अपना 2023 का फ़्लू टीका अभी लगवाएँ

इन्फ़्लुएन्ज़ा गंभीर होता है - अपनी और अपने प्रियजनों की सुरक्षा करें

इस वर्ष का इन्फ़्लुएन्ज़ा (फ़्लू) का मौसम सर्दियों में हमारे समुदाय को काफी अधिक प्रभावित कर सकता है।

प्रतीक्षा न करें - फ़्लू का टीका लगाने का सबसे अच्छा समय यही है।

इन लोगों के लिए इन्फ़्लुएन्ज़ा का टीका निःशुल्क है:

- 6 माह से लेकर 5 वर्ष से कम आयु के बच्चे
- 6 माह+ आयु के सभी आदिवासी और टोरेस स्ट्रेट द्वीपवासी लोग
- सभी गर्भवती महिलाएँ
- 65 वर्ष+ आयु के लोग
- चिकित्सीय समस्या से ग्रस्त 6 माह+ आयु के लोग।

यदि आप विदेश यात्रा कर रहे/रही हैं, तो जाने से कम से कम 2 सप्ताह पहले अपना फ़्लू टीका लगवाएँ। फ़्लू और COVID-19 के टीके एक साथ लगवाना सुरक्षित होता है।

अपनी फ़्लू शॉट यहां से प्राप्त करें:

- कोई भी जनरल प्रैक्टिशनर
- ACT सरकारी सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों में आरंभिक बचपन टीकाकरण क्लिनिक (6 माह से लेकर 5 वर्ष से कम आयु के बच्चे)
- फ़्लू के टीके लगाने वाली फार्मेसियाँ (5 वर्ष+ आयु के लोगों के लिए)।

आप इस बार सर्दियों में बीमारी फैलने का सामना करने में सहायता दे सकते/सकती हैं।

- यदि आप बीमार हैं, तो घर पर ही रहें और कोविड जाँच कराएँ
- यदि आपकी जाँच नेगेटिव निकलती है, तो भी बेहतर महसूस करने तक घर पर रहें
- नियमित रूप से अपने हाथ धोएँ
- फेस मास्क पहनें

ACT Government | ACT Health

health.act.gov.au/flu

FLU vaccine