

एनएसडब्ल्यू प्रतिरक्षा तालिका

वर्तमान एनएसडब्ल्यू प्रतिरक्षा तालिका हेर्नको निम्ति एनएसडब्ल्यू स्वास्थ्यको वेबसाइट www.health.nsw.gov.au/immunisation/schedule मा जानु होस्।

'सेव द डेट टु भ्याक्सिनेट'

यो सुनिश्चित गर्नु महत्वपूर्ण छ कि खोपारोपण समयमा नै दिइयोस्, जसले गर्दा शिशुहरु अगाडिनै सुरक्षित हुन्छन् र गम्भीर रोगहरु लाग्ने खतरा हुदैन। 'सेव द डेट टु भ्याक्सिनेट' ('Save the Date to Vaccinate') फोन ऐप ले बच्चाको खोपारोपण समयमा नै निश्चित गराउन मद्दत गर्न सक्दछ।



उपयोगी जानकारी र श्रोतहरु जस्तै आफ्नो बच्चा/हरु को निजी प्रतिरक्षा तालिका छाप्ने क्षमता र भिडिओहरु को लागि 'सेव द डेट टु भ्याक्सिनेट' को वेबसाइट www.immunisation.health.nsw.gov.au मा गइ हेर्नुहोस्।



मेरे व्यक्तिगत स्वास्थ्य बिबरण (ब्लू बुक)

चिकित्सक/नर्स बाट बच्चाको खोपारोपणको जानकारी दर्ता गर्न, प्रत्येक भेटमा बच्चाको ब्लू बुक साथमा ल्याउन जरुरि छ।

वयस्कको लागि खोप विवरणको फारम

वयस्कको लागि खोप प्रबन्ध अभिलेखको फारम www.health.nsw.gov.au/immunisation मा उपलब्ध छ, जसले तपाईंलाई खोपहरुको पुरा जानकारी राख्न मद्दत गर्न सक्छ।

थप जानकारीहरु

एनएसडब्ल्यू स्वास्थ्यको वेबसाइट

www.health.nsw.gov.au/immunisation

ऑस्ट्रेलियाई बाल्यावस्था प्रतिरक्षण रजिस्टरको वेबसाइट

www.humanservices.gov.au/customer/services/medicare/australian-childhood-immunisation-register

ऑस्ट्रेलियाई सरकार स्वास्थ्य विभाग प्रतिरक्षण अस्ट्रेलिया कार्यक्रम

www.immunise.health.gov.au

एनएसडब्ल्यू एनटेनाटल पट्युसिस खोपारोपण कार्यक्रम

www.health.nsw.gov.au/protectnewborns

गर्भावस्था

गर्भ रहनु अघि देखि
जन्म सम्मको संरक्षण
एवं खोपारोपण



तपाईं गर्भवती हुनु भन्दा पहिला

तपाईं गर्भवती हुनु भन्दा पहिला, यो जरुरि छ कि तपाईंले आवश्यक सबै खोपरोपणहरू पुरा गर्नु भएको छ किनकि, तपाईंको प्रतिरक्षा शक्ति बच्चामा सर्दछ र यसले बच्चा जन्मेपछि, उसको खोप तालिका शुरु नहोउन्जेल सम्मको पहिला हफ्तामा सुरक्षा प्रदान गर्दछ। केहि संक्रमणहरू ले तपाईंको गर्भावस्थालाई हानि गर्न सक्दछ तसर्थ गर्भवती हुनुभन्दा पहिले नै सुरक्षित हुनु सबै भन्दा राम्रो हुन्छ। एक साधारण रगतको जांचले तपाईं सुरक्षित हुनु हुन्छ या हुन्न भन्ने देखाउन सक्दछ।

दादुरा, कण्ठमाला र रूबेला (एम एम आर)

यदि तपाईं लाई गर्भावस्थामा दादुरा, कण्ठमाला वा रूबेला लागेमा तपाईंको गर्भपतन, समय अघि नै बच्चा जन्मने या त तपाईंको बच्चा गम्भिर कमि कमजोरीहरू लिएर जन्मन सक्छ। यदि तपाईं सुरक्षित हुनु हुन्न भने, तपाईं ले खोपारोपण गराउनु पर्दछ। यो जरुरि छ कि खोपारोपण गरेको २८ दिन सम्म तपाईं गर्भवती नहुनु होला।

भ्यारिसेला (ठेउला)

यदि तपाईं लाई गर्भावस्थामा ठेउला लागेमा यसले जन्मने बच्चामा गम्भिर कमि कमजोरीहरू गराउन सक्दछ। यदि तपाईं सुरक्षित हुनु हुन्न भने, तपाईं ले खोपारोपण गराउनु पर्दछ। खोपारोपण २८ दिन पश्चात सम्म तपाईं ले गर्भवती हुनु बाट बच्नु पर्दछ।

तपाईं गर्भवती हुनुहुँदा

हेपेटाइटिस बी

सबै महिलाहरू लाई हेपेटाइटिस बी को संक्रमणको लागि परीक्षण गरिन्छ, किनभने यो जन्मजात बच्चामा सर्न सक्छ। यदि तपाईं लाई रोग लागेको छ भने, तपाईंले विशेषज्ञलाई देखाउनु पर्दछ र तपाईंको बच्चालाई 'इम्युनोग्लोबुलिन' नामको औषधि द्वारा उपचार गरिनु पर्छ र जन्मने बित्तिकै हेपेटाइटिस बी को खोप दिनु पर्दछ। यो उपचार बिना, तपाईंको बच्चामा हेपेटाइटिस बी को संक्रमण लामो समयसम्म रहन सक्छ जसले गम्भीर स्वास्थ्य समस्याहरू जस्तै कलेजोको खराबी वा कलेजोको क्यान्सरको समेत जोखिम बढाउन सक्छ।

लहरे खोकी (पर्टुसिस)

लहरे खोकी विरुद्ध खोपारोपण गराउने सबै भन्दा राम्रो समय गर्भावस्था को अन्तिम तीन महिनामा (विशेषतः २८ हफ्तामा) हो। यसले तपाईंको गर्भमा रहेको आफ्नो बच्चामा रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति प्रदान गर्दछ। तपाईं र तपाईंको बच्चाहरू को लागि प्रारम्भिक सुरक्षा प्रदान गर्नेछ। गर्भवती भएको बेला लहरे खोकीको खोप आमा र उनको गर्भमा रहेको बच्चा दुवैको लागि सुरक्षित छ।

तपाईंले आफ्नो जीवन साथीलाई पनि सोध्नुपर्छ, आफ्नो बच्चाको बाजेबज्यै वा अन्य कुनै पनि नजिकका वयस्क हेरविचारकर्ताहरू लाई यदि तिनीहरूले पछिल्लो १० वर्षमा लहरे खोकीको खोप नलगाएको भए, उनीहरू ले तपाईंको बच्चाको जन्मको कम से कम दुई सप्ताह भित्र मा खोप लिनु पर्दछ।

फ्लू (इन्फ्लुएन्जा)

गर्भावस्थामा फ्लू रोग गम्भीर हुन सक्छ जसले गर्दा समय अगावै बच्चा हुने तथा कम वजन भएको बच्चा जन्मने जोखिम मा वृद्धि हुन्छ। गर्भवती भएको बेला फ्लूको खोप सुरक्षित र प्रभावकारी छ र सबै गर्भवती महिलाको लागि यो दृढताका साथ सिफारिस गरिएको छ। फ्लूको खोप गर्भवती महिलाहरूका लागि सितैमा उपलब्ध छ तथा गर्भमा पनि र जन्म पछि ६ महिना सम्म तपाईंको बच्चालाई सुरक्षा प्रदान गर्दछ।

आफ्नो बच्चाको जन्म पछि

बच्चाको जन्मको तुरुन्तै पछि, तपाईं स्तनपान गराई रहनु भएको छ भने पनि नियमित खोप दिनु सुरक्षित छ। यदि तपाईंले आफ्नो गर्भावस्था को तेस्रो महिनामा खोप लिनु भएको थिएन भने, तपाईंले अस्पताल छोड्नु अघि लहरे खोकीको खोप लिनु पर्छ।

तपाईंको बच्चाको पहिलो खोप, हेपेटाइटिस बी, जन्मको तुरुन्तै पछि सिफारिस गरिएको छ र अर्को निर्धारित खोपहरू बच्चाको उमेर ६-८ सप्ताह पुगे पछि गरिएको छ।

हेपेटाइटिस बी को संक्रमण भएको आमा द्वारा जन्मिएका शिशुहरूको, हेपेटाइटिस बी को खोपारोपणको क्रम सकिएको ३ महिना पछि उनीहरू सुरक्षित छन् भन्ने सुनिश्चित गर्न का लागि रगत जचाईनु पर्छ। एनएसडब्ल्यू स्वास्थ्यले तपाईं र तपाईंको चिकित्सकलाई स्मरण पत्र पठाउन सक्छ।

यो महत्वपूर्ण छ कि तपाईं आफ्नो खोपहरू संग अद्यावधिक हुनुहुन्छ किनकि तपाईंको प्रतिरक्षा आफ्नो बच्चामा सर्दछ।

