UK Health Security Agency

NHS

আপনার শিশুকে RSV থেকে কীভাবে রক্ষা করবেন

গর্ভবতী মহিলাদের জন্য রেসপিরেটরি সিন্সিশিয়াল ভাইরাস (RSV) সংক্রান্ত নির্দেশিকা

প্রত্যেক গর্ভবতী মহিলা নিজেদের শিশুদেরকে রেসপিরেটরি সিন্সিশিয়াল ভাইরাস (RSV)-এর হাত থেকে রক্ষা করার জন্য বিনামূল্যে ভ্যাকসিন নিতে পারেন।

RSV থেকে কেন শিশুদেরকে সুরক্ষিত রাখতে হবে?

রেসপিরেটরি সিন্সিশিয়াল ভাইরাস বা RSV হলো এমন একটি সাধারণ ভাইরাস, যা ব্রংকাইটিস নামের এক প্রকারের ফুসফুসের সংক্রমণ ঘটাতে পারে। ছোট শিশুদের মধ্যে এই অবস্থাটি শ্বাসপ্রশ্বাস নেওয়া ও খাওয়ানোকে কঠিন করে তোলে। অধিকাংশ কেসগুলোর সমাধান বাড়িতে করা যেতে পারলেও প্রত্যেক বছর ইংল্যান্ডে ব্রংকাইটিস নিয়ে প্রায় 20,000 সদ্যজাতকে হাসপাতালে ভর্তি করা হয়। যে সদ্যজাতদের ব্রংকাইটিস গুরুতর, তাদের ইন্টেনসিভ কেয়ারের প্রয়োজন হতে পারে এবং সংক্রমণ প্রাণঘাতী হতে পারে। RSV সাধারণত কমবয়সী শিশুদের মধ্যে, বিশেষত নির্দিষ্ট সময়ের আগেই যাদের জন্ম হয়েছে, তাদের ক্ষেত্রে গুরুতর হতে পারে এবং যাদের মধ্যে এই সমস্যা আছে, তাদের হার্ট, ব্রিদিং কিংবা ইমিউন সিস্টেমে সমস্যা হতে পারে। সারা বছর ধরেই RSV সংক্রমণ হতে পারে, তবে প্রত্যেকবার শীতের সময় এই কেসগুলো সবচেয়ে বেশি দেখা দেয়।

কীভাবে RSV ছড়ায়?

RSV অত্যন্ত সংক্রামক এবং বিশেষত শিশুদের মধ্যে হাঁচি-কাশির মাধ্যমে সহজেই ছড়িয়ে পড়ে। এমনকি হাত-ধোয়া এবং হাঁচির সময় মুখ-নাক ঢেকে নেওয়ার মতো সহজ কিছু পদক্ষেপের মাধ্যমেও পরিবারের মধ্যে সংক্রমণ ছড়ানো হ্রাস করা কঠিন হয়ে উঠতে পারে। আপনার শিশুকে RSV সংক্রমণের হাত থেকে সুরক্ষা দেয়ার জন্য সবচেয়ে সেরা উপায় হলো প্রেগনেন্সির সময় টিকা নেওয়া।

RSV ভ্যাকসিন কতটা কার্যকর?

এই টিকাটি ভাইরাসের বিরুদ্ধে আরও বেশি অ্যান্টিবডি তৈরি করার জন্য আপনার ইমিউন সিস্টেমকে মজবুত করে তোলে। এই অ্যান্টিবডিগুলো তারপর আপনার শিশুকে জন্মের পর থেকেই রক্ষা করতে সাহায্য করার জন্য প্ল্যাসেন্টার মধ্যে দিয়ে যায়। RSV "টিকাদান শিশুর জন্মের প্রথম 6 মাসে তার গুরুতর ব্রংকাইটিসে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি 70% পর্যন্ত হ্রাস করে। এই পর্যায়ের পর আপনার শিশুর গুরুতর RSV-তে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি অনেকটাই হ্রাস পায়। এছাড়া বেশি বয়সী শিশু এবং প্রাপ্তবয়স্করাও RSV সংক্রমণে আক্রান্ত হতে পারেন, তবে এই রোগটি ছোট শিশুদের মধ্যে ও যাদের বয়স 75 বছর বা তার বেশি, তাদের মধ্যে আরও গুরুতর আকার নিতে পারে।

আমি কখন টিকা নেব?

আপনার অ্যান্টিনাটাল অ্যাপয়েন্টমেন্টের 28 সপ্তাহ নাগাদ এটি নেওয়া উচিত। আপনি এই পর্যায়ে পৌঁছেও যদি এই ব্যাপারে কিছু শুনতে না পান, তাহলে অ্যাপয়েন্ট করার জন্য আপনার মেটারনিটি সার্ভিস কিংবা GP প্র্যাক্টিসের সাথে যোগাযোগ করুন। 28 সপ্তাহে বা এর মধ্যেই কয়েক সপ্তাহের মধ্যে টিকা নিলে তা আপনার শিশুর জন্মের আগে তার শরীরে ভালো পরিমাণ অ্যান্টিবডি গড়ে তুলতে সাহায্য করে। এটি আপনার শিশুকে, নির্দিষ্ট সময়ের আগেই তার জন্মানোর ঝুঁকি সহ তাকে সেরা সুরক্ষা জোগায়।

তবুও আপনি নিজের প্রেগনেন্সির পরের দিকে টিকা নিতে পারেন, তবে সেক্ষেত্রে এটি ততটা কার্যকর নাও হতে পারে। যদি আগেভাগে আপনার পক্ষে টিকা নেওয়া সম্ভব না হয়ে থাকে, তাহলে আপনার শিশুর জন্ম হওয়ার আগে পর্যন্ত এটি দেওয়া যেতে পারে। এটি যদি আপনার প্রেগনেন্সির একদম পরের দিকে দেওয়া হয়, তবুও এটি আপনাকে সংক্রমণ থেকে সুরক্ষা করতে পারবে এবং আপনার নবজাতক শিশুর মধ্যে সংক্রমণ ছড়িয়ে পড়ার ঝুঁকি হ্রাস করবে।

আমার কি কোনও পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হবে?

ভ্যাকসিনটি সাধারণত আপনার উপরের বাহুতে দেওয়া হয় এবং ইনজেকশনের স্থানে সামান্য ব্যথা, লালচে বা ফোলা ভাব অনুভূত হতে পারে। এছাড়াও আপনার মাথা ব্যথা বা পেশী ব্যথা দেখা দিতে পারে, যা 1 বা 2 দিন স্থায়ী হতে পারে।

বয়স্কদের মধ্যে, গুলিয়ান-বারী সিন্ড্রোম নামক দুর্বলতাজনিত স্নায়ু সমস্যাটি টিকা দেওয়ার পরে **খুব কম** দেখা গেছে বলে জানা যায়। এই একই সমস্যা কিছু সাধারণ সংক্রমণ এবং কিছু ভ্যাকসিন গ্রহণের পরেও দেখা দিতে পারে। বয়স্ক প্রাপ্তবয়স্কদের মধ্যে, একটি স্নায়বিক সমস্যা যা দুর্বলতার কারণে হয়ে থাকে যেটি গুলিয়ান-বারী সিন্ড্রোম নামে পরিচিত, টিকা দেওয়ার পরে এটি খুব কমই রিপোর্ট করা হয়েছে।

প্রেগনেন্সির সময় RSV টিকা নেওয়াটা কি আমার শিশুর জন্য নিরাপদ হবে?

এই টিকাটি প্রায় 4,000 মহিলাকে ক্লিনিক্যাল ট্রায়ালের মাধ্যমে এবং ন্যাশনাল প্রোগ্রামের অংশ হিসাবে হাজার হাজার মহিলাকে দেওয়া হয়েছে। মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের এক পর্যবেক্ষণে 300,000-এরও বেশি মহিলাকে এটি পরীক্ষামূলকভাবে দেওয়া হয়েছিল এবং গবেষণায় তাদের সুরক্ষা সংক্রান্ত বিষয়টি বেশ ভালো ছিল। প্রধান ক্লিনিক্যাল ট্রায়ালে, "টিকাদানের পর প্রথম মাসে টিকা না নেওয়া গ্রুপটির (1.9%) তুলনায় যারা টিকা নিয়েছিল (2.1%), তাদের মধ্যে নির্দিষ্ট সময়ের আগে শিশুর জন্ম হওয়া একটু বেশি ছিল। এই পার্থক্যটি সম্ভবত সুযোগের কারণে হয়ে থাকতে পারে। এই টিকাটি সুরক্ষা, গুণমান এবং নিরাপত্তার ভিত্তিতে যুক্তরাজ্য, ইউরোপ এবং মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের থাকা মেডিসিন রেগুলেটর দ্বারা অনুমোদন করা হয়েছে।

টিকা নেওয়া মানে কি শিশু RSV-তে আক্রান্ত হবে না?

এই টিকাটি নিলে তা গুরুতর RSV রোগে আপনার শিশুর আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি হ্রাস করবে। সকল ওষুধের মতোই, কোনো ভ্যাকসিনই পুরোপুরিভাবে কার্যকর নাও হতে পারে এবং মায়েদের ভ্যাকসিন গ্রহণ করা সত্ত্বেও কিছু শিশু RSV-তে সংক্রমিত হতে পারে। তবে টিকা নিয়েছেন এমন মায়েদের অধিকাংশ সন্তানদের ক্ষেত্রে RSV-এর যে কোনো সংক্রমণ তীব্র হয় না।

RSV টিকার জন্য আপনি Abrysvo নামের রোগীর তথ্য সম্বলিত লিফলেটটি এখানে পড়তে পারেন: **www.medicines.org.uk/emc/product/15309/pil**

আমার শিশুর যদি উচ্চতর ঝুঁকি থাকে তাহলে কী হবে?

কিছু কিছু শিশুর ক্ষেত্রে RSV-তে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা অনেক বেশি থাকে, যেমন যাদের নির্দিষ্ট সময়ের আগেই জন্ম হয়, যাদের গুরুতর হার্টের রোগ আছে বা যাদের শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল, তাদেরকেও অ্যান্টিবডি ইঞ্জেকশন দেওয়া হতে পারে। এই ইঞ্জেকশনটি তাদের মায়ের কাছ থেকে পাওয়া অ্যান্টিবডিগুলোর পাশাপাশি অতিরিক্ত সুরক্ষা প্রদান করবে।

প্রত্যেক প্রেগনেন্সিতেই কি আমার RSV টিকার দরকার আছে?

হ্যাঁ, আপনার সদ্যজাত শিশুকে সেরা সুরক্ষা প্রদান করার জন্য প্রত্যেক প্রেগনেন্সিতেই টিকা নেওয়া উচিত।

আমার RSV টিকার সময় কি আমি অন্যান্য মেটারনাল টিকা নিতে পারব?

আপনার প্রেগনেন্সিতে সঠিক সময়ে আপনার টিকাগুলো নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ:

- সাধারণত আপনার প্রেগনেন্সির প্রথম দিকে হুপিং কাশির টিকা দেওয়া হয় (সাধারণত 20 সপ্তাহে, মিড প্রেগনেন্সি স্ক্যানের সময়)
- আপনার প্রেগনেন্সি 28 সপ্তাহ হয়ে যাওয়ার পর আপনার RSV টিকা নেওয়া উচিত
- প্রেগনেন্সির যে কোনো পর্যায়ে ফ্লু ভ্যাকসিন দেওয়া যাবে। আপনার কাছে উপলভ্য হওয়ার সাথে সাথেই এটি দেওয়া উচিত

আপনাকে যখন RSV টিকার জন্য ডাকা হবে, আপনার যদি হুপিং কাশি বা ফ্লু টিকা নেওয়া হয়ে থাকে, তাহলে তখন এগুলো করিয়ে নিন।

আমি কোথা থেকে আরও তথ্য পেতে পারি?

আপনি নিজের মিডওয়াইফ বা GP প্র্যাক্টিসের সাথে কথা বলতে পারেন এবং এই লিফলেটটি অনলাইনে এখানে পড়তে পারেন:

www.gov.uk/government/publications/respiratory-syncytial-virus-rsv-maternal-vaccination

www.nhs.uk/pregnancy/keeping-well/vaccinations

গর্ভাবস্থায় আপনাকে যে টিকাগুলো দেওয়া হবে সে সম্পর্কে আরও তথ্য এখানে পাওয়া যাবে:

www.gov.uk/government/publications/pregnancy-how-to-help-protect-you-and-your-baby

আমার শিশুর কি RSV ব্রংকিওলাইটিস হতে পারে?

RSV ব্রংকিওলাইটিসের উপসর্গের মধ্যে এগুলো থাকতে পারে:

- নাক থেকে সর্দি পড়া বা নাক বন্ধ হয়ে যাওয়া
- শ্বাসপ্রশ্বাস নিতে সমস্যা, ফাস্ট বা নয়েজি (হুইজিং)
- খাওয়াতে সমস্যা
- কাশি
- জ্বর
- চঞ্চল বা শান্ত করতে সমস্যা
- ক্লান্তি বা অনীহা

এছাড়া কম বয়সী শিশুদের মধ্যে RSV-এর কারণে অন্যান্য সমস্যা হতে পারে, যেমন বার্কিং কাফ (ক্রুপ) এবং কানের মধ্যে বেদনাদায়ক সংক্রমণ (ওটিটিস মিডিয়া)

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার ব্যাপারে সন্দেহ হলে Yellow Card ওয়েবসাইটে অভিযোগ জানাতে 0800 731 6789 (বেলা 9টা থেকে সন্ধ্যা 5টা সোমবার থেকে শুক্রবার) নম্বরে কল করুন অথবা Yellow Card অ্যাপটি ডাউনলোড করুন।

www.mhra.gov.uk/yellowcard

আর্জেন্ট GP অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করুন বা 111 নম্বরে কল করুন যদি:

- আপনার শিশুর ঠাণ্ডা লেগেছে এবং অবস্থার অবনতি হচ্ছে
- আপনার শিশুর স্বাভাবিকের চেয়ে কম খাচ্ছে বা খাওয়ানো যাচ্ছে
- আপনার শিশুর 12 ঘণ্টা বা তার বেশি সময় ধরে ড্রাই ন্যাপি আছে বা তার ডিহাইড্রেশনের অন্যান্য লক্ষণ দেখা যাচ্ছে।
- আপনার শিশুর বয়স অনুর্ধ্ব 3 এবং তার তাপমাত্র 38°C বা তার বয়স 3 মাসের বেশি এবং তার তাপমাত্র 39°C বা তার বেশি

999 নম্বরে কল করুন বা A&E-তে যান যদি:

আপনার শিশু গুরুতর অসুস্থ বলে মনে হয়, নিজের সিদ্ধান্তে বিশ্বাস রাখুন। এগুলো হলে পদক্ষেপ নিন:

- আপনার শিশুর শ্বাসপ্রশ্বাস নিতে সমস্যা হচ্ছে – অল্প শব্দ করছে বা তার বুক ও টামি ওয়াল মাঝখানে বা তার পাঁজরের মধ্যে ঢুকে যাচ্ছে
- আপনার শিশু শ্বাসপ্রশ্বাস নেওয়ার সময় থামছে
- আপনার শিশুর ত্বক, জিভ বা ঠোঁট নীল হয়ে গিয়েছে
- আপনার শিশু অলস এবং ঘুম থেকে উঠবে না বা জেগে থাকবে না

© Crown copyright 2025. Version 3. UK Health Security Agency Gateway Number 2024-913.
Product code: V2C24RSV03BEN Bengali 2p 100K FEB 2025 (APS).
To order more copies of this asset, please visit: **www.healthpublications.gov.uk** or call **0300 123 1002**.This leaflet is available as a BSL video, and audio file, in Braille, large print and translated into 30 community languages.