টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি

হেপাটাইটিস A টিকা:

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?

হেপাটাইটিস A টিকা **হেপাটাইটিস A** প্রতিরোধ করতে পারে।

হেপাটাইটিস A হল লিভারের একটি গুরুতর রোগ। এটি সাধারণত সংক্রামিত ব্যক্তির সাথে ঘনিষ্ঠ, ব্যক্তিগত যোগাযোগের মাধ্যমে বা যখন একজন ব্যক্তি অজান্তে সংক্রামিত ব্যক্তির অল্প পরিমাণে মল (বিষ্ঠা) দ্বারা দূষিত বস্তু, খাবার বা পানীয় থেকে ভাইরাসটি গ্রহণ করে তখন, ছড়িয়ে পড়ে।

হেপাটাইটিস A-তে আক্রান্ত বেশিরভাগ প্রাপ্তবয়স্কদের ক্লান্তি, খিদে কমে যাওয়া, পেটে ব্যথা, বমি বমি ভাব এবং জন্ডিস (হলুদ ত্বক বা চোখ, গাঢ় প্রস্রাব, হালকা রঙের মলত্যাগ) এর উপসর্গ থাকে। 6 বছরের কম বয়সী বেশিরভাগ শিশুর উপসর্গ থাকে না।

হেপাটাইটিস A-তে সংক্রামিত একজন ব্যক্তির এই রোগের কোনো উপসর্গ না থাকলেও সে অন্য লোকেদের মধ্যে এই রোগটি ছড়াতে পারে।

বেশিরভাগ লোক যারা হেপাটাইটিস A-তে আক্রান্ত হন তারা বেশ কয়েক সপ্তাহ ধরে অসুস্থ বোধ করেন, কিন্তু এরপরে তারা সাধারণত সম্পূর্ণ সুস্থ হয়ে ওঠেন এবং লিভারের দীর্ঘস্থায়ী ক্ষতি হয় না। বিরল ক্ষেত্রে, হেপাটাইটিস A লিভার বিকলতা এবং মৃত্যুর কারণ হতে পারে; এটি 50 বছরের বেশি বয়সী এবং অন্যান্য লিভারের রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিদের মধ্যে বেশি সাধারণ।

হেপাটাইটিস A টিকা মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে এই রোগটির প্রচলন অনেক কম করেছে। যদিও, টিকা না দেওয়া ব্যক্তিদের মধ্যে হেপাটাইটিস A-এর প্রাদুর্ভাব এখনও ঘটে।

2. হেপাটাইটিস A টিকা

শিশুদের হেপাটাইটিস A টিকার 2টি ডোজ প্রয়োজন:
- প্রথম ডোজ: 12 থেকে 23 মাস বয়স
- দ্বিতীয় ডোজ: প্রথম ডোজের কমপক্ষে 6 মাস পরে

6 থেকে 11 মাস বয়সী শিশুদের হেপাটাইটিস A-এর বিরুদ্ধে সুরক্ষার পরামর্শ দেওয়া হলে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের বাইরে ভ্রমণ করার সময় তাদের 1 ডোজ হেপাটাইটিস A টিকা গ্রহণ করা উচিত। দীর্ঘস্থায়ী সুরক্ষার জন্য সুপারিশকৃত বয়সে এই শিশুদের তাও 2টি অতিরিক্ত ডোজ পাওয়া উচিত।

2 থেকে 18 বছর বয়সী **বড় শিশু এবং কিশোর-কিশোরী** যাদের আগে টিকা দেওয়া হয়নি তাদের টিকা দেওয়া উচিত।

প্রাপ্তবয়স্করা যারা আগে টিকা পাননি এবং হেপাটাইটিস A থেকে সুরক্ষিত থাকতে চান তারাও টিকা পেতে পারেন।

হেপাটাইটিস A টিকা নিম্নলিখিত ব্যক্তিদের জন্যও সুপারিশ করা হয়:
- আন্তর্জাতিক ভ্রমণকারী
- যে পুরুষরা অন্য পুরুষদের সাথে যৌন সংযোগ করে থাকেন
- ইনজেকশন দিয়ে বা ইনজেকশন ছাড়া ড্রাগ ব্যবহার করেন এমন ব্যক্তি
- পেশাগত কারণে সংক্রমণের ঝুঁকি রয়েছে এমন ব্যক্তি
- আন্তর্জাতিকভাবে দত্তক গ্রহণ করা সন্তানের সাথে ঘনিষ্ঠ সংযোগে থাকা ব্যক্তি
- গৃহহীনতার সম্মুখীন হচ্ছেন এমন ব্যক্তি
- HIV আক্রান্ত ব্যক্তি
- দীর্ঘস্থায়ী লিভারের রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি

এছাড়াও, যে ব্যক্তি আগে হেপাটাইটিস A টিকা পাননি এবং যার হেপাটাইটিস A আক্রান্ত কারো সাথে সরাসরি সংযোগ রয়েছে তার যত তাড়াতাড়ি সম্ভব এবং সংস্পর্শে আসার 2 সপ্তাহের মধ্যে হেপাটাইটিস A টিকা নেওয়া উচিত।

হেপাটাইটিস A টিকা অন্যান্য টিকার মতো একই সময়ে দেওয়া যেতে পারে।

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

3. আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন

আপনার টিকাকরণ প্রদানকারীকে বলুন যদি টিকা গ্রহণকারী ব্যক্তি/ব্যক্তির:

- **হেপাটাইটিস A টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে কোনো অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া** হয়ে থাকে, বা তার কোনো **গুরুতর, প্রাণ-সংশয়কারী অ্যালার্জি থাকে**

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

গর্ভবতী বা বুকের দুধ খাওয়ানো মহিলাদের হেপাটাইটিস A হওয়ার ঝুঁকি থাকলে তাদের টিকা দেওয়া উচিত। গর্ভাবস্থা বা বুকের দুধ খাওয়ানো হেপাটাইটিস A টিকা এড়ানোর জন্য কোনো কারণ নয়।

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

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

4. কোনো টিকাজনিত প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

- হেপাটাইটিস A টিকাকরণের পরে শট দেওয়া জায়গায় ব্যথা বা লালভাব, জ্বর, মাথাব্যথা, ক্লান্তি বা খিদে কমে যাওয়ার ঘটনা ঘটতে পারে।

লোকেরা কখনও কখনও টিকাকরণ সহ চিকিৎসা-সম্বন্ধীয় পদ্ধতিসমূহের পরে অজ্ঞান হয়ে যায়। 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/vaccines**-এ যান।

Bengali translation provided by Immunize.org