টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি

হেপাটাইটিস B 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 B টিকা হেপাটাইটিস B প্রতিরোধ করতে পারে। হেপাটাইটিস B একটি লিভারের রোগ, যা কয়েক সপ্তাহ স্থায়ী হতে পারে বা এটি একটি গুরুতর, আজীবন অসুস্থতার কারণ হতে পারে।

- **তীব্র হেপাটাইটিস B** একটি স্বল্পমেয়াদী অসুস্থতা যাতে জ্বর, ক্লান্তি, খিদে কমে যাওয়া, বমি বমি ভাব, বমি, জন্ডিস (হলুদ ত্বক বা চোখ, গাঢ় প্রস্রাব, মাটির রঙের মলত্যাগ) এবং পেশী, জয়েন্টগুলোতে এবং পেটে ব্যথা হতে পারে।
- **দীর্ঘস্থায়ী হেপাটাইটিস B** একটি দীর্ঘমেয়াদী অসুস্থতা যা হেপাটাইটিস B ভাইরাস একজন ব্যক্তির শরীরে থেকে গেলে ঘটে। বেশিরভাগ লোক যাদের মধ্যে দীর্ঘস্থায়ী হেপাটাইটিস B এর বিকাশ ঘটে তাদের উপসর্গ থাকে না, তবে এটি তখনও খুব গুরুতর এবং এটি লিভারের ক্ষতি (সিরোসিস), লিভার ক্যানসার এবং মৃত্যুর কারণ হতে পারে। দীর্ঘস্থায়ীভাবে সংক্রামিত লোকেরা হেপাটাইটিস B ভাইরাস অন্যদের মধ্যে ছড়িয়ে দিতে পারে, এমনকি যখন তারা নিজেরা অসুস্থ বোধ করেন না তখনও।

হেপাটাইটিস B ভাইরাসে আক্রান্ত রক্ত, বীর্য বা শরীরের অন্যান্য তরল যখন সংক্রমিত নয় এমন ব্যক্তির শরীরে প্রবেশ করে তখন হেপাটাইটিস B ছড়িয়ে পড়ে। লোকেরা এর মাধ্যমে সংক্রামিত হতে পারে:

- জন্ম (যদি একজন গর্ভবতী মহিলার হেপাটাইটিস B থাকে, তাহলে তার শিশু সংক্রমিত হতে পারে)
- সংক্রামিত ব্যক্তির সাথে রেজার বা টুথব্রাশের মতো জিনিস শেয়ার করলে
- সংক্রামিত ব্যক্তির রক্তে বা খোলা ঘা-এর সাথে সংস্পর্শে এলে
- সংক্রামিত সঙ্গীর সাথে যৌন সংস্পর্শে এলে
- সূঁচ, সিরিঞ্জ, বা অন্যান্য ড্রাগ-ইনজেকশনের সরঞ্জাম শেয়ার করলে
- সূঁচ ফোটানোর বা অন্যান্য ধারালো যন্ত্র থেকে রক্তের সংস্পর্শে আসলে

হেপাটাইটিস B টিকার সাথে টিকা নেওয়া বেশিরভাগ লোকেই সারা জীবনের জন্য রোগ-প্রতিরোধী হয়ে যান।

2. হেপাটাইটিস B টিকা

হেপাটাইটিস B টিকা সাধারণত 2, 3, বা 4টি শট হিসাবে দেওয়া হয়।

ছোট শিশুদের তাদের হেপাটাইটিস B টিকার প্রথম ডোজ জন্মের সময়ে পাওয়া উচিত এবং সাধারণত 6-18 মাস বয়সে সিরিজটি সম্পূর্ণ হয়ে যাওয়া উচিৎ। **হেপাটাইটিস B টিকার জন্মের সময়ের ডোজ ছোট শিশুদের দীর্ঘমেয়াদী অসুস্থতা এবং মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে হেপাটাইটিস B-এর বিস্তার প্রতিরোধের একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ।**

59 বছর বা তার কম বয়সী যদি কেউ এখনও ভ্যাকসিন না পেয়ে থাকেন তবে তাদের টিকা দেওয়া উচিত।

হেপাটাইটিস B টিকা দেওয়ার সুপারিশ করা হয় **60 বছর বা তার বেশি বয়সী** প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য যাদের হেপাটাইটিস B-এর হওয়ার ঝুঁকি রয়েছে এবং যাদের আগে টিকা দেওয়া হয়নি। **60 বছর বা তার বেশি বয়সী** প্রাপ্তবয়স্ক যারা ঝুঁকির মধ্যে নেই এবং যাদের অতীতে টিকা দেওয়া হয়নি তাদেরও টিকা দেওয়া যেতে পারে।

হেপাটাইটিস B টিকা একটি স্বতন্ত্র টিকা হিসাবে বা একটি সংমিশ্রণ টিকার (এক ধরনের টিকা যা এক শটে একাধিক টিকাকে একত্রিত করে) অংশ হিসাবে দেওয়া যেতে পারে।

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

3. আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন

আপনার টিকাকরণ প্রদানকারীকে বলুন যদি টিকা গ্রহণকারী ব্যক্তির:

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

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

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

গর্ভবতী বা বুকের দুধ খাওয়াচ্ছেন ব্যক্তিদের, যারা আগে টিকা গ্রহণ করেননি, তাদের টিকা দেওয়া উচিত। গর্ভাবস্থা বা বুকের দুধ খাওয়ানো হেপাটাইটিস B টিকা গ্রহণ না করার কোনও কারণ নয়।

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

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

4. কোনো টিকাজনিত প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

- হেপাটাইটিস B টিকা দেওয়ার পরে, যেখানে ইঞ্জেকশন দেওয়া হয় সেখানে ব্যথা, জ্বর, মাথাব্যথা, এবং ক্লান্তি (ক্লান্ত বোধ) 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 (আআমবাতবাত, 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 মতন 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