This translation is out of date. Use it along with the current VIS in English. Visit www.immunize.org/vis for details.

টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি

MMR টিকা (হাম, মাম্পস এবং রুবেলা): *আপনাকে যা জানতে হবে*

Many Vaccine Information Statements are available in Bengali and other languages. See www.immunize.org/vis

অনেক টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি বাংলা এবং অন্যান্য ভাষায় উপলভ্য রয়েছে। www.immunize.org/vis-এ দেখুন

1. কেন টিকা নিতে হবে?

MMR টিকা হাম (মিসেল্স), মাম্পস, এবং **রুবেলা** প্রতিরোধ করতে পারে।

- **হাম (MEASLES, M)** সাধারণত পুরো শরীরকে ঢেকে রাখে এমন ফুসকুড়ির সাথে, জ্বর, কাশি, নাক দিয়ে জল পড়া, এবং লাল, জলভরা চোখ সৃষ্টি করে। এটি খিঁচুনি (প্রায়শই জ্বরের সাথে যুক্ত থাকে), কানের সংক্রমণ, ডায়রিয়া এবং নিউমোনিয়ার কারণ হতে পারে। বিরল ক্ষেত্রে, হাম মস্তিষ্কের ক্ষতি বা মৃত্যুর কারণ হতে পারে।
- **মাম্পস (MUMPS, M)** জ্বর, মাথাব্যথা, পেশী ব্যথা, ক্লান্তি, খিদে কমে যাওয়া, এবং কানের নীচের লালা গ্রন্থির ফুলে যাওয়া এবং স্পর্শে-ব্যাথার সৃষ্টি করে। এটি বধিরতা, মস্তিষ্কের এবং/অথবা মেরুদণ্ডের আবরণের ফুলে যাওয়া, অণ্ডকোষ বা ডিম্বাশয়ের বেদনাদায়ক ফুলে যাওয়া এবং খুব কম ক্ষেত্রে মৃত্যুর কারণ হতে পারে।
- **রুবেলা (RUBELLA, R)** জ্বর, গলা ব্যথা, ফুসকুড়ি, মাথাব্যথা এবং চোখের জ্বালা সৃষ্টি করে। এটি অর্ধেক সংখ্যক পর্যন্ত কিশোর-কিশোরী এবং প্রাপ্তবয়স্ক মহিলাদের আর্থ্রাইটিসের কারণ হতে পারে। যদি কোনো মহিলা গর্ভবতী অবস্থায় রুবেলায় আক্রান্ত হন, তাহলে তার গর্ভপাত হতে পারে বা শিশুটি গুরুতর জন্মগত ত্রুটি নিয়ে জন্ম নিতে পারে।

MMR টিকা নেওয়া বেশিরভাগ লোক সারাজীবনের জন্য সুরক্ষিত থাকবেন। টিকা এবং টিকাকরণের উচ্চ হার মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে এই রোগগুলিকে অনেক কম প্রচলিত করে তুলেছে।

2. MMR টিকা

সাধারণত, **শিশুদের** MMR টিকার 2টি ডোজ প্রয়োজন:

- 12 থেকে 15 মাস বয়সে প্রথম ডোজ
- 4 থেকে 6 বছর বয়সে দ্বিতীয় ডোজ

তাদের বয়স 6 থেকে 11 মাসের মধ্যে থাকাকালীন যে ছোট শিশুরা মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের বাইরে ভ্রমণ করবে তাদের ভ্রমণের আগে MMR টিকার ডোজ নেওয়া উচিত। দীর্ঘস্থায়ী সুরক্ষার জন্য সুপারিশকৃত বয়সে এই শিশুদের তাও 2টি অতিরিক্ত ডোজ পাওয়া উচিত।

যদি তারা ইতিমধ্যে হাম, মাম্পস এবং রুবেলা থেকে অনাক্রমতা না পেয়ে থাকে, তাহলে **বড় শিশু, কিশোর-কিশোরী**, এবং **প্রাপ্তবয়স্কদেরও** MMR টিকার 1টি বা 2টি ডোজ প্রয়োজন। আপনার কত ডোজ প্রয়োজন তা নির্ধারণ করতে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

মাম্পসের প্রাদুর্ভাবের পরিস্থিতিতে কিছু লোকের জন্য MMR এর তৃতীয় ডোজ সুপারিশ করা হতে পারে।

MMR টিকা অন্যান্য টিকার মতো একই সময়ে দেওয়া যেতে পারে। 12 মাস থেকে 12 বছর বয়সী শিশুরা ভ্যারিসেলা টিকার সাথে একটি একক শটে MMR টিকা পেতে পারে, যা MMRV নামে পরিচিত। আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

3. আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন

আপনার টিকাকরণ প্রদানকারীকে বলুন যদি টিকা গ্রহণকারী ব্যক্তি/ব্যক্তির:

- **MMR বা MMRV টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে কোনো অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া** হয়ে থাকেন, বা তার কোনো **গুরুতর, প্রাণ-সংশয়কারী অ্যালার্জি থাকে**
- **গর্ভবতী হন** বা মনে করেন যে তারা গর্ভবতী হতে পারেন—গর্ভবতী ব্যক্তিদের MMR টিকা নেওয়া উচিত নয়
- একটি **দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা** থেকে থাকে, বা তার **বংশগত বা জন্মগত রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার সমস্যার ইতিহাস রয়েছে এমন মা-বাবা, ভাই বা বোন থাকে**
- কখনও এমন **অবস্থার শিকার হয়ে থাকেন যেখানে তার সহজেই কালশিটে তৈরি হয় বা রক্তপাত হয়**
- সম্প্রতি **একটি রক্তের ট্রান্সফিউশন গ্রহণ করেছেন বা অন্যান্য রক্ত-সম্বন্ধীয় পণ্য গ্রহণ করেছেন**
- **যক্ষ্মায় আক্রান্ত হন**
- **গত 4 সপ্তাহে অন্য কোনো টিকা নিয়ে থাকেন**

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

কিছু ক্ষেত্রে, আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী একটি ভবিষ্যত সাক্ষাৎ পর্যন্ত MMR টিকাকরণ স্থগিত করার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন।

সর্দি-কাশির মতো ছোটখাটো অসুস্থতায় আক্রান্ত ব্যক্তিদের টিকা দেওয়া যেতে পারে। মাঝারি বা গুরুতর অসুস্থ ব্যক্তিদের সাধারণত MMR টিকা নেওয়ার আগে সুস্থ না হওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করা উচিত।

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

4. কোনো টিকাজনিত প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

- MMR টিকাকরণের পরে, ইনজেকশন থেকে বাহুতে ব্যথা বা শট দেওয়ার জায়গায় লালভাব, জ্বর, এবং কোনো হাল্কা ফুসকুড়ি হতে পারে।
- কখনও কখনও MMR টিকা দেওয়ার পরে গাল বা ঘাড়ে গ্রন্থি ফুলে যাওয়া বা হাড়ের সন্ধিস্থলে অস্থায়ী ব্যথা এবং শক্ত হয়ে যাওয়া (অধিকাংশ ক্ষেত্রে কিশোর-কিশোরী বা প্রাপ্তবয়স্ক মহিলাদের মধ্যে) ঘটে থাকে।
- আরও গুরুতর প্রতিক্রিয়া কমই ঘটে। এর মধ্যে খিঁচুনি (প্রায়শই জ্বরের সাথে যুক্ত) বা অস্থায়ীভাবে প্লেটলেটের সংখ্যা হ্রাস অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে যা অস্বাভাবিক রক্তপাত বা কালশিটের কারণ হয়ে উঠতে পারে।
- গুরুতর রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার সমস্যাযুক্ত ব্যক্তিদের মধ্যে, এই টিকাটি একটি সংক্রমণ ঘটাতে পারে যা প্রাণ-সংশয়কারী হতে পারে। গুরুতর রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থার সমস্যা থাকা ব্যক্তিদের MMR টিকা নেওয়া উচিত নয়।

লোকেরা কখনও কখনও টিকাকরণ সহ চিকিৎসা-সম্বন্ধীয় পদ্ধতিসমূহের পরে অজ্ঞান হয়ে যায়। আপনি যদি মাথা ঘোরা অনুভব করেন বা দৃষ্টিশক্তির পরিবর্তন হয় বা কানের মধ্যে শব্দ হতে থাকে তাহলে আপনার প্রদানকারীকে তা জানান।

যেকোন ওষুধের মতোই, কোনো টিকার মারাত্মক অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া, অন্যান্য গুরুতর আঘাত বা মৃত্যুর কারণ হওয়ার খুব প্রত্যন্ত সম্ভাবনা রয়েছে।

5. যদি কোনো গুরুতর সমস্যা হয় তাহলে কী হবে?

টিকা প্রাপ্ত ব্যক্তি ক্লিনিক ছেড়ে চলে যাওয়ার পরে একটি অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া ঘটতে পারে। আপনি যদি কোনো গুরুতর অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়ার লক্ষণ দেখেন (আমাবাত, মুখ এবং গলা ফুলে যাওয়া, শ্বাস নিতে অসুবিধা, দ্রুত হৃদস্পন্দন, মাথা ঘোরা বা দুর্বলতা), তাহলে **9-1-1** নম্বরে কল করুন এবং ব্যক্তিটিকে নিকটস্থ হাসপাতালে নিয়ে যান।

আপনার উদ্বেগের অন্যান্য লক্ষণগুলির জন্য, আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে কল করুন।

প্রতিকূল প্রতিক্রিয়াগুলি টিকার প্রতিকূল ঘটনার রিপোর্টিং সিস্টেম (Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS) এর কাছে রিপোর্ট করা উচিত। সাধারণত আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী এই রিপোর্টটি দায়ের করবেন, অথবা আপনি নিজেই এটি করতে পারেন। www.vaers.hhs.gov-এ VAERS ওয়েবসাইটে যান বা **1-800-822-7967** নম্বরে কল করুন। *VAERS শুধুমাত্র প্রতিক্রিয়া রিপোর্ট করার জন্য, এবং VAERS কর্মী সদস্যরা চিকিৎসা-সম্বন্ধীয় পরামর্শ দেন না।*

6. জাতীয় টিকাজনিত আঘাতের ক্ষতিপূরণ কর্মসূচী

জাতীয় টিকাজনিত আঘাতের ক্ষতিপূরণ কর্মসূচী (National Vaccine Injury Compensation Program, VICP) হল একটি ফেডারেল প্রোগ্রাম যা নির্দিষ্ট টিকার দ্বারা আহত হতে পারে এমন লোকেদের ক্ষতিপূরণ দেওয়ার জন্য তৈরি করা হয়েছিল। টিকাকরণের কারণে তথাকথিত আঘাত বা মৃত্যু সংক্রান্ত দাবিগুলি দায়ের করার জন্য একটি সময়সীমা রয়েছে, যা দুই বছরের মতো কম সময়ের হতে পারে। কর্মসূচীটি সম্পর্কে এবং দাবি দায়ের করার বিষয়ে জানতে www.hrsa.gov/vaccinecompensation-এ VICP ওয়েবসাইটে যান অথবা **1-800-338-2382** নম্বরে কল করুন।

7. আমি কিভাবে আরও জানতে পারি?

- আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন।
- আপনার স্থানীয় বা স্টেটের স্বাস্থ্য বিভাগে কল করুন।
- টিকার প্যাকেজ সন্নিবেশসমূহ এবং অতিরিক্ত তথ্যের জন্য খাদ্য এবং ওষুধ প্রশাসন (Food and Drug Administration, FDA) এর ওয়েবসাইট www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines-এ যান।
- রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্রের সাথে যোগাযোগ করুন (Centers for Disease Control and Prevention, CDC):
  - কল করুন **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** অথবা
  - CDC-এর ওয়েবসাইট www.cdc.gov/vaccines-এ যান।

Bengali translation provided by Immunize.org