نیوذیلینڈ میں چارمیں سے ایک شخص ہر سال فلو کا شکار ہوتا ہے -

انفلوئینزا ' فلو' کسی بھی جگہ ہو سکتا ہے - یہ بڑی آسانی سے کھانسنے اور چھینکنے سے پکڑا جاتا ہے- انفلوئینزا زکام سے بہت ذیادہ بدتر ہوتا ہے -

کچھ لوگوں کا فلو کی وجہ سے بہت بیمار ہو جانے کا امکان زیادہ ہوتا ہے- جیسے کہ کم سن بچے، دودھ پیتے بچے، حاملہ عورتیں، اور بوڑھے لوگ - مذید وہ لوگ بھی جن کو کوئی بیماری ہو جیسے سانس کی بیماری یا ذیابیطس -

کچھ لوگوں کو فلو کی وجہ سے کچھ دیر کے لئے ہسپتال میں رہنا پڑ سکتا ہے - چند لوگ فلو سے مر بھی جاتے ہیں -

بہت سے لوگوں کو پتہ نہیں چلتا کہ انہیں فلو ہے کیونکہ وہ علیل نہیں ہوتے، لیکن وہ پھر بھی اس کو پھیلا سکتے ہیں اور دوسروں کو سخت بیمار کر سکتے ہیں-

اپنے آپ کو محفوظ رکھنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ہر سال فلو کا ٹیکہ لگوایں، فلو کا ٹیکہ آپ کے جسم کو اپنے آپ کو فلو سے محفوظ رکھنے میں مدد دیتا ہے-

اگر آپ فلو کا ٹیکہ لگوا لیتے ہیں تو آپ اپنے آپ کو، اپنے گھر والوں کو آس پاس کے لوگوں کو فلو سے محفوظ رکھتے ہیں-

فلو کا ٹیکہ 65 سال اور اس سے ذیادہ عمر کے لوگوں کےلئے **مفت** ہے-

فلو کا ٹیکہ حاملہ عورتوں کےلئے **مفت** ہے-

فلو کا ٹیکہ 65 سال سے کم عمر کے کسی بھی ذیابیطس کے مریض، عام دل اور پھیپھڑوں کے مرض اور کچھ مذید امراض میں مبتلا لوگوں کے لئے **مفت** ہے-

فلو کا ٹیکہ **5** سال سے کم عمر کے بچوں کے لئیے **مفت** ہے جو سانس کی کسی بھی بیماری کی وجہ سے ہسپتال میں رہ چکیں ہوں -

اپنے ڈاکٹر یا نرس سے آج ہی فلو کے ٹیکے کے بارے میں پوچھیں- ہو سکتہ ہے یہ آپ کے لئے مفت ہو-

اپنے ان رشتہ داروں کی حوصلہ افزائی کریں جن کے لئے فلو کا ٹیکہ مفت ہے کہ وہ اپنے داکٹر یا نرس سے ملیں-

تندرست و توانہ ہونا فلو کو ہونے سے نہیں روکتا -

ٹیکے کی دوا کی وجہ سے فلو نہیں ہو سکتا-

آپ کو بہترین حفاظت کے لئے ہر سال موسم سرما سے پہلے فلو کا ٹیکہ لگوانا چاہئے-