টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি

ইনফ্লুয়েঞ্জা (ফ্লু) টিকা (নিষ্ক্রিয় বা রিকম্বিন্যান্ট): *আপনাকে যা জানতে হবে*

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

অনেক টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি বাংলা এবং অন্যান্য ভাষায় উপলভ্য রয়েছে। www.immunize.org/vis-এ দেখুন

1. কেন টিকা নিতে হবে?

ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা ইনফ্লুয়েঞ্জা (ফ্লু) প্রতিরোধ করতে পারে।

ফ্লু হল একটি সংক্রামক রোগ যা প্রতি বছর, সাধারণত অক্টোবর থেকে মে মাসের মধ্যে, মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে ছড়িয়ে পড়ে। যে কেউ ফ্লুতে আক্রান্ত হতে পারেন, তবে কিছু লোকের জন্য এটি বেশি বিপজ্জনক। ছোট শিশু এবং অল্প বয়সী শিশু, 65 বছর বা তার বেশি বয়সী ব্যক্তিরা, গর্ভবতী মহিলারা এবং নির্দিষ্ট স্বাস্থ্য-সংক্রান্ত অবস্থা বা দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা থাকা লোকেরা ফ্লু-এর জটিলতার সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে থাকেন।

নিউমোনিয়া, ব্রঙ্কাইটিস, সাইনাসের সংক্রমণ এবং কানের সংক্রমণ হল ফ্লু সংক্রান্ত জটিলতার উদাহরণ। আপনার যদি হৃদরোগ, ক্যান্সার বা ডায়াবেটিস এর মতো কোনো চিকিৎসা-সংক্রান্ত রোগাবস্থা থাকে, তাহলে ফ্লু এটিকে আরও খারাপ করে তুলতে পারে।

ফ্লু জ্বর এবং কাঁপুনি, গলা ব্যথা, পেশীতে ব্যথা, ক্লান্তি, কাশি, মাথাব্যথা এবং নাক দিয়ে পানি পড়া বা নাক বন্ধের কারণ হতে পারে। কিছু লোকের বমি এবং ডায়রিয়া হতে পারে, যদিও এটি প্রাপ্তবয়স্কদের তুলনায় শিশুদের মধ্যে বেশি দেখা যায়।

গড়ে এক বছরে, **মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে কয়েক হাজার মানুষ ফ্লুতে মারা যান**, এবং আরও অনেককে হাসপাতালে ভর্তি হতে হয়। ফ্লু-এর টিকা প্রতি বছর লক্ষ লক্ষ অসুস্থতা এবং ডাক্তারের কাছে ফ্লু-সম্পর্কিত কারণে দেখাতে যাওয়াকে প্রতিরোধ করে।

2. ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা

6 মাস বা তার বেশি বয়সী প্রত্যেককে প্রতি ফ্লু-এর মরশুমে CDC টিকা নেওয়ার জন্য সুপারিশ করে। **6 মাস থেকে 8 বছর বয়সী শিশুদের** একটি একক ফ্লু-এর মরশুমে 2টি ডোজের প্রয়োজন হতে পারে। **অন্য সকলের** প্রতি ফ্লু-এর মরশুমে মাত্র 1টি ডোজ প্রয়োজন।

টিকাকরণের পরে সুরক্ষা তৈরি হতে প্রায় 2 সপ্তাহ সময় লাগে।

অনেকগুলি ফ্লু ভাইরাস আছে, এবং তারা সবসময় পরিবর্তিত হচ্ছে। আসন্ন ফ্লু-এর মরশুমে রোগের কারণ হতে পারে এমন ইনফ্লুয়েঞ্জা ভাইরাস থেকে রক্ষা করার জন্য প্রতি বছর একটি নতুন ফ্লু-এর টিকা তৈরি করা হয়। এমনকি টিকাটি এই ভাইরাসগুলির সাথে যথাযথভাবে মিলযুক্ত না হলেও, এটি কিছু সুরক্ষা প্রদান করতে পারে।

ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা **ফ্লু সৃষ্টি করে না**।

ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা অন্যান্য টিকার মতো একই সময়ে দেওয়া যেতে পারে।

3. আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন

আপনার টিকাকরণ প্রদানকারীকে বলুন যদি টিকা গ্রহণকারী ব্যক্তি/ব্যক্তির:

- **ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে কোনো অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া** প্রদর্শন করেন, বা তার কোনো **গুরুতর, প্রাণ-সংশয়কারী অ্যালার্জি থাকে**
- কখনও **Guillain-Barré Syndrome (গিলাইন-বারে সিন্ড্রোম)** হয়ে থাকে (যাকে "GBS"ও বলা হয়)

কিছু ক্ষেত্রে, আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী একটি ভবিষ্যত সাক্ষাৎ পর্যন্ত ইনফ্লুয়েঞ্জার টিকাকরণ স্থগিত করার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন।

গর্ভাবস্থায় যে কোনো সময় ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা দেওয়া যেতে পারে। যারা ইনফ্লুয়েঞ্জার মরশুমে গর্ভবতী রয়েছেন বা হবেন তাদের নিষ্ক্রিয় ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা গ্রহণ করা উচিত।

সর্দি-কাশির মতো ছোটখাটো অসুস্থতায় আক্রান্ত ব্যক্তিদের টিকা দেওয়া যেতে পারে। মাঝারি বা গুরুতর অসুস্থ ব্যক্তিদের সাধারণত ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা নেওয়ার আগে সুস্থ না হওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করা উচিত।

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

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

4. কোনো টিকাজনিত প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

- ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকাকরণের পরে শট দেওয়ার জায়গায় ব্যথা, লালভাব এবং ফোলাভাব, জ্বর, পেশীতে ব্যথা এবং মাথাব্যথা হতে পারে।
- নিষ্ক্রিয় ইনফ্লুয়েঞ্জা টিকা (ফ্লু শট)-এর পরে গিলাইন-বারে সিন্ড্রোম (GBS) এর খুব কম বর্ধিত ঝুঁকি হতে পারে।

অল্পবয়সী শিশুরা যারা একই সময়ে নিউমোকক্কাল টিকা (PCV13) এবং/অথবা DTaP টিকার সাথে ফ্লু শট পায় তাদের জ্বরের কারণে খিঁচুনি হওয়ার সম্ভাবনা কিছুটা বেশি হতে পারে। ফ্লু-এর টিকা নিচ্ছে এমন কোনো শিশুর খিঁচুনি হয়েছিল এমন হয়ে থাকলে, আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে বলুন।

লোকেরা কখনও কখনও টিকাকরণ সহ চিকিৎসা-সম্বন্ধীয় পদ্ধতিসমূহের পরে অজ্ঞান হয়ে যান। আপনি যদি মাথা ঘোরা অনুভব করেন বা দৃষ্টিশক্তির পরিবর্তন হয় বা কানের মধ্যে শব্দ হতে থাকে তাহলে আপনার প্রদানকারীকে তা জানান।

যেকোন ওষুধের মতোই, কোনো টিকার মারাত্মক অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া, অন্যান্য গুরুতর আঘাত বা মৃত্যুর কারণ হওয়ার খুব প্রত্যন্ত সম্ভাবনা রয়েছে।

5. যদি কোনো গুরুতর সমস্যা হয় তাহলে কী হবে?

টিকা প্রাপ্ত ব্যক্তি ক্লিনিক ছেড়ে চলে যাওয়ার পরে একটি অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া ঘটতে পারে। আপনি যদি কোনো গুরুতর অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়ার লক্ষণ দেখেন (আমাবাত, মুখ এবং গলা ফুলে যাওয়া, শ্বাস নিতে অসুবিধা, দ্রুত হৃদস্পন্দন, মাথা ঘোরা বা দুর্বলতা), তাহলে **9-1-1** নম্বরে কল করুন এবং ব্যক্তিটিকে নিকটস্থ হাসপাতালে নিয়ে যান।

আপনার উদ্বেগের অন্যান্য লক্ষণগুলির জন্য, আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে কল করুন।

প্রতিকূল প্রতিক্রিয়াগুলি টিকার প্রতিকূল ঘটনার রিপোর্টিং সিস্টেম (Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS) এর কাছে রিপোর্ট করা উচিত। সাধারণত আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী এই রিপোর্টটি দায়ের করবেন, অথবা আপনি নিজেই এটি করতে পারেন। **www.vaers.hhs.gov**-এ VAERS ওয়েবসাইটে যান বা **1-800-822-7967** নম্বরে কল করুন। *VAERS শুধুমাত্র প্রতিক্রিয়া রিপোর্ট করার জন্য, এবং VAERS কর্মী সদস্যরা চিকিৎসা-সম্বন্ধীয় পরামর্শ দেন না।*

6. জাতীয় টিকাজনিত আঘাতের ক্ষতিপূরণ কর্মসূচী

জাতীয় টিকাজনিত আঘাতের ক্ষতিপূরণ কর্মসূচী (National Vaccine Injury Compensation Program, VICP) হল একটি ফেডারেল প্রোগ্রাম যা নির্দিষ্ট টিকার দ্বারা আহত হতে পারে এমন লোকেদের ক্ষতিপূরণ দেওয়ার জন্য তৈরি করা হয়েছিল। টিকাকরণের কারণে তথাকথিত আঘাত বা মৃত্যু সংক্রান্ত দাবিগুলি দায়ের করার জন্য একটি সময়সীমা রয়েছে, যা দুই বছরের মতো কম সময়ের হতে পারে। কর্মসূচীটি সম্পর্কে এবং দাবি দায়ের করার বিষয়ে জানতে **www.hrsa.gov/vaccinecompensation**-এ VICP ওয়েবসাইটে যান অথবা **1-800-338-2382** নম্বরে কল করুন।

7. আমি কিভাবে আরও জানতে পারি?

- আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন।
- আপনার স্থানীয় বা স্টেটের স্বাস্থ্য বিভাগে কল করুন।
- টিকার প্যাকেজ সন্নিবেশসমূহ এবং অতিরিক্ত তথ্যের জন্য খাদ্য এবং ওষুধ প্রশাসন (Food and Drug Administration, FDA) এর ওয়েবসাইট **www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines**-এ যান।
- রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্রের সাথে যোগাযোগ করুন (Centers for Disease Control and Prevention, CDC):
  - কল করুন **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** অথবা
  - CDC-এর ওয়েবসাইট **www.cdc.gov/flu**-এ যান।

Bengali translation provided by Immunize.org