

के तपाईंलाई थाहा थियो?...



तपाईंले अब आफ्नो नजन्मिएको शिशु (गर्भमा रहेको शिशु) लाई पहिलो दिनदेखि नै लहरे खोकी लाग्नबाट जोगाउन सक्नुहुन्छ।

- गर्भवस्थामा लहरे खोकीको खोप लगाउनु आमा र शिशु दुवैको लागि सुरक्षित र प्रभावकारी हुन्छ भन्ने कुरा अध्ययनहरूले पत्ता लगाएको छ।
- गर्भवस्थामा (सम्भवतः २८ हप्तामा) खोप लगाउनुको अर्थ तपाईंको शरीरले प्रतीरक्षकहरूको (एन्टिबडिस) उत्पादन गर्छ जुन जन्मनु अघि नै तपाईंको शिशुमा पुग्छ। यी प्रतिरक्षकहरूले तपाईंको शिशुलाई जन्मिएको ६ हप्तामा आफ्नै खोप लगाउन तयार नहुन्जेलसम्म जोगाउनेछ।
- लहरे खोकी अति संक्रामक जीवाणुयुक्त रोग हो जसको कारणले गम्भीर खोकी लागिरहन्छ। यसले जसलाई पनि असर गर्न सक्छ तर यो खासगरी त्यस्ता साना शिशुहरू जसलाई खोप लगाउने बेला भएको हुँदैन, तिनीहरूमा बढि गम्भीर हुन्छ (र घातक पनि हुन सक्छ)।
- तपाईंको बच्चाको सम्पर्कमा आउने पारिवारिक सदस्यहरूले पनि लहरे खोकीबाट बचाव गरेका छन् भन्ने कुरामा विश्वस्त हुनु महत्वपूर्ण छ। अन्य बच्चाहरूको खोप अधावधिक छन् भन्ने कुरामा विश्वस्त हुनुहोस् र बिगत १० वर्षमा लहरे खोकीको खोप नलगाएका हेरचाह गर्ने तथा नजिकको पारिवारिक सदस्यहरूलाई सोध्नुहोस् ताकी तपाईंको बच्चाको सम्पर्कमा आउनभन्दा कम्तिमा २ हप्ताअघि खोप लगाएका छन् भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्न सकियोस्।
- यदि गर्भवती हुने योजना बनाउँदै हुनुहुन्छ अथवा गर्भवती हुनुहुन्छ भने तपाईंलाई कुन खोप गर्भवती हुँदा आवश्यक छ भन्ने विषयमा आफ्नो जी.पी (डक्टर), एबओरिजिनल मेडिकल सर्भिस अथवा अन्य प्रदायकहरूसँग कुरा गर्नुहोस्।

खोप	सिफारिस
लहरे खोकी	गर्भवती भएको तेस्रो चरणमा (सम्भवत २८ हप्तामा)
रुघा	गर्भवती महिला गर्भवस्थाको कुनै पनि बेला, खासगरी उनीहरूको लागि जो रुघा लाग्ने मौसममा, गर्भवस्थाको दोस्रो अथवा तेस्रो चरणमा हुन्छन्।

गर्भावस्थामा खोप लगाउनु कतिको प्रभावकारी हुन्छ?

गर्भावस्थामा खोप नलगाएकाहरूमा, प्रत्येक वर्ष ठूलो हस्पिटलमा जन्मिएका ५० नवजात शिशुहरू लहरे खोकीको कारणले बिरामी पर्छन् – यी मध्ये ४० जनालाई उनीहरूको रोगको कारणले अस्पतालमा भर्ना गर्न आवश्यक पर्छ।

यदि अस्पतालमा जन्माउने सबै महिलाहरूले गर्भावस्थामा खोप लगाएको भए, एक वर्षमा केवल ४ शिशुहरूमा मात्र लहरे खोकी लाग्थ्यो।

गर्भवती खोप बिनाको (नलगाएको) लहरे खोकी



गर्भवती खोप सहितको (लगाएको) लहरे खोकी



तपाईंको बच्चा जन्मिएपछि

फोनमा 'सेभ द डेट टु भ्याक्सिनेट' ('Save the Date to Vaccinate') भन्ने एप डाउनलोड गर्नुहोस्

'सेभ द डेट टु भ्याक्सिनेट' भन्ने फोन एपले तपाईंको व्यक्तिगत खोप लगाउने तालिका दिन्छ र तपाईंको बच्चालाई खोप दिने समयको स्मरण गराउँछ। विभिन्न भिडियोहरू लगायत उपयोगी खोप सम्बन्धि जानकारीको लागि तपाईंले 'सेभ द डेट टु भ्याक्सिनेट' को वेबसाइट पनि हेर्न सक्नुहुन्छ www.immunisation.health.nsw.gov.au।



Health