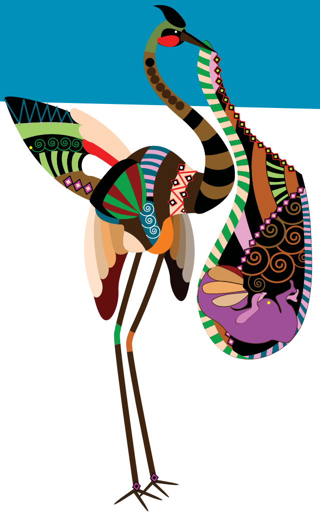
तथ्यपत्र



तपाईको नयाँ जन्मिएकोलाई लहरे खोकीबाट बचाउनुहोस्

गर्भावस्थामा हुँदा खोप लिनाले तपाईको बच्चालाई पहिलो दिनदेखि जोगाउन सक्छ।

गर्भवती महिलाहरुका लागि महत्वपूर्ण तथ्यहरु

- तपाईको बच्चा जन्मिएको ६ हप्तामा पहिलो खोप नलगाउन्जेलसम्म लहरे खोकीबाट जोगाउने सबैभन्दा राम्रो उपाय गर्भाधारण भएको २८ हप्तामा लहरे खोकीको खोप लगाउनु हो।
- गर्भवती महिलाहरुको लागि एन.एस.डब्लूमा अहिले खोप निशुल्क दिइन्छ।
- तपाईको बच्चा ६ हप्ताको भएपछि अझै पनि लहरे खोकीको खोप दिनु आवश्यक पर्छ।
- लहरे खोकी गम्भीर तथा सम्भवत: जीवन घातक हो।

लहरे खोकी भनेको के हो ?

लहरे खोकी (परट्यूसिस पनि भनिने) अधिक संक्रामक जीवाणुयुक्त रोग हो जसको कारणले उग्र खोकी लागिरहन्छ। वयस्कहरुमा, यसको लक्षणहरु सामान्य हुन्छन् तर यदि यो संक्रमण खोप नलगाएको बच्चामा सर्‍यो भने यो जीवन घातक हुनसक्छ।

के मेरो बच्चा जोखिममा छ ?

छ। जन्मिएको ६ हप्तासम्म बच्चालाई लहरे खोकी विरुद्धको खोप दिन मिल्दैन। प्रत्येक गर्भावस्थाको २८ हप्तामा लहरे खोकीको खोप दिनु सबैभन्दा राम्रो हो। यसले गर्दा तपाईको शरीरले प्रतिरक्षक उत्पादन गर्न समय पाउँछ जुन तपाईको गर्भमा रहेको बच्चासम्म पुग्छ।

यी प्रतिरक्षकहरुले तपाईको बच्चा ६ हप्ताको भएर खोप लिन सक्ने नहुन्जेलसम्म बचाउँछ।

के यो खोप सुरक्षित छ ?

छ, यो खोप गर्भावस्थामा दिइएमा गर्भवती महिला तथा बच्चा दुवैको लागि सुरक्षित छ। यु.एस (संयुक्त राज्य अमेरिका) तथा यु.के (बेलायत) मा ४०,००० भन्दा बढी गर्भवती महिलाहरुलाई सम्मिलित गराएर गरिएको अध्यनले केवल सामान्य असरहरु जस्तै खोप दिइएको पाखुरा दुख्ने अथवा खोप दिइएको ठाउ रातो हुने भनी पत्ता लगाएको थियो। यो खोपले गर्भावस्थामा जटिलता थप्ने जोखिम बढाउदैन। नेशनल हेल्थ एण्ड मेडिकल रिसर्च काउन्सिलले हालसालै गर्भावस्थाको तेस्रो चरणमा यो खोप लगाउने सिफारिस अधावधिक गरेको छ।

मैले के गर्न आवश्यक पर्छ ?

आज नै तपाईको डक्टरसंग तपाईको गर्भावस्थाको तेस्रो चरणमा निशुल्क दिइने लहरे खोकी खोपको बारेमा कुरा गर्नुहोस्।

लहरे खोकीको खोपबाट तपाईले पाउने रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता समयसंगै कम हुंदै हराउँछ, त्यसैले प्रत्येकपटक गर्भवती हुँदा करीब २८ हप्तामा यो खोप लिन आवश्यक छ।

जन्मेको पहिलो हप्ताहरुमा तपाईको शिशुसंग सम्पर्कमा आउने व्यक्तिहरुले पनि लहरेखोकीको खोप लगाउन महत्वपूर्ण छ। अन्य बच्चाहरुको खोप अधावधिक छन् भन्ने कुरामा विश्वस्त हुनुहोस् र बिगत १० वर्षमा लहरे खोकीको खोप नलगाएका हेरचाह गर्ने तथा नजिकको पारिवारिक सदस्यहरुलाई सोध्नुहोस् ताकी तपाईको बच्चाको सम्पर्कमा आउनभन्दा कम्तिमा २ हप्ताअघि खोप लगाएका छन् भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्न सकियोस्।

आफ्नो डक्टरलाई रुघाको खोप लगाउने बारेमा सोधेर तपाईले आफू र आफ्नो बच्चालाई गर्भावस्थामा रुघाबाट हुनसक्ने खतरनाक असरबाट बचाउन सक्नुहुन्छ। यो गर्भावस्थाको जुन समयमा पनि लगाउन सकिन्छ।

गर्भावस्थामा दिइने निशुल्क लहरे खोकीको खोप, तपाईको नवजात शिशुलाई पहिलो दिनदेखि नै यसबाट जोगाउने सबैभन्दा राम्रो उपाय हो। आज नै तपाईको जी.पी. (डक्टर) संग यो खोपहरुको बारेमा कुरा गर्नुहोस्।

लहरे खोकीको बारेमा अधिक जानकारी यस वेवसाइटमा उपलब्ध छन्
www.health.nsw.gov.au/whoopingcough

NSW GOVERNMENT | Health

Nepali

health.nsw.gov.au/protectnewborns मा हेर्नुहोस