अपने बच्चे तथा परिवार की सुरक्षा करें - टीका लगवाएं

अपने बच्चे तथा परिवार की सुरक्षा करें - टीका लगवाएं

- इम्युनाइज़ेशन (टीकाकरण) आपके बच्चे की जीवन भर **गंभीर बीमारियों** से सुरक्षा करता है।
- नेशनल इम्युनाइज़ेशन शेड्यूल (राष्ट्रीय टीकाकरण अनुसूची) में प्रयोग की जाने वाली दवाइयां **सुरक्षित** तथा **प्रभावशाली** हैं।

बचपन में लगने वाले टीके निःशुल्क/मुफ्त हैं।

- टीके आपके पारिवारिक डाक्टर या प्रैक्टिस नर्स द्वारा लगाए जाएंगें।
- आपके शिशु की उम्र छह सप्ताह की होने पर टीके लगने शुरू हो जाते हैं।
- ये टीके इंजेक्शन के रूप में बांह (बाजू) या टांग (पैर) में लगाए जाते हैं। प्रत्येक मुलाकात में दो या तीन इंजेक्शन लगाए जाएंगें।

शिशुओं की सबसे उत्तम सुरक्षा के लिए यह जरूरी है कि उन्हें सारे टीके सलाह दिए गए समय पर लगाए जाएं।

- टीके लगाने के रिकार्ड को आपके बच्चे की वैल चाइल्ड/टामारिकी ओरा हैल्थ बुक (*Well Child/Tamariki Ora Health Book*) तथा राष्ट्रीय टीकाकरण रजिस्टर में लिखा जाएगा।
- आप यदि इस बारे में निश्चित नहीं हैं कि आपके बच्चे को सारे टीके लग चुके हैं या नहीं, तो अपने डाक्टर या नर्स से इसकी जाँच कर लें।

स्वास्थ्य मंत्रालय टीके लगवाने का समर्थन करता है। परन्तु, आपके बच्चे को टीके लगाए जाएं या नहीं, यह आपकी **इच्छा** पर निर्भर करता है।

टीके तथा टीकों की दवाइयां

टीके की दवाइयां इंफेक्शन के विरूद्ध प्रतिपिंडों (एन्टीबॉडी) को बनाने में आपके बच्चे के शरीर को प्रेरित या सक्रिय करती हैं। ये एन्टीबॉडियां आपके बच्चे को बीमारियों से बचाएंगी। इसे टीके लगवाना (इम्युनाइज़ेशन) कहा जाता है।

आपके डाक्टर द्वारा सभी गंभीर प्रतिक्रियाओं की रिपोर्ट की जाती है तथा टीके लगाने के कार्यक्रम की सुरक्षा के लिए उस पर नज़र रखी जाती है।

राष्ट्रीय टीकाकरण अनुसूची या सारणी *

आयु	कवर की गई बीमारियां तथा दवाइयां
6 सप्ताह	डिप्थीरिया/टिटॅनस/काली खाँसी/पोलियो/हेपाटॉइटिस बी/हेमोफीलिस इन्फ्ल्यूंजा टाइप बी 1 इंजेक्शन (INFANRIX® -*hexa*) न्यूमोकोकल 1 इंजेक्शन (Prevenar®)
3 महीने	डिप्थीरिया/टिटॅनस/काली खाँसी/पोलियो/हेपाटॉइटिस बी/हेमोफीलिस इन्फ्ल्यूंजा टाइप बी 1 इंजेक्शन (INFANRIX® -*hexa*) न्यूमोकोकल 1 इंजेक्शन (Prevenar®)
5 महीने	डिप्थीरिया/टिटॅनस/काली खाँसी/पोलियो/हेपाटॉइटिस बी/हेमोफीलिस इन्फ्ल्यूंजा टाइप बी 1 इंजेक्शन (INFANRIX® -*hexa*) न्यूमोकोकल 1 इंजेक्शन (Prevenar®)
15 महीने	हेमोफीलिस इन्फ्ल्यूंजा टाइप बी 1 इंजेक्शन (Hiberix™) खसरा/कनपेड़ा या मम्प्स/रूबेला 1 इंजेक्शन (M-M-R® II) न्यूमोकोकल 1 इंजेक्शन (Prevenar®)
4 साल	डिप्थीरिया/टिटॅनस/काली खाँसी/पोलियो 1 इंजेक्शन (INFANRIX™-IPV) खसरा/कनपेड़ा या मम्प्स/रूबेला 1 इंजेक्शन (M-M-R® II)
11 साल	डिप्थीरिया/टिटॅनस/काली खाँसी 1 इंजेक्शन (BOOSTRIX™)
12 साल केवल लड़कियां	ह्यूमन पैपिलोमावायरस ** 6 महीनों के दौरान दी गई तीन खुराकें (GARDASIL™)
	* जून **2008** से ** **2009** से

टीके लगवाने से आपके बच्चे की इन बीमारियों से सुरक्षा होती है

डिप्थीरिया (Diphtheria) गले को प्रभावित करता है, जिससे सांस लेने और निगलने में मुश्किल होती है। इसका प्रभाव स्नायुओं (नसों), मांस-पेशियों तथा दिल पर पड़ता है।

हेमोफीलिस इन्फ्ल्यूंजा टाइप बी (*Haemophilus influenzae* type b) के कारण मेननजाइटिस (मस्तिष्क के आसपास की झिल्लियों का इंफेक्शन) हो सकती है तथा इसके कारण गले में इंफेक्शन के साथ सूजन आ सकती है जिससे सांस लेने की नलियों में रूकावट आ जाती है। इसके कारण निमोनिया तथा जोड़ों में और चमड़ी के नीचे इन्फेक्शन हो सकता है।

हेपाटॉइटिस बी (ज़िगर की सूजन) **(hepatitis B)** ज़िगर पर आघात करके उसे नुकसान पहुँचाती है। इसके लक्षणों में जी मिचलाना, थकावट तथा पीलिया शामिल हैं।

ह्यूमन पैपिलोमावायरस (HPV) के कारण सरवाइकल कैंसर हो सकता है। यह शारीरिक संभोग द्वारा फैलने वाला (सैक्सुअली ट्रांसमिटिड) इन्फैक्शन है।

खसरा (मीज़ल्स) **(measles)** के कारण चकत्ता या रैश, नाक का बहना, खांसी तथा दर्द सहित पानी से भरी आँखों की शिकायत हो सकती है। इसके कारण निमोनिया, कान का इंफेक्शन और दिमाग में क्षति भी हो सकती है।

कनपेड़ा (मम्प्स) **(mumps)** के कारण प्रायः चेहरे के आसपास सूजन, बुखार और सिर में दर्द हो सकता है। मम्प्स के कारण दिमाग में सूजन या बहरेपन की शिकायत हो सकती है।

न्यूमोकोकल (pneumococcal) बीमारी के कारण मेनिनजाइटिस तथा सैप्टिसीमिया (ब्लड प्वायज़निंग या विषाक्त रक्त) होता है। इसके कारण निमोनिया तथा साइनस और कान का इन्फेक्शन भी हो सकता है।

पोलियो (polio) से शरीर में लकवा हो सकता है तथा सांस लेने में आपको सहायता करने वाली मांस-पेशियों को प्रभावित करता है।

रूबेला (rubella) के कारण मामूली बीमारी, रैश और जोड़ों में दर्द हो सकता है। गर्भवती महिला के लिए, विशेषकर गर्भ की प्रारंभिक अवस्था में रूबेला बहुत ही गंभीर/खतरनाक है। उसका शिशु बहरेपन, अंधेपन, दिल की खराबी तथा दिमाग की खराबी जैसी किसी भी गंभीर समस्या के साथ पैदा हो सकता है।

टिटॉनस (tetanus) शरीर के किसी भी हिस्से के कटने या रगड़ लग जाने से उसे कीटाणु-ग्रस्त बनाता है। टिटॉनस के कारण मांस-पेशियों में अकड़न तथा ऐंठन आ जाती है। इसके कारण सांस लेने वाली मांस-पेशियां प्रभावित हो सकती हैं।

काली खाँसी (परटुसीस) **(whooping cough)** से सांस की नलियों को नुकसान पहुँचता है तथा इसके कारण उल्टी के साथ खाँसी होती है और सांस लेने में कठिनाई होती है। परटुसीस से निमोनिया, दौरे पड़ना, बेहोशी या कोमा, दिमाग की सूजन या दिमाग में क्षति हो सकती है।

कुछ शिशुओं को अतिरिक्त टीके लगवाने के लिए कहा जा सकता है। इस बारे में अपने प्रमुख मातृत्व सेवा प्रदाता (लीड मैटरनिटी केयरर) से विचार-विमर्श करें।

- जिन शिशुओं की माताएं हेपाटाइटिस बी की वाहक हैं, उन्हें जन्म देने के तुरन्त बाद हेपाटाइटिस बी दवाई तथा एचबीआईजी (HBIG hepatitis B immunoglobulin) प्रतिपिंड या एन्टीबॉडी देने के लिए कहा जाएगा।
- जिन शिशुओं को तपेदिक (TB) होने का खतरा है उन्हें बीसीजी (BCG Bacillus Calmette-Guérin) की दवाई देने का प्रस्ताव किया जाएगा।

संभावित प्रतिक्रियाएं

हल्की प्रतिक्रियाएं टीके लगने के बाद काफी सामान्य हैं तथा इनका प्रभाव दो दिन तक हो सकता है। ये संभावित प्रतिक्रियाएं हैंः

- जहां इंजेक्शन दिया गया था उस जगह पर दर्द, सूजन तथा लाली
- हल्का बुखार
- अशांत तथा सामान्य तौर पर अप्रसन्न होना।

क्या किया जाए

- पीने के लिए अधिक तरल पदार्थ दें।
- आपका डाक्टर या नर्स टीके लगाने से पहले दर्द को कम करने के लिए पैरासीटमोल देने की सलाह दे सकते हैं।

अधिक गंभीर प्रतिक्रियाएं बहुत ही कम होती हैं।

दवाई दिए जाने के बाद बच्चों के लिए क्लिनिक या सर्जरी में 20 मिनट तक प्रतीक्षा करना जरूरी है। ऐसा यह निश्चित करने के लिए है कि एनाफिलेक्सिस नामक एलर्जी की प्रतिक्रिया होने की दशा में उपचार उपलब्ध हो सके। एनाफिलेक्सिस बहुत ही कम होता है तथा इसके कारण सिर चकराना, सांस लेते समय शोर करना तथा रैश हो सकता है। इस प्रतिक्रिया के इलाज के लिए आपके डाक्टर या नर्स द्वारा दी गई दवाइयां तेजी से और सुरक्षित रूप में काम करती हैं।

टीके लगवाने के बाद आप यदि अपने बच्चों के बारे में चिन्तित हैं, तो अपने डाक्टर से सम्पर्क करें

इम्युनाइज़ेशन सर्टिफिकेट (टीके लगाने का प्रमाणपत्र)

- आपके बच्चे द्वारा प्रारंभिक बालवाड़ी सेवा, कोहांगा रीयो या प्राइमरी स्कूल आरंभ करते समय आपसे अपने बच्चे का इम्युनाइज़ेशन सर्टिफिकेट दिखाने के लिए कहा जाएगा।
- यह जरूरी नहीं है कि आपके बच्चे को टीके लगाए जाएं - यह आपकी इच्छा पर निर्भर करता है।
- इम्युनाइज़ेशन सर्टिफिकेट में यह दिखाया जाएगा कि आपके बच्चे को कौन से टीके लग चुके हैं तथा उन्हें कब लगाया गया था।
- अपने डॉक्टर या नर्स से आपको इम्युनाइज़ेशन सर्टिफिकेट देने के लिए कहें।

राष्ट्रीय टीकाकरण रजिस्टर

- राष्ट्रीय टीकाकरण रजिस्टर (NIR) एक ऐसी कम्प्यूटर संचालित जानकारी प्रणाली है जिसमें आपके बच्चे के टीकाकरण के बारे में सारी जानकारी को रखा जाएगा। (NIR) के बारे में एक अलग पुस्तिका भी उपलब्ध है।
- NIR द्वारा आपके डॉक्टर की प्रैक्टिस को आपके बच्चे को टीके लगवाने की अवधि बीत जाने की स्थिति में तुरन्त रिमाइन्डर नोटिस भेजे जाएंगें।
- आप चाहें तो NIR में भाग नहीं लेने का निर्णय कर सकते हैं परन्तु आपके लिए भाग न लेने वाले फार्म को पूरा करके हस्ताक्षर करना जरूरी है।

इम्युनाइज़ेशन के बारे में अधिक जानकारी के लिए

- अपने डॉक्टर, प्रैक्टिस नर्स, प्लंकेट नर्स या स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें।
- चाइल्डहुड इम्युनाइज़ेशन नामक निःशुल्क पुस्तिकाः माता-पिता के लिए अधिक जानकारी (कोड 1323) या राष्ट्रीय टीकाकरण रजिस्टर (NIR) (कोड 1501) को **www.healthed.govt.nz** से ऑर्डर करें या अपने स्वास्थ्य प्रदाता के पास से एकत्र करें।
- अपनी वैल चाइल्ड/टामारिकी ओरा हैल्थ बुक को देखें।
- स्वास्थ्य मंत्रालय **www.moh.govt.nz**
- इम्युनाइज़ेश्न एडवायज़री सैंटर (IMAC): **www.immune.org.nz** या 0800 466 863 फ्री फोन।

New Zealand Government

MINISTRY OF HEALTH
MANATŪ HAUORA

Revised May 2008. Reprinted June 2008. Hindi. Code HE1539