টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি

র‍্যাবিজ 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?

র‍্যাবিজ টিকা র‍্যাবিজ (জলাতঙ্ক) প্রতিরোধ করতে পারে।

জলাতঙ্ক একটি গুরুতর অসুস্থতা যা প্রায় সবসময় মৃত্যু ঘটায়।

র‍্যাবিজ ভাইরাস কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রকে সংক্রমিত করে। ভাইরাসের সংস্পর্শে আসার কয়েক দিন থেকে কয়েক বছর ধরে উপসর্গগুলি দেখা দিতে পারে এবং এর মধ্যে রয়েছে প্রলাপ (বিভ্রান্তি), অস্বাভাবিক আচরণ, হ্যালুসিনেশন, হাইড্রোফোবিয়া (পানির থেকে ভয়), এবং অনিদ্রা (ঘুমতে অসুবিধা), যা কোমা এবং মৃত্যুর দিকে নিয়ে যায়।

কোনো সংক্রামিত প্রাণীর লালা বা নিউরাল টিস্যুর সংস্পর্শে এলে মানুষ জলাতঙ্কে আক্রান্ত হতে পারে, উদাহরণস্বরূপ, কামড় বা আঁচড়ের মাধ্যমে, এবং র‍্যাবিজ টিকার সাথে উপযুক্ত চিকিৎসা পরিচর্যা না পাওয়া।

2. র‍্যাবিজ টিকা

কিছু **লোক যাদের জলাতঙ্কের সংস্পর্শে আসার ঝুঁকি বেশি, যেমন যারা সম্ভাব্য সংক্রামিত প্রাণীদের সাথে কাজ করেন, তাদের জন্য যদি কোনো সংস্পর্শ ঘটে থাকে সেই ক্ষেত্রে র‍্যাবিজ প্রতিরোধে সাহায্য করার জন্য টিকা নেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয়**। আপনি যদি র‍্যাবিজ ভাইরাসের সংস্পর্শে আসার ঝুঁকিতে থাকেন:

- আপনার 0 এবং 7 দিনে দেওয়া র‍্যাবিজ টিকার 2টি ডোজ গ্রহণ করা উচিত।
- আপনার ঝুঁকির স্তরের উপর নির্ভর করে, আপনাকে এক বা একাধিক রক্ত পরীক্ষা করার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে বা প্রথম 2টি ডোজের পরে 3 বছরের মধ্যে একটি বুস্টার ডোজ গ্রহণ করার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও বিশদ-বিবরণ দিতে পারবেন।

কোনো ব্যক্তি সংস্পর্শে আসার পরে দেওয়া হলেও র‍্যাবিজ টিকা জলাতঙ্ক প্রতিরোধ করতে পারে। জলাতঙ্কের সংস্পর্শে আসার বা সম্ভাব্য সংস্পর্শের পরে, ক্ষত স্থানটি সাবান এবং জল দিয়ে পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে পরিষ্কার করা উচিত। যদি আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী বা স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগ টিকা দেওয়ার পরামর্শ দেন, তাহলে সংস্পর্শে আসার পর যত তাড়াতাড়ি সম্ভব টিকা দেওয়া উচিত তবে উপসর্গগুলি শুরু হওয়ার আগে যে কোনও সময় দেওয়া হলে কার্যকর হতে পারে। একবার উপসর্গগুলি শুরু হয়ে গেলে, র‍্যাবিজ টিকা আর জলাতঙ্ক প্রতিরোধে সহায়ক হয় না।

- আপনি যদি অতীতে জলাতঙ্কের বিরুদ্ধে টিকা না দিয়ে থাকেন, তাহলে আপনার 2 সপ্তাহের মধ্যে 4 ডোজ র‍্যাবিজ টিকা প্রয়োজন (দিন 0, 3, 7 এবং 14-তে দেওয়া হয়)। যেদিন আপনি র‍্যাবিজ টিকার প্রথম ডোজ গ্রহণ করবেন বা তার ঠিক পরেই আপনার র‍্যাবিজ ইমিউনোগ্লোবিউলিন নামক আরেকটি ওষুধ খাওয়া উচিত।
- আপনি যদি অতীতে র‍্যাবিজের টিকাকরণ নিয়ে থাকেন, তবে আপনার সংস্পর্শে আসার পরে সাধারণত মাত্র 2 ডোজ র‍্যাবিজ টিকার প্রয়োজন।

র‍্যাবিজ 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:

- **র‍্যাবিজ টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে কোনো অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া** হয়ে থাকে, বা তার কোনো **গুরুতর, প্রাণ-সংশয়কারী অ্যালার্জি থাকে**
- একটি **দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা থাকে**
- যিনি **ক্লোরোকুইন বা ক্লোরোকুইন সম্পর্কিত ওষুধ সেবন করছেন বা নেওয়ার পরিকল্পনা করছেন**
- যিনি **অতীতে র‍্যাবিজ টিকা নিয়েছেন** (আপনার প্রদানকারীকে জানতে হবে আপনি কখন র‍্যাবিজ টিকার ডোজ নিয়েছিলেন)

কিছু ক্ষেত্রে, আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী একটি ভবিষ্যত সাক্ষাৎ পর্যন্ত রুটিন (সংস্পর্শে আশার পূর্বে) র‍্যাবিজ টিকাকরণ স্থগিত করার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন। অথবা আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী জলাতঙ্কের বিরুদ্ধে আপনার অনাক্রম্যতার মাত্রা নির্ধারণের জন্য র‍্যাবিজ টিকা দেওয়ার আগে বা পরে রক্ত পরীক্ষা করতে পারেন।

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

সর্দি-কাশির মতো ছোটখাটো অসুস্থতায় আক্রান্ত ব্যক্তিদের টিকা দেওয়া যেতে পারে। মাঝারি বা গুরুতর অসুস্থ ব্যক্তিদের সাধারণত একটি রুটিন (সংস্পর্শে আশার পূর্বে) র‍্যাবিজ টিকা নেওয়ার আগে সুস্থ না হওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করা উচিত। **আপনি যদি র‍্যাবিজ ভাইরাসের সংস্পর্শে এসে থাকেন, তাহলে আপনার সমসাময়িক অসুস্থতা, গর্ভাবস্থা, বুকের দুধ খাওয়ানো বা দুর্বল প্রতিরোধ ব্যবস্থা নির্বিশেষে টিকা নেওয়া উচিত।**

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

4. কোনো টিকাজনিত প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

- র‍্যাবিজ টিকা দেওয়ার পরে ইনজেকশনের স্থানে ব্যথা, লালভাব, ফোলাভাব বা চুলকানি, এবং মাথাব্যথা, বমি বমি ভাব, পেটে ব্যথা, পেশী ব্যথা, বা মাথা ঘোরা ঘটতে পারে।
- কখনও কখনও বুস্টার ডোজের পরে আমবাত, জয়েন্টে ব্যথা বা জ্বর হয়।

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. 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
  - **www.cdc.gov/rabies**-এ **CDC**-এর জলাতঙ্ক-সংক্রান্ত ওয়েবসাইট দেখুন

Bengali translation provided by Immunize.org