টিকা-সম্বন্ধীয় তথ্য বিবৃতি

রিকম্বিন্যান্ট জোস্টার (দাদ)-এর টিকা: *আপনাকে যা জানতে হবে*

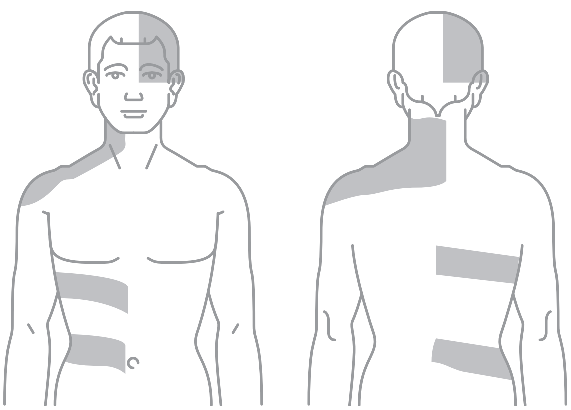
Many Vaccine Information Statements are available in Bengali and other languages. See www.immunize.org/vis

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

1. কেন টিকা নিতে হবে?

রিকম্বিন্যান্ট জোস্টার (দাদ)-এর টিকা দাদ (শিংগলস) প্রতিরোধ করতে পারে।

দাদ (এটিকে হারপিস জোস্টার বা শুধু জোস্টারও বলা হয়) হল ত্বকের একটি বেদনাদায়ক ফুসকুড়ি, যা সাধারণত ফোস্কা সহ হয়ে থাকে। দাদ-এ ফুসকুড়ি ছাড়াও, জ্বর, মাথাব্যথা, কাঁপুনি বা পেট খারাপ হতে পারে। খুব কম ক্ষেত্রেই, দাদ নিউমোনিয়া, শোনার ক্ষেত্রে সমস্যা, অন্ধত্ব, মস্তিষ্কের প্রদাহ (এনসেফালাইটিস) বা মৃত্যুর মতো জটিলতার কারণ হতে পারে।



বয়সের সাথে সাথে দাদ হওয়ার ঝুঁকি বাড়ে। দাদের সবচেয়ে সাধারণ জটিলতা হল দীর্ঘমেয়াদী স্নায়ু-সংক্রান্ত ব্যথা যাকে পোস্টথেরাপেটিক নিউরালজিয়া (Postherpetic Neuralgia, PHN) বলা হয়। সেসব স্থানে দাদের ফুসকুড়ি ছিল সেখানে PHN হয় এবং ফুসকুড়ি চলে যাওয়ার পর কয়েক মাস বা বছর ধরে থাকতে পারে। PHN থেকে ব্যথা গুরুতর এবং দুর্বল করে দেওয়ার মতো হতে পারে।

বয়সের সাথে সাথে PHN হওয়ার ঝুঁকি বাড়ে। একজন অল্পবয়সী ব্যক্তির তুলনায় দাদ থাকা একজন বয়স্ক প্রাপ্তবয়স্কের PHN হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে এবং এতে দীর্ঘস্থায়ী এবং আরও গুরুতর ব্যথা হয়।

যাদের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা দুর্বল তাদেরও দাদ এবং রোগটি থেকে জটিলতা হওয়ার ঝুঁকি বেশি থাকে।

দাদ ভেরিসেলা-জোস্টার ভাইরাস দ্বারা সৃষ্ট হয়, সেই একই ভাইরাস যা চিকেনপক্স সৃষ্টি করে। আপনার চিকেনপক্স হওয়ার পরে, ভাইরাসটি আপনার শরীরে থেকে যায় এবং পরবর্তী জীবনে দাদ সৃষ্টি করতে পারে। দাদ একজনের থেকে অন্য ব্যক্তিতে ছড়িয়ে যেতে পারে না, তবে দাদ সৃষ্টিকারী ভাইরাসটি ছড়িয়ে পড়তে পারে এবং কখনও চিকেনপক্স হয়নি বা চিকেনপক্সের ভ্যাকসিন পাননি এমন যে কারোর মধ্যে চিকেনপক্সের কারণ হতে পারে।

2. রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকা:

রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকা দাদ থেকে শক্তিশালী সুরক্ষা প্রদান করে। দাদ প্রতিরোধ করে, রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকা PHN এবং অন্যান্য জটিলতা থেকেও রক্ষা করে।

রিকম্বিন্যান্ট শিংগলস ভ্যাকসিন সুপারিশ করা হয়:

- **50 বছর এবং তার বেশি বয়সী প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য**
- রোগ বা চিকিৎসার কারণে **দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা রয়েছে এমন 19 বছর বা তার বেশি বয়সী প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য**

দাদের টিকা দুটি ডোজের সিরিজ হিসাবে দেওয়া হয়। বেশিরভাগ লোকের জন্য, প্রথম ডোজ দেওয়ার 2 থেকে 6 মাস পরে দ্বিতীয় ডোজ দেওয়া উচিত। কিছু লোক যাদের রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থা দুর্বল রয়েছে বা হবে তারা প্রথম ডোজের 1 থেকে 2 মাস পরে দ্বিতীয় ডোজ পেতে পারেন। আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর কাছে নির্দেশিকা চান।

যাদের অতীতে দাদ হয়েছিল এবং যারা ভেরিসেলা (চিকেনপক্স) টিকা নিয়েছেন তাদের রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকা নেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয়। টিকাটি এমন লোকদের জন্যও সুপারিশ করা হয় যারা ইতিমধ্যেই অন্য ধরনের দাদের টিকা, লাইভ দাদের টিকা (live shingles vaccine) পেয়েছেন। রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকায় কোনো জীবিত ভাইরাস নেই।

দাদের টিকা অন্যান্য টিকার মতো একই সময়ে দেওয়া যেতে পারে।

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

3. আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন

আপনার টিকাকরণ প্রদানকারীকে বলুন যদি টিকা গ্রহণকারী ব্যক্তি/ব্যক্তির:

- **রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকার পূর্ববর্তী ডোজের পরে কোনো অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া** হয়ে থাকে, বা তার কোনো **গুরুতর, প্রাণ-সংশয়কারী অ্যালার্জি থাকে**
- **বর্তমানে দাদের একটি ঘটনার সম্মুখীন হচ্ছেন**
- **গর্ভবতী হন**

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

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

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারবেন।

4. কোনো টিকাজনিত প্রতিক্রিয়ার ঝুঁকি

- রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকার পরে হালকা বা মাঝারি ব্যথা সহ ব্যথাযুক্ত বাহু খুবই সাধারণ। ইনজেকশনের জায়গায় লালভাব এবং ফোলাভাবও ঘটতে পারে।
- ক্লান্তি, পেশী ব্যথা, মাথাব্যথা, কাঁপুনি, জ্বর, পেটে ব্যথা এবং বমি বমি ভাব রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকার পরে সাধারণ বিষয়।

এই পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি সাময়িকভাবে একজন টিকাপ্রাপ্ত ব্যক্তিকে নিয়মিত ক্রিয়াকলাপ করা থেকে বিরত রাখতে পারে। লক্ষণগুলি সাধারণত 2 থেকে 3 দিনের মধ্যে নিজে থেকেই চলে যায়। এমনকি যদি প্রথম ডোজের পরে আপনার এই প্রতিক্রিয়াগুলির মধ্যে একটি হয়ে থাকে, তবুও আপনার রিকম্বিন্যান্ট দাদের টিকার দ্বিতীয় ডোজ নেওয়া উচিত।

গিলাইন-বারে সিন্ড্রোম (Guillain-Barré Syndrome, GBS), একটি গুরুতর স্নায়ুতন্ত্রের ব্যাধি, যা রিকম্বিন্যান্ট জোস্টার টিকার পরে খুব বিরল ক্ষেত্রে রিপোর্ট করা হয়েছে।

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. 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