টিকার তথ্য বিবৃতি BENGALI

HPV (হিউম্যান প্যাপিল্লোমাভাইরাস) টিকা
আপনার যা জানা আবশ্যক

Many Vaccine Information Statements are available in Bengali and other languages. See www.immunize.org/vis

অনেক টিকার তথ্য বিবৃতি বাংলা এবং অন্যান্য ভাষায় উপলব্ধ। www.immunize.org/vis দেখুন

1 কেন টিকা নেবেন?

HPV টিকা হিউম্যান প্যাপিল্লোমাভাইরাসের (human papillomavirus, HPV) প্রকারগুলি থেকে হওয়া সংক্রমণকে প্রতিরোধ করে যা অনেক ধরণের ক্যান্সারের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট, এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত:

- **জরায়ুর ক্যান্সার** মহিলাদের ক্ষেত্রে,
- **যোনি এবং ভাল্ভারের ক্যান্সার** মহিলাদের ক্ষেত্রে,
- **পায়ুমুখের ক্যান্সার** মহিলা এবং পুরুষদের ক্ষেত্রে,
- **গলায় ক্যান্সার** মহিলা এবং পুরুষদের ক্ষেত্রে, এবং
- **পিনাইল (পুরুষাঙ্গ সংক্রান্ত) ক্যান্সার** পুরুষদের ক্ষেত্রে।

উপরন্তু, HPV টিকা HPV প্রকারগুলির থেকে হওয়া সেই সংক্রমণ প্রতিরোধ করে যার কারণে মহিলা ও পুরুষ উভয়েরই **যৌনাঙ্গের আঁচিল** হয়।

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে, প্রতি বছর প্রায় 12,000 মহিলা জরায়ুর ক্যান্সারে আক্রান্ত হয় এবং এটির কারণে প্রায় 4,000 মহিলা মারা যায়। HPV টিকা এই জরায়ুর ক্যান্সারের বেশিরভাগ কেসগুলিই প্রতিরোধ করতে পারে।

টিকাকরণ জরায়ুর ক্যান্সারের স্ক্রীনিংয়ের কোনো বিকল্প নয়। এই টিকা সেই সমস্ত HPV প্রকারগুলির বিরুদ্ধে সুরক্ষিত করে না যার কারণে জরায়ুর ক্যান্সার হতে পারে। মহিলাদের তাই নিয়মিত প্যাপ পরীক্ষা করানো উচিত।

সাধারণত যৌন স্পর্শ থেকে HPV সংক্রমণ হয় এবং বেশিরভাগ মানুষ তাদের জীবনের কোনো না কোনো সময় সংক্রামিত হয়ে পরবে। তরুণ প্রজন্ম সমেত, প্রায় 14 মিলিয়ন আমেরিকান প্রতি বছর সংক্রামিত হচ্ছে। বেশিরভাগ সংক্রমণগুলি নিজে থেকেই কমে যায় এবং কোনো মারাত্মক সমস্যার সৃষ্টি করে না। তবে হাজার হাজার মহিলা এবং পুরুষরা HPV থেকে ক্যান্সার এবং অন্যান্য রোগে আক্রান্ত হচ্ছে।

2 HPV টিকা:

HPV টিকা পুরুষ ও মহিলা উভয়ের জন্যই (Food and Drug Administration, FDA) দ্বারা অনুমোদিত এবং CDC দ্বারা সুপারিশকৃত। এটি নিয়মিতভাবে 11 বা 12 বছর বয়সে দেওয়া হয়, তবে এটি 9 বছর বয়সে শুরু করে 26 বছর পর্যন্ত চলতে পারে।

9 থেকে 14 বছর বয়সী বেশিরভাগ কিশোরদের 6-12 মাসের ব্যবধানে দেওয়া একটি দুই-ডোজ/মাত্রার সিরিজ হিসাবে HPV টিকা নেওয়া উচিত। যে ব্যক্তিরা 15 বছর বা তার বেশি বয়সে HPV টিকাকরণ করানো শুরু করে তাদের একটি তিন-ডোজ/মাত্রার সিরিজের টিকা নেওয়া উচিত যেখানে প্রথম ডোজ/মাত্রা দেওয়ার 1-2 মাস পরে দ্বিতীয় ডোজ/মাত্রা দেওয়া হয় এবং প্রথম ডোজ/মাত্রা দেওয়ার 6 মাস পরে তৃতীয় ডোজ/মাত্রা দেওয়া হয়। এই বয়সের সুপারিশের ক্ষেত্রে অনেক ব্যতিক্রম দেখা যায়। আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

3 কিছু লোকের এই টিকা নেওয়া উচিত নয়

- HPV টিকার ডোজ/মাত্রা থেকে কোনো ব্যক্তির গুরুতর (প্রাণঘাতী) অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়া হয়ে থাকলে, তার আরেকটি ডোজ/মাত্রা নেওয়া উচিত নয়।
- HPV টিকার কোনো অংশ প্রয়োগের ফলে কোনো ব্যক্তির গুরুতর (প্রাণঘাতী) অ্যালার্জি হলে, তার টিকা নেওয়া উচিত নয়।

  ইস্ট থেকে হওয়া গুরুতর অ্যালার্জি সহ আপনার আছে এমন কোনো অ্যালার্জি সম্পর্কে আপনার জানা থাকলে তা আপনার চিকিৎসককে জানান।
- HPV টিকা গর্ভবতী মহিলাদের জন্য সুপারিশ করা হয় না। আপনি যদি জানতে পারেন আপনার টিকাকরণ করানোর সময় আপনি গর্ভবতী ছিলেন, সেক্ষেত্রে আপনার অথবা আপনার সন্তানের কোনো সমস্যা আশা করার কোনো কারণ নেই। কোনো মহিলা HPV টিকা নেওয়ার সময় গর্ভবতী ছিলেন বলে জেনে থাকলে, তাকে গর্ভাবস্থায় HPV টিকাকরণের জন্য 1-800-986-8999 নম্বরে ফোন করে উৎপাদকের রেজিস্ট্রির সঙ্গে যোগাযোগ করার জন্য উৎসাহিত করা হচ্ছে। স্তন্যপান করানো মহিলাদের টিকাকরণ করানো যেতে পারে।
- যদি সর্দিকাশির মত আপনার সামান্য অসুস্থতা হয়, আপনি সম্ভবত আজই এই টিকা নিতে পারবেন। যদি আপনি কিছুটা বা গুরুতরভাবে অসুস্থ হন, তাহলে আপনি সুস্থ হয়ে ওঠা পর্যন্ত আপনার অপেক্ষা করা উচিত। আপনার চিকিৎসক আপনাকে পরামর্শ দিতে পারেন।

4 টিকার প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

টিকা সহ যে কোনো ওষুধের ক্ষেত্রে পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার সম্ভাবনা থাকে। সাধারণত এগুলি হালকাভাবে দেখা দেয় এবং নিজে থেকেই কমে যায়, কিন্তু মারাত্মক প্রতিক্রিয়া হওয়ারও সম্ভাবনা থাকে।

HPV টিকা নেওয়া বেশিরভাগ লোকেদের কোনো গুরুতর সমস্যা হয়নি।

HPV টিকা নেওয়ার পরে হওয়া সামান্য বা মাঝারি সমস্যার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত:

- যেখানে শট দেওয়া হয়েছে সেখানে হওয়া প্রতিক্রিয়াগুলি:
  - ব্যথা (10 জনের মধ্যে 9 জন লোকের)
  - লালচে ভাব বা ফোলা (3 জনের মধ্যে 1 জন ব্যক্তির)

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

- জ্বর:
  - হালকা (100°F) (10 জনের মধ্যে 1 জন ব্যক্তির)
  - মাঝারি (102°F) (65 জনের মধ্যে 1 জন ব্যক্তির)
- অন্যান্য সমস্যা:
  - মাথা ব্যথা (3 জনের মধ্যে 1 জন ব্যক্তির)

কোনো টিকা প্রয়োগ করার পরে যেসব সমস্যা দেখা দিতে পারে:

- টিকা সহ চিকিৎসা সংক্রান্ত পদ্ধতির পর মানুষ অনেক সময় অজ্ঞান হয়ে যায়। প্রায় 15 মিনিট ধরে বসে বা শুয়ে থাকলে অজ্ঞান হওয়া এবং পড়ে যাওয়ার ফলে হওয়া আঘাত প্রতিরোধ করা যেতে পারে। আপনার মাথা ঘুরলে অথবা চোখে অন্ধকার দেখলে বা কান বাজলে চিকিৎসককে বলুন।
- কিছু ব্যক্তির কাঁধে প্রচন্ড ব্যাথা হয় এবং টিকা দেওয়া জায়গাটির কাছে হাত নাড়ানো কষ্টকর হয়। এইরকম খুবই কম হয়।
- যে কোনো ওষুধ থেকে তীব্র অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে। টিকা থেকে এই ধরনের প্রতিক্রিয়া খুব কম হয়, প্রায় এক মিলিয়ন ডোজের মধ্যে 1 জনের এবং সেটিও টিকা দেওয়ার কয়েক মিনিট থেকে কয়েক ঘন্টার মধ্যে হবে।

যেকোনো ওষুধের মতো, টিকা নেওয়ার ফলে গুরুতর আহত হওয়া বা মৃত্যু হওয়ার বিরল সম্ভাবনা থাকে।

টিকার নিরাপত্তার প্রতি সবসময় নজর দেওয়া হচ্ছে। আরও তথ্যের জন্য, দেখুন: **www.cdc.gov/vaccinesafety/**

5 মারাত্মক প্রতিক্রিয়া দেখা দিলে কী হবে?

আমার কী খেয়াল রাখা উচিত?
আপনার উদ্বেগের কারণ হতে পারে এমন সবকিছুর দিকে খেয়াল রাখুন, যেমন তীব্র অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়ার লক্ষণ, খুব বেশি জ্বর, বা অস্বাভাবিক আচরণ।

তীব্র অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়ার লক্ষণগুলির মধ্যে রয়েছে আমবাত, মুখ এবং গলা ফুলে যাওয়া, শ্বাসকষ্ট, সঙ্কটজনক হৃৎস্পন্দন, মাথা ঘোরা, এবং দুর্বলতা। সাধারণত টিকাকরণের পরের কয়েক মিনিট থেকে কয়েক ঘন্টার মধ্যে এগুলি শুরু হবে।

আমার কী করা উচিত?
আপনার যদি মনে হয় যে এটি **গুরুতর অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়া** বা অন্য কোন আপৎকালীন অবস্থা যার জন্য অপেক্ষা করা যাবে না, 9-1-1 নম্বরে ফোন করুন এবং নিকটস্থ হাসপাতালে যান। অন্যথা, আপনার চিকিৎসককে ফোন করুন।

এরপর, প্রতিক্রিয়া সম্পর্কে Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS) (ভ্যাক্সিন এডভার্স ইভেন্ট রিপোর্টিং সিস্টেম)এ রিপোর্ট জানাতে হবে। VAERS ওয়েবসাইট **www.vaers.hhs.gov**-তে গিয়ে অথবা **1-800-822-7967** নম্বরে ফোন করে আপনার চিকিৎসক এই রিপোর্টটি ফাইল করতে পারেন অথবা আপনি নিজেই তা করতে পারেন।

VAERS চিকিৎসার পরামর্শ প্রদান করে না।

6 ন্যাশানাল ভ্যাকসিন ইনজুরি কমপেনসেশন প্রোগ্রাম

The National Vaccine Injury Compensation Program (VICP) (ন্যাশনাল ভ্যাক্সিন ইনজুরি কম্পেনশেসন প্রোগ্রাম) হল একটি ফেডারেল কর্মসূচি যেটি নির্দিষ্ট কিছু টিকার দ্বারা আহত হওয়া ব্যক্তিদের ক্ষতিপূরণ প্রদানের জন্য তৈরী করা হয়েছে।

যে ব্যক্তিরা মনে করেন তারা হয়তো টিকার কারণে আহত হয়েছেন তারা এই কর্মসূচি এবং অভিযোগ দাখিল করার পদ্ধতি সম্বন্ধে তথ্য **1-800-338-2382** নম্বরে ফোন করে বা VICP ওয়েবসাইট **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** দেখে জানতে পারেন। ক্ষতিপূরণের দাবি দাখিল করার জন্য সময়সীমা রয়েছে।

7 আমি কিভাবে আরও বেশী জানব?

- আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন। তিনি আপনাকে টিকার প্যাকেজের মধ্যে থাকা কাগজটি দিতে পারেন বা তথ্যের অন্য উৎস সম্পর্কে পরামর্শ দিতে পারেন।
- আপনার স্থানীয় বা স্টেট স্বাস্থ্য বিভাগে ফোন করুন।
- Centers for Disease Control and Prevention (রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র, CDC) এর
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** নম্বরে ফোন করুন অথবা
  - CDC-র ওয়েবসাইট **www.cdc.gov/hpv** দেখুন

Vaccine Information Statement
HPV Vaccine

12/02/2016 Bengali

Office Use Only

42 U.S.C. § 300aa-26

DCH-1339bBE
AUTH: P. H. S., Act 42, Sect. 2126.
Bengali translation provided by the NYC Department of Health and Mental Hygiene

ü¡ØbÉ fÏl®oh¡ f¡c¡eL¡l£l¡ k¡®a ÏVL¡c¡e pÇfÏLÑa pÏWL abÉ, ÏVL¡c¡®el HLÏV j§mÉ¡ue Hhw iÏhoÉv ÏVL¡c¡®el HLÏV ÏedÑ¡ÏIa pjup§ÏQ f¡e a¡l SeÉ ÏjÏQN¡e ®Lu¡l Cj f¦¡i®j¾V ®lÏSØVÈ£®a
abÉ f¡W¡®e¡ q®hz ®L¡e hÉÏš² Q¡C®m a¡®cl ÏVL¡c¡®el abÉ ®lÏSøÈ£®a e¡ f¡W¡®e¡l Ae¤®l¡d ü¡ØbÉ fÏl®oh¡ f¡c¡eL¡l£l L¡®R Ll®a f¡®lez