UK Health
Security
Agency

NHS

প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য RSV ভ্যাকসিন সংশ্লিষ্ট নির্দেশনা

রেস্পিরেটরি সিঙ্কসাইটাল ভাইরাস (RSV)-এর ভ্যাকসিন নিয়ে কিভাবে নিজেকে সুরক্ষিত রাখবেন

সেইসব মানুষদের জন্য বিনামূল্যের RSV ভ্যাকসিন সম্পর্কিত তথ্য যারা:

- 1 সেপ্টেম্বর, 2024 তারিখে অথবা তারপরে 75 বছর বয়সে পদার্পণ করবেন
- 1 সেপ্টেম্বর, 2024 তারিখে ইতোমধ্যে 75 থেকে 79 বছর বয়সী হয়েছেন

A guide to the RSV vaccine for older adults - leaflet - Bengali.indd 1 22/07/2024 12:23:33

RSV কী

রেস্পিরেটরি সিঙ্কসাইটাল ভাইরাস (RSV) হলো শ্বাসনালী এবং ফুসফুসের এক প্রকারের সংক্রামক রোগ। RSV সংক্রমণ প্রায়শই ঠাণ্ডাজনিত অসুস্থতার মতো উপসর্গ সৃষ্টি করে, যার মধ্যে রয়েছে কাশি, গলা ব্যথা, হাঁচি এবং সর্দি বা নাক বন্ধ হয়ে যাওয়া। এছাড়াও এর ফলে আপনার শরীর হাঁসফাঁস বা শ্বাসকষ্ট হতে পারে এবং নিউমোনিয়া ও অন্যান্য জীবন-হুমকিপূর্ণ সমস্যার দিকে নিয়ে যেতে পারে। এর নির্দিষ্ট কোনো চিকিৎসা নেই এবং বেশিরভাগ সময় সংক্রমণ নিজ থেকেই ভালো হয়ে যায়। প্রতি বছর হাজার হাজার বয়স্কদের RSV-এর জন্য হাসপাতালের যত্ন প্রয়োজন হয় এবং তাদের মধ্যে কেউ কেউ মারা যাবে। হৃদরোগ বা ফুসফুসের রোগ বা দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাসম্পন্ন রোগীদের ক্ষেত্রে RSV আরো গুরুতর হতে পারে।

RSV সংক্রমণ বাচ্চাদের ক্ষেত্রে সাধারণ বিষয় কিন্তু ছোট বাচ্চা এবং বয়স্কদের জন্য এটি সবচেয়ে গুরুতর।

আপনি কিভাবে RSV আক্রান্ত হবেন

RSV সংক্রমণ সারা বছরই ঘটতে পারে তবে শীতকালে এর প্রকোপ বেশি থাকে।

RSV কাশি এবং হাঁচির মাধ্যমে ছড়াতে পারে। কাশি বা হাঁচি দেওয়ার সময় (আদর্শভাবে একটি টিস্যু দিয়ে অথবা আপনার কনুইয়ের বাঁকে) আপনার মুখ ও নাক ঢেকে ভাইরাসের বিস্তার রোধ করতে সাহায্য করতে পারেন এবং ভাইরাসের ঝুঁকি কমাতে আপনি ঘনঘন আপনার হাত ধুতে পারেন। এমনকি এই ব্যবস্থাগুলো গ্রহণ করেও RSV সংক্রমণ এড়ানো কঠিন হতে পারে।

নিজেকে সুরক্ষিত রাখার সর্বোত্তম উপায় হলো ভ্যাকসিন নেওয়া।

ভ্যাকসিন কিভাবে কাজ করে

প্রায় সকল প্রাপ্তবয়স্কদের জীবনে তাদের বেশ কয়েকবার RSV সংক্রমণ হয়েছে। ভ্যাকসিনের একটি ডোজ সুরক্ষা বাড়াতে সাহায্য করবে যখন আপনি গুরুতর RSV সংক্রমণের সর্বোচ্চ ঝুঁকিতে থাকা বয়সে পৌঁছাবেন।

RSV ভ্যাকসিনের জন্য যোগ্য অন্য কোনো লোক আছে কি

গর্ভবতী মহিলাদেরও তাদের বাচ্চাদের RSV থেকে সুরক্ষিত রাখার জন্য ভ্যাকসিন দেওয়া হচ্ছে। গর্ভবতী মহিলাদের জন্য RSV ভ্যাকসিনের নির্দেশিকা আপনি পড়তে পারেন এখানে:

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

আমার কি প্রতি বছর ভ্যাকসিন নেওয়া দরকার

না, একটি ডোজ আপনাকে কয়েক বছরের জন্য ভালো সুরক্ষা দেবে বলে আশা করা হচ্ছে।

RSV ভ্যাকসিন কাদের নেওয়া উচিত

1 সেপ্টেম্বর, 2024 তারিখে বা তারপরে 75 বছর বয়সে পদার্পণ করা সবাইকে এক ডোজ RSV ভ্যাকসিন দেওয়া হবে। কারণ প্রাপ্তবয়স্করা RSV থেকে জটিল সমস্যায় আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকিতে বেশি থাকে। 80 বছর বয়স হওয়ার আগের দিন পর্যন্ত আপনি ভ্যাকসিনটি নিতে পারবেন।

কার্যক্রমের প্রথম বছর হিসেবে, 1 সেপ্টেম্বর, 2024 তারিখে মধ্যে 75 থেকে 79 বছর বয়সীদেরকেও একটি ক্যাচ আপ প্রোগ্রামের অংশ হিসেবে ভ্যাকসিন দেওয়া হবে।

75 বছরের কম বয়সী ব্যক্তিদের কী হবে?

75 বছর বয়সে পৌঁছালে কম বয়সী ব্যক্তিদের ভ্যাকসিন দেওয়া হবে।

RSV ভ্যাকসিনের পাশাপাশি আমি কি একসাথে কোভিড-19 (COVID-19) বা ফ্লু ভ্যাকসিন নিতে পারি

সাধারণত RSV ভ্যাকসিন এবং কোভিড-19 (COVID-19) বা ফ্লু ভ্যাকসিন একসাথে দেওয়ার সুযোগ নেই

নির্দিষ্ট কিছু চিকিৎসা পরিস্থিতিতে, আপনার ডাক্তার বা নার্স একই সাথে দুইটি ভ্যাকসিন নিরাপদে প্রদান করতে পারেন।

আমি কি RSV ভ্যাকসিন একই সাথে শিঙ্গলস (Shingles) বা নিউমোকক্যাল (Pneumococcal) ভ্যাকসিনের সাথে নিতে পারি

হ্যাঁ, আপনি এই ভ্যাকসিনগুলো একই সাথে নিতে পারবেন।

এমন কি কেউ আছে যাদের এই ভ্যাকসিন নেওয়া উচিত নয়

প্রায় সবাই এই ভ্যাকসিন নিতে পারবে তবে আপনার যদি আগে কখনো কোনো ভ্যাকসিন বা উপাদানে গুরুতর অ্যালার্জির সমস্যা হয়ে থাকে তাহলে আপনার ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান।

ঠাণ্ডার মতো সামান্য অসুখ থাকলে আপনি ভ্যাকসিনটি নিতে পারবেন কিন্তু আপনি যদি খুব অসুস্থ থাকেন অথবা জ্বর থাকে তাহলে ডাক্তার বা নার্স আপনাকে সুস্থ হওয়ার আগ পর্যন্ত অপেক্ষা করার পরামর্শ দিতে পারেন।

ভ্যাকসিনটি কি আমাকে সম্পূর্ণভাবে সুরক্ষিত রাখবে

ভ্যাকসিনটি দেখিয়েছে যে এটি আপনার RSV রোগে ভোগার সম্ভাবনা কমিয়ে দেয়। যেমন সব ওষুধের ক্ষেত্রে হয়, কোনো ভ্যাকসিনই সম্পূর্ণ কার্যকর হয় না এবং কিছু মানুষ ভ্যাকসিন নেওয়ার পরও RSV-তে আক্রান্ত হতে পারে। যদি আপনি RSV-তে আক্রান্ত হনসেক্ষেত্রে সাধারণত এটি কম তীব্র হবে।

আমি কত দিন সুরক্ষিত থাকব

ক্লিনিক্যাল গবেষণায় দেখা গেছে যে, RSV ভ্যাকসিন কমপক্ষে 2 বছরের জন্য ভালো সুরক্ষা প্রদান করেছে এবং আরো বেশি দীর্ঘস্থায়ী হওয়ার আশা করা যাচ্ছে।

আমি কি কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া দেখতে পাব

ভ্যাকসিন গ্রহণের পর এক বা দুই দিনের জন্য ইনজেকশনের স্থানে সামান্য ব্যথা, লালচে বা ফোলা ভাব দেখতে পারেন।

যুক্তরাষ্ট্রে প্রথম মৌসুমে প্রয়োগের ক্ষেত্রে 3 মিলিয়নেরও বেশি ডোজ দেওয়া হয়েছিল। স্নায়ুতন্ত্রের সমস্যা যার ফলে দুর্বলতা দেখা দেয়, প্রতি মিলিয়ন ডোজ দেওয়া হলে এরূপ প্রায় 5টি কেস রিপোর্ট করা হয়েছে। এই একই সমস্যা কিছু সাধারণ সংক্রমণ এবং কিছু ভ্যাকসিনের পরেও ঘটে থাকে তবে মোটের ওপর (RSV) সংক্রমণের সম্ভাব্য গুরুতর ঝুঁকি এড়াতে ভ্যাকসিন নেওয়াটা আপনার জন্য নিরাপদ।

আমি এখন কী করবো

আপনি 75 বছর বয়সে পৌঁছালে অথবা ইতোমধ্যেই যদি আপনার বয়স 75 থেকে 79 বছর হয় তাহলে ভ্যাকসিন নেওয়ার জন্য NHS আপনাকে আহ্বান জানাবে।

আমি আরো তথ্য কোথায় পাবো

আপনার প্র্যাকটিস নার্স, GP অথবা স্বাস্থ্যসেবাদানকারী দলের সাথে কথা বলুন। আব্রিসভো নামের RSV ভ্যাকসিন সংশ্লিষ্ট রোগীর লিফলেটটি আপনি পড়তে পারেন এখানে:

www.medicines.org.uk/emc/product/15309/pil

আপনি সন্দেহজনক পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলো হলুদ কার্ড (Yellow Card) ওয়েবসাইটে রিপোর্ট করতে পারেন অথবা বিনামূল্যের ফোন লাইনে 0800 731 6789 (সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল 9টা থেকে বিকাল 5টা পর্যন্ত) নম্বরে কল করে অথবা হলুদ কার্ড (Yellow Card) অ্যাপ ডাউনলোড করে রিপোর্ট করতে পারেন।

www.mhra.gov.uk/yellowcard

© Crown copyright 2024. Version 1. UK Health Security Agency Gateway Number 2024-246. Product code: C24RSV01BEN Bengali. 1P 130k JULY 2024 (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.

A guide to the RSV vaccine for older adults - leaflet - Bengali.indd 4 22/07/2024 12:23:43