## अपनी NHS सर्दियों की वैक्सीन बुक करना

प्रिय ((fullName)),

आप सर्दियों की मुफ़्त COVID-19 वैक्सीन बुक कर सकते/सकती हैं क्योंकि आपके NHS रिकॉर्ड से पता चलता है कि आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली (इम्यून सिस्टम) कमज़ोर हो सकती है। आप मुफ़्त फ़्लू वैक्सीन भी लगवा सकते/सकती हैं। वैक्सीन देने से पहले हमें इसकी पुष्टि करनी होगी।

कमज़ोर प्रतिरक्षा प्रणाली किसी स्वास्थ्य समस्या या उपचार के कारण हो सकती है। आप यहाँ से ज़्यादा जानकारी प्राप्त कर सकते/सकती हैं: 

* [www.nhs.uk/covid-vaccine](https://www.nhs.uk/covid-vaccine)
* [www.nhs.uk/flujab](https://www.nhs.uk/flujab)

अगर आप सुनिश्चित नहीं हैं, तो अपने फ़ार्मासिस्ट, जीपी सर्जरी या विशेषज्ञ से बात करें।

## अपनी COVID-19 वैक्सीन कैसे लगवाएँ

* NHS ऐप पर बुक करें
* [www.nhs.uk/get](http://www.nhs.uk/book-covid)**-vaccine** पर ऑनलाइन बुक करें – 'हाँ, मैं योग्य हूँ' जवाब दें
* [www.nhs.uk/covid-walk-in](http://www.nhs.uk/covid-walk-in) पर एक वॉक-इन साइट खोजें

## अपनी फ़्लू वैक्सीन कैसे लगवाएँ

अगर आपने इस पतझड़ में अपनी फ़्लू वैक्सीन अभी तक नहीं लगवाई है:

* अपने जीपी सर्जरी से संपर्क करें
* NHS ऐप पर या [www.nhs.uk/book-flu-jab](https://www.nhs.uk/book-flu-jab) पर ऑनलाइन फ़ार्मेसी अपॉइंटमेंट बुक करें (केवल 18+ के लिए)
* [www.nhs.uk/flu-pharmacy](https://www.nhs.uk/flu-pharmacy) पर एक फ़ार्मेसी खोजें (केवल 18+ के लिए)

## अगर आपको सहायता चाहिए

अगर आप ऑनलाइन नहीं जा सकते/सकती हैं, तो **119** पर फ़ोन करें। अनुवादक उपलब्ध हैं। आप **18001 119** पर टेक्स्ट फ़ोन का उपयोग भी कर सकते/सकती हैं या [www.signvideo.co.uk/nhs119](http://www.signvideo.co.uk/nhs119)पर NHS ब्रिटिश साइन लैंग्वेज सेवा का उपयोग कर सकते/सकती हैं।

अगर आपकी देखभाल घर पर होती है, तो अपने जीपी सर्जरी से होम विज़िट के लिए कहें।

आसानी से पढ़े जाने वाले और अन्य भाषाओं और फ़ॉर्मेट में जानकारी के लिए, [www.england.nhs.uk/seasonal-invites](http://www.england.nhs.uk/seasonal-invites)पर जाएँ।

## NHS सर्दियों की वैक्सीन क्यों प्रदान कर रहा है

फ़्लू और COVID-19 सर्दियों में ज़्यादा आसानी से फैलते हैं और इनसे बचना मुश्किल हो सकता है। हर साल, हज़ारों लोगों को फ़्लू और COVID-19 के लिए अस्पताल में देखभाल की ज़रूरत पड़ती है। यह ज़रूरी है कि आप गंभीर लक्षणों के अपने जोखिम को कम करने के लिए दोनों वैक्सीन लगवाएँ। समय के साथ सुरक्षा कम हो जाती है और वायरस बदलते रहते हैं। सर्दियों के महीनों से पहले जितनी जल्दी हो सके वैक्सीन लगवाना सबसे अच्छा है। [www.nhs.uk/wintervaccinations](http://www.nhs.uk/wintervaccinations)  पर और पढ़ें।

भवदीय,

NHS इंग्लैंड वैक्सीनेशन टीम

**डेटा सुरक्षा:** NHS इंग्लैंड राष्ट्रीय वैक्सीनेशन कार्यक्रमों के उद्देश्य से व्यक्तिगत डेटा को प्रोसेस करने के लिए ज़िम्मेदार है। आप हमारी गोपनीयता सूचना [www.england.nhs.uk/privacy-notice](http://www.england.nhs.uk/privacy-notice)पर पढ़ सकते/सकती हैं।ऑप्ट आउट करने के लिए: [www.nhs.uk/covid-invite-preferences](http://www.nhs.uk/covid-invite-preferences)