खोप जानकारीको अभिव्यक्ति

हेपटाइटिस ए खोप

तपाईंले जान्नु पर्ने कुरा

Many Vaccine information Statements are available in Spanish and other languages. See www.immunize.org/vis
Hojas de información sobre vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. Visite www.immunize.org/vis

1 खोप किन लगाउने ?

हेपटाइटिस ए कलेजोको एक गम्भीर रोग हो । यो हेपटाइटिस ए भाइरस (HAV) द्वारा लाग्छ । हेपटाइटिस ए भाइरस सङ्क्रमित मानिसहरूको दिशा-पिसाबको सम्पर्कमा आई एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्छ, जुन कसैले आफ्ना हात राम्ररी धोएन भने सजिलै हुनसक्छ । हेपटाइटिस ए भाइरस द्वारा दूषित खानेकुरा, पानी, वा सामानहरूद्वारा पनि तपाईंलाई हेपटाइटिस ए लाग्न सक्छ ।

हेपटाइटिस एका लक्षणहरूमा निम्न समावेश हुनसक्छन्:
- ज्वरो आउने, थकाइ, अमन हुने, वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने, र/वा जोर्नी दुख्ने
- गम्भीर रूपमा पेट दुख्ने र पखाला लाग्ने (विशेष गरी बच्चाहरूमा), वा
- कमलपित्त हुने (छाला वा आँखा पहेँलो हुने, गाढा पिसाब जाने, माटो रङ्गको दिशा जाने)।

सामान्यतया यी लक्षणहरू संक्रमण भएको 2 देखि 6 हप्ताभित्र देखिन थाल्छन् र सामान्यतया 2 महिनाभन्दा कम समयसम्म रहन्छन्, यद्यपि कतिपय मानिसहरू 6 महिनासम्म बिरामी हुनसक्छन् । यदि तपाईंलाई हेपटाइटिस ए लागेको छ भने तपाईं काम गर्न नसक्ने गरी थला पर्न सक्नुहुन्छ ।

बालबालिकाहरूमा प्रायजसो लक्षण देखिँदैन, तर अधिकांश वयस्कमा लक्षण देखिन्छ । तपाईंमा लक्षण नदेखिए पनि तपाईं हेपटाइटिस ए भाइरस फैलाउन सक्नुहुन्छ ।

हेपटाइटिस ए ले गर्दा कलेजो नष्ट हुनसक्छ र व्यक्तिको मृत्यु पनि हुनसक्छ, यद्यपि यो बिरलै हुन्छ र यसो भइहाल्यो भने पनि प्रायजसो 50 वर्ष वा त्यसभन्दा बढी उमेरका वा हेपटाइटिस बि वा सि जस्ता कलेजो रोग भएका व्यक्तिहरूमा हुन्छ ।

हेपटाइटिस ए खोपले हेपटाइटिस ए लाई रोक्न सक्छ । सन् 1996 देखि संयुक्त राज्य अमेरिकामा हेपटाइटिस ए खोपको लिन सिफारिस गरिएको थियो । त्यस बेलादेखि, संयुक्त राज्यमा अधिकारी जानकारी दिइएको रोग संक्रमणको संख्या 31,000 बाट 1,500 भन्दा कम संख्यामा घटेको छ ।

2 हेपटाइटसि ए खोप

हेपटाइटिस ए खोप निष्क्रिय (मारिएको) खोप हो । दीर्घकालीन सुरक्षाको लागि तपाईंलाई 2 डोजको आवश्यकता पर्छ । यी डोजहरू कम्तीमा पनि 6 महिनाको फरकमा दिइनुपर्छ ।

बच्चाहरूलाई (12 देखि 23 महिना उमेरको बीचमा) तिनीहरूको पहिलो र दोस्रो जन्म दिनमा खोप दिइन्छ । अलिक बढी उमेरका बालबच्चा र वयस्कहरूलाई 23 महिनापछि खोप दिइन सकिन्छ । पहिले खोप लगाएका तर हेपटाइटिस ए विरुद्धको सुरक्षा चाहने वयस्कहरूलाई पनि खोप दिन सकिन्छ ।

निम्न अवस्थाहरूमा तपाईंले पनि हेपटाइटिस ए खोप लगाउनुपर्छ:
- हेपटाइटिस ए आम रूपमा लाग्ने देशहरूमा तपाईं यात्रा गर्दै हुनुहुन्छ भने,
- यदि तपाईं अरू पुरुषहरूसँग यौन सम्पर्क गर्ने गरेको व्यक्ति हुनुहुन्छ भने,
- गैरकानूनी लागूऔषध प्रयोग गर्नुहुन्छ भने,
- हेपटाइटिस बि अथवा हेपटाइटिस सि जस्ता दीर्घकालीन रोग लागेको छ भने,
- क्लटिङ-फ्याक्टर कन्सन्ट्रेटद्वारा उपचार गरिएको छ भने,
- हेपटाइटिस ए सङ्क्रमित जनावरहरूको क्षेत्रमा वा हेपटाइटिस ए सर्वेक्षण प्रयोगशालामा काम गर्नुहुन्छ भने, वा
- आम रूपमा हेपटाइटिस ए लाग्ने देशको धर्मपुत्र/धर्मपुत्रीसँग तपाईंको नजिकको वा व्यक्तिगत सम्बन्ध छ भने

यी मध्ये कुनै पनि समूहहरूको बारेमा थप जानकारी चाहनुहुन्छ भने तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस् ।

अरू खोपहरूसँगै हेपटाइटिस ए खोप लिँदा यसमा खतरा हुन्छ भन्ने कुरा जानकारीमा आएको छैन ।

3 केही मानसिहरूले यो खोप लनिु हुँदैन

आफूलाई खोप दिने व्यक्तिलाई निम्न कुरा बताउनुहोस्:
- तपाईंलाई कुनै पनि गम्भीर, ज्यान खतरामा पार्ने एलर्जी छन् कि
  हेपटाइटिस ए खोपको डोज लिएपछि तपाईंलाई कहिल्यै ज्यान खतरामा पार्ने किसिमको एलर्जी भएको थियो वा अथवा यो खोपको कुनै पनि भागद्वारा गम्भीर एलर्जी भयो भने, तपाईंलाई खोप नलिने सल्लाह दिन सकिन्छ । खोपका तत्वहरूका बारेमा तपाईं जानकारी लिन चाहनुहुन्छ भने तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस् ।

- तपाईंलाई सन्चो छैन भने ।
  यदि तपाईंलाई रुघाखोकी जस्ता सानोतिनो बिरामी छ भने तपाईंले आज नै खोप लिन सक्नुहुन्छ । यदि तपाईं मध्यम वा गम्भीर रूपमा बिरामी हुनुहुन्छ भने तपाईंले निको हुन्जेलसम्म कुर्दा राम्रो हुन्छ । तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई सल्लाह दिन सक्छ ।

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

4 खोप प्रतिक्रियाका खतराहरू

खोपहरू लगायत सबै औषधिले प्रतिक्रिया दिने सम्भावना हुन्छ । यस्ता प्रतिक्रियाहरू सामान्यतया हल्का हुन्छन् र आफै हराएर जान्छन्, तर गम्भीर प्रतिक्रियाहरूको पनि सम्भावना हुन्छ ।

हेपटाइटिस ए खोप लगाउने धेरैजसो मानिसहरूलाई यसले समस्या गर्दैन ।

हेपटाइटिस ए खोप लगाएपछि हुनसक्ने साना तिना समस्याहरूमा निम्न पर्छन्:

- सूई लगाइएको ठाउँमा रातो हुन, वा सुनिने
- हल्का ज्वरो आउने
- टाउको दुख्ने
- थकाइ लाग्ने

यी समस्याहरू सुई लगाएको केही समयपछि नै सुरु भएर 1 वा 2 दिनसम्म रहन्छन् ।

यी प्रतिक्रियाहरूका बारेमा तपाईंलाई तपाईंको डाक्टरले बताउन सक्छ ।

यो खोप लगाइसकेपछि देखा पर्न सक्ने अन्य समस्याहरू यस प्रकार छन्:

- मानिसहरू कहिलेकाहीँ खोप लगायतका चिकित्सा उपचारपछि बेहोस हुने गर्छन् । लगभग 15 मिनेट जति बस्नु वा ढल्केर बस्नुले बेहोस हुन, र लडेर हुने चोटपटकबाट बचाउँछ । रिँगटा लाग्यो, वा दृष्टि समस्या भयो वा कान बज्यो भने आफ्नो चिकित्सकलाई बताउनुहोस् ।
- केही मानिसहरूलाई सुई दिइएपछि हुने सामान्य पीडाभन्दा बढी गम्भीर र लामो समयसम्म कुम दुख्ने समस्या हुनसक्छ । अत्यन्त कम व्यक्तिमा मात्र यस्तो समस्या हुन्छ ।
- कुनै पनि औषधीले गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रिया ल्याउन सक्छ । खोपबाट त्यस किसिमको प्रतिक्रिया निकै कम मात्रामा हुन्छ, अर्थात् दश लाख डोजमा 1 जनालाई हुन्छ र खोप लगाएपछि केही मिनेटदेखि र केही घण्टाको बीचमा यस्तो हुन्छ भन्ने अनुमान गरिएको छ।

सबै प्रकारका औषधिले जस्तै खोपका कारणले पनि गम्भीर चोटपटक लाग्ने वा मृत्यु हुन सक्ने दुर्लभ सम्भावना हुन्छ ।

खोपको सुरक्षालाई सधैँ अनुगमन गरिन्छ । थप जानकारीको लागि, निम्न वेबसाइटमा जानुहोस्: www.cdc.gov/vaccinesafety/

5 गम्भीर प्रतिक्रिया भयो भने के गर्ने ?

म के प्रति होसियार हुनुपर्छ ?

- आफूलाई चिन्तित पार्ने गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रिया, अत्यन्तै उच्च ज्वरो वा असामान्य ब्यवहार जस्ता कुनै पनि चिन्ह तथा लक्षण प्रति होसियार हुनुहोस् ।

  गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रियामा बिबिरा आउने, अनुहार र घाँटी सुनिने, सास फेर्न गाह्रो हुने, मुटुको धड्कन छिटो-छिटो चल्ने, रिँगटा लाग्ने, र कमजोर हुने आदि पर्छन् । यस्ता लक्षणहरू खोप लगाएपछि केही मिनेटदेखि केही घण्टापछि देखा पर्न सक्छन् ।

मैले के गर्नुपर्छ ?

- यदि यो गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रिया हो वा प्रतीक्षा गर्न नसकिने अन्य आपत्कालिन समस्या हो भने 9-1-1 मा टेलिफोन गर्नुहोस् र बिरामीलाई सबैभन्दा नजिकको अस्पतालमा जानुहोस् । वा, आफ्नो क्लिनिकमा कल गर्नुहोस् ।

  त्यसपछि, प्रतिक्रियाको बारेमा भ्याक्सिन एड्भर्स इभेन्ट रिपोर्टिङ सिस्टम भिएइआरएस (VAERS) मा रिपोर्ट दिइनुपर्छ । तपाईंको डाक्टरले यो रिपोर्ट बुझाउनुपर्छ, वा VAERS को वेबसाइट www.vaers.hhs.govमा गएर, वा 1-800-822-7967 मा टेलिफोन गरेर तपाईं आफै यसो गर्न सक्नुहुन्छ ।

VAERS ले मेडिकल सल्लाह दिँदैन ।

6 राष्ट्रिय खोप हानी क्षतिपूर्ति कार्यक्रम (VICP)

राष्ट्रिय खोप हानी क्षतिपूर्ति कार्यक्रम (Vaccine Injury Compensation Program, VICP) एक यस्तो संघीय कार्यक्रम हो जुन निश्चित खोपहरूद्वारा चोटपटक लागेका वा हानी भएका मानिसहरूलाई क्षतिपूर्ति दिने उद्देश्यले स्थापना गरिएको हो ।

आफूलाई खोपले हानी गरेको छ वा चोटपटक लागेको छ भन्ने विश्वास गर्ने व्यक्तिहरूले कार्यक्रमको बारेमा जान्न र दाबी दायर गर्ने विषयमा 1-800-338-2382 मा टेलिफोन गरेर वा VICP को वेबसाइट www.hrsa.gov/vaccinecompensationमा गएर जानकारी लिन सक्छन् । क्षतिपूर्तिको लागि दाबी दायर गर्ने म्याद हुन्छ ।

7 मैले थप कुरा कसरी जान्न सक्छु ?

- तपाईंको स्वास्थ सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस् । निजले तपाईंलाई खोप जानकारी (package insert) प्रदान गर्न सक्छ वा सूचनाको अन्य स्रोतहरू बताउन सक्छ ।
- आफ्नो स्थानीय वा राज्य स्वास्थ्य विभागमा टेलिफोन गर्नुहोस् ।
- रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम विभागहरू (Centers for Disease Control CDC) मा कल गर्नुहोस्:
  - 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) मा कल गर्नुहोस् वा
  - CDC को वेबसाइट www.cdc.gov/vaccines मा जानुहोस्

Vaccine Information Statement

Hepatitis A Vaccine

7/20/2016

Nepali

Office Use Only

42 U.S.C. § 300aa-26

Translation provided by Minnesota Department of Health