சளிக்காய்ச்சல் பற்றிய உண்மைகளை நீங்கள் அறிவீர்களா?

NHS

Flu vaccine help us help you

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஏற்றுவதனால், ஒருவருக்கு சளிக்காய்ச்சல், பக்கவிளைவுகள் அல்லது சளிக்காய்ச்சல் அறிகுறிகளை விட மோசமான சுகவீனம் ஏற்படலாம் என்பதனால், நான் தடுப்பூசி மருந்தை எடுப்பேன் என நினைக்கவில்லை.

தடுப்பூசி மருந்து ஏற்றுவதனால் சளிக்காய்ச்சல் ஏற்படமுடியாது. ஏனெனில் மருந்தில் செயல்படும் உயிரிகள் கிடையா.

மருந்தை எடுத்தபிற்பாடு ஒருசில பேர்களுக்கு சளிக்காய்ச்சல் போன்ற மிதமான காய்ச்சல் அறிகுறிகள் தோன்றலாம், அல்லது கையுளைவு கூட ஏற்படலாம் என்பது உண்மையே. இவ்வாறான நிகழ்வு, தடுப்பு மருந்தை உடல் இனம் கண்டு நோய் எதிர்ப்புக்கு தயாராகுவதைக் குறிப்பதாகும். இந்த நிலை 24 மணி நேரத்துக்கு மேல் நீடிக்காது.

தடுப்பூசி மருந்தில் கொரோனாவைரஸ் இருப்பதனால், அதனை ஏற்றிக்கொண்டால் நான் கோவிட்-19-க்கு உள்ளாகும் ஆபத்து அதிகமாகவிடும்.

இதில் அறவே உண்மை இல்லை. நீங்கள் பாதுகாப்பாகவும் நலமாகவும் இருக்கவேண்டும் என்று தேசிய சுகாதார சேவை (என்எச்எஸ்) விரும்புகிறது. கோவிட்-19, அத்துடன் சளிக்காய்ச்சல் என இரண்டாலும் அதிகமாகப் பீடிக்கப்படக்கூடியவர்களுக்கு எங்களிடம் உள்ள அதிசிறந்த பாதுகாப்பு சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்தாகும். ஆபத்தில் உள்ளவர்கள் மத்தியில் இவை கடும் சுகவீனத்தை அல்லது மரணத்தைக்கூட விளைவிக்கலாம். இந்த ஆண்டு, என்எச்எஸ் கொரோனாவைரஸ் தொற்றும் ஆபத்தில் உள்ள ஆளொருவருடன் வசிக்கும் ஆட்களுக்கு என்எச்எஸ் இலவசமாக தடுப்பூசி மருந்து வழங்க முன்வந்துள்ளது.

குழந்தைகளுக்கான நாசித் துவார சளிக்காய்ச்சல் தெளிப்பு தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். வளர்ந்தவர்களுக்கான தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் மருந்தகம் அல்லது ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும்.

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்து கோவிட்-19-க்கு எதிராகவும் எனக்குப் பாதுகாப்பு வழங்குமா? ஒரே சமயத்தில் இரண்டும் ஒருவருக்கு ஏற்படமாட்டா என்று கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன்.

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்து கோவிட்-19-இலிருந்து உங்களைப் பாதுகாக்கமாட்டாது. ஆனால், அது உங்களை, சளிக்காய்ச்சலில் இருந்து பாதுகாக்கும். சளிக்காய்ச்சல் ஒரு விரும்பத்தகாத வைரஸாகும். சில வேளைகளில் அது, தொற்று ஆபத்தில் உள்ளவர்கள் மருத்துவமனையில் சிகிச்சையை நாடும் அளவுக்கு சிக்கல்களை ஏற்படுத்திவிடும்.

கோவிட்-19-ஆலும் சளிக்காய்ச்சலாலும் ஒருங்கே பீடிக்கப்படும் சாத்தியமும் உண்டு. சளிக்காய்ச்சலில் இருந்து பாதுகாப்புப் பெற உதவுதல், கோவிட்-19 பரவும் வேளையில் விசேட முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. ஏனெனில் கோவிட்-19 தொற்றும் ஆபத்தில் உள்ளவர்களுக்கு சளிக்காய்ச்சலால் சிக்கல்கள் ஏற்படும் சாத்தியங்களும் உள்ளன.

சென்ற ஆண்டில் நான் சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்து பெற்றுக்கொண்டேன். அதனால் இந்த ஆண்டில் எனக்கு அது தேவை இல்லை.

ஒரு தடவை எடுக்கும் சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி, சளிக்காய்ச்சலில் இருந்து ஒருவரை ஆயுள் முழுவதும் பாதுகாக்காது.

கடந்த குளிர்காலத்தில் நீங்கள் தடுப்பு மருந்து எடுத்தீர்கள் என்பதனால் இந்த ஆண்டு அதனைத் தவிர்த்துவிடலாம் என்று அர்த்தம் கொள்ளலாகாது. சளிக்காய்ச்சல் நெடுகிலும் மாற்றம் அடையும் ஒரு வைரஸ் ஆகும். ஆகப்பிந்திய வைரஸ் வகையை முயன்று எதிர்க்கும் விதத்தில் ஒவ்வோராண்டும் ஒரு புதிய தடுப்பூசி மருந்து உருவாக்கப்படுகிறது. இந்த ஆண்டில் உங்களுக்கு ஏற்கனவே சளிக்காய்ச்சல் ஏற்பட்டிருந்த போதிலும் நீங்கள் தடுப்பூசி ஏற்றிக்கொள்வது அவசியம்.

நான் கர்ப்பமாக, அல்லது தாய்ப்பால் ஊட்டுபவராக இருந்தால், சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஏற்றக்கூடாது என்று எனக்குச் சொல்லப்பட்டுள்ளது - இது உண்மையா?

நீங்கள் கரப்பமாக இருக்கும்போது கவனமாக இருக்கவேண்டும் என்பது இயல்பானதே. இருப்பினும். சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஏற்றிக்கொள்வது உண்மையாகவே முக்கியம். ஏனெனில் அது உங்களையும் உங்கள் குழந்தையையும் சளிக்காய்ச்சல் தொற்றில் இருந்து பாதுகாக்க உதவுகிறது.

கர்ப்பமாக இருக்கும்போது உங்களுக்கு சளிக்காய்ச்சல் ஏற்படுமானால், உங்களுக்கு சிக்கல்கள் ஏற்படும் சாத்தியம் கூடுதலாக இருக்கும். ஆகவே, தடுப்பூசி மருந்து எடுப்பது குறித்தும், உங்களிடம் இருக்கக்கூடிய வேறு கரிசனைகள் குறித்தும் உங்கள் மருத்துவருடன் (ஜிபி) பேசுமாறு மிகவும் பரிந்துரைக்க விரும்புகிறோம்.

தடுப்பூசி மருந்தால் பால் ஊட்டும் தாய்மாருக்கோ அவர்தம் குழந்தைகளுக்கோ ஆபத்து ஏதும் இல்லை.

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்தில் கெலாட்டீன் இருப்பதனால், அது எனது மத மற்றும் ஒழுக்க நம்பிக்கைகளுக்கு முரண்படுகிறது - ஆகவே நான் விரும்பினாலும் அதனை என்னால் எடுக்க இயலாது.

நாசித் தடுப்பு மருந்து நன்கு பதப்படுத்தப்பட்ட கெலாட்டீனைக் கொண்டிருக்கையில், வளர்ந்தவர்களுக்கு ஏற்றப்படும் ஊசி மருந்தில் அது கிடையாது.

அது உயிர் வைரஸ்கள் எவையும் அற்ற, செயல் இழக்கப்பட்ட தடுப்பு மருந்தாகும். அதனால் உங்களுக்கு சளிக்காய்ச்சல் தரமுடியாது. மருந்தில் அது உருவாக்கப்பட்ட முறைக்கு ஏற்ப, பல வகைகள் கிடைக்கும். மேலும் தகவல்களை உங்கள் ஜிபியிடம் கேட்கவும்.

குழந்தைகளுக்கான நாசித் துவார சளிக்காய்ச்சல் தெளிப்பு தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். வளர்ந்தவர்களுக்கான தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் மருந்தகம் அல்லது ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும்.

நானும் என் குடும்பமும் மிகவும் பலமான நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி கொண்டவர்களாக உள்ளோம். அத்துடன் சுகாதாரமான வாழ்க்கை வாழ்கிறோம். அகவே எங்களுக்கு சளிக்காய்ச்சல் ஏற்படுவது அசாத்தியம்.

நீங்கள் திடகாத்திரராக இருக்கும் அளவுக்கு அதிர்ஷ்டசாலியாக இருக்கலாம். இருப்பினும் நீங்களும் உங்கள் பிள்ளையும் அதனை உங்களைவிடப் பலவீனமாக இருக்கக்கூடிய, மிக இளமையானவர்கள், மூத்தவர்கள், கர்ப்பிணிகள் அல்லது அடிப்படை சுகாதார ஊறு நிலையில் உள்ளவர்கள் போன்ற இலகுவில் ஊறுபடக்கூடியவர்கள் மத்தியில் பரப்பலாம்

சளிக்காய்ச்சல் பெரும்பாலான ஆட்களுக்கு இலேசான வருத்தத்தை ஏற்படுத்தலாம். அதே வேளை சிலருக்கு அது சுவாசக்குழல் அழற்சி (bronchitis) நுரையீரல் அழற்சி (pneumonia) போன்ற பாரதூரமான சிக்கல்களை உருவாக்கலாம். இங்கிலாந்தில் ஆண்டு தோறும் 11,000 பேர்கள் இவற்றால் இறக்கினறனர்.

இந்தச் சிக்கல்களைத் தடுக்க தடுப்பூசி மருந்து உதவுகிறது. இதனால் மருத்துவமனைக்குச் செல்லும் தேவையைக், குறிப்பாக இலகுவில் ஊறுபடக்கூடியவர்களுக்கு இல்லாதொழிக்க உதவுகிறது.

பல பேர்களுக்கு உண்மையில் சளிக்காய்ச்சல் ஏற்படுவதாக நான் நினைக்கவில்லை. ஆகவே சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஏற்றுவது தேவை அற்றது.

சளிக்காய்ச்சல் ஒரு பயங்கர நோயாகத் தோன்றாதபோதிலும், அது இங்கிலாந்தில் சராசரியாக 11,000 பேர்களை ஒவ்வோராண்டும கொல்லுகிறது.

நீங்கள் திடகாத்திரராக இருக்கும் அளவுக்கு அதிர்ஷ்டசாலியாக இருக்கலாம். இருப்பினும் நீங்களும் உங்கள் பிள்ளையும் அதனை உங்களைவிடப் பலவீனமாக இருக்கக்கூடிய, மிக இளமையானவர்கள், மூத்தவர்கள், கர்ப்பிணிகள் அல்லது அடிப்படை சுகாதார ஊறு நிலையில் உள்ளவர்கள் போன்ற இலகுவில் ஊறுபடக்கூடியவர்கள் மத்தியில் பரப்பலாம் சளிக்காய்ச்சல் அறிகுறிகள் காணப்படாதவர்கள் மத்தியில்கூட அது பரவலாம்.

தடுப்பூசி மருந்து ஏற்றுவதற்கான சந்திப்பு நியமனம் ஒன்றை ஏற்படுத்தும் பொருட்டு உங்கள் ஜிபி அல்லது சிகிச்சை நிலையத் தாதி அல்லது பதிலாக உங்கள் உள்ளூர் மருந்தாளர் உடன் பேசவும்.

தாங்கள் சளிக்காய்ச்சலால் அவதிப்படுவதாகக் கூறும் ஆட்கள், உண்மையில் கடும் தடிமல் கண்டவர்களே.

சளிக்காய்ச்சல், மற்றும் சாதாரண தடிமல் ஆகியவற்றின் அறிகுறிகள் சில ஒரேமாதிரிக் காணப்படும், ஆனால் சளிக்காய்ச்சல் கடும் தடிமலைவிட மிக மோசமானது. அறிகுறிகள் மிகக்கடுமையாகவும் விரைவாகவும் உங்களிடம் காணப்பட்டு, தசைநார் நோ, தலைவலி, களைப்பு ஆகியவற்றை ஏற்படுத்தும்.

ஏற்பட்டிருப்பது தடிமனா சளிக்காய்ச்சலா என்று உங்களால் நிச்சயிக்க இயலாவிட்டால், அது சளிக்காய்ச்சல் அல்லாமல் இருக்கலாம்.

நான் சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்தை ஏற்றிக்கொள்ள விரும்புகிறேன், அனால் அது எனக்கும் என் குழந்தைக்கும் ஒரு பயங்கர அனுபவமாக இருக்கும் என்று அஞ்சுகிறேன் (கவசம் அணிந்த பணியாளர் /ஊசியைக் கண்டு அச்சப்படுதல்).

குழந்தைகளைப் பொறுத்தவரை, ஒவ்வொரு நாசித் துவாரத்திலும் ஒரு தடவை பீற்றப்படுவதன் மூலம் உண்மையில் தடுப்பு மருந்து வழங்கப்படுகிறது. இங்கே ஊசி கிடையாது. பீற்றுதல் விரைவாகவும், நோ இல்லாமலும் நடைபெற்று, மருந்து விரைந்து உறிஞ்சப்படுகிறது. தடுப்பு மருந்து வழங்கப்பட்ட பிற்பாடு, உங்கள் குழந்தைக்கு மூக்கு வடிதல், தும்மல் அல்லது மூக்கு சீறுதல் ஏற்பட்டாலும் மருந்து தொடர்ந்து வேலை செய்யும்.

ஆயினும், உங்கள் குழந்தைக்கு சுவாசக் கோளாறு இருந்தால், அல்லது, புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை பெற்று வருபவர் ஒருவருடன் குழந்தைக்கு நெருங்கிய தொடர்பு இருந்தால் அல்லது குழந்தையின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி பலவீனமாக இருந்தால், அவருக்கு தடுப்பூசி மூலம் மருந்து வழங்கும் சாத்தியம் உண்டு.

எந்த முறையை எதிர்பார்ப்பது என்று உங்களுக்குக் கவலை ஏற்பட்டால், உங்கள் ஜிபி மருத்துவ நிலையத்தாருடன் பேசவும். அவர்கள் உரிய செயல்முறையை உங்களிடம் எடுத்துரைக்கக்கூடியவர்கள். அதனால் எதனை எதிர்பார்க்கவேண்டும் என்று நீங்களும் உங்கள் குழந்தையும் அறிந்துகொள்வீர்கள்.

குழந்தைகளுக்கான நாசித் துவார சளிக்காய்ச்சல் தெளிப்பு தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். வளர்ந்தவர்களுக்கான தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் மருந்தகம் அல்லது ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும்.

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பு மருந்து பெறச் செல்வதனால், எனக்கு வைரஸ் ஒன்று தொற்றிக்கொள்ளும் ஆபத்து ஏற்படலாம் என்று அஞ்சுகிறேன் - இது பாதுகாப்பானது அல்ல.

தற்போதைய குளிர்காலத்தில் தென்மேற்கு இலண்டன் வாழ் மக்கள் பாதுகாப்பாகவும் சௌகர்யமாகவும் சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஏற்றிக்கொள்ள ஏதுவாக என்எச்எஸ் கடுமையாக உழைக்கிறது.

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பு மருந்து வழங்குநர்கள் உங்கள் பாதுகாப்புக்குரிய ஏற்பாடுகளைச் செயது வைத்திருப்பார்கள். தடுப்பு மருந்து வழங்கும் பணியாளர், உங்களையும் தங்களையும் வைரஸில் இருந்து பாதுகாக்கும் கவசங்களை அணிந்திருப்பார்கள்.

காத்திருக்கும் பகுதியில் ஆட்களின் எண்ணிக்கையைக் குறைக்கும் வகையில் சந்திப்பு நியமனங்கள் ஒழுங்கு செய்யப்படலாம், அல்லது முந்தி வராதிருக்குமாறு உங்களுக்கு கூறப்படலாம்.

சென்ற ஆண்டு சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்து எடுக்க எனக்கு வாய்ப்புக் கிடைக்கவில்லை. இந்த ஆண்டு இது மேலும் கடினமாக இருக்கும் என்று நினைக்கிறேன். ஏனென்றால் எனது மருத்துவருடன் தொலைபேசி அல்லது வீடியோ மூலம் மாத்திரம் நான் சந்திப்பு நியமனம் ஒன்றை பெற முடியும்.

தற்போதைய குளிர்காலத்தில் தென்மேற்கு இலண்டன் வாழ் மக்கள் பாதுகாப்பாகவும் சௌகர்யமாகவும் சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஏற்றிக்கொள்ள ஏதுவாக என்எச்எஸ் கடுமையாக உழைக்கிறது.

உங்கள் ஜிபி மட்டுமே உங்களுக்கு தடுப்பு மருந்து வழங்கலாம் என்றில்லை. மருந்தாளர்கள் பலரும் வளர்ந்தவர்களுக்கு சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பு மருந்து வழங்கி வருகிறார்கள்.

தடுப்பூசி மருந்து ஏற்றுவதற்கான சந்திப்பு நியமனம் ஒன்றை ஏற்படுத்தும் பொருட்டு உங்கள் ஜிபி அல்லது சிகிச்சை நிலையத் தாதி அல்லது பதிலாக உங்கள் உள்ளூர் மருந்தாளர் உடன் பேசவும்.

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பு மருந்து பெறக்கூடிய தகுதி எனக்கு இல்லை. அதனைப் பெற அதிகம் செலவாகும் என்று நிச்சயமாக நான் அறிவேன்.

ஆதரிப்பாளர்கள் (carers) உட்பட, பல்வேறு மக்கள் குழுக்களுக்கு, அவரவர் ஜிபி சிகிச்சை நிலையம் அல்லது சமூக மருந்தகம் இலவசமாக சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி மருந்து வழங்குகிறது. நீங்கள் என்எச்எஸ்-இன் இலவச சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பு மருந்து பெறத் தகுதி இல்லாதவரானால், £15 செலவில் தனிப்பட்ட முறையில் தடுப்பு மருந்து பெற்று உங்களைப் பாதுகாக்க இயலும்.

பெருந்தெரு மருந்தகங்களிலும், அனேக சுப்பர்மார்க்கெட்டுகளிலும் சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பு மருந்து கிடைக்கும். எவ்வாறெனினும், மருந்தாளர்கள் தொற்று ஆபத்தில் உள்ளவர்களுக்கே, தனிப்பட்டதவர்களைவிட, முன்னுரிமை கொடுத்து மருந்தை வழங்குவார்கள்.

மேலும் அறிந்துகொள்ள உங்கள் உள்ளூர் மருந்தாளருடன் ஆலோசிக்கவும்.

நான் சென்ற ஆண்டு சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பூசி ஏற்றிக்கொள்ள விரும்பினேன், ஆனால் எனது மருத்துவ நிலையத்தில் மருந்து தீர்ந்துபோய்விட்டது. தடுப்பு மருந்தில் தட்டுப்பாடு ஏற்பட்டு, அது உண்மையில் வேறு ஒருவருக்குத் தேவைப்படும் நிலையில் நான் அதனைப் பெற விரும்பேன்.

சளிக்காய்ச்சல் தடுப்பு மருந்தை 50-64 வயதினருக்கு ஆண்டின் பிற்பகுதியில் வழங்கக்கூடிய திட்டங்களை அரசாங்கம் அறிவித்துள்ளது. இலையுதிர் காலத்தின் பிற்பகுதியில் மேலும் தகவல்கள் கிடைக்கும்.

இருப்பினும், நீங்கள் தொற்றாபத்துள்ள 50-64 வயதினராக இருந்தால் உங்கள் தடுப்பு மருந்தைத் தாமதிக்கலாகாது.

குழந்தைகளுக்கான நாசித் துவார சளிக்காய்ச்சல் தெளிப்பு தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். வளர்ந்தவர்களுக்கான தடுப்பு மருந்துக்கு உங்கள் மருந்தகம் அல்லது ஜிபியுடன் தொடர்பு கொள்ளவும்.

NHS20200004 WInter Flu Campaign A5 Leaflet_AW Tamil.indd 4 12/11/2020 17:58