## अपनी NHS सर्दियों की फ़्लू वैक्सीन बुक करना

प्रिय ((fullName)),

आप सर्दियों में NHS की मुफ़्त फ़्लू वैक्सीन बुक कर सकते/सकती हैं क्योंकि आपके NHS रिकॉर्ड से पता चलता है कि आपको कोई दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्या हो सकती है। आपको वैक्सीन देने से पहले हमें इसकी पुष्टि करनी होगी।

## A QR code to book onlineअपनी फ़्लू वैक्सीन कैसे लगवाएँ

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

सर्दियों के महीनों से पहले जितनी जल्दी हो सके वैक्सीन लगवाना सबसे अच्छा है।

## 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 संपर्क करें और 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 में फ़्लू वैक्सीन क्यों प्रदान कर रहा है

फ़्लू सर्दियों में ज़्यादा आसानी से फैलता है और इससे बचना मुश्किल हो सकता है। हर साल, दीर्घकालिक स्वास्थ्य समस्याओं वाले हज़ारों लोगों को फ़्लू के लिए अस्पताल में देखभाल की ज़रूरत पड़ती है। यह ज़रूरी है कि आप गंभीर लक्षणों के अपने जोखिम को कम करने के लिए हर साल अपनी वैक्सीन लगवाएँ क्योंकि समय के साथ सुरक्षा कम हो जाती है और वायरस बदलते रहते हैं। [www.nhs.uk/flujab](http://www.nhs.uk/flujab)पर और पढ़ें।

## अन्य NHS वैक्सीन

अगर आपने पहले से नहीं लगवाया है, तो आप लगवा सकते/सकती हैं:

* एक न्यूमोकोकल वैक्सीन (अगर आपको गंभीर रूप से बीमार होने का ज़्यादा खतरा है)
* शिंगल्स वैक्सीन (अगर आपकी उम्र 18 और उससे ज़्यादा है और आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली गंभीर रूप से कमज़ोर है)

पूरी जानकारी के लिए, [www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations) पर जाएँ।

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।