीर होते हैं।

गलत दावा: फ्लू बच्चों के लिए गंभीर नहीं है इसलिए उन्हें फ्लू होना अच्छा है

मिथबस्टर #3: बच्चों में फ्लू गंभीर हो सकता है - इससे तेज बुखार, कान में दर्दनाक संक्रमण, तीव्र ब्रोंकाइटिस, निमोनिया हो सकता है और यहां तक कि अस्पताल में भर्ती करना पड़ सकता है। अपने बच्चे को तथा असुरक्षित परिवार और दोस्तों को बचाने में मदद के लिए मुफ्त फ्लू का टीका लगवाएं। <http://bit.ly/child-flu>

गलत दावा: नेज़ल फ्लू स्प्रे से आपके बच्चे को ऑटिज्म हो सकता है

मिथबस्टर #4: नेज़ल फ्लू स्प्रे से निश्चित रूप से आपके बच्चे को ऑटिज्म नहीं हो सकता है। वे दावे जो कहते कहते हैं कि MMR वैक्सीन के कारण ऑटिज्म होता है, उन पर कई बार संदेह किया जा चुका है और नेज़ल फ्लू स्प्रे और ऑटिज्म के बीच कोई संबंध नहीं है। अधिक जानकारी:

<https://www.nhs.uk/news/medication/no-link-between-mmr-and-autism-major-study-finds/>

गलत दावा: नेज़ल फ्लू स्प्रे से आपके बच्चे को कोविड हो सकता है

मिथबस्टर #5: नेज़ल फ्लू स्प्रे कई वर्षों से इस्तेमाल किया जा रहा है और इसमें SARS-CoV-2, नया कोरोनावायरस स्ट्रेन नहीं है जो कोविड-19 का कारण है। नेज़ल फ्लू स्प्रे से निश्चित रूप से आपके बच्चे को कोविड-19 नहीं हो सकता है।

गलत दावा: फ्लू जैब से आपको गंभीर दुष्प्रभाव होता है

मिथबस्टर #6: दस लाख लोगों में से केवल 1 को ही फ्लू जैब के गंभीर दुष्प्रभाव होते हैं। हल्के दुष्प्रभाव बहुत आम हैं, लेकिन फ्लू के संभावित प्रभावों की तुलना में बहुत कम गंभीर हैं जो गंभीर बीमारी या मौत का कारण बन सकते हैं। फ्लू जैब आपके और आपके आसपास के लोगों के लिए सबसे अच्छी सुरक्षा है।

गलत दावा: फ्लू के टीके से आपको फ्लू होगा

मिथबस्टर #7: फ्लू के टीके से आपको फ्लू नहीं हो सकता है। वैक्सीन में निष्क्रिय वायरस होता है जिससे आपको फ्लू नहीं हो सकता है। इससे हल्के दुष्प्रभाव जैसे कि दर्द या मांसपेशियों में दर्द, हल्का बुखार या अस्वस्थता, कँपकँपी, दर्द और थकान महसूस हो सकते हैं। ये फ्लू के जोखिमों से बहुत कम गंभीर हैं।

गलत दावा: फ्लू वैक्सीन से आपका कोविड-19 टेस्ट पॉजिटिव आएगा

मिथबस्टर #8: फ्लू वैक्सीन से आपका कोरोना वायरस टेस्ट पॉजिटिव नहीं आएगा। कोविड-19 टेस्ट में SARS-CoV-2 वायरस के विशिष्ट आनुवंशिक अनुक्रम को देखा जाता है। फ्लू वायरस का बहुत ही अलग आनुवंशिक अनुक्रम होता है। फ्लू वैक्सीन निश्चित रूप से कोविड-19 टेस्ट के परिणाम को प्रभावित नहीं कर सकता है।

गलत दावा: NHS में फ्लू जैब लेना सुरक्षित नहीं है

मिथबस्टर #9: NHS ने आपकी सुरक्षा के लिए हर सावधानी बरती है और कोविड-सुरक्षित तरीके से फ्लू जैब देने के लिए मजबूत योजनाएं बनाई हैं। अगर आपको फ्लू जैब अपॉइंटमेंट के लिए आमंत्रित किया जाता है, तो यह महत्वपूर्ण है कि आप इसमें शामिल लें। अगर आप फ्लू के टीके के लिए योग्य हैं और NHS की ओर से सूचना नहीं मिली है, तो कृपया अपने जीपी प्रैक्टिस से पूछें।

गलत दावा: फ्लू का टीका स्वयं सुरक्षित नहीं है

मिथबस्टर #10: फ्लू का टीकाकरण सुरक्षित और प्रभावी है और इसे हर साल दिया जाना चाहिए। इससे आपको फ्लू नहीं हो सकता है। यह आपको कोविड-19 से सुरक्षा नहीं देता है, लेकिन यह इस वर्ष फैलने वाले फ्लू के स्ट्रेन से बचाता है।

गलत दावा: फ्लू वैक्सीन में माइक्रोचिप लगा हुआ आता है

मिथबस्टर #11: सोशल मीडिया पर एक संपादित वीडियो साझा किया गया है जिसमें दिखाया गया है कि लोगों को माइक्रोचिप लगाई जा रही है। यह वीडियो एक अमेरिकी कंपनी के बारे में था जिसने अपने कर्मचारियों को स्लैक्स खरीदने या कंप्यूटर और फोटोकॉपीयर्स का उपयोग करने के लिए अपनी उंगली में माइक्रोचिप लगाने की पेशकश की थी। यह फ्लू जैब का वीडियो नहीं था और फ्लू जैब में माइक्रोचिप नहीं लगे होते हैं।

गलत दावा: फ्लू शॉट में कोविड-19 शामिल है

मिथबस्टर #12: सोशल मीडिया पर हालिया पोस्टों में दावा किया गया है कि फ्लू वैक्सीन में कोविड-19 शामिल है, जो कि गलत हैं। फ्लू वैक्सीन कई वर्षों से इस्तेमाल किया जा रहा है और इसमें SARS-CoV-2, नया कोरोनावायरस स्ट्रेन नहीं है जो कोविड-19 का कारण है।

गलत दावा: फ्लू का इलाज एंटीबायोटिक्स से किया जा सकता है

मिथबस्टर #13: फ्लू का कारण वायरस होते हैं। एंटीबायोटिक्स केवल बैक्टीरिया के खिलाफ काम करते हैं। फ्लू होने की वजह से जीवाणु संक्रमण हो सकता है, इस स्थिति में आपको उस संक्रमण के इलाज के लिए एंटीबायोटिक्स दिए जा सकते हैं, इससे फ्लू से बचाव नहीं होगा।

गलत दावा: आपको हर साल फ्लू जैब लेने की आवश्यकता नहीं है

मिथबस्टर #14: वायरस जो फ्लू का कारण बनते हैं, वे परिवर्तनशील (उत्परिवर्तनशील) होते हैं, इसलिए आपको प्रत्येक वर्ष नए वायरस से मेल खाने वाले टीकाकरण की आवश्यकता होती है।

गलत दावा: मुझे फ्लू हो चुका है इसलिए टीका लगने में बहुत देर हो चुकी है

मिथबस्टर #15: चूंकि फ्लू कई वायरस के कारण होता है, स्वाभाविक रूप से विकसित प्रतिरक्षा केवल उनमें से एक के खिलाफ आपकी रक्षा करेगी। आप अन्य स्ट्रेन से प्रभावित हो सकते हैं।

गलत दावा: स्वस्थ लोगों को टीका लगाने की आवश्यकता नहीं है

मिथबस्टर #17: जबकि उन लोगों के लिए फ्लू जैब विशेष रूप से महत्वपूर्ण है जो लंबे समय से बीमार हैं या जिन्हें पुरानी बीमारी है, लेकिन सभी को टीकाकरण से लाभ मिलता है। इसके अलावा, यह मुफ्त है, अगर आप 65 वर्ष से अधिक आयु के हैं, तो उम्र बढ़ने के साथ हमारी प्राकृतिक प्रतिरक्षा फ्लू वायरस के प्रति बढ़ती अतिसंवेदनशीलता को कमजोर करती है

गलत दावा: अपनी रक्षा करने के लिए आपको केवल फ्लू जैब लेने की आवश्यकता है

मिथबस्टर #18: अपने हाथों को कम से कम 20 सेकंड तक साबुन और पानी से बार-बार धोना न भूलें और फ्लू वाले लोगों के संपर्क में आने से बचने की कोशिश करें। यह कोविड-19 के संदर्भ में विशेष रूप से महत्वपूर्ण है।