

हेपटाइटिस ए खोप

तपाईंले जान्नु पर्ने कुरा

Many Vaccine information Statements are available 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 कनि लगाउने ?

हेपटाइटिस ए कलेजोको एक गम्भीर रोग हो । यो हेपटाइटिस ए भाइरस (HAV) द्वारा लाग्छ । हेपटाइटिस ए भाइरस सङ्क्रमित मानसिहरूको दशा-पसिबको सम्पर्कमा आई एक व्यक्तबाट अर्को व्यक्तमा सर्छ, जुन कसैले आफ्ना हात राम्ररी धोएन भने सजिलै हुनसक्छ । हेपटाइटिस ए भाइरस द्वारा दूषित खानेकुरा, पानी, वा सामानहरूद्वारा पनि तपाईंलाई हेपटाइटिस ए लाग्न सक्छ ।

हेपटाइटिस एका लक्षणहरूमा नमिन समावेश हुनसक्छन्:

- ज्वरो आउने, थकाइ, अमन हुने, वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने, र/वा जोर्नी दुख्ने
- गम्भीर रूपमा पेट दुख्ने र पखाला लाग्ने (वशिष गरी बच्चाहरूमा), वा
- कमलपतित हुने (छाला वा आँखा पहेँलो हुने, गाढा पसिब जाने, माटो रङ्गको दशा जाने) ।

सामान्यतया यी लक्षणहरू संक्रमण भएको 2 देखि 6 हप्ताभित्र देखिन थाल्छन् र सामान्यतया 2 महिनाभन्दा कम समयसम्म रहन्छन्, यद्यपि कतपि मानसिहरू 6 महिनासम्म बरिामी हुनसक्छन् । यद्यति तपाईंलाई हेपटाइटिस ए लागेको छ भने तपाईं काम गर्नै नसक्ने गरी थला पर्न सक्नुहुन्छ ।

बालबालिकाहरूमा प्रायजसो लक्षण देखिँदैन, तर अधिकांश वयस्कमा लक्षण देखिन्छ । तपाईंमा लक्षण नदेखिए पनि तपाईं हेपटाइटिस ए भाइरस फैलाउन सक्नुहुन्छ ।

हेपटाइटिस ए ले गर्दा कलेजो नष्ट हुनसक्छ र व्यक्तिको मृत्यु पनि हुनसक्छ, यद्यपि यो बरिलै हुन्छ र यसो भइहाल्यो भने पनि प्रायजसो 50 वर्ष वा त्यसभन्दा बढी उमेरका वा हेपटाइटिस बिा सजिस्ता कलेजो रोग भएको व्यक्तहरूमा हुन्छ ।

हेपटाइटिस ए खोपले हेपटाइटिस ए लाई रोक्न सक्छ । सन् 1996 देखि संयुक्त राज्य अमेरिकामा हेपटाइटिस ए खोपको लनि सफारिस गरिएको थियो । त्यस बेलादेखि, संयुक्त राज्यमा अधिकारी जानकारी दिएको रोग संक्रमणको संख्या 31,000 बाट 1,500 भन्दा कम संख्यामा घटेको छ ।

2 हेपटाइटिस ए खोप

हेपटाइटिस ए खोप नषिक्रयि (मारिएको) खोप हो । दीर्घकालीन सुरक्षाको लागि तपाईंलाई 2 डोजको आवश्यकता पर्छ । यी डोजहरू कम्तीमा पनि 6 महिनाको फरकमा दडिनुपर्छ ।

बच्चाहरूलाई (12 देखि 23 महिना उमेरको बीचमा) तनीहरूको पहिलो र दोस्रो जन्म दिनमा खोप दडिन्छ । अलकि बढी उमेरका बालबच्चा र वयस्कहरूलाई 23 महिनापछि खोप दडिन सकिन्छ । पहिलो खोप लगाएका तर हेपटाइटिस ए वरिद्धको सुरक्षा चाहने वयस्कहरूलाई पनि खोप दिन सकिन्छ ।

नमिन अवस्थाहरूमा तपाईंले पनि हेपटाइटिस ए खोप लगाउनुपर्छ:

- हेपटाइटिस ए आम रूपमा लाग्ने देशहरूमा तपाईं यात्रा गर्दै हुनुहुन्छ भने,
- यदि तपाईं अरू पुरुषहरूसँग यौन सम्पर्क गर्ने गरेको व्यक्ता हुनुहुन्छ भने,
- गैरकानूनी लागूऔषध प्रयोग गर्नुहुन्छ भने,
- हेपटाइटिस बि अथवा हेपटाइटिस सजिस्ता दीर्घकालीन रोग लागेको छ भने,
- क्लटिङ-फ्याक्टर कन्सन्ट्रेटद्वारा उपचार गरिएको छ भने,
- हेपटाइटिस ए सङ्क्रमित जनावरहरूको क्षेत्रमा वा हेपटाइटिस ए सर्वेक्षण प्रयोगशालामा काम गर्नुहुन्छ भने, वा
- आम रूपमा हेपटाइटिस ए लाग्ने देशको धर्मपुत्र/धर्मपुत्रीसँग तपाईंको नजिकको वा व्यक्तगत सम्बन्ध छ भने

यी मध्ये कुनै पनि समूहहरूको बारेमा थप जानकारी चाहनुहुन्छ भने तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस् ।

अरू खोपहरूसँगै हेपटाइटिस ए खोप लौंदा यसमा खतरा हुन्छ भन्ने कुरा जानकारीमा आएको छैन ।

3 केही मानसिहरूले यो खोप लनि हुँदैन

आफूलाई खोप दिन व्यक्तलाई नमिन कुरा बताउनुहोस्:

- तपाईंलाई कुनै पनि गम्भीर, ज्यान खतरामा पार्ने एलर्जी छन् कि हेपटाइटिस ए खोपको डोज लपिपछि तपाईंलाई कहिल्यै ज्यान खतरामा पार्ने किसिमको एलर्जी भएको थियो वा अथवा यो खोपको कुनै पनि भागद्वारा गम्भीर एलर्जी भयो भने, तपाईंलाई खोप नलनि सल्लाह दिन सकिन्छ । खोपका तत्हरूका बारेमा तपाईं जानकारी लनि चाहनुहुन्छ भने तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस् ।
 - तपाईंलाई सन्चो छैन भने ।
- यद्यति तपाईंलाई रुघाखोकी जस्ता सानोतनी बरिामी छ भने तपाईंले आज नै खोप लनि सक्नुहुन्छ । यद्यति तपाईं मध्यम वा गम्भीर रूपमा बरिामी हुनुहुन्छ भने तपाईंले नकि हुन्जेलसम्म कुरदा राम्रो हुन्छ । तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई सल्लाह दिन सक्छ ।

खोपहरू लगायत सबै औषधालि प्रतिक्रिया दिने सम्भावना हुन्छ । यस्ता प्रतिक्रियाहरू सामान्यतया हल्का हुन्छन् र आफै हराएर जान्छन्, तर गम्भीर प्रतिक्रियाहरूको पनि सम्भावना हुन्छ ।

हेपटाइटिस ए खोप लगाउने धेरैजसो मानसिहरूलाई यसले समस्या गर्दैन ।

हेपटाइटिस ए खोप लगाएपछि हुनसक्ने साना तनि समस्याहरूमा नमिन् पर्छन्:

- सूई लगाइएको ठाउँमा रातो हुन, वा सुनिनि
- हल्का ज्वरो आउने
- टाउको दुख्ने
- थकाइ लाग्ने

यी समस्याहरू सूई लगाएको केही समयपछि नै सुरु भएर 1 वा 2 दिनसम्म रहन्छन् ।

यी प्रतिक्रियाहरूका बारेमा तपाईंलाई तपाईंको डाक्टरले बताउन सक्छ ।

यो खोप लगाइसकेपछि देखा पर्न सक्ने अन्य समस्याहरू यस प्रकार छन्:

- मानसिहरू कहिलेकाहीँ खोप लगायतका चिकित्सा उपचारपछि बेहोस हुने गर्छन् । लगभग 15 मिनट जति बसनु वा ढल्केर बसनुले बेहोस हुन, र लडेर हुने चोटपटकबाट बचाउँछ । रँगिटा लाग्ने, वा दृष्टि समस्या भयो वा कान बज्यो भने आफ्नो चिकित्सकलाई बताउनुहोस् ।
- केही मानसिहरूलाई सूई दडिपछि हुने सामान्य पीडाभन्दा बढी गम्भीर र लामो समयसम्म कुम दुख्ने समस्या हुनसक्छ । अत्यन्त कम व्यक्तिला मात्र यस्तो समस्या हुन्छ ।
- कुनै पनि औषधिले गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रिया ल्याउन सक्छ । खोपबाट त्यस किसिमको प्रतिक्रिया नकि कम मात्रामा हुन्छ, अर्थात् दश लाख डोजमा 1 जनालाई हुन्छ र खोप लगाएपछि केही मिनटदेखि केही घण्टाको बीचमा यस्तो हुन्छ भन्ने अनुमान गरिएको छ ।

सबै प्रकारका औषधालि जस्तै खोपका कारणले पनि गम्भीर चोटपटक लाग्ने वा मृत्यु हुन सक्ने दुर्लभ सम्भावना हुन्छ ।

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

म के प्रति होसयार हुनुपर्छ ?

- आफूलाई चिन्तिति पार्ने गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रिया, अत्यन्तै उच्च ज्वरो वा असामान्य ब्यवहार जस्ता कुनै पनि चिन्ह तथा लक्षण प्रति होसयार हुनुहोस् । गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रियामा बबिरि आउने, अनुहार र घाँटी सुनिनि, सास फेर्न गाह्यो हुने, मुटुको धड्कन छट्टि-छट्टि चलने, रँगिटा लाग्ने, र कमजोर हुने आदि पर्छन् । यस्ता लक्षणहरू खोप लगाएपछि केही मिनटदेखि केही घण्टापछि देखा पर्न सक्छन् ।

मैले के गर्नुपर्छ ?

- यदाथो गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रिया हो वा प्रतीक्षा गर्न नसकिने अन्य आपत्कालिन समस्या हो भने 9-1-1 मा टेलिफोन गर्नुहोस् र बरिमीलाई सबैभन्दा नजिकको अस्पतालमा जानुहोस् । वा, आफ्नो क्लिनिकमा कल गर्नुहोस् ।

त्यसपछि, प्रतिक्रियाको बारेमा भ्याक्सनि एडभर्स इभेन्ट रिपोर्टिङ सिस्टम भिएडआरएस (VAERS) मा रिपोर्ट दडिनुपर्छ । तपाईंको डाक्टरले यो रिपोर्ट बुझाउनुपर्छ, वा VAERS को वेबसाइट www.vaers.hhs.gov मा गएर, वा 1-800-822-7967 मा टेलिफोन गरेर तपाईं आफै यसो गर्न सक्नुहुन्छ ।

VAERS ले मेडिकल सल्लाह दौंदिन ।

राष्ट्रिय खोप हानी क्षतपूरति कार्यक्रम (Vaccine Injury

Compensation Program, VICP) एक यस्तो संघीय कार्यक्रम हो जुन नशिचति खोपहरूद्वारा चोटपटक लागेका वा हानी भएका मानसिहरूलाई क्षतपूरति दिने उद्देश्यले स्थापना गरिएको हो ।

आफूलाई खोपले हानी गरेको छ वा चोटपटक लागेको छ भन्ने विश्वास गर्ने व्यक्तिले कार्यक्रमको बारेमा जान्न र दाबी दायर गर्ने वषियमा 1-800-338-2382 मा टेलिफोन गरेर वा VICP को वेबसाइट www.hrsa.gov/vaccinecompensation मा गएर जानकारी लिन सक्छन् । क्षतपूरतिको लागि दाबी दायर गर्ने म्याद हुन्छ ।

- तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस् । नजिले तपाईंलाई खोप जानकारी (package insert) प्रदान गर्न सक्छ वा सूचनाको अन्य स्रोतहरू बताउन सक्छ ।
- आफ्नो स्थानीय वा राज्य स्वास्थ्य वभागमा टेलिफोन गर्नुहोस् ।
- रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम वभागहरू (Centers for Disease Control CDC) मा कल 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 A Vaccine - Nepali

7/20/2016

Office Use
Only



42 U.S.C. § 300aa-26

Translation provided by Minnesota Department of Health