

মরশুমি টিকা - COVID-19, ফ্লু এবং RSV

প্রত্যেকেই প্রিয়জনকে নিরাপদ ও সুরক্ষিত রাখাকে অগ্রাধিকার দেন এবং নিজেকে এবং অন্যদের রক্ষা করার সবচেয়ে ভালো উপায়গুলির মধ্যে একটি হল টিকা নেওয়া।

শীতকালে যখন আমরা বাড়ির ভেতরে একসঙ্গে বেশি সময় কাটাই তখন শ্বাসযন্ত্রের সংক্রমণ আরও সহজে ছড়িয়ে পড়ে। সুস্থ থাকা আপনার অসুস্থ হওয়ার বা সংক্রামিত করার ঝুঁকি কমায় না এবং আপনার কোনো উপসর্গ না থাকতে পারে না এবং আপনি অজান্তে আপনার বন্ধু এবং পরিবারের মধ্যে সংক্রমণ ছড়িয়ে দিতে পারেন।

এই শরতে, কিছু ব্যক্তির জন্য তিনটি বিনামূল্যে টিকা উপলভ্য আছে: ফ্লু, COVID-19 এবং রেসপিরেটরি সিনসিশিয়াল ভাইরাস (RSV)।

আপনার ডাক্তারের ডাক্তারখানা বা অন্যান্য স্থানীয় NHS পরিষেবা যোগ্য ব্যক্তিদের টিকা নেওয়ার জন্য আমন্ত্রণ পাঠাবে। ফ্লু টিকা নেওয়ার জন্য যোগ্য যে কেউ NHS অ্যাপ ডাউনলোড করে [এখন NHS ওয়েবসাইটের মাধ্যমে বুক করতে পারেন](#) বা অনলাইনে না পারলে বিনামূল্যে 119 নম্বরে কল করে তা করতে পারেন।

এই টিকাগুলির কোনোটিতে কি শুয়োরের মাংসের উপাদান থাকে?

হ্যাঁ, ফ্লু টিকায় শুকরের মাংস থাকে। আপনি যদি এমন একটি টিকা চান যাতে শুয়োরের মাংস থাকে না, তাহলে আপনার ডাক্তারের ডাক্তারখানায় জানান।

অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করার জন্য আমার ডাক্তার আমার সাথে যোগাযোগ করেন নি, আমার কী করা উচিত?

আপনি যদি নিজেকে যোগ্য মনে করেন তাহলে আপনি:

- আপনার ডাক্তারের ডাক্তারখানায় ফোন করুন
- অথবা জাতীয় বুকিং সিস্টেমে বা 119 নম্বরে ফোন করে স্থানীয় ফার্মেসির সাথে অ্যাপয়েন্টমেন্ট বুক করুন।

NHS ওয়েবসাইটে [ফ্লু, COVID-19 এবং RSV টিকা](#) সম্পর্কে আরও তথ্য আছে

