NSW Health

গর্ভাবস্থার পূর্বে, গর্ভাবস্থার সময়ে এবং এর পরের টিকাসমূহ

আপনি গর্ভবতী থাকাকালীন ভ্যাকসিন নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ। ভ্যাকসিনগুলো আপনার শরীরকে অ্যান্টিবডি তৈরিতে সহায়তা করে যা আপনাকে এবং আপনার শিশু উভয়কেই রক্ষা করে। এই অ্যান্টিবডিগুলো আপনার শিশুর জন্মের আগে তাদের দেহে চলে যায়, যা জীবনের প্রথম কয়েক মাস তাদেরকে সুরক্ষিত রাখে।

ইনফ্লুয়েঞ্জা (ফ্লু), পার্টুসিস (হুপিং কাশি) এবং শ্বাসযন্ত্রের সিনসিটিয়াল ভাইরাস (RSV) টীকাগুলো গর্ভবতী মহিলাদের জন্য বিনামূল্যে দেয়া হয়।

গর্ভাবস্থার পূর্বে যেসকল টিকা নিতে হবে

কিছু কিছু টিকা আপনার গর্ভাবস্থার আগেই নেয়া সবচেয়ে ভালো। এই টিকাগুলো আপনাকে নিতে হবে কিনা তা আপনার ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুনঃ

- **এমএমআর ভ্যাকসিনঃ** হাম[1], মাম্পস[2] এবং রুবেলা[3] এর বিরুদ্ধে সুরক্ষা দেয়
- **ভ্যারিসেলা ভ্যাকসিনঃ** জলবসন্তের[4] বিরুদ্ধে সুরক্ষা দেয়।

গর্ভাবস্থায় টিকা নেয়া কি নিরাপদ?

হ্যাঁ, গর্ভাবস্থায় সুপারিশকৃত টিকাগুলো আপনার এবং আপনার শিশুর জন্য নিরাপদ। এই টিকাগুলো শিশুর জন্মের আগে আপনার অ্যান্টিবডিগুলো আপনার শিশুর দেহে প্রবেশ করিয়ে দিয়ে তাকে গুরুতর অসুস্থতা থেকে রক্ষা করে।

আপনি যাদের দ্বারা টিকা নিতে পারেন:

- জেনারেল প্র্যাকটিশনার (জিপি)
- আপনার প্রসূতি সেবা প্রদানকারী (যেমন ধাত্রী, প্রসূতি বিশেষজ্ঞ)
- ফার্মাসিস্ট
- আদিবাসী চিকিৎসা সেবা

টিকা	কখন	মূল্য	এটি নেয়া কেন গুরুত্বপূর্ণ
ফ্লু[5] (ইনফ্লুয়েঞ্জা)	গর্ভাবস্থার যেকোনো সময়ে	বিনামূল্যে*	ইনফ্লুয়েঞ্জা বা ফ্লু একটি শ্বাসযন্ত্রের ভাইরাস যা সহজেই ছড়িয়ে পড়ে (যেমন কাশি এবং হাঁচির মাধ্যমে) এবং জ্বর, কাশি এবং ক্লান্তি সৃষ্টি করতে পারে। এই ভ্যাকসিন আপনাকে গুরুতর ফ্লু থেকে রক্ষা করে এবং আপনার শিশুকে তাদের প্রথম ৬ মাসে সুরক্ষিত রাখতে সহায়তা করে কারণ এতো কম বয়সে তাদেরকে ফ্লু ভ্যাকসিন দেয়া হয় না। বড় বাচ্চাদের তুলনায় ৬ মাসের কম বয়সী বাচ্চাদের ফ্লু তে আক্রান্ত হয়ে হাসপাতালে যাওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।
হুপিং কাশি[6] (পার্টুসিস)	২০-৩২ সপ্তাহে (সাধারণত ২৮ সপ্তাহে)	বিনামূল্যে*	হুপিং কাশি (পার্টুসিস) একটি খুব সংক্রামক রোগ যা সহজেই ছড়িয়ে পড়ে (যেমন কাশি এবং হাঁচির মাধ্যমে)। এটি মারাত্মক কাশির কারণ হতে পারে এবং বিশেষত শিশুদের জন্য শ্বাস নেয়াকে কষ্টসাধ্য করে তুলতে পারে। ভ্যাকসিনটি আপনার শিশুকে ৬ সপ্তাহ বয়সে তাদের নিজস্ব ভ্যাকসিন পাওয়া পর্যন্ত হুপিং কাশি থেকে রক্ষা করে। আপনার শিশুর নিকটতম ব্যক্তিরা (যেমন আপনার সঙ্গী, ভাইবোন বা আপনার শিশুর দাদা-দাদি) যদি তারা গত ১০ বছরে ভ্যাকসিন না নিয়ে থাকেন তবে তাদেরও টিকা নেওয়া উচিত।
RSV[7] (অ্যাব্রিসভো)	২৮-৩৬ সপ্তাহে (সাধারণত ২৮ সপ্তাহে)	বিনামূল্যে*	RSV একটি সাধারণ ভাইরাস যা সর্দি এবং শ্বাসকষ্টের কারণ হতে পারে, বিশেষত শিশু এবং ছোট বাচ্চাদের মধ্যে। এই ভ্যাকসিন আপনার শিশুকে তাদের প্রথম ৬ মাস RSV থেকে রক্ষা করে। অন্যান্য পরিচর্যাকারীদের জন্য এই ভ্যাকসিনের প্রয়োজন নেই।

*কিছু সরবরাহকারী ভ্যাকসিন দেওয়ার জন্য সামান্য একটি ফি নিতে পারে। আপনার ডাক্তার, ধাত্রী বা ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলে দেখুন।

[1] https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/measles_factsheet.aspx
[2] https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/mumps.aspx
[3] https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/rubella-german-measles.aspx
[4] https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/Chickenpox.aspx
[5] https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/Influenza/Pages/default.aspx
[6] https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/whoopingcough/Pages/default.aspx
[7] https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/respiratory-syncytial-virus.aspx

একটি কোভিড -১৯ ভ্যাকসিন গর্ভাবস্থায় নিয়মিতভাবে নেয়ার পরামর্শ দেয়া হয় না তবে গর্ভবতী নারীদের মধ্যে যারা এই টিকা নেয়নি তাদেরকে কোভিড -১৯ এর গুরুতর ঝুঁকি কমাতে টিকাটি নেয়ার জন্য পরামর্শ দেয়া হয়। গর্ভবতী নারী যারা ইতিমধ্যে টিকা নিয়েছেন তারা তাদের স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে আরও ডোজ সম্পর্কে কথা বলতে পারেন। গর্ভাবস্থায় যে কোনও সময় কোভিড -১৯ ভ্যাকসিন বিনামূল্যে* দেয়া হয়।

আপনার শিশুর জন্মের পর

আপনার জন্য

বেশিরভাগ ভ্যাকসিন প্রসবের ঠিক পরেই নেয়া নিরাপদ, এমনকি যদিও আপনি বুকের দুধ খাওয়ান। আপনি যদি গর্ভাবস্থায় হুপিং কাশির ভ্যাকসিন না নিয়ে থাকেন, তবে হাসপাতাল ছাড়ার আগে এটি নিয়ে নিন।

আপনার শিশুর জন্য

সময়মতো টিকা[8] হল আপনার শিশুর জন্য গুরুতর রোগ থেকে সর্বোত্তম সুরক্ষা। জন্মের পরপরই শিশুরা হেপাটাইটিস বি টিকা পাবে।

আপনার শিশুর পরবর্তী টিকাগুলো পড়বে তার ৬ সপ্তাহ বয়সে।

কিছু কিছু বাচ্চার একটি নবজাতক RSV টিকা (নিরসেভিমাব) প্রয়োজন হতে পারে যদি মা RSV ভ্যাকসিন না পান বা শিশুর RSV তে অসুস্থ হয়ে পড়ার খুব বেশী ঝুঁকি থাকে। এটি আপনার শিশুর ক্ষেত্রে প্রযোজ্য কিনা তা আপনার ডাক্তার বা মিডওয়াইফকে জিজ্ঞাসা করুন।

আপনার কি কোন প্রশ্ন আছে?

1800 882 436 নম্বরে (প্রতিদিন সকাল ৭ টা থেকে মধ্যরাত) একজন মাতৃ শিশু স্বাস্থ্য বিষয়ক নার্সকে কল করুন।

অতিরিক্ত তথ্য

- টিকা কর্মসূচি[9]
- অস্ট্রেলিয়ান ইমিউনাইজেশন রেজিস্টার[10]
- ইমিউনাইজেশন ইনফরমেশন অ্যান্ড রিসোর্সেস[11]
- কমনওয়েলথ ডিপার্টমেন্ট অব হেলথ অ্যান্ড অ্যাজেড কেয়ার – ইমিউনাইজেশন[12]
- অজভ্যাক্সসেফটি[13]
- মাদারসেফ[14]
- SKAI[15]

*কিছু সরবরাহকারী ভ্যাকসিন দেওয়ার জন্য সামান্য একটি ফি নিতে পারে। আপনার ডাক্তার, ধাত্রী বা ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলে দেখুন।

[8] https://www.health.nsw.gov.au/vaccinate
[9] https://www.health.nsw.gov.au/immunisation/pages/default.aspx
[10] https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/medicare/australian-immunisation-register
[11] http://www.ncirs.org.au/
[12] https://www.health.gov.au/health-topics/immunisation
[13] https://ausvaxsafety.org.au/
[14] https://www.seslhd.health.nsw.gov.au/royal-hospital-for-women/services-clinics/directory/mothersafe
[15] https://skai.org.au/pregnancy-and-newborn

ভিজিট করুন **www.health.nsw.gov.au/pregnancy-vaccinations**