যদি আমি আর কোনো সন্তান না নেওয়ার পরিকল্পনা করি, তাহলে কি আমাকে ভ্যাকসিন নিতে হবে?

MMR ভ্যাকসিন আপনাকে কেবল রুবেলা নয়, বরং হাম ও মাম্পস থেকেও সুরক্ষা দেবে, এবং অন্যদেরকে সংক্রমিত করার হাত থেকেও আপনাকে বাঁচাবে।

কী কী পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার সম্ভাবনা রয়েছে?

কিছু লোকের কোনো অসুবিধাই হয় না, আবার অনেকের ইনজেকশন প্রয়োগের 5–12 দিন পরে হালকা জ্বর, ফুসকুড়ি বা ফোলা গ্রন্থির মতো হালকা প্রতিক্রিয়া হয়।

অন্যান্য হালকা প্রতিক্রিয়ার মধ্যে রয়েছে (যা সাধারণত ভ্যাকসিন গ্রহণের দুই একদিনের মধ্যে দেখা দেয়):

- মাথা ব্যথা
- হালকা জ্বর (গা গরম লাগা)
- বমিবমি ভাব (অসুস্থবোধ করা)
- অজ্ঞান হয়ে যাওয়া বা খুব দুর্বল বোধ করা (আগে আগে কিছু খেলে এটি প্রতিরোধ করা যেতে পারে)
- সাধারণভাবে একটু অসুস্থ বোধ করা

MMR-এর দ্বিতীয় ডোজের পর প্রতিক্রিয়া হওয়ার সম্ভাবনা খুবই কম।

MMR ভ্যাকসিনের সাথে কি অটিজমের সম্পর্ক আছে?

ওয়ার্ল্ড হেলথ অর্গানাইজেশন (WHO) সহ বিশ্বের বিশেষজ্ঞরা একমত হয়েছেন যে MMR ভ্যাকসিন ও অটিজমের মধ্যে কোনো সম্পর্ক নেই।

সন্তানকে বুকের দুধ খাওয়ানোর সময়কালের মধ্যে কি আমি MMR ভ্যাকসিন নিতে পারবো?

হ্যাঁ, পারবেন।

কিভাবে আমি আরো তথ্য পেতে পারি?

যেকোনো সমস্যা বা অনুসন্ধান নিয়ে আপনি আপনার ডাক্তার বা মিডওয়াইফের সাথে পরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্টে আলোচনা করতে পারেন।

আপনি আরো দেখতে পারেন:
www.nidirect.gov.uk

অন্যান্য ভাষাতেও এই লিফলেটটি পাওয়া যাবে এখানে:

Public Health Agency

Public Health Agency
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:

03/25 Bengali

আপনার রুবেলা (জার্মান হাম) স্ক্রিনিং পরীক্ষার ফলাফল

আপনার যা জানা প্রয়োজন

HSC Public Health Agency

আপনার রুবেলা (জার্মান হাম) স্ক্রিনিং পরীক্ষার ফলাফল – আপনার যা জানা প্রয়োজন

আপনার রুবেলা স্ক্রিনিং পরীক্ষার ফলাফলে দেখা গেছে যে আপনি 'রুবেলা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাহীন'।

এর অর্থ হলো রুবেলা আক্রান্ত কারো সংস্পর্শে আসলে আপনিও আক্রান্ত হতে পারেন।

রুবেলা কী?

রুবেলা হলো একটি ভাইরাল সংক্রমণ, যা বেশিরভাগ ক্ষেত্রে জার্মান হাম নামে পরিচিতি। এর উপসর্গগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- লাল লাল দাগের মতো ফুসকুড়ি, যা কানের পিছন থেকে শুরু হয়ে পরে শরীরের বাকি অংশেও ছড়িয়ে পড়ে
- ফোলা গ্রন্থি
- অধিক জ্বর
- ঠাণ্ডার মতো উপসর্গ যেমন সর্দি বা কাশি
- হাড়ের জোড়ায় ব্যথা।

কিভাবে এটি ছড়ায়?

ঠাণ্ডা জ্বর বা ফ্লু-এর মতোই রুবেলা একজন থেকে আরেকজনের মধ্যে ছড়াতে পারে, অর্থাৎ আক্রান্ত ব্যক্তির কাশি বা হাঁচির ফলে তাদের নাক বা মুখ থেকে নিঃসৃত তরলের ফোটা থেকে।

গর্ভাবস্থায় রুবেলা গুরুতর হয় কেন?

সাধারণত গর্ভধারণের প্রথম 20 সপ্তাহের মধ্যে যদি আপনি আক্রান্ত হন, কেবল তবেই রুবেলার সংক্রমণ একটি গুরুতর উদ্বেগের কারণ হতে পারে। এর কারণ হলো রুবেলা ভাইরাস গর্ভের শিশুর বিকাশকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে এবং কনজেনিটাল রুবেলা সিনড্রোম (CRS) নামক একটি সমস্যার সৃষ্টি করতে পারে।

CRS শিশুর একাধিক স্বাস্থ্য সমস্যার কারণ হতে পারে:

- চোখের সমস্যা যেমন ছানি
- শ্রবণ জটিলতা
- হৃৎপিণ্ডের অস্বাভাবিকতা
- মস্তিষ্কের ক্ষতি।

20 সপ্তাহ পরে যদি আপনি রুবেলায় আক্রান্ত হন, তাহলে আপনার শিশুর উপর তার প্রভাব পড়ার সম্ভাবনা কম।

কিভাবে আমি সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে পারি?

যদি আপনি কখনও কমপক্ষে চার সপ্তাহের ব্যবধানে হাম, মাম্পস ও রুবেলার (MMR) দুই ডোজ ভ্যাকসিন নিয়ে থাকেন, তাহলে রুবেলার সংক্রমণ থেকে আপনি পর্যাপ্ত সুরক্ষা পাবেন, এমনকি যদি স্ক্রিনিংয়ের ফলাফলে আপনাকে রুবেলা অপ্রতিরোধী হিসাবে দেখা যায়ও। তবে, যদি আপনি কখনোই MMR ভ্যাকসিন না নিয়ে থাকেন বা কেবল একটি ডোজ নিয়ে থাকেন, তাহলে শিশুর জন্মের পর আপনাকে MMR ভ্যাকসিন প্রদান করা হবে।

আপনি আপনার জিপি সার্জারি থেকে আপনার ভ্যাকসিন ইতিহাসের একটি প্রিন্ট আউট চেয়ে নিতে পারেন।

যদি আমার পরিচিত কারো ফুসকুড়ি থাকে তাহলে কী করতে হবে?

আপনার গর্ভাবস্থায় ফুসকুড়ি আছে এমন কারো সংস্পর্শ এড়িয়ে চলা সবচেয়ে ভালো।

যদি আপনি এমন কারো সংস্পর্শে আসেন যার ফুসকুড়ি আছে বা যদি আপনার নিজের ফুসকুড়ি দেখা দেয়, তাহলে যত দ্রুত সম্ভব আপনার মিডওয়াইফ বা ডাক্তারের সাথে কথা বলুন, তবে পরামর্শ দেওয়া না হলে নিজ থেকে কোনো ক্লিনিকে যাবেন না।

আমি কোথায় MMR ভ্যাকসিন পেতে পারি?

সন্তানের জন্মের পর, হাসপাতাল থেকে ছাড়া পাওয়ার আগে আপনাকে MMR ভ্যাকসিন প্রদান করা হবে।

আগে দুই ডোজ ভ্যাকসিন নিয়েছেন কিনা সে ব্যাপারে নিশ্চিত না হলে বা এই তথ্য 'অস্পষ্ট হলে' ছাড়া পাওয়ার আগে MMR-এর অতিরিক্ত একটি ডোজ নিলে তাতে উদ্বেগের কিছু নেই।

MMR-এর দ্বিতীয় ডোজটি চার সপ্তাহ পর আপনার জিপি আপনাকে প্রদান করবেন।

যদি আপনি বাসায় সন্তান প্রসব করেন, তাহলে শিশুর জন্মের পর আপনার জিপি আপনাকে MMR-এর প্রথম ডোজটি প্রদান করবেন।

ভবিষ্যতের জন্য সুরক্ষা

MMR-এর দুই ডোজ ভ্যাকসিন নিলে আপনি ভবিষ্যতে গর্ভধারণ করলে সুরক্ষা পাবেন।

MMR ভ্যাকসিন গ্রহণের পর কমপক্ষে চার সপ্তাহ আপনাকে গর্ভধারণ করা এড়িয়ে চলতে হবে। যদি এই সময়ের মধ্যে আপনি গর্ভবতী হয়েই পড়েন, তাহলে আপনার ডাক্তার বা মিডওয়াইফের সাথে কথা বলুন।

আমি কি গর্ভাবস্থায় ভ্যাকসিন নিতে পারবো ?

গর্ভাবস্থায় MMR ভ্যাকসিন গ্রহণের পরামর্শ দেওয়া হয় না, তাই সন্তানের জন্ম পর্যন্ত আপনাকে অপেক্ষা করতে হবে।