एमएमआर वैक्सीन (खसरा, गलसुआ और रूबेला): *आपके लिए आवश्यक जानकारी*

कई वैक्सीन जानकारी विवरण स्पेनिश और अन्य भाषाओं में उपलब्ध हैं। http://www.immunize.org/vis देखें

Hojas de información sobre vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. Visite http://www.immunize.org/vis

1. वैक्सीन क्यों लगवाएँ?

एमएमआर वैक्सीन, खसरा, गलसुआ और रूबेला की रोकथाम कर सकता है।

- **खसरा (एम)** के कारण बुखार, खांसी, बहती नाक और लाल, पानी वाली आंखों होती है, जिसके बाद आमतौर पर पूरे शरीर पर होने वाले दाने होते हैं। इससे दौरे (अक्सर बुखार के साथ), कान में संक्रमण, दस्त, और निमोनिया उत्पन्न हो सकता है। शायद ही कभी, खसरा मस्तिष्क को क्षति या मृत्यु का कारण बन सकता है।
- **MUMPS (एम)** के कारण बुखार, सिरदर्द, मांसपेशियों में दर्द, थकान, भूख न लगना हो सकता है, और कान के नीचे लार ग्रंथियों में सूजन और दर्द। इससे बहरापन, मस्तिष्क और/या रीढ़ की तंत्रिका की जिल्द में सूजन, अंडकोष या अंडाशय की दर्दनाक सूजन, और, बहुत कम संभावना में, मृत्यु हो सकती है।
- **रूबेला (आर)** के कारण बुखार, गले में दर्द, चकत्ते, सिरदर्द और आंखों में जलन हो सकता है। यह किशोर और वयस्क महिलाओं में आधे तक की संख्या में गठिया का कारण बन सकता है। यदि किसी को गर्भवती के दौरान रूबेला हो जाता है, तो उसका गर्भपात हो सकता है या बच्चा गंभीर जन्म दोषों के साथ पैदा हो सकता है।

एमएमआर का वैक्सीन प्राप्त किए हुए अधिकांश लोग जीवन भर सुरक्षित रहेंगे। संयुक्त राज्य अमेरिका में वैक्सीनों और टीकाकरण की उच्च दरों ने इन बीमारियों को बहुत कम आम बना दिया है।

2. एमएमआर वैक्सीन

बच्चों को एमएमआर वैक्सीन की 2 खुराक की आवश्यकता होती है, आमतौर पर:

- पहली खुराक 12 से 15 महीने की आयु में
- दूसरी खुराक 4 से 6 साल की आयु में

जो शिशु 6 से 11 महीने की आयु के बीच संयुक्त राज्य अमेरिका से बाहर यात्रा करेंगे, उन्हें यात्रा से पहले एमएमआर वैक्सीन की एक खुराक मिलनी चाहिए। लंबे समय तक चलने वाली सुरक्षा के लिए इन बच्चों को अभी भी अनुशंसित आयु में 2 अतिरिक्त खुराकें प्राप्त होनी चाहिएँ।

बड़े बच्चों, किशोरों और **वयस्कों** को भी एमएमआर वैक्सीन की 1 या 2 खुराक की आवश्यकता होती है यदि वे पहले से खसरा, गलसुआ और रूबेला के प्रति संरक्षित हैं। आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता निर्धारित करने में आपकी सहायता कर सकता है कि आपको कितनी खुराकों की आवश्यकता है।

गलसुआ के प्रकोप की स्थिति में कुछ लोगों के लिए एमएमआर की तीसरी खुराक की अनुशंसा की जा सकती है।

एमएमआर वैक्सीन को अन्य टीकों के साथ लगाया जा सकता है। 12 महीने से लेकर 12 साल की आयु के बच्चे एक ही टीके में वैरीसेला वैक्सीन के साथ एमएमआर वैक्सीन प्राप्त कर सकते हैं, जिसे एमएमआरवी के नाम से जाना जाता है। आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता आपको अधिक जानकारी दे सकता है।

3. अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें

अपने टीकाकरण प्रदाता को बताएँ कि क्या वैक्सीन प्राप्त कर रहे व्यक्ति को:

- **एमएमआर या एमएमआरवी के वैक्सीन की पिछली खुराक के बाद एलर्जी की प्रतिक्रिया** हुई है, या उन्हें कोई **गंभीर, जानलेवा एलर्जी** हैं
- **गर्भवती है** या सोचती है कि वे गर्भवती हो सकती हैं—गर्भवती लोगों को एमएमआर वैक्सीन नहीं लगवाना चाहिए
- **प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर** है, या **प्रतिरक्षा प्रणाली की वंशानुगत या जन्मजात समस्याओं के इतिहास वाले माता-पिता, भाई या बहन** हैं
- कभी **ऐसी स्थिति रही है जिससे चोट लग जाने पर आसानी से नील पड़ता है या खून निकल जाता हो**
- हाल ही **में खून चढ़ाया गया है या अन्य रक्त उत्पाद प्राप्त किए** हैं
- **तपेदिक** है
- **पिछले 4 सप्ताह में कोई अन्य वैक्सीन लगवाई** है

कुछ मामलों में, आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता एमएमआर टीकाकरण को भविष्य की मुलाकात तक स्थगित करने का निर्णय ले सकता है।

मध्यम या गंभीर रूप से बीमार लोगों को आमतौर पर एमएमआर वैक्सीन लगवाने से पहले ठीक होने की प्रतीक्षा करनी चाहिए।

आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता आपको अधिक जानकारी दे सकता है।

4. वैक्सीन के प्रति प्रतिक्रिया के जोखिम

- एमएमआर टीकाकरण के बाद इंजेक्शन से बाजू में दर्द या टीका लगाए जाने वाले स्थान पर लाली, बुखार, और हल्के चकत्ते हो सकते हैं।
- एमएमआर टीकाकरण के बाद कभी-कभी गाल या गर्दन में ग्रंथियों की सूजन या अस्थायी दर्द और जोड़ों में जकड़न (ज्यादातर किशोर या वयस्क महिलाओं में) हो सकते हैं।
- अधिक गंभीर प्रतिक्रियाएँ शायद ही कभी होती हैं। इनमें दौरे (अक्सर बुखार से जुड़े) या प्लेटलेट की अस्थायी कम गिनती जो असामान्य रक्तस्राव या नील का कारण बन सकता है, शामिल हो सकते हैं।
- प्रतिरक्षा प्रणाली की गंभीर समस्याओं वाले लोगों में, यह वैक्सीन संक्रमण का कारण बन सकता है जो प्राणघातक हो सकता है। प्रतिरक्षा प्रणाली की गंभीर समस्याओं वाले लोगों को एमएमआर वैक्सीन नहीं लगवानी चाहिए।

कभी-कभी, टीकाकरण सहित चिकित्सा प्रक्रियाओं के बाद लोग बेहोश हो जाते हैं। यदि आपको चक्कर आ रहा हो या दृष्टि में बदलाव हो या कान बज रहे हों, तो अपने प्रदाता को बताएँ।

U.S. Department of Health and Human Services
(यूएस डिपार्टमेंट ऑफ़ हेल्थ एंड ह्यूमन सर्विसेस)
Centers for Disease Control and Prevention
(रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्र)

किसी भी दवा की तरह, किसी वैक्सीन से गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया, अन्य गंभीर हानि, या मृत्यु होने की एक बहुत ही कम संभावना होती है।

5. क्या होगा यदि कोई गंभीर समस्या है?

वैक्सीन लगवाने वाले व्यक्ति को क्लिनिक से जाने के बाद एलर्जी की प्रतिक्रिया हो सकती है। यदि आप किसी गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया के लक्षण देखते हैं (पित्ती, चेहरे और गले की सूजन, सांस लेने में कठिनाई, तेज़ दिल की धड़कन, चक्कर आना, या कमजोरी), तो **9-1-1** पर कॉल करें और व्यक्ति को नजदीकी अस्पताल ले जाएँ।

आपको चिंतित करने वाले अन्य लक्षणों के लिए, अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को कॉल करें।

प्रतिकूल प्रतिक्रियाओं की सूचना वैक्सीन प्रतिकूल घटना रिपोर्टिंग सिस्टम (VAERS) को दी जानी चाहिए। आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता आमतौर पर यह रिपोर्ट दर्ज करेगा, या फिर आप ऐसा स्वयं कर सकते हैं। VAERS वेबसाइट पर **http://www.vaers.hhs.gov** पर जाएँ या **1-800-822-7967** पर कॉल करें। *VAERS केवल प्रतिक्रियाओं की सूचना देने के लिए है, और VAERS स्टाफ सदस्य चिकित्सा सलाह नहीं देते हैं।*

6. राष्ट्रीय वैक्सीन क्षति क्षतिपूर्ति कार्यक्रम

राष्ट्रीय वैक्सीन क्षति क्षतिपूर्ति कार्यक्रम (VICP) एक संघीय कार्यक्रम है जो कुछ वैक्सीनों से क्षतिग्रस्त हुए लोगों को क्षतिपूर्ति करने के लिए बनाया गया था। टीकाकरण के कारण कथित क्षति या मृत्यु के दावों को दर्ज करने की समय सीमा होती है, जो कि दो वर्ष जितनी कम हो सकती है। कार्यक्रम के बारे में और दावा दायर करने के बारे में जानने के लिए VICP वेबसाइट **http://www.hrsa.gov/vaccinecompensation** पर जाएँ या **1-800-338-2382** पर कॉल करें।

7. मैं अधिक जानकारी कहाँ से प्राप्त करूं?

- अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से पूछें।
- अपने स्थानीय या राज्य के स्वास्थ्य विभाग को कॉल करें।
- वैक्सीन पैकेज इंसर्ट और अतिरिक्त जानकारी के लिए फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (FDA) की वेबसाइट **http://www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines** पर जाएं।
- Centers for Disease Control and Prevention (रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्र) (CDC):
  -1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) पर कॉल करें या
  -CDC की वेबसाइट**http://www.cdc.gov/vaccines**पर जाएँ।

Hindi translation of MMR VIS provided by California Department of Public Health, Immunization Program