টিকার তথ্য বিবৃতি

# পোলিও 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?

টিকাকরণ মানুষদের **পোলিও** থেকে সুরক্ষিত করতে পারে। পোলিও হল ভাইরাস ঘটিত এক ধরনের রোগ। এটি মূলত মানুষের সঙ্গে মানুষের স্পর্শের মাধ্যমে ছড়িয়ে পরে। এটি সংক্রামিত ব্যক্তির মলে দূষিত হয়ে থাকা খাবার খাওয়া বা পানীয় পান করার ফলেও ছড়াতে পারে।

পোলিওতে সংক্রামিত হওয়া বেশিরভাগ ব্যক্তির কোনো উপসর্গ থাকে না এবং বেশিরভাগই কোনো জটিলতা ছাড়াই সেরে ওঠে। তবে কখনও কখনও পোলিও আক্রান্ত যাওয়া ব্যক্তিরা পঙ্গু হয়ে যায় (তাদের হাত বা পা নাড়াতে পারে না)। পোলিওর ফলস্বরূপ স্থায়ী প্রতিবন্ধকতা বা অক্ষমতা হতে পারে। সাধারণত নিঃশ্বাস নেওয়ার জন্য পেশীগুলিকে পঙ্গু করার মাধ্যমে, পোলিওর ফলে মৃত্যুও হতে পারে।

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে পোলিও একসময় অত্যন্ত প্রচলিত ছিল। 1955 সালে পোলিও টিকা আবিষ্কারের আগে প্রতি বছর হাজার হাজার মানুষ এর ফলে পঙ্গু হত এবং মারা যেত। পোলিও সংক্রমণের কোনো নিরাময় নেই, তবে টিকাকরণের মাধ্যমে এটি প্রতিরোধ করা যেতে পারে।

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র থেকে পোলিও নির্মূল হয়ে গেছে। তবে বিশ্বের অন্যান্য অংশে এটি এখনও হয়। অন্য দেশ থেকে পোলিওতে সংক্রামিত হওয়া মাত্র একজন ব্যক্তি দেশে আসাই এই রোগটি ফিরিয়ে আনার জন্য যথেষ্ট হতে পারত যদি না আমরা টিকাকরণের মাধ্যমে সুরক্ষিত থাকতাম। যদি রোগটি নির্মূল করার এই প্রচেষ্টা সফল হয়, তাহলে হয়তো কোনো একদিন আমাদের আর পোলিওর টিকা প্রয়োজন হবে না। ততদিন পর্যন্ত, আমাদের শিশুদের টিকাকরণ করানো প্রয়োজন।

## 2 পোলিও টিকা

নিষ্ক্রিয় পোলিও টিকা (Inactivated Polio Vaccine, **IPV**) পোলিও রোগটিকে প্রতিরোধ করতে পারে।

**শিশু**
বেশিরভাগ মানুষেরই শিশু থাকাকালীন অবস্থায় IPV নেওয়া উচিত। IPV-র ডোজগুলি সাধারণত 2, 4, 6 থেকে 18 মাসে এবং 4 থেকে 6 বছর বয়সে দেওয়া হয়।

এই সময়সূচীটি কিছু শিশুর ক্ষেত্রে আলাদা হতে পারে (যার মধ্যে রয়েছে সেই শিশুরা যারা নির্দিষ্ট দেশগুলিতে ভ্রমণ করছে এবং যারা একযোগে দেওয়া টিকার অংশ হিসাবে IPV নিচ্ছে)। আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

**প্রাপ্তবয়স্ক**
বেশিরভাগ প্রাপ্তবয়স্কের IPV-র প্রয়োজন হয় না কারণ ইতিমধ্যেই শিশু হিসাবেই পোলিওর বিরুদ্ধে তাদের টিকাকরণ করানো হয়ে গেছিল। তবে কিছু প্রাপ্তবয়স্কদের অনেকটা বেশি ঝুঁকি থাকে এবং পোলিও টিকার কথা ভেবে দেখা উচিত, এদের মধ্যে রয়েছেন:

- বিশ্বের নির্দিষ্ট কিছু অংশে ভ্রমণ করা মানুষ,
- পোলিওর ভাইরাস নিয়ে কাজ করতে পারে এমন পরীক্ষাগারের কর্মীবৃন্দ, এবং
- পোলিও থাকতে পারে এমন রোগীদের চিকিৎসাকারী স্বাস্থ্য সেবা কর্মীবৃন্দ।

এই উচ্চতর-ঝুঁকিতে থাকা প্রাপ্তবয়স্করা অতীতে কতগুলি ডোজ নিয়েছে তার ওপর নির্ভর করে তাদের 1 থেকে 3 ডোজের IPV নেওয়ার প্রয়োজন হতে পারে।

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

## 3 কিছু লোকের এই টিকা নেওয়া উচিত নয়

যে ব্যক্তি টিকা দিচ্ছেন তাকে বলুন:

- **যে ব্যক্তি টিকা নিচ্ছেন তার কোনো গুরুতর, প্রাণঘাতী অ্যালার্জি থাকলে।**
  IPV ডোজ/মাত্রা নেওয়ার ফলে আপনার কখনো কোনো প্রাণঘাতী অ্যালার্জি জনিত প্রতিক্রিয়া দেখা দিয়ে থাকলে অথবা এই টিকার আংশিক প্রয়োগের ফলে গুরুতর অ্যালার্জি দেখা দেয়, তাহলে আপনার টিকা নেওয়া উচিত নয় বলে পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। টিকার উপকরণগুলি সম্বন্ধে তথ্য জানতে চাইলে আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন।
- **যে ব্যক্তি টিকা নিচ্ছেন তিনি যদি অসুস্থ বোধ করেন।**
  যদি সর্দিকাশির মত আপনার সামান্য অসুস্থতা হয়, আপনি সম্ভবত আজই 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।

## 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।

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

কিছু মানুষের ক্ষেত্রে যেখানে শট IPV দেওয়া হয়েছে সেখানে ব্যথা হয়। IPV কোনো গুরুতর সমস্যা কারণ বলে পরিচিত নয় এবং এটি নেওয়ার ফলে বেশিরভাগ লোকেদের কোনো সমস্যা হয়নি।

**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 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 (হার্ট বিট), 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

**Polio Vaccine**

Office Use Only

7/20/2016 Bengali

42 U.S.C. § 300aa-26

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