NHS

UK Health Security Agency

څنګه کولی شو خپل ماشوم له RSV ناروغۍ خوندي وساتو

د مېندواره ښځو لپاره د RSV
واکسین په اړه لارښود.

مېندواره ښځې کولی شي د خپلې هرځل مېندوارۍ پرمهال په وړیا ډول واکسین
وکړي، ترڅو خپل ماشومان له RSV ناروغۍ څخه خوندي وساتي.

ولې باید خپل نوي زېږېدلي ماشومان له RSV ناروغۍ خوندي وساتو؟

(RSV) یو ډول عامه د سږو ناروغي ده چې د برانشیولیټ په نامه یادېږي. په تنکیو ماشومانو کې دغه ناروغي د دې لامل کېږي چې ماشومان په سختۍ سره ساه واخلي او په سختۍ سره خواړه میل کړي. د دغې ناروغۍ ډېرې مورد ښائي په کور کې تداوي شي خو په انګلستان کې هر کال د یادي ناروغۍ له امله شاوخوا 20,000 نوي زېږېدلي ماشومان په روغتونونو کې بستر کېږي. هغه نوي زېږېدلي ماشومان چې شدیده bronchiolitis ناروغي لري ښائي جدي درملنې ته اړتیا ولري او کېدی شي دغه ناروغي د هغوی لپاره وژونکې وي. د RSV ناروغي ښائي په هغو کم عمره نویو زېږېدلیو، بې وخته زېږېدلیو او هغو ماشومانو کې ډېره شدیده وي چې په قلب، تنفسي یا د بدن په دفاعي سیستم باندې اغېزه درلودونکې ناروغي لري. RSV ناروغي کېدی شي د کال په هره برخه کې شیوع وکړي خو شدت يې هر کال په ژمي کې وي.

RSV ناروغي څنګه خورېږي؟

RSV یوه خورا ساري او په آسانۍ سره خورېدونکې ناروغي ده چې په ځانګړي ډول د ماشومانو ترمنځ د ټوخي او پرنجي له لارې خورېږي. حتی د ساده تدابیرو لکه د لاسونو مینځل ، ټوخي او پرنجي پرمهال د پوزې یا خولې په پټولو سره هم په کورنۍ کې د دغې ناروغۍ له خورېدو څخه مخنیوی ستونزمن کار دی. د مېندوارۍ پرمهال له RSV نارغۍ څخه د خپل ماشوم د مصؤنه ساتو لپاره ترټولو غوره لار د واکسینو تطبیق دی.

د RSV واکسین تر کومې کچې مؤثر دی؟

د دغه واکسین په تطبیق سره ستاسو د بدن دفاعي سیستم پیاوړی کېږي او د وایروس پروړاندې په بدن کې انتي باډي تولیدوي. دغه انتي باډي بیا ستاسو له بدن څخه جنین ته انتقال کوي ترڅو له زېږون وروسته ماشوم مصؤن وساتي. د RSV واکسینو تطبیق تر لومړیو شپږو میاشتو پورې په شدیده bronchiolitis ناروغۍ د اخته کېدو ګواښ تر 70% پورې راټیټوي. شپږ میاشتې وروسته ستاسو نوی زېږېدلی ماشوم د شدیدې RSV ناروغۍ د ټيټې کچې ګواښ سره مخ وي. د لوړ عمر ماشومان او لویان هم کېدی شي په RSV اخته شي، خو په کوچنیو ماشومانو او 75 کلنو او تر دې د لوړ عمر لرونکو لویانو کې دغه ناروغي ډېره شدیده ده.

څه وخت باید واکسین وکړو؟

دغه واکسین باید تاسو ته د جنینو د سقط اړونده لیدژمنې یا ملاقات وروسته په 28مه اونۍ وړاندې شي. که چېرې تاسو ترډې دمه په دې اړه څه نه وي اورېدلي، د لیدژمنې یا ملاقات چمتو کولو په موخه د خپلې ولادي ځانګې یا GP یعني عمومي ډاکټر سره په اړیکه کې شئ. د جنینو د سقط په 28مه اونۍ یا څو اونۍ وروسته د واکسینو تطبیق تاسو سره مرسته کوي چې له زېږون مخکې د خپل ماشوم د دنیا ته راوړو په موخه په کافي اندازه انتي باډي جوړ کړي. په دې سره به ستاسو ماشوم ته حتی که له وخت مخکې زېږېدلی هم وي، ترټولو غوره مصؤنیت رامنځ ته شي.

تاسو د خپلې مېندوارۍ په وروستیو کې هم کولی شئ دغه واکسین تطبیق کړئ خو اغېز یې ښائي یو څه کم وي. که چېرې دا ممکنه نه وه چې خپل واکسین په وخت سره وکړئ، نو کولی شئ ترهغې چې ماشوم مو دنیا ته نه وي راوړی داغه واکسین تطبیق کړئ. که چېرې تاسو دغه واکیسن د مېندوارۍ په وروستیو کې تطبیقوئ، بیاهم کولی شي له ناروغۍ مو وساتي او ستاسو نوي زېږېدلي ماشوم ته د هغې د انتقال ګواښ کم کړي.

ایا زه به کومې اړخیزې اغیزې و لرم؟

کېدی شي د تزریق یا پیچکاري په ساحه کې یو څه تخریش یا سوروالی رامنځ ته شي چې دغه ستونزه د یوې یا دوو ورځو په موده کې له منځ ځي. همدارنګه کېدی شي د 1وې یا 2وو ورځو لپاره سردرد یا د عضلاتو درد ولرئ.

په لویانو کې د واکسینو له تطبیق وروسته د عصباني کېدو پېښې چې له امله یې ضعف یا کمزوري رامنځ ته کېږي او د Guillain-Barré syndrome په نامه یادېږي، په ډېر ندرت سره پېښېږي. ورته حالت د یو لړ عامه ناروغیو او ځینو واکسینو له تطبیق وروسته هم رامنځ ته کېږي. دا ډول حالت یا وضعیت په ځوانانو کې عام نه دی او تراوسه هېڅ داسې شواهد نشته چې د واکسینو تطبیق دې په مېندواره ښځو کې د Guillain-Barré سنډروم خطر زیات کړي.

آیا د مېندوارۍ په موده کې د RSV واکسین تطبیق زما د ماشوم لپاره مصؤن دی؟

د کلیني څېړنو له مخې شاوخوا 4,000 او د ملي پروګرامونو له مخې په زرګونو نورو مېرمنو ته دغه واکسین تطبیق شوی دی. د امریکا په متحده ایالاتو کې ارقام ښئي چې دغه واکسین تر 300,000 ډېرو مېرمنو ته تطبیق شوی چې غوره مصؤنیت یې رامنځ ته کړی. عمومي کلینیکي څېړنې ښئي چې د واکسین له تطبیق وروسته په لوړمۍ میاشت کې د نارسو زېږېدلیو ماشومانو تعداد یو څه ډېر (2.1%) وو چې واکسین یې تطبیق کړی نسبت هغو ته چې واکسین یې نه دی تطبیق کړی (1.9%). دا توپیر په لوړ احتمال سره ښائي چې چانسي وي. دغه واکسین په انګلستان، اروپايي اتحادیې او متحده ایالاتو کې د درملو د تنظیم د اړونده ادارو لخوا د کیفیت او مصؤنیت له اړخه تائید شوی دی.

آیا د واکسینو تطبیق په دې مانا دی چې نور به زما ماشوم په RSV ناروغۍ نه اخته کېږي؟

واکسینو ثابته کړې ده چې په تطبیق سره به یې له شدیدې RSV ناروغۍ څخه ستاسو د ماشوم د رنځ وړلو چانس کم وي. لکه د نورو درملو په شان، واکسین هم په بشپړ ډول اغېزمن نه وي او کېدی شي ځینې ماشومان د مور لخوا د دغه واکسین د تطبیق سره سره په RSV ناروغۍ اخته شي. نو د ډېرو هغو ماشومانو لپاره چې میندو یې واکسین کړي وي، باید دغه ناروغي شدیده نه وي.

تاسو کولی شئ د RSV واکسین په اړه چې د Abrysvo په نامه هم یادېږي، په دغه لینک کې د ناروغ معلوماتي لارښود ولولئ: **www.medicines.org.uk/emc/product/15309/pil**

که چېرې مو ماشوم د لوړ ګواښ سره مخ وي، څه باید وکړو؟

ځینو هغو ماشومانو ته چې د RSV تر لوړ ګواښ لاندې دي لکه تر وخت مخکې زېږېدلي ماشومان، د شدیدې قلبي ناروغۍ درلودونکي ماشومان یا هغه چې د بدن کمزوری دفاعي سیستم لري، کېدی شي د تزریق په ډول د دغه واکسین د تطبیق سپارښتنه وشي. دغه واکسین به هغوی ته د هغو انتي باډي سربېره اضافي مصؤنیت رامنځ ته کړي چې له مور څخه یې ترلاسه کړی.

آیا د هرځل مېندوارۍ پرمهال د RSV واکسینو تطبیق ته اړتیا ده؟

هوو، تاسو باید د هر ځل مېندوارۍ پرمهال دغه واکسین وکړئ ترڅو ستاسو ماشوم ته غوره مصؤنیت رامنځ ته کړي.

آیا کولی شم د خپل RSV واکسین سره هم مهاله خپل نور د مېندورای واکسین هم وکړم؟

دا مهم ده چې د مېندوارۍ پرمهال خپل واکسینونه په مناسب وخت کې وکړئ:

- د شنه ټوخي واکسین معمولا د مېندوارۍ په لومړیو مرحلو کې (تقریبا د مېندوارۍ په وسطي مرحله کې چې معمولا د مېندوارۍ 20مه اونۍ کېږي) تطبیقېږي.
- تاسو باید خپل د RSV واکسین د مېندوارۍ په 28مه اونۍ وکړئ
- د والګي واکسین کولی شئ د مېندوارۍ په هر مرحله کې وکړئ. تاسو باید دغه واکسین د فرصت چمتو کېدو سره سم وکړئ

که چېرې تاسو د RSV واکسین د تطبیق پرمهال خپل شنه ټوخي یا والګي واکسین نه وي کړي، نو باید دواړه په عین وخت کې وکړئ.

څنګه کولی شم په دې اړه نور معلومات ترلاسه کړم؟

تاسو کولی شئ په دې اړه د خپلې قابلې یا GP سره مشوره وکړئ، همدارنګه کولی شئ په دې اړه ترتیب شوی لارښود په لاندې لینک کې مطالعه کړئ:

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

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

د واکسینو په اړه د اضافي معلوماتو لپاره، لاندې لینک ته مراجعه وکړئ:

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

آیا شوني ده چې ماشوم مې RSV bronchiolitis ولري؟

د RSV bronchiolitis په اعراضو او علائمو کې بنائي لاندې موارد شامل وي:

- د پزې بهېدل یا بندېدل
- په سختۍ، تېزۍ یا سغېدو سره ساه اخیستل
- په سختۍ سره خوراک کول
- ټوخی
- تبه
- نا آرامي
- سترړيا یا کهالت

دغه راز RSV کولی شي په تنکیو ماشومانو کې نور اعراض او علائم لکه تخته یا غورمبېدونکی ټوخی او په غوږ کې د ننه درد او داسې نور رامنځ ته کړي.

که چېرې په لاندې شرائطو کې یاست، نو د عاجل GP ملاقات غوښتنه وکړئ یا 111 شمېرې ته زنګ ووهئ:

- که چېرې ستاسو ماشوم زکام وي او حالت يې په خرابېدو وي
- که چېرې ستاسو ماشوم له نورمال حد څخه ډېر لږ خوراک کوي
- که چېرې ستاسو ماشوم په 12 ساعتونو کې یو ځل یا ډېر ځان چټلوي او یا هم د نس ناستې نور علائم پکې وي
- کله چې ستاسو ماشوم د 3 میاشتو وي او د بدن حرارت يې 38°C وي، او ای هم تر 3 میاشتې ډېر عمر ولري او د بدن د حرارت درجه يې 39°C یا تر دې لوړه وي.

د لاندې ستونزو په صورت کې 999 شمېرې ته زنګ ووهئ یا A&E ته مراجعه وکړئ:

کله چې فکر کوئ ماشوم مو په جدي توګه نارامه ښکاري، ځان مطمئن کړئ. په لاندې شرائطو کې باید ژر تر ژره اقدام وکړئ:

- کله چې ستاسو ماشوم په سختۍ سره ساه اخلي - په دې صورت کې بنائي ستاسو ماشوم په ساه اخیستو کې ستونزه ولري او غز غز وکړي، نس يې ولوېږي او د پوښتیو په منځ کې يې خالیګاوې ښکاره شي
- کله چې ستاسو ماشوم په وقفه يې ډول ساه اخلي
- کله چې ستاسو د ماشوم جلد، ژبه یا شونډې شنې کېږي
- کله چې ستاسو ماشوم نرمېږي یا کاهله کېږي او له خوبه نه پورته کېږي یا هم نه بیدېږي

تاسو کولی شئ د مشکوکو جانبي عوارض په اړه په Yellow Card وېب پاڼه کې او یا هم 0800 731 6789 شمېرې ته د زنګ وهلو له لارې چې له دوشنبه تر جمعې د سهار له 9am د مازدیګر تر 5pm پورې په وړیا ډول د لاسرسي وړ ده، خپل راپور ثبت کړئ.

www.mhra.gov.uk/yellowcard

© Crown copyright 2025. Version 3. UK Health Security Agency Gateway Number 2024-929
Product code: V2C24RSV03PAS Pashto 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.