টিকার তথ্য বিবৃতি — BENGALI

MMRV (হাম, মাম্পস, রুবেলা এবং জলবসন্ত) 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?

হাম, **মাম্পস**, **রুবেলা** এবং **জলবসন্ত** একধরণের ভাইরাল রোগ যার পরিণতি গুরুতর হতে পারে। এই টিকাগুলির আগে, মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে এই রোগগুলি একসময় অত্যন্ত প্রচলিত ছিল, বিশেষ করে শিশুদের মধ্যে। এগুলি বিশ্বের অনেক অংশে এখনও যথেষ্ট প্রচলিত।

হাম
- হামের ভাইরাসের কারণে যে উপসর্গগুলি হয় তার মধ্যে রয়েছে জ্বর, কাশি, নাক দিয়ে জল পড়া এবং চোখ লাল ও জলসিক্ত হয়ে যাওয়া, যেগুলি সাধারণত সারা শরীর জুড়ে একধরণের র‍্যাশ বা ফুসকুড়ি হওয়ার পরে হয়।
- হামের ফলে কানের সংক্রমণ, ডায়রিয়া এবং ফুসফুসে সংক্রমণ (নিউমোনিয়া) হতে পারে। কদাচিৎ, হামের থেকে মস্তিষ্কের ক্ষতি বা মৃত্যু হতে পারে।

মাম্পস
- মাম্পস ভাইরাসের কারণে জ্বর, মাথা ব্যথা, মাংশপেশীর ব্যথা, ক্লান্তিভাব, ক্ষুধামান্দ্য হয় এবং কানের নিচে একপাশে বা দু'পাশে লালা গ্রন্থি ফুলে যায় ও দুর্বল হয়ে পরে।
- মাম্পসের কারণে বধিরতা হতে পারে, মস্তিষ্কে এবং/অথবা মেরুদণ্ডের আস্তরণ (এনসেফালিটিস বা মেনিঞ্জাইটিস) ফুলে যেতে পারে, অণ্ডকোষ বা ডিম্বাশয় যন্ত্রণাদায়ক ফুলে যেতে পারে এবং বিরলক্ষেত্রে মৃত্যুও হতে পারে।

রুবেলা (এছাড়াও যেটি **জার্মান হাম** নামে পরিচিত)
- রুবেলা ভাইরাসের কারণে জ্বর, গলা ব্যথা, ফুসকুড়ি, মাথা ব্যথা এবং চোখে অস্বস্তি হয়।
- রুবেলার কারণে অর্ধেক তরুণ এবং প্রাপ্তবয়স্ক মহিলাদের আর্থারাইটিজ হতে পারে।
- গর্ভবতী থাকা অবস্থায় কোনো মহিলার রুবেলা হলে, তার গর্ভপাত হতে পারে অথবা তার সন্তান গুরুতর জন্মকালীন ত্রুটি নিয়ে জন্মাতে পারে।

জলবসন্ত (এছাড়াও যেটি **চিকেনপক্স** নামে পরিচিত)
- চিকেনপক্সের কারণে একধরণের চুলকানি প্রবণতা সহ ফুসকুড়ি হয় যেটি সাধারণত এক সপ্তাহ মত থাকে, সেইসঙ্গে থাকে জ্বর, ক্লান্তিভাব, ক্ষুধামান্দ্য এবং মাথা ব্যথা।
- চিকেনপক্সের কারণে ত্বকে সংক্রমণ, ফুসফুসে সংক্রমণ (নিউমোনিয়া), রক্তনালীতে প্রদাহ হতে পারে, মস্তিষ্কে এবং/অথবা মেরুদণ্ডের আস্তরণ (এনসেফালিটিস বা মেনিঞ্জাইটিস) ফুলে যেতে পারে এবং রক্ত, হাড় বা গ্রন্থিতে সংক্রমণ হতে পারে। বিরল ক্ষেত্রে, জলবসন্তের কারণে মৃত্যু হতে পারে।
- জলবসন্ত হওয়া কিছু ব্যক্তির কয়েক বছর পরে কোঁচদাদ নামক একধরণের যন্ত্রণাদায়ক ফুসকুড়ি (যা herpes zoster নামেও পরিচিত) হয়।

এই রোগগুলি সহজেই একজন ব্যক্তির থেকে অন্য ব্যক্তির কাছে ছড়িয়ে পরে। হামের ক্ষেত্রে ব্যক্তিকে স্পর্শ করারও প্রয়োজন হয় না। হাম হওয়া কোনো ব্যক্তি কোনো ঘর থেকে 2 ঘন্টা আগে বেড়িয়ে যাওয়ার পরে সেখানে প্রবেশ করলেও আপনার হাম হয়ে যেতে পারে।

টিকা এবং টিকাকরণ করানোর উচ্চ হার এই রোগগুলিকে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র তুলনামূলক কম প্রচলিত করে তুলেছে।

2 MMRV টিকা

MMRV টিকা 12 মাস থেকে 12 বছর বয়সের শিশুদের দেওয়া যেতে পারে। সাধারণত দুটি ডোজ নেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয়:
- প্রথম ডোজ/মাত্রা: 12 থেকে 15 মাস বয়সে
- দ্বিতীয় ডোজ/মাত্রা: 4 থেকে 6 বছর বয়সে

মাম্পসের কিছু নির্দিষ্ট প্রকোপের পরিস্থিতিতে MMR-এর একটি তৃতীয় ডোজ নেওয়ার জন্য পরামর্শ দেওয়া হতে পারে।

অন্য টিকাগুলির মতো একই সময় MMRV টিকা নেওয়ার ফলে কোনো ঝুঁকি হয় কিনা জানা নেই।

MMRV-র বদলে, কিছু শিশু 12 মাস থেকে 12 বছর বয়সের মধ্যে 2টি আলাদা শট নিতে পারে: MMR (হাম, মাম্পস এবং রুবেলা) এবং চিকেনপক্স (জলবসন্ত)। MMRV 13 বছর বা তার বেশি বয়সীদের জন্য লাইসেন্স প্রাপ্ত নয়। MMR এবং চিকেনপক্সের টিকাগুলি নিয়ে আলাদা টিকার তথ্যের বিবৃতি রয়েছে। আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

3 কিছু লোকের এই টিকা নেওয়া উচিত নয়

যে ব্যক্তি আপনার শিশুকে টিকা দিচ্ছেন তাকে বলুন, যদি আপনার শিশুর:

- **কোনো গুরুতর, প্রাণঘাতী অ্যালার্জি আছে।** MMRV টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে কোনো ব্যক্তির প্রাণঘাতী অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়া দেখা দিয়ে থাকলে বা এই টিকার আংশিক প্রয়োগের ফলে গুরুতর অ্যালার্জি দেখা দিলে, টিকা নেওয়া উচিত নয়। টিকার উপকরণগুলি সম্বন্ধে তথ্য জানতে চাইলে আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন।
- **রোগপ্রতিকার ব্যবস্থা দুর্বল** রোগ (যেমন ক্যান্সার বা HIV/AIDS) বা চিকিৎসার কারণে (যেমন রেডিয়েশন, ইমিউনোথেরাপি, স্টেরয়েড বা কেমোথেরাপি)।
- **খিঁচুনির ইতিহাস থাকে**, অথবা **বাবা-মা, ভাই বা বোনের খিঁচুনির ইতিহাস থাকে।**
- **বাবা-মা, ভাই বা বোনের রোগপ্রতিকার ব্যবস্থা বিষয়ক সমস্যার ইতিহাস আছে।**
- **এমন কোনো পরিস্থিতি কখনও ছিল যার কারণে সহজে কালশিটে বা রক্ত পড়ত।**
- **গর্ভবতী অথবা গর্ভবতী হতে পারেন।** MMRV টিকা গর্ভাবস্থায় দেওয়া উচিত নয়।
- **স্যালিসাইলেট নিচ্ছে (যেমন অ্যাসপিরিন)।** জলবসন্ত প্রতিরোধী টিকা নেওয়ার পরে 6 সপ্তাহের জন্য লোকেদের স্যালিসাইলেটের ব্যবহার এড়িয়ে চলা উচিত।
- **সম্প্রতি রক্তের ট্রান্সফিউশন (পরিবর্তন) হয়েছে অথবা রক্তে থাকা অন্য বস্তু গ্রহণ করা হয়েছে।** আপনাকে 3 মাস বা তার বেশি সময়ের জন্য আপনার শিশুর MMRV টিকাকরণ স্থগিত করার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে।
- **যক্ষ্মা আছে।**

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

- **গত 4 সপ্তাহে অন্য কোনো টিকা নিয়েছেন।** লাইভ টিকা ব্যবধানের মধ্যে না দিলে ভালো করে কাজ নাও করতে পারে।
- **সুস্থ বোধ করছেন না।** যদি আপনার শিশুর সর্দিকাশির মত সামান্য অসুস্থতা হয়, সেক্ষেত্রে সে সম্ভবত আজই এই টিকা নিতে পারবে। আপনার শিশু কিছুটা বা গুরুতরভাবে অসুস্থ থাকলে, শিশুটির সুস্থ হয়ে ওঠা পর্যন্ত 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।

হাম, মাম্পস বা রুবেলা বা চিকেনপক্স রোগটি হওয়ার থেকে MMRV টিকা নেওয়া অনেক নিরাপদ। MMRV টিকা নেওয়া বেশিরভাগ শিশুদের কোনো সমস্যা হয়নি।

MMRV টিকাকরণের পরে, একজন শিশুর নিম্নলিখিত অভিজ্ঞতাগুলি হতে পারে:

সামান্য ঘটনা:
- ইঞ্জেকশন থেকে হাতে ব্যথা
- জ্বর
- ইঞ্জেকশনের জায়গায় লালচে ভাব বা ফুসকুড়ি
- গাল বা ঘাড়ের গ্ল্যান্ড ফুলে যাওয়া

এই ঘটনাগুলি ঘটলে, সেগুলি সাধারণত শট নেওয়ার 2 সপ্তাহের মধ্যে শুরু হয়। দ্বিতীয় ডোজ/মাত্রা নেওয়ার পরে এগুলি ঘটার প্রবণতা কমে যায়।

মাঝারি ঘটনা:
- খিঁচুনি (ঝাঁকানি অথবা একদৃষ্টে তাকিয়ে থাকা) প্রায়ই জ্বরের সঙ্গে হয়।
  - *সিরিজের প্রথম ডোজ/মাত্রা হিসাবে আলাদা করা MMR এবং চিকেনপক্সের টিকাগুলির পরে দেওয়ার বদলে সরাসরি MMRV-এর পরে এই খিঁচুনিগুলির ঝুঁকি আরও বেশি হয়ে যায়। আপনার শিশুর জন্য উপযুক্ত টিকা সম্বন্ধে আপনার চিকিৎসক আপনাকে পরামর্শ দিতে পারেন।*
- অস্থায়ী কম প্লেটলেট কাউন্ট, যার কারণে অস্বাভাবিক রক্তক্ষরণ বা কালশিটে দাগ হতে পারে
- ফুসফুসে সংক্রমণ (নিউমোনিয়া) বা মস্তিষ্ক এবং মেরুদন্ডের আবরণে সংক্রমণ (এনসেফালিটিস, মেনিঞ্জাইটিস)
- সারা শরীরে ফুসকুড়ি

টিকাকরণের পরে আপনার শিশুর ফুসকুড়ি হলে, সেটি টিকায় থাকা জলবসন্তের উপকরণের সঙ্গে সম্পর্কিত হতে পারে। MMRV নেওয়ার পরে যে শিশুর ফুসকুড়ি হয়েছে সে জলবসন্ত টিকার ভাইরাস কোনো অসুরক্ষিত ব্যক্তির কাছে ছড়িয়ে দিতে পারে। যদিও এটি খুবই বিরল ঘটনা, তবুও যে শিশুদের ফুসকুড়ি হয় তাদের ফুসকুড়ি সেরে না ওঠা পর্যন্ত দুর্বল রোগপ্রতিকার ব্যবস্থা থাকা ব্যক্তি এবং টিকা না নেওয়া ছোট শিশুদের থেকে দূরে রাখা উচিত। আরও জানতে আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সঙ্গে কথা বলুন।

গুরুতর ঘটনাগুলি MMR টিকাকরণের পরে কদাচিৎ হয়েছে বলে রিপোর্ট আছে এবং MMRV-এর পরেও হতে পারে। এগুলিতে অর্ন্তভুক্ত রয়েছে:
- বধিরতা
- দীর্ঘমেয়াদী খিঁচুনি, কোমা বা চেতনার অবনতি
- মস্তিষ্কের ক্ষতি

অন্যান্য সমস্যা যা এই টিকা নেওয়ার পরে হতে 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 প্রদানকারীকে বলুন।
- কিছু মানুষের কাঁধে ব্যথা হয়, যেটি গুরুতর আকার ধারণ করতে পারে এবং ইঞ্জেকশনগুলি দেওয়ার পরে নিয়মিত ব্যথার থেকে আরও বেশি দীর্ঘস্থায়ী হতে পারে। 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 সম্ভাবনা দূরস্থ।

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

5 গুরুতর সমস্যা 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, দ্রুত 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 এটি **গুরুতর অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়া** বা অন্য কোন আপৎকালীন অবস্থা যার জন্য অপেক্ষা করা যাবে না, তাহলে 9-1-1 নম্বরে ফোন করুন এবং নিকটস্থ হাসপাতালে যান। অন্যথা, আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীকে ফোন করুন।

  এরপর, প্রতিক্রিয়া সম্পর্কে Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS) (ভ্যাক্সিন এডভার্স ইভেন্ট রিপোর্টিং সিস্টেম)-এ রিপোর্ট করতে 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/vaccines** দেখুন

DCH-1494BE
AUTH: P. H. S., Act 42, Sect. 2126.

Vaccine Information Statement
MMRV Vaccine

Office use only

Bengali

2/12/2018 42 U.S.C. § 300aa-26

Bengali translation provided by the NYC Department of Health and Mental Hygiene

ü¡ØbÉ fÏI®oh¡ f¦c¡eL¡I£I¡ k¡®a ÏVL¡c¡e pÇfÏLÑa pÏWL abÉ, ÏVL¡c¡®eI HLÏV j§mÉ¡ue Hhw iÏhoÉv ÏVL¡c¡®eI HLÏV ÏedÑ¡ÏIa pjup§ÏQ f¡e a¡I SeÉ ÏjÏQN¡e ®Lu¡I Cj f¦¡i®j¾V ®IÏSØVÈ®a abÉ f¡W¡®e¡ q®hz ®L¡e hÉÏš² Q¡C®m a¡®cI ÏVL¡c¡®eI abÉ ®IÏSøÈ®a e¡ f¡W¡®e¡I Ae®I¡d ü¡ØbÉ fÏI®oh¡ f¦c¡eL¡I£I L¡®R LI®a f¡®Iez