

নিউ সাউথ ওয়েলস্ টিকাদান সময়সূচী

নিউ সাউথ ওয়েলস্ এর চলতি টিকাদান সময়সূচী দেখতে হলে
নিউ সাউথ ওয়েলস্ হেলথ্ এর ওয়েবসাইট
www.health.nsw.gov.au/immunisation/schedule দেখুন।

টিকাদানের জন্য ‘সেভ দ্য ডেইট’

সময়মত টিকাদান নিশ্চিত করা জরুরী যাতে করে শিশুদের শুরুরতেই সুরক্ষা দেওয়া যায় এবং তাদের গুরুতর রোগ হওয়ার ঝুঁকি না থাকে। ‘সেভ দ্য ডেইট টু ভ্যাকসিনেট’ (Save the Date to Vaccinate) ফোন অ্যাপ আপনার শিশুর টিকা সময়মত দেওয়া হচ্ছে কি না তা নিশ্চিত করতে আপনাকে সাহায্য করতে পারে।



দরকারী তথ্যের জন্য ‘সেভ দ্য ডেইট টু ভ্যাকসিনেট’
ওয়েবসাইটটি দেখুন এবং আপনার শিশুর জন্য একটি ব্যক্তিগত টিকাদান
সময়সূচী প্রিন্ট করা এবং ভিডিওর মত উপকরণগুলোর জন্য
www.immunisation.health.nsw.gov.au ওয়েবসাইট দেখুন।



আমার ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য রেকর্ড (ব্লু বুক)

ডাক্তার বা নার্স যাতে আপনার শিশুর টিকাগুলো
রেকর্ড করতে পারে সেজন্য প্রতিবার সাক্ষাভের
সময় আপনার শিশুর ব্লু বুক নিয়ে আসা জরুরী।

প্রাপ্তবয়স্কদের টিকা রেকর্ড ফরম

www.health.nsw.gov.au/immunisation ওয়েবসাইটে *প্রাপ্তবয়স্কদের*
জন্য টিকা প্রদানের রেকর্ড রাখার ফরম পাওয়া যাবে যা আপনাকে আপনার
টিকাগুলোর হিসেব রাখতে সাহায্য করতে পারে।

অতিরিক্ত তথ্য

নিউ সাউথ ওয়েলস্ হেলথ্ ওয়েবসাইট

www.health.nsw.gov.au/immunisation

অস্ট্রেলিয়ান চাইল্ডহুড ইম্যুনাইজেশন রেজিস্টার ওয়েবসাইট

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

অস্ট্রেলিয়ান সরকারের ডিপার্টমেন্ট অব হেলথ্ ইম্যুনাইজ অস্ট্রেলিয়া প্রোগ্রাম

www.immunise.health.gov.au

নিউ সাউথ ওয়েলস্ অ্যান্টিন্যাটাল পারটুসিস্ ভ্যাকসিনেশন প্রোগ্রাম

www.health.nsw.gov.au/protectnewborns

গর্ভাবস্থা

গর্ভপূর্বাবস্থা থেকে প্রসব
পর্যন্ত সুরক্ষা এবং
টিকাদান



গর্ভবতী হওয়ার পূর্বে

গর্ভবতী হওয়ার পূর্বে আপনার টিকাগুলো হালনাগাদ আছে কি না তা নিশ্চিত করা জরুরী কারণ আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা আপনার শিশুর শরীরে স্থানান্তরিত হবে এবং তাদের টিকা দেওয়ার পূর্বে জীবনের প্রথম কয়েক সপ্তাহে সুরক্ষা দেবে। কিছু কিছু সংক্রমণ আপনার গর্ভাবস্থাকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে সুতরাং গর্ভবতী হওয়ার পূর্বেই সুরক্ষিত হলে খুবই ভাল হয়। আপনি সুরক্ষিত কি না তা একটি ছোট রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমেই জানা যেতে পারে।

হাম, গলা ফোলা এবং রুবেলা (MMR)

গর্ভাবস্থায় যদি আপনার হাম, গলা ফোলা কিংবা রুবেলা হয় তাহলে আপনার গর্ভপাত, অকাল প্রসব কিংবা আপনার শিশু গুরুতর সমস্যা নিয়ে জন্মাতে পারে। যদি আপনি সুরক্ষিত না হন তাহলে আপনাকে টিকা নিতে হবে। **টিকা নেওয়ার পর ২৮ দিন গর্ভবতী না হওয়াই ভাল।**

ভেরিসেলা (জলবসন্ত)

গর্ভাবস্থায় জলবসন্ত হলে আপনার বাচ্চা গুরুতর সমস্যা নিয়ে জন্মাতে পারে। আপনি যদি সুরক্ষিত না হয়ে থাকেন তাহলে আপনার টিকা নেওয়া উচিত। **টিকা নেওয়ার পর ২৮ দিন গর্ভধারণ এড়াতে হবে।**



আপনি যখন গর্ভধারণ করবেন

হেপাটাইটিস বি

সকল গর্ভবতী মহিলাদের হেপাটাইটিস বি সংক্রমণের জন্য পরীক্ষা করা হয় কারণ এটি জন্মের সময় তাদের শিশুর দেহে ছড়িয়ে যেতে পারে। আপনার যদি এই রোগ থাকে তাহলে আপনাকে একজন বিশেষজ্ঞের সাথে দেখা করতে হবে এবং আপনার শিশুকে 'ইম্যুনোগ্লোবুলিন' নামক ঔষধ দিয়ে চিকিৎসা করাতে হবে এবং জন্মের পর পরই তাকে হেপাটাইটিস বি এর প্রতিষেধক টিকা দিতে হবে। এই চিকিৎসা ছাড়া, আপনার শিশুর দীর্ঘস্থায়ী হেপাটাইটিস বি সংক্রমণ হতে পারে, যা লিভার ক্ষতিগ্রস্ত হওয়া কিংবা লিভার ক্যান্সারের মত মারাত্মক স্বাস্থ্য সমস্যায় রূপ নিতে পারে।

হুপিং কাশি (পারটুসিস)

হুপিং কাশির টিকা নেওয়ার সবচেয়ে উপযুক্ত সময় হলো প্রত্যেক গর্ভাবস্থার তৃতীয়ার্ধে (বিশেষ করে ২৮ সপ্তাহে)। এটি আপনাকে এবং আপনার শিশুকে প্রথমদিকেই সুরক্ষা দেবে কারণ অ্যান্টিবডিগুলো মাতৃগর্ভেই শিশুর শরীরে স্থানান্তরিত হয়। গর্ভাবস্থায় হুপিং কাশির টিকা নেওয়া মা এবং গর্ভের শিশু দুজনের জন্যই নিরাপদ।

এছাড়াও যদি আপনার সঙ্গী, শিশুর দাদা দাদী এবং অন্য যেকোনো ঘনিষ্ঠ প্রাপ্তবয়স্ক পরিচর্যাকারী গত ১০ বছরে হুপিং কাশির কোনো টিকা না নিয়ে থাকে তাহলে বাচ্চার জন্মের অন্তত দুই সপ্তাহ আগেই তাদের এর টিকা নিতে বলবেন।

ফ্লু (ইনফ্লুয়েঞ্জা)

গর্ভাবস্থায় ফ্লু এর অসুস্থতা গুরুতর হতে পারে যেখানে অকাল প্রসব এবং শিশু কম ওজন নিয়ে জন্মানোর ঝুঁকি থাকে। গর্ভাবস্থায় ফ্লু এর টিকা নেওয়া নিরাপদ এবং কার্যকরী এবং তা নেওয়ার জন্য সকল গর্ভবতী মহিলাদের জোরালোভাবে পরামর্শ দেওয়া হয়। গর্ভবতী মহিলাদের জন্য ফ্লু এর টিকা ফ্রি এবং তা মাতৃগর্ভে থাকাকালীন এবং জন্মের পর ছয় মাস পর্যন্ত শিশুকে সুরক্ষা দেয়।

আপনার শিশুর জন্মের পর

বাচ্চার জন্মের পর পরই নিয়মিত টিকা নেওয়া আপনার জন্য নিরাপদ, এমনকি আপনি বুকের দুধ খাওয়ালেও। আপনি যদি গর্ভাবস্থার তৃতীয়ার্ধে টিকা না নিয়ে থাকেন তাহলে হাসপাতাল ত্যাগের পূর্বেই আপনাকে হুপিং কাশির টিকা নিতে হবে।

আপনার শিশুর প্রথম টিকা হেপাটাইটিস বি জন্মের পরই দেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয় এবং তার পরবর্তী নির্ধারিত টিকাটি পড়বে ৬-৮ সপ্তাহের সময়।

হেপাটাইটিস বি আক্রান্ত মায়ের গর্ভে জন্মানো শিশুদের এ রোগ থেকে সুরক্ষা নিশ্চিত করার জন্য তাদের হেপাটাইটিস বি এর টিকা দেওয়ার ৩ মাস পর একটি রক্ত পরীক্ষা করাতে হবে। নিউ সাউথ ওয়েলস্ হেলথ থেকে আপনাকে কিংবা আপনার ডাক্তারকে টিকা প্রদানের তারিখটি মনে করিয়ে দিয়ে একটি চিঠি পাঠানো হতে পারে।

আপনার সবগুলো টিকা হালনাগাদ থাকা জরুরী কারণ আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা আপনার শিশুর দেহে স্থানান্তরিত হবে।