

## न्यू साउथ वेल्स इम्युनाइजेशन शड्यूल (न्यू साउथ वेल्स का प्रतिरोधन कार्यक्रम)

वर्तमान एन एस डब्ल्यू इम्युनाइजेशन शड्यूल देखने के लिए दि एन एस डब्ल्यू हेल्थ की वेबसाइट:

[www.health.nsw.gov.au/immunisation/schedule](http://www.health.nsw.gov.au/immunisation/schedule) पर जाएं

### सेव दि डेट टु वैक्सीनेट (टीका लगवाने की अगली तिथि याद रखें)

शिशुओं को **समय पर टीके लगवाना** महत्वपूर्ण है ताकि जितनी जल्दी हो सके उन्हें सुरक्षा मिल सके और उन्हें घातक बीमारियाँ होने का खतरा न हो।

'Save the Date to Vaccinate' एक फ़ोन का प्रोग्राम है जो आपको उन्हें समय पर टीके लगवाने में सहायता देता है।



'Save the Date to Vaccinate' की वेबसाइट [www.immunisation.health.nsw.gov.au](http://www.immunisation.health.nsw.gov.au) पर जाएं और उपयोगी जानकारी तथा अन्य संसाधन प्राप्त करें जैसे कि अपने बच्चों के व्यक्तिगत टीकों की सारणी और वीडियो।



### माई पर्सनल हेल्थ रिकॉर्ड (ब्लू बुक - मेरा व्यक्तिगत स्वास्थ्य अभिलेख - नीली पुस्तिका)

डॉक्टर/नर्स द्वारा आपके बच्चों को लगाए गए सभी टीकों का अभिलेख दर्ज करवाने के लिए यह महत्वपूर्ण है कि उन्हें मिलने समय आप हर बार अपने बच्चे की ब्लू बुक (नीली पुस्तिका) साथ लाएं।

### एडल्ट वैक्सीनेशन रिकॉर्ड फ़ार्म (वयस्कों के टीकों के अभिलेख का फ़ार्म)

Vaccine administration record for adults (वयस्कों को लगाए गए टीकों के अभिलेख) का फ़ार्म [www.health.nsw.gov.au/immunisation](http://www.health.nsw.gov.au/immunisation) पर उपलब्ध है. यह आपको अपने टीकों का विवरण देगा।

### अधिक जानकारी

#### एन एस डब्ल्यू हेल्थ की वेबसाइट

[www.health.nsw.gov.au/immunisation](http://www.health.nsw.gov.au/immunisation)

#### ऑस्ट्रेलियन चाइल्डहुड इम्युनाइजेशन रजिस्टर की वेबसाइट

[www.humanservices.gov.au/customer/services/medicare/australian-childhood-immunisation-register](http://www.humanservices.gov.au/customer/services/medicare/australian-childhood-immunisation-register)

#### ऑस्ट्रेलियन गवर्नमेंट डिपार्टमेंट ऑफ़ हेल्थ इम्युनाइज ऑस्ट्रेलिया प्रोग्राम

[www.immunise.health.gov.au](http://www.immunise.health.gov.au)

#### एन एस डब्ल्यू एंटीनेटल पर्टुसिस वैक्सीनेशन प्रोग्राम

[www.health.nsw.gov.au/protectnewborns](http://www.health.nsw.gov.au/protectnewborns)

# गर्भावस्था

## गर्भधारण से पूर्व के समय से प्रसव तक संरक्षण और टीके



## गर्भ धारण करने से पहले

गर्भ धारण करने से पहले यह आवश्यक है कि आप टीकों के मामले में अप टु डेट हों (आपने समय पर सभी संस्तुत टीके लगवा लिए हों) क्योंकि आपका प्रतिरक्षण आपके शिशु में स्थानांतरित हो जाता है और उसे जीवन के उन आरंभिक सप्ताहों में सुरक्षा प्रदान करता है जब तक उसको स्वयं टीके नहीं लगाये जाते। कुछ संक्रमण गर्भावस्था के लिए हानिकारक हो सकते हैं इसलिए गर्भ धारण करने से पहले सुरक्षा प्राप्त करना बेहतर होगा। एक आम रक्त की जांच से यह पता लग सकता है कि आप संरक्षित हैं या नहीं।

### मीज़ल्स (शीतला रोग), मम्पस् (कनपेड़ा) और रूबेला (खसरा) (एम एम आर)

यदि गर्भावस्था के दौरान आपको मीज़ल्स, मम्पस् या रूबेला हो जाए तो आपको गर्भपात हो सकता है, समय पूर्व प्रसव हो सकता है या आपके शिशु को जन्म से गंभीर विकृतियाँ हो सकती हैं। यदि आप संरक्षित नहीं हैं तो आपको टीका लगवाना चाहिए। यह महत्वपूर्ण है कि **टीका लगवाने के बाद आप 28 दिन तक गर्भ धारण न करें।**

### वैरिसेला (चिकनपॉक्स - छोटी माता)

गर्भावस्था के दौरान चिकनपॉक्स होने से शिशु को जन्म से गंभीर विकृतियाँ हो सकती हैं। यदि आप संरक्षित नहीं हैं तो आपको टीका लगवाना चाहिए। **आपको चाहिए कि टीका लगवाने के बाद 28 दिन तक गर्भ धारण करने से बचें।**



## गर्भावस्था के दौरान

### हिपेटाईटिस बी (यकृत शोथ)

सभी गर्भवती स्त्रियों की हिपेटाईटिस बी के संक्रमण के लिए जांच की जानी है क्योंकि प्रसव के दौरान यह संक्रमण शिशु में स्थानांतरित हो सकता है। यदि आपको यह रोग है तो आपको एक स्पेशलिस्ट (विशेषज्ञ डॉक्टर) को दिखाना होगा और आपके शिशु को 'इम्पुनोग्लोबुलिन' नामक दवा देनी होगी और उसे जन्म के बाद तुरंत हिपेटाईटिस बी का टीका लगवाना होगा। इस इलाज के न किए जाने पर आपके बच्चे को चिरकालिक हिपेटाईटिस बी का संक्रमण हो सकता है जिससे यकृत को नुकसान या यकृत के कैंसर जैसी घातक स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं।

### हूपिंग कॅफ़ (पर्टुसिस - काली खांसी)

हूपिंग कॅफ़ का टीका लगवाने का बेहतरीन समय किसी भी गर्भ की तीसरी तिमाही में (28 सप्ताह पर अत्यधिक श्रेयस्कर) है। इससे आपको और आपके शिशु को आरंभिक सुरक्षा मिलेगी क्योंकि इस रोग के प्रतिरक्षा आपसे आपके गर्भवस्थ शिशु को स्थानांतरित हो जाते हैं। गर्भ के दौरान हूपिंग कॅफ़ का टीका लगवाना माँ और उसके अजन्मे बच्चे, दोनों के लिए सुरक्षित है।

यदि आपके जीवन साथी, आपके शिशु के दादा, दादी, नाना, नानी और शिशु की नियमित रूप से देख-भाल करने वाले अन्य वयस्कों ने पिछले 10 वर्षों में हूपिंग कॅफ़ का टीका नहीं लगवाया है तो उन्हें शिशु के जन्म से कम से कम दो सप्ताह पहले यह टीका लगवाने के लिए कहें।

### फ्लू (इंफ्लूएंजा)

गर्भावस्था के दौरान फ्लू की बीमारी खतरनाक हो सकती है, इससे समय से पूर्व प्रसव और जन्म के समय शिशु का वजन कम होने का खतरा बढ़ जाता है। गर्भावस्था में फ्लू का टीका लगवाना सुरक्षित और प्रभावी होता है और सभी गर्भवती महिलाओं को इसके लगाए जाने की भरपूर संस्तुति है। गर्भवती स्त्रियों को फ्लू का टीका निःशुल्क लगाया जाता है और यह आपके शिशु को गर्भ में और उसके जन्म के बाद छह माह तक सुरक्षा प्रदान करता है।

## आपके शिशु के जन्म के उपरांत

शिशु के जन्म के तुरंत बाद आपके लिए आम टीके लगवाना सुरक्षित होगा, चाहे आप शिशु को स्नानपान भी करवा रही हों। यदि आपने गर्भ की तीसरी तिमाही में हूपिंग कॅफ़ का टीका नहीं लगवाया था तो अस्पताल से छुट्टी लेने से पहले उसे लगवाएं।

आपके शिशु को उसका पहला टीका, हिपेटाईटिस बी, जन्म के तुरंत बाद लगाए जाने की संस्तुति है और जब आपका शिशु 6-8 सप्ताह का हो जाता है तो उसे अगले चरण के टीके लगवाने चाहिए।

जिन शिशुओं की माताओं को हिपेटाईटिस बी का संक्रमण रहा हो, उनके हिपेटाईटिस बी के टीकों का कोर्स पूरा होने के 3 माह बाद रक्त की जांच की जानी चाहिए जिससे पता चल सके कि वे इस बीमारी से सुरक्षित हैं। एन एस डब्ल्यू हेल्थ द्वारा इस बारे में आपको और आपके डॉक्टर को एक स्मरण पत्र भेजा जा सकता है।

टीकों के मामले में आपका अप टु डेट होना (आपके द्वारा समय पर सभी संस्तुत टीके लगवाना) महत्वपूर्ण है क्योंकि आपका प्रतिरक्षण आपके शिशु में स्थानांतरित हो जाता है।