টিকার তথ্য বিবৃতি

হেপাটাইটিস এ 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?

হেপাটাইটিস A লিভারের একটি গুরুতর রোগ। এটি হেপাটাইটিস এ ভাইরাসের (HAV) কারণে হয়। সংক্রামিত মানুষের মল (পায়খানা) ছোঁয়ার ফলে একজন মানুষের থেকে অন্যজনের মধ্যে HAV ছড়িয়ে পরে, কোনো ব্যক্তি তার হাতগুলি ভালো করে না ধুলে যেটি সহজেই হতে পারে। আপনি খাবার, জল বা HAV-তে দূষিত বস্তুগুলি থেকেও হেপাটাইটিস এ পেতে পারেন।

হেপাটাইটিস এ-এর উপসর্গগুলির মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:
- জ্বর, ক্লান্তি, ক্ষুধামান্দ্য, বমি ভাব, বমি করা এবং/অথবা গ্রন্থিতে ব্যথা
- পেটে প্রচন্ড ব্যথা এবং ডায়রিয়া (মূলত শিশুদের) অথবা
- জন্ডিস (চোখ বা চামড়ে হলদে হওয়া, গাঢ় প্রস্রাব, ধূসর বর্ণের পায়খানা)।

রোগ হওয়ার 2 থেকে 6 সপ্তাহ পরে এই উপসর্গগুলি সাধারণত দেখা যায় এবং সাধারণত 2 মাসের কম টিকে থাকে, যদিও কিছু মানুষ 6 মাস ধরেও অসুস্থ থাকতে পারে। আপনার হেপাটাইটিস এ থাকলে আপনি এতোটাই দুর্বল হতে পারেন যে আপনার কাজ করার মত শক্তি থাকবে না।

শিশুদের উপসর্গ প্রায় থাকেই না, তবে বেশিরভাগ প্রাপ্তবয়স্কদেরই থাকে। কোনো উপসর্গ ছাড়াই আপনি HAV ছড়াতে পারেন।

হেপাটাইটিস এ-র কারণে লিভার ফেইলিওর হয় এবং মৃত্যু হয়, যদিও তা বিরল এবং বেশিরভাগ সময় 50 বছর বা তার থেকে বেশি বয়সী এবং হেপাটাইটিস বি বা সি-এর মতো লিভারের রোগ থাকা ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে হয়।

হেপাটাইটিস এ টিকা হেপাটাইটিস এ রোগটিকে প্রতিরোধ করতে পারে। 1996 সালে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে হেপাটাইটিস এ-র টিকার সুপারিশ করা হয়েছিল। সেই সময় থেকে, মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে প্রতি বছর যে কেসগুলির রিপোর্ট করা হয়েছে সেই অনুযায়ী এটি প্রায় 31,000 থেকে কমে 1,500 হয়েছে।

2 হেপাটাইটিস এ টিকা

হেপাটাইটিস এ টিকা একটি নিষ্ক্রিয় (ধ্বংসপ্রাপ্ত) টিকা। দীর্ঘকালীন সুরক্ষার জন্য আপনার **2টি ডোজ** প্রয়োজন। এই ডোজগুলি অন্তত 6 মাস অন্তর দেওয়া উচিত।

শিশুদের প্রথম এবং দ্বিতীয় বছরের জন্মদিনের মাঝে নিয়মিতভাবে টিকাকরণ করানো দরকার (12 থেকে 23 মাসের বয়স পর্যন্ত)। বড় শিশু এবং কিশোররা 23 মাসের পরে টিকা নিতে পারে। যে প্রাপ্তবয়স্করা অতীতে টিকা নেননি এবং হেপাটাইটিস এ-র বিরুদ্ধে সুরক্ষিত থাকতে চান, তারাও টিকা নিতে পারেন।

আপনার হেপাটাইটিস এ টিকা নেওয়া উচিত যদি আপনি:
- এমন কোনো দেশে যান যেখানে হেপাটাইটিস এ খুবই সাধারণ রোগ,
- এমন একজন পুরুষ হন যিনি পুরুষদের সঙ্গে যৌন সঙ্গমে লিপ্ত
- বেআইনি মাদক ব্যবহার করেন,
- হেপাটাইটিস বি বা হেপাটাইটিস সি-এর মত দুরারোগ্য লিভারের রোগ আছে,
- রক্ত তঞ্চনের ফ্যাক্টর জমাট বাঁধার (clotting-factor concentrates) চিকিৎসা করান,
- হেপাটাইটিস এ সংক্রামিত পশুদের নিয়ে কাজ করেন, অথবা হেপাটাইটিস A গবেষনাগারে কাজ করেন অথবা
- এমন কোনো দেশ যেখানে হেপাটাইটিস এ খুব সাধারণ রোগ সেখান থেকে আন্তর্জাতিক দত্তক নেওয়া কোনো সন্তানের সঙ্গে খুব কাছ থেকে ব্যক্তিগত স্পর্শ হয়।

এই গ্রুপগুলির সম্বন্ধে আরও তথ্য জানতে চাইলে আপনি আপনার স্বাস্থ্য পরিষেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন|

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

3 কিছু লোকের এই টিকা নেওয়া উচিত নয়

আপনাকে যে ব্যক্তি টিকা দিচ্ছেন তাকে বলুন:
- **যদি আপনার কোনো গুরুতর, প্রাণঘাতী অ্যালার্জি থাকে।**
  হেপাটাইটিস এ টিকার ডোজ/মাত্রা নেওয়ার ফলে আপনার কখনো কোনো প্রাণঘাতী অ্যালার্জিজনিত প্রতিক্রিয়া দেখা দিয়ে থাকলে অথবা এই টিকার আংশিক প্রয়োগের ফলে গুরুতর অ্যালার্জি দেখা দেয়, তাহলে আপনার টিকা নেওয়া উচিত নয় বলে পরামরর্শ দেওয়া হতে পারে। টিকার উপকরণগুলি সম্বন্ধে তথ্য জানতে চাইলে আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন।
- **আপনি যদি অসুস্থ বোধ করেন।**
  যদি সর্দিকাশির মত সামান্য অসুস্থতা আপনার হয়, সেক্ষেত্রে সম্ভবত আজই আপনি 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।

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

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।

হেপাটাইটিস এ টিকা নেওয়া বেশিরভাগ মানুষেরই এটি নিয়ে কোনো সমস্যা হয় না।

হেপাটাইটিস এ টিকা নেওয়ার পরে হওয়া সামান্য সমস্যার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত:
- যেখানে টিকা দেওয়া হয়েছে সেখানে ব্যথা বা লালচে ভাব
- অল্প জ্বর
- মাথা ব্যথা
- ক্লান্তিভাব

এই ধরণের সমস্যা দেখা দিলে, সেগুলি সাধারণত টিকাটি দেওয়ার পর মুহূর্তেই শুরু হয় এবং 1 বা 2 দিন পর্যন্ত থাকে।

এই প্রতিক্রিয়াগুলি সম্বন্ধে আপনার চিকিৎসক আপনাকে আরও বেশি বলতে পারবেন।

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 বিরল সম্ভাবনা থাকে।

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

5 মারাত্মক 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, সঙ্কটজনক হৃৎস্পন্দন, মাথা ঘোরা, এবং দুর্বলতা। 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 ক্লিনিকে 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

Vaccine Information Statement

Hepatitis A Vaccine

7/20/2016

Bengali

42 U.S.C. § 300aa-26

Office Use Only