खोपसम्बन्धी जानकारीको विवरण NEPALI

हेपाटाइटिस बी खोप

तपाईंले जान्नुपर्ने कुरा

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

Hojas de información sobre vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. Visite Www.immunize.org/vis

1 खोप किन लगाउने ?

हेपाटाइटिस बी अत्यन्तै गम्भीर रोग हो जसले कलेजोलाई असर गर्छ । यसको कारक हेपाटाइटिस बी भाइरस हो । हेपेटाइटिस बीले केही हप्तासम्म हुने सामान्य बिमारी गराउन सक्छ वा यसले गम्भीर, दीर्घकालीन बिमारी गराउन सक्छ ।

हेपाटाइटिस बी भाइरस सङ्क्रमण या त एक्युट (तीव्र) वा क्रोनिक (दीर्घकालीन) हुन सक्छ ।

एक्युट (तीव्र) हेपाटाइटिस बी भाइरस सङ्क्रमण कुनै व्यक्ति हेपाटाइटिस बी भाइरसको सम्पर्कमा आएको पहिलो 6 महिनाभित्र हुने छोटो समयको बिमारी हो । यसले निम्न समस्याहरू उत्पन्न गराउन सक्छः

- ज्वरो आउने, थकाइ लाग्ने, खानामा अरुचि, वाकवाकी लाग्ने र/वा बान्ता हुने
- जन्डिस (कमलपित्त) हुने (छाला वा आँखा पहेलो हुने, गाढा पिसाब हुने, दिसाको रङ माटो जस्तो हुने)
- मांशपेशी, जोर्नी र पेट दुख्ने

क्रोनिक (दीर्घकालीन) हेपाटाइटिस बी भाइरस सङ्क्रमण हेपाटाइटिस बी भाइरस व्यक्तिको शरीरमा रहिरहेर हुने दीर्घकालीन बिमारी हो । क्रोनिक हेपाटाइटिस बी लागेका अधिकांश व्यक्तिहरूमा लक्षणहरू देखा पर्दैन, तर पनि यो धेरै नै गम्भीर हुन्छ र यसले निम्न समस्याहरू उत्पन्न गराउन सक्छ:

- कलेजो खराब हुने (सिरोसिस)
- कलेजोको क्यान्सर
- मृत्यु

दीर्घकालीन रूपमा सङ्क्रमित मानिसहरूले आफू बिरामी भएको अनुभव नगरे पनि वा बिरामी जस्तो नदेखिए पनि हेपाटाइटिस बी भाइरस अरूमा सार्न सक्छन् । संयुक्त राज्य अमेरिकामा 14 लाख मानिसहरूसम्ममा क्रोनिक हेपाटाइटिस बी भाइरसको सङ्क्रमण रहेको हुनसक्छ । हेपाटाइटिस बी हुने लगभग 90% शिशुहरूलाई दीर्घकालीन सङ्क्रमण हुन्छ र उनीहरूमध्ये लगभग एक चौथाइको मृत्यु हुने गर्छ ।

हेपेटाइटिस बी भाइरसद्वारा सङ्क्रमित भएको रगत, वीर्य वा शरीरका अन्य तरल पदार्थ सङ्क्रमित नरहेको व्यक्तिको शरीरमा प्रवेश गरेपछि हेपाटाइटिस बी फैलिन्छ । निम्न माध्यमद्वारा मानिसहरू भाइरसबाट सङ्क्रमित हुनसक्छन्:

- जन्म (सङ्क्रमित आमाबाट जन्मिएको बच्चा जन्मिँदै वा जन्मेपछि सङ्क्रमित हुन सक्छ)
- सङ्क्रमित व्यक्तिले प्रयोग गरेको रेजर वा दाँत माझ्ने ब्रुश जस्ता वस्तुहरू प्रयोग गरेमा
- सङ्क्रमित व्यक्तिको रगत वा खुला घाउसँग सम्पर्क भएमा
- सङ्क्रमित व्यक्तिसँग यौन सम्पर्क गर्दा
- सुई, सिरिन्ज वा औषधी दिने अन्य उपकरणहरू पालैपालो प्रयोग गरेमा
- सुईको टुप्पा वा अन्य धारिलो उपकरणमा हुने रगतको सम्पर्क आएमा

संयुक्त राज्य अमेरिकामा हरेक वर्ष हेपाटाइटिस बीसँग सम्बन्धित कलेजोको रोगबाट लगभग 2,000 मानिसहरूको मृत्यु हुने गर्छ ।

हेपाटाइटिस बी खोपले हेपाटाइटिस बी र कलेजोको क्यान्सर तथा सिरोसिस जस्ता परिणामहरूलाई रोकथाम गर्न सक्छ ।

2 हेपाटाइटिस बी खोप

हेपाटाइटिस बी खोप हेपाटाइटिस बी भाइरसको अंशबाट बनाइएको हुन्छ । यसले हेपाटाइटिस बी सङ्क्रमण गराउन सक्दैन । यो खोप प्राय: 1 देखि 6 महिनाको अवधिमा 2, 3 वा 4 पटकमा दिइन्छ ।

भर्खर जन्मेका शिशुहरूलाई हेपाटाइटिस बीको पहिलो खोप जन्मिने बित्तिकै दिइनुपर्छ र सामान्यतया यसको पूरा मात्रा 6 महिना उमेर पुग्दासम्म पूरा हुनेछ ।

अहिलेसम्म खोप नलगाएका 19 वर्षभन्दा कम उमेरका सबै **बालबालिका र किशोरकिशोरीहरूलाई** पनि खोप दिइनुपर्छ ।

हेपाटाइटिस बी भाइरस सङ्क्रमणको जोखिममा रहने खोप नलगाएका **वयस्कहरूलाई** हेपाटाइटिस बीको खोप सिफारिस गरिन्छ र यसमा निम्न लगायतका मानिसहरू पर्दछन्:

- हेपाटाइटिस बी सङ्क्रमित यौन साथी भएका मानिसहरू
- दीर्घकालीन एकल सम्बन्धमा नरहेका यौनजन्य क्रियाकलापमा सक्रिय व्यक्तिहरू
- यौन सङ्क्रमित रोगको लागि परीक्षण वा उपचार गराउन खोजिरहेका व्यक्तिहरू
- अन्य पुरुषहरूसँग यौन सम्बन्ध राख्ने पुरुषहरू
- सुई, सिरिन्ज वा औषधी दिने अन्य उपकरणहरू पालैपालो प्रयोग गर्ने मानिसहरू
- हेपाटाइटिस बी भाइरसद्वारा सङ्क्रमित व्यक्तिसँग पारिवारिक सम्पर्क हुने मानिसहरू
- रगत वा शरीरजन्य तरल पदार्थको सम्पर्कमा आउने जोखिममा रहेका स्वास्थ्य सेवा तथा सार्वजनिक सुरक्षा कर्मचारीहरू
- विकासगत रूपमा अपाङ्ग व्यक्तिहरूका निम्ति सेवा प्रदान गर्ने आवासीय चिकित्सक तथा कर्मचारीहरू
- सुधार गृहमा रहेका व्यक्तिहरू
- यौन आक्रमण वा दुर्व्यवहारका पीडितहरू
- हेपाटाइटिस बीको दर वृद्धि भइरहेका क्षेत्रहरूमा यात्रा गर्ने यात्रीहरू
- दीर्घकालीन कलेजोको रोग, मृगौलाको रोग, एचआईभी सङ्क्रमण वा मधुमेह रोग लागेका मानिसहरू
- हेपाटाइटिस बीबाट सुरक्षित हुन चाहने जो कोही व्यक्ति

अन्य खोपहरूसँग हेपाटाइटिस बी खोप लगाउँदा कुनै जोखिम हुने देखिएको छैन ।

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

3 केही मानिसहरूले यो खोप लिनुहुँदैन

खोप दिने व्यक्तिलाई निम्न कुराहरू बताउनुहोस्:

- **यदि खोप लिने व्यक्तिलाई कुनै पनि गम्भीर, ज्यान खतरामा पार्ने किसिमको एलर्जी भएमा।**
  यदि हेपाटाइटिस बी खोप लिइसकेपछि तपाईंलाई कहिल्यै ज्यान खतरामा पार्ने किसिमको एलर्जिक प्रतिक्रिया भएको थियो भने वा तपाईंलाई यो खोपको कुनै पनि भागद्वारा गम्भीर एलर्जी हुन्छ भने तपाईंलाई खोप नलिने सल्लाह दिन सकिन्छ। यदि तपाईं खोपका घटकहरूको बारे जानकारी चाहनुहुन्छ भने आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस्।

- **यदि खोप लिने व्यक्तिलाई बिसन्चो भइरहेको भएमा।**
  यदि तपाईंलाई रुघाखोकी जस्ता सानातिना बिमारी छ भने तपाईंले सम्भवतः आज नै खोप लिन सक्नुहुन्छ। यदि तपाईं मध्यम वा गम्भीर रूपमा बिरामी हुनुहुन्छ भने तपाईंले सम्भवतः पूर्ण रूपमा स्वस्थ नभएसम्म पर्खनुपर्छ। तपाईंका चिकित्सकले तपाईंलाई सल्लाह दिन सक्नुहुन्छ।

4 खोप प्रतिक्रियाका खतराहरू

खोपहरू लगायत कुनै पनि औषधीका साइड इफेक्ट (प्रतिक्रिया) हरू हुने सम्भावना रहन्छ। यी प्रतिक्रियाहरू सामान्यतः हल्का हुन्छन् र आफैं हराएर जान्छन् तर गम्भीर प्रतिक्रियाहरूको पनि सम्भावना रहन्छ।

हेपाटाइटिस बी खोप लगाउने धेरैजसो मानिसहरूलाई यसबाट कुनै समस्या आउँदैन।

हेपाटाइटिस बी खोप लगाएपछि **सानातिना समस्याहरूमा** निम्न पर्दछन्:

- खोप लगाइएको ठाउँमा पीडा हुने
- तापक्रम 99.9°F वा बढी हुने

यदि यी समस्याहरू आएमा ती प्राय: खोप लगाउने बित्तिकै देखा पर्छन् र 1 वा 2 दिनसम्म रहन्छन्।

यी प्रतिक्रियाहरूका बारेमा तपाईंका चिकित्सकले थप बताउन सक्नुहुन्छ।

यो खोप लगाएपछि देखा पर्न सक्ने अन्य समस्याहरू निम्नानुसार छन्:

- मानिसहरू कहिलेकाहीं खोप लगायत चिकित्सकीय प्रक्रियापछि बेहोस हुने गर्छन्। लगभग 15 मिनेटसम्म बस्ने वा सुतेर बस्दा बेहोस हुने वा ढलेर लाग्ने चोटबाट बच्न सकिन्छ। यदि तपाईंलाई रिङ्गटा लाग्यो वा दृष्टिमा समस्या भयो वा कान बज्ने भयो भने आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई भन्नुहोस्।
- केही मानिसहरूलाई काँधमा दुखाइ हुन्छ जुन सुई लगाएपछि हुने सामान्य दुखाइभन्दा बढी गम्भीर र लामो समयसम्म हुन सक्छ। अत्यन्त कम व्यक्तिमा मात्र यस्तो समस्या हुन्छ।
- कुनै पनि औषधिले गम्भीर एलर्जिक प्रतिक्रिया हुन सक्छ। खोपबाट त्यस्ता प्रतिक्रियाहरू हुने सम्भावना निकै कम मात्रामा हुन्छ, अर्थात् 10 लाख डोजमा एकजनालाई हुने अनुमान गरिन्छ र यो खोप लगाएको केही मिनेटदेखि केही घण्टाभित्र हुन सक्छ।

कुनै पनि औषधिमा जस्तै खोपको कारणले कुनै गम्भीर चोटपटक लाग्ने वा मृत्यु हुन सक्ने सम्भावना अत्यन्त दुर्लभ हुन्छ।

खोपको सुरक्षालाई सधैं अनुगमन गरिन्छ। थप जानकारीको लागि, निम्न वेबसाइटमा जानुहोस्: **www.cdc.gov/vaccinesafety/**

5 गम्भीर समस्या आइपरेमा के गर्ने ?

मैले के प्रति होसियार हुनुपर्छ ?

- तपाईंलाई चिन्तित पार्ने गम्भीर एलर्जिक प्रतिक्रिया, अत्यन्तै उच्च ज्वरो वा असामान्य व्यवहार जस्ता कुनै पनि चिन्ह वा लक्षण प्रति होसियार हुनुहोस्।

  गम्भीर एलर्जिक प्रतिक्रियाका लक्षणहरूमा डाबर उठ्ने, अनुहार र घाँटी सुन्निने, सास फेर्न गाह्रो हुने, मुटुको धड्कन बढ्ने, रिङ्गटा लाग्ने र कमजोरी महसुस हुने लगायत पर्न सक्छन्। यी लक्षणहरू खोप लगाएको केही मिनेटदेखि केही घण्टापछि देखा पर्न सक्छन्।

मैले के गर्नुपर्छ ?

- यदि तपाईंलाई **गम्भीर एलर्जिक प्रतिक्रिया** वा तत्काल उपचार आवश्यक पर्ने अन्य आकस्मिक अवस्था भएको जस्तो लागेमा 9-1-1 मा फोन गर्नुहोस् वा सबैभन्दा नजिकको अस्पतालमा जानुहोस्। वा, आफ्नो क्लिनिकलाई फोन गर्नुहोस्।

  त्यसपछि, सो प्रतिक्रियाको बारेमा खोप प्रतिकूल घटना रिपोर्टिङ प्रणाली (Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS) मा रिपोर्ट गर्नुपर्छ। **यो रिपोर्ट तपाईंका चिकित्सकले पेश गर्नुपर्छ वा VAERS को वेबसाइट** www.vaers.hhs.gov, **मा गएर वा 1-800-822-7967 मा फोन गरेर तपाईं आफैं यसो गर्न सक्नुहुनेछ।**

VAERS ले चिकित्सा परामर्श प्रदान गर्दैन।

6 राष्ट्रिय खोप हानि क्षतिपूर्ति कार्यक्रम

राष्ट्रिय खोप हानि क्षतिपूर्ति कार्यक्रम (National Vaccine Injury Compensation Program, VICP) यस्तो संघीय कार्यक्रम हो जुन निश्चित खोपहरूद्वारा चोटपटक लागेका वा हानी पुगेका व्यक्तिहरूलाई क्षतिपूर्ति दिने उद्देश्यले स्थापना गरिएको हो।

आफूलाई खोपद्वारा हानि पुगेको वा चोटपटक लगेको भनेर विश्वास गर्ने व्यक्तिहरूले **1-800-338-2382** मा कल गरेर वा VICP को वेबसाइट **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** मा गएर कार्यक्रम र दावी कसरी पेश गर्ने भन्ने बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न सक्छन्। क्षतिपूर्तिको लागि दावी दायर गर्ने समयसीमा हुन्छ।

7 मैले थप कुरा कसरी जान्न सक्छु ?

- आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस्। निजले तपाईंलाई खोप जानकारी (प्याकेज इन्सर्ट) दिन सक्नुहुन्छ वा जानकारीका अन्य स्रोतहरूको बारेमा सुझाव दिन सक्नुहुन्छ।
- आफ्नो स्थानीय वा राज्य स्वास्थ्य विभागलाई फोन गर्नुहोस्।
- रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्र (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) लाई सम्पर्क गर्नुहोस्:
  - 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) मा कल गर्नुहोस् वा
  - CDC को वेबसाइट **www.cdc.gov/vaccines** मा जानुहोस्।

Vaccine Information Statement
Hepatitis B Vaccine
Nepali

Office use only

DCH-0450NE
AUTH: P. H. S., Act 42, Sect. 2126.
Translation provided by the Minnesota Department of Health

10/12/2018 | 42 U.S.C. § 300aa-26

मेडिकल रेख–देख प्रदाता(प्रदाताहरू) लाई एकदम ठिक प्रतिरक्षण स्थिति जानकारीलाई अनुमति दिनको लागि, एउटा प्रतिरक्षण मूल्याङ्न, र भविष्यको प्रतिरक्षणको कार्यक्रम, संबंधि जानकारी मिषिगन केअर सुधार रजिष्ट्रीलाई पठाइनेछ। ब्यक्तिहरूलाई यो प्रार्थना गर्ने अधिकार छ कि उनीहरूको मेडिकल रेख–देख प्रदाताहरूले प्रतिरक्षा संबंधी जानकारी रजिष्ट्रीमा अगाड़ि न पठाऊन्। प्रतिरक्षा