টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি

Tdap (টিটেনাস, ডিপথেরিয়া, পারটুসিস) 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?

Tdap টিকা টিটেনাস, ডিপথেরিয়া, এবং **পারটুসিস** প্রতিরোধ করতে পারে।

ডিপথেরিয়া এবং পারটুসিস মানুষ থেকে মানুষে ছড়িয়ে পড়ে। টিটেনাস কাটা বা ক্ষতের মাধ্যমে শরীরে প্রবেশ করে।

- **টিটেনাস (TETANUS, T)** পেশীগুলির ব্যাথাপূর্ণ শক্ত হয়ে যাওয়ার কারণ হয়। টিটেনাসের ফলে মুখ খুলতে অক্ষম হওয়া, গিলতে এবং শ্বাস নিতে সমস্যা হওয়া বা মৃত্যু সহ গুরুতর স্বাস্থ্য সমস্যা হতে পারে।
- **ডিপথেরিয়া (DIPHTHERIA, D)** শ্বাস নিতে অসুবিধা, হৃদযন্ত্রের বিকলতা, পক্ষাঘাত বা মৃত্যুর কারণ হতে পারে।
- **পারটুসিস (PERTUSSIS, aP)**, যা "হুপিং কাশি" নামেও পরিচিত, এটি অনিয়ন্ত্রিত, প্রবল কাশির কারণ হতে পারে যা শ্বাস নেওয়া, খাওয়া বা পান করা কঠিন করে তোলে। পারটুসিস অত্যন্ত গুরুতর হতে পারে বিশেষ করে শিশু এবং ছোট বাচ্চাদের মধ্যে, যার ফলে নিউমোনিয়া, খিঁচুনি, মস্তিষ্কের ক্ষতি বা মৃত্যু হতে পারে। কিশোর-কিশোরী এবং প্রাপ্তবয়স্কদের মধ্যে, এটি ওজন হ্রাস পাওয়া, মূত্রাশয়-সংক্রান্ত নিয়ন্ত্রণ হারানো, অচেতন হয়ে যাওয়া, প্রচণ্ড কাশির ফলে পাঁজর ভেঙে যাওয়ার কারণ হয়ে উঠতে পারে।

2. Tdap টিকা

Tdap শুধুমাত্র 7 বছর বা তার বেশি বয়সী শিশু, কিশোর-কিশোরী এবং প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য।

কিশোর-কিশোরীদের, বিশেষত 11 বা 12 বছর বয়সে, Tdap এর একটি একক ডোজ গ্রহণ করা উচিত।

গর্ভবতী মহিলাদের প্রতিটি গর্ভাবস্থায় Tdap এর একটি ডোজ নেওয়া উচিত, বিশেষত নবজাতককে পারটুসিস থেকে রক্ষা করতে সহায়তা করার জন্য তৃতীয় ত্রৈমাসিকের প্রথম দিকে। ছোট শিশুরা পারটুসিস থেকে গুরুতর, প্রাণ-সংশয়কারী জটিলতার ঝুঁকিতে থাকে।

প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিরা যারা কখনও Tdap পাননি তাদের Tdap এর ডোজ নেওয়া উচিত।

এছাড়াও, **প্রাপ্তবয়স্কদের হয় Tdap নয়তো Td** (একটি ভিন্ন টিকা যা টিটেনাস এবং ডিপথেরিয়া থেকে রক্ষা করে কিন্তু পারটুসিস থেকে করে না) **এর একটি বুস্টার ডোজ প্রতি 10 বছর পর পর**, বা গুরুতর বা অপরিচ্ছন্ন ক্ষত বা পোড়ার ক্ষেত্রে 5 বছর পর পর গ্রহণ করা উচিত।

Tdap অন্যান্য টিকার সাথে একই সময়ে দেওয়া যেতে পারে।

3. আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন

আপনার টিকাকরণ প্রদানকারীকে বলুন যদি টিকা গ্রহণকারী ব্যক্তি/ব্যক্তির:

- **টিটেনাস, ডিপথেরিয়া, বা পারটুসিস থেকে রক্ষা করে এমন কোনো টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে কোনো অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া হয়ে থাকে**, বা তার কোনো **গুরুতর, প্রাণ-সংশয়কারী অ্যালার্জি থাকে**
- **যেকোনো পারটুসিস টিকা (DTP, DTaP, বা Tdap) নেওয়ার 7 দিনের মধ্যে কোমায় চলে গেছিলেন, চেতনার মাত্রা কমে গেছিল বা দীর্ঘস্থায়ী খিঁচুনি হয়ে থাকে।**
- **খিঁচুনি বা অন্য স্নায়ুতন্ত্রের সমস্যা থাকে**
- কখনও **গিলাইন-বারে সিন্ড্রোম (Guillain-Barré Syndrome)** হয়ে থাকে (যাকে "GBS"ও বলা হয়)
- **টিটেনাস বা ডিপথেরিয়ার বিরুদ্ধে সুরক্ষা দেয় এমন কোনও টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে তীব্র ব্যথা বা ফোলা হয়ে থাকে**

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

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

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

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

4. কোনো টিকাজনিত প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

- কখনও কখনও Tdap টিকা দেওয়ার পরে যেখানে শট দেওয়া হয়েছিল সেখানে ব্যথা, লালভাব বা ফোলাভাব, হালকা জ্বর, মাথাব্যথা, ক্লান্ত বোধ এবং বমি বমি ভাব, বমি, ডায়রিয়া বা পেটব্যথা ঘটে।

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