ਟੀਕੇ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸੂਚਨਾ ਸੰਬੰਧੀ ਵੇਰਵਾ

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ (ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਜਾਂ ਮੁੜ-ਸੰਯੋਜਕ): ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਜਾਣਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ

ਟੀਕੇ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸੂਚਨਾ ਸੰਬੰਧੀ ਵੇਰਵੇ ਸਪੇਨਿਸ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। www.immunize.org/vis 'ਤੇ ਜਾਓ

Hojas de información sobre vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. Visite www.immunize.org/vis

1. ਟੀਕਾ ਕਉਂ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੁਆਰਾ **ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ)** ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਫਲੂ ਇੱਕ ਛੂਤ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਸਾਲ ਪੂਰੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਫੈਲਦੀ ਹੈ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਕਤੂਬਰ ਅਤੇ ਮਈ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ। ਫਲੂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਲੇਕਿਨ ਇਹ ਨਵਜੰਮੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ, 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪ੍ਰਤੀਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਲੂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਮੂਨੀਆ, ਬ੍ਰੌਨਕਾਈਟਿਸ, ਸਾਈਨਸ ਦੀ ਲਾਗ, ਅਤੇ ਕੰਨ ਦੀ ਲਾਗ ਫਲੂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਦੇ ਉਦਾਹਰਣ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਕੈਂਸਰ, ਜਾਂ ਸ਼ੂਗਰ, ਤਾਂ ਫਲੂ ਨਾਲ ਹਾਲਤ ਹੋਰ ਵਿਗੜ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਫਲੂ ਦੀ ਵਜ਼ਹ ਤੋਂ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਠੰਢ ਲਗ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ, ਖੰਘ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਗਣਾ ਜਾਂ ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਲੱਛਣ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਔਸਤ ਸਾਲ ਵਿੱਚ, **ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕ ਫਲੂ ਕਰਕੇ ਮਰਦੇ ਹਨ**, ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਹਰ ਸਾਲ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਫਲੂ ਤੋਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।

2. ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ

CDC ਹਰੇਕ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। **6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ 8 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ** ਨੂੰ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ 2 ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। **ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਹਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ** ਹਰੇਕ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਲਈ ਸਿਰਫ 1 ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

ਫਲੂ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਸਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਫਲੂ ਵੈਕਸੀਨ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਫਲੂ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਵੈਕਸੀਨ ਇਹਨਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਕੁਝ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ **ਤੋਂ ਫਲੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ**।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਹੋਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਾਉਣ ਵੇਲੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

3. ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਅਿਕਤੀ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕ ਿਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਅਿਕਤੀ:

- ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਿਛਲੀ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ **ਕਦੇ ਵੀ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ**, ਜਾਂ ਕੋਈ **ਜਾਨਲੇਵਾ, ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਸੀ।**
- **ਗੁਏਨ-ਬਾਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ** (ਜਿਸ ਨੂੰ "GBS" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਸੀ

ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੱਕ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨੂੰ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭਵਤੀ ਹਨ ਜਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ੁਕਾਮ ਵਰਗੀ ਮਾਮੂਲੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

4. ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ

- ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦਰਦ, ਲਾਲੀ ਅਤੇ ਸੋਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੁਖਾਰ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਅਤੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਇਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ (ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੁਏਨ-ਬਾਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਾਮੂਲੀ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਉਮੋਕੋਕਲ ਵੈਕਸੀਨ (PCV13) ਨਾਲ ਫਲੂ ਸ਼ਾਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਸੇ ਸਮੇਂ DTaP ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੌਰੇ ਪੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਥੋੜੀ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਫਲੂ ਦੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਦੇ ਦੌਰਾ ਪਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਟੀਕਾਕਰਨ ਸਮੇਤ ਡਾਕਟਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੱਕਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਘੰਟਿਆਂ ਵੱਜ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਵੈਕਸੀਨ ਕਰਕੇ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ, ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ, ਜਾਂ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

5. ਜੇ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਇੱਕ ਵਅਿਕਤੀ ਜਸਿਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਆਿ ਹੈ, ਕਲੀਨਕਿ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਿੇ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿ (ਪਤਿ, ਚਹਿਰੇ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੀ ਸੋਜ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਚਿ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ) ਦੇ ਲੱਛਣ ਵਖਿਾਈ ਦਦਿੇ ਹਨ, ਤਾਂ 9-1-1 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਵਾਲੇ ਵਅਿਕਤੀ ਨੂੰ ਕਸਿੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।

ਹੋਰ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਜਨਿ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਚਤਿੰਤ ਹੋ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।

ਵੈਕਸੀਨ ਐਡਵਰਸ ਇਵੈਂਟ ਰਪਿੋਰਟਗਿ ਸਸਿਟਮ (VAERS) ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿਵਾਂ ਦੀ ਰਪਿੋਰਟ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਰਪਿੋਰਟ ਦਰਜ ਕਰੇਗਾ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। www.vaers.hhs.gov 'ਤੇ VAERS ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **1-800-822-7967** 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ। VAERS ਸਰਿਫ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆਿਵਾਂ ਦੀ ਰਪਿੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ, ਅਤੇ VAERS ਸਟਾਫ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਦਿਾ ਹੈ।

6. ਨੈਸ਼ਨਲ ਵੈਕਸੀਨ ਇੰਜਰੀ ਕੰਪਨਸੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਨੈਸ਼ਨਲ ਵੈਕਸੀਨ ਇੰਜਰੀ ਕੰਪਨਸੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (VICP) ਇੱਕ ਸੰਘੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦੇਣ ਲਈ ਬਣਾਇਆ ਗਆਿ ਸੀ ਜੋ ਕਸਿੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਨਾਲ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਥਤਿ ਸੱਟ ਜਾਂ ਮੌਤ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਚਿ ਦਾਅਵੇ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਸੀਮਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਦਿੋ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਦਾਅਵਾ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਲਈ, VICP ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.hrsa.gov/vaccinecompensation 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **1-800-338-2382** 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।

7. ਮੈਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਵਿੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।
- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਜਾਂ ਰਾਜ ਦੇ ਸਹਿਤ ਵਭਿਾਗ ਨੂੰ ਕਾੱਲ ਕਰੋ।
- ਵੈਕਸੀਨ ਪੈਕੇਜ ਇੰਸਟ੍ਰਟ੍ਸ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਫੂਡ ਐਂਡ ਡਰੱਗ ਐਡਮਨਿਸਿਟ੍ਰੇਸ਼ਨ (FDA) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਜ਼ਿੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਐਂਡ ਪ੍ਰਵਿੈਂਸ਼ਨ (CDC) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** 'ਤੇ ਕਾੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ
  - CDC ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.cdc.gov/flu** 'ਤੇ ਜਾਓ।

Punjabi translation of Influenza, Inactivated VIS provided by California Department of Public Health, Immunization Program