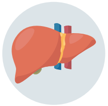
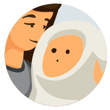
কিছু কিছু মানুষের বাড়তি টিকা গ্রহণের প্রয়োজন হতে পারে

কিছু কিছু মানুষের সংক্রমণের ফলে **মারাত্মক অসুস্থতায় আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা আরও বেশি থাকে** এবং তাদের সুরক্ষা নিশ্চিত করার জন্য অতিরিক্ত টিকা প্রদানের ব্যবস্থা করা উচিৎ। এর মধ্যে রয়েছেন দীর্ঘস্থায়ী অসুস্থতায় ভুগছেন এরকম মানুষ, যাদের এই অসুস্থতার কারণে তাদের প্রধান অঙ্গগুলো বা তাদের শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা প্রভাবিত হচ্ছে।



হেপাটাইটিস এ (Hepatitis A) হেপাটাইটিস এ তে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা বেশি এমন ব্যক্তিদের জন্য টিকাটি প্রয়োজন, সেই সাথে তাদের জন্যেও প্রয়োজন যারা লিভারের (যকৃত) রোগে আক্রান্ত এবং যে পরিবারের কারো মধ্যে পূর্বে এরকম কোনো রোগ পাওয়া গিয়েছে।



হেপাটাইটিস বি (Hepatitis B) লিভারের (যকৃত) রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি বা যাদের সংক্রমণটিতে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা বেশি তাদের জন্যেও হেপাটাইটিস বি টিকার ব্যবস্থা রয়েছে (যেমন হেপাটাইটিস বি তে আক্রান্ত মায়ের প্রসব দেওয়া সন্তান বা সেই ব্যক্তি যার সঙ্গী বা পরিবারের মধ্যে এই সংক্রমণ রয়েছে)। আপনার জিপি এর কাছে জিজ্ঞাসা করুন যে আপনার বা আপনার বাচ্চার হেপাটাইটিস বি এর টিকা নেওয়ার প্রয়োজন আছে কিনা।

যক্ষ্মা (Tuberculosis) শিশু এবং যক্ষ্মার সংক্রমণ বেশি এরকম এলাকায় বসবাসরত প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য বিসিজি টিকা প্রয়োজন। টিবি-তে আক্রান্ত কোনো ঘনিষ্ঠ পরিবারের সদস্যের সাথে সম্পর্কিত ব্যক্তিরও বিসিজি টিকা প্রয়োজন।

NHSE নিবন্ধন নিয়ে বর্তমান নির্দেশনার ব্যাপারে তথ্য জানতে (প্রাইমারি মেডিকেল কেয়ার পলিসি অ্যান্ড গাইডেন্স ম্যানুয়াল) এবং অভিবাসীদের স্বাস্থ্য চাহিদার জন্য BMA এর সার্বিক নির্দেশনার জন্য নিচের ঠিকানায় যান: https://bit.ly/2hv37zc

NHS

I have a right to register and receive treatment from a GP practice

আপনি অথবা আপনার কাছের কোনো মানুষ কী অসুস্থতায় ভুগছেন?

Call 111

NHS 111 এ ফোন করুন আপনার যদি জরুরী ভিত্তিতে চিকিৎসা সহায়তা বা পরামর্শের প্রয়োজন হয়, তবে সেটি যদি কোনো জীবন-হুমকি স্বরূপ কোনো পরিস্থিতি না হয়। এছাড়া আপনি যদি নিশ্চিত না থাকেন যে আপনার কোন NHS সার্ভিসটি প্রয়োজন তাহলেও আপনি NHS 111 এ ফোন করতে পারেন।

পরামর্শের জন্য আপনার স্থানীয় ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন – আপনার ফার্মাসিস্ট নানান রকম সাধারণ অসুস্থতা, যেমন ডায়রিয়া, ছোটোখাটো সংক্রমণ, মাথা ব্যথা, ভ্রমণ সংক্রান্ত পরামর্শ বা গলা ব্যথা।

আপনার জিপি-এর সাথে সাক্ষাতের সময় নির্ধারণ করুন যদি আপনি অসুস্থতা অনুভব করে থাকেন এবং এটি যদি কোনো জরুরী কোনো অবস্থা না হয়ে থাকে।

ওয়াক-ইন সেন্টার, মাইনর ইনজুরি ইউনিট বা আর্জেন্ট কেয়ার সেন্টার ভিজিট করুন, যদি আপনার সামান্য কোনো অসুস্থতাজনিত সমস্যা থাকে (কেটে যাওয়া, মচকানো বা ফুসকুড়ি) এবং জিপি সার্জারি খোলা পর্যন্ত যদি অপেক্ষা না করা যায়।

999

999 নম্বরে ফোন করুন যদি কেউ মারাত্মকভাবে অসুস্থ থাকে বা আঘাত পেয়ে থাকে এবং তাদের জীবন সংকটাপন্ন অবস্থায় থাকে।

A&E

একটি A&E ডিপার্টমেন্ট (জরুরী বিভাগ বা ক্যাজুয়ালটি নামেও পরিচিত) প্রকৃত প্রাণঘাতী জরুরী অবস্থা সংক্রান্ত বিষয় নিয়ে কাজ করে। চাহিদা অনুসারে মানুষদের দেখা ও চিকিৎসা প্রদান করা হয়।

UK Health Security Agency

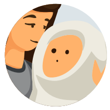
© ক্রাউন কপিরাইট 2022। MG235589BE 1P DEC 2019 (APS)
UK Health Security Agency gateway number: 2021244 Bengali

UK Health Security Agency

NHS

যুক্তরাজ্যে স্থানান্তরিত:
সময়মত টিকা নিন

আপনাকে এবং আপনার পরিবারকে যেকোনো মারাত্মক সংক্রমণ থেকে সুরক্ষিত রাখার সবথেকে নিরাপদ উপায় হচ্ছে টিকা গ্রহণ - এগুলো আপনাকে সুস্থ রাখতে সহায়তা করে



ইংল্যান্ডে, NHS এ বেশিরভাগ টিকা বিনামূল্যে প্রদান করা হয়। টিকা আপনাকে সারা জীবন সুরক্ষিত রাখবে। যতোটা দ্রুত সম্ভব বাচ্চাদের সুরক্ষিত রাখতে শিশু এবং কোলের শিশু উভয়ের স্কুল শুরু হওয়ার আগেই বিভিন্ন টিকা প্রদান করা হয়। যেহেতু ইংল্যান্ডে টিকা প্রদান এতোটা গৃহীত হয়ে আসছে এগুলো বাধ্যতামূলক নয়।

সাধারণত আপনার জিপি প্র্যাকটিসে দক্ষ নার্স টিকা প্রদান করে থাকেন। পরামর্শ প্রদান এবং টিকা দেওয়ার জন্য নার্সরা বিশেষভাবে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত হয়ে থাকেন। নার্স সাবধানতার সাথে মেডিকেল হিস্টোরি চেক করবেন এবং আপনি ও আপনার শিশু যতদিন সুস্থ থাকবেন ততদিন পর্যন্ত চিকিৎসকের কাছ থেকে পরীক্ষা করানোর প্রয়োজন নেই।

বেশি বয়সী বাচ্চাদের স্কুলে টিকা প্রদান করা হয়। প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য সাধারণত আপনার জিপি প্র্যাকটিসে বা ফার্মেসিতে টিকা প্রদানের ব্যবস্থা রয়েছে।

আপনি এবং আপনার শিশু ইংল্যান্ডে সুপারিশকৃত সকল টিকা গ্রহণ করেছেন কিনা সে বিষয়ে যদি আপনি নিশ্চিত না থাকেন - তাহলে আপনার জিপি প্র্যাকটিসে সেটি চেক করুন। ইংল্যান্ডে সুপারিশকৃত সকল টিকা গ্রহণের জন্য প্রতিটি মুহূর্তই সঠিক সময়।

জিপি প্র্যাকটিসে নিবন্ধন করা

ইংল্যান্ডে যেকেউই জিপি প্র্যাকটিসে নিবন্ধন করতে পারবে এবং বিনামূল্যে একজন প্রাথমিক চিকিৎসক বা নার্সের সাথে সাক্ষাৎ করতে পারবে। জিপি প্র্যাকটিসে নিবন্ধন করার জন্য আপনার পরিচয় প্রমাণ কিংবা ইমিগ্রেশন স্ট্যাটাসের প্রমাণ দেওয়ার প্রয়োজন নেই।

আপনি যদি একজন আশ্রয়প্রার্থী, শরণার্থী, গৃহহীন রোগী বা বিদেশী দর্শনার্থী হয়ে থাকেন, বা ইংল্যান্ডে আপনি বৈধ বা অবৈধভাবে আছেন কিনা সেসকল ক্ষেত্রেও উপরের বিষয়টি প্রযোজ্য হবে।

আপনি সুস্থ এবং সবল হয়ে থাকলেও নিবন্ধন করা উচিৎ। আপনি জানেন না যে আপনার কখন স্বাস্থ্য সেবার প্রয়োজন হবে এবং নিবন্ধন করার ফলে জিপি আপনার যেকোনো স্বাস্থ্য সমস্যা প্রতিকারের মাধ্যমে আপনাকে সুস্থ রাখতে পারবে।

আপনার যদি একজন স্যাপেরন বা দোভাষীর প্রয়োজন হয় তাহলে আপনার জিপি প্র্যাকটিসকে সেটি বলুন।

ইংল্যান্ডের সকলের একজন জিপি এর সাথে নিবন্ধন করা উচিৎ। আপনি বিনামূল্যে তাদের সাথে সাক্ষাৎ করতে পারবেন এবং আপনার ঠিকানার কোনো প্রমাণ প্রদানের প্রয়োজন নেই।

জিপি এর সাথে কিভাবে নিবন্ধন করবেন সে বিষয়ে বিস্তারিত তথ্য আপনি এই লিফলেট এবং নিচের ঠিকানায় পাবেন **www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice**

আপনাকে হয়তো NHS এর কিছু চিকিৎসার খরচ বহন করতে হবে, তবে নিয়মিত টিকাগুলো বিনামূল্যে পাওয়া যাবে।

আপনি যদি স্বাস্থ্য সেবা গ্রহণের ক্ষেত্রে কোনো সমস্যার সম্মুখীন হয়ে থাকেন তাহলে কী করবেন?

আপনি যদি এখনো সমস্যার সম্মুখীন হয়ে থাকেন তাহলে 111 নম্বরে ফোন করুন।

ভিন্ন ভিন্ন দেশ ভিন্ন রকম টিকা প্রদান করে থাকে

ইংল্যান্ডে যেসকল টিকা বিনামূল্যে প্রদান করা হচ্ছে সেগুলোর প্রত্যেকটি আপনি গ্রহণ করেছেন কিনা সে ব্যাপারে আপনার জিপি প্র্যাকটিসের সাথে যোগাযোগ করে নেওয়া শ্রেয়। আপনার কোনো একটি টিকা বাদ পড়ে গেলে সেটি কী কারণে বাদ গিয়েছে সেটি গুরুত্বপূর্ণ না, এই বিষয়টি জেনে এবং টিকা গ্রহণ করে নিজেকে সুরক্ষিত রাখাটাই গুরুত্বপূর্ণ।

কিছু কিছু সংক্রামক রোগ অন্যান্য দেশে আরও প্রকট হতে পারে, তাই সেসকল দেশে আপনার পরিবার বা বন্ধুদের সাথে দেখা করতে যাওয়ার পূর্বে চেক করে নিন যে আপনার ভ্রমণের পূর্বে আপনার অতিরিক্ত কোনো টিকা গ্রহণের প্রয়োজন আছে কিনা - ভ্রমণ সংক্রান্ত কিছু টিকা NHS এ বিনামূল্যে পাওয়া যাবে না।

ইংল্যান্ডে কোন টিকাগুলো নিয়মিত দেওয়া হয় এবং কোন সময়ে দেওয়া হয়?

নতুন জন্ম নেওয়া শিশু, ছোট বাচ্চা, কিশোর-কিশোরী, গর্ভবতী মহিলা এবং বয়স্ক লোকদের টিকা প্রদান করা হয়। টিকা প্রদানের সময়সূচীর ব্যাপারে আপনি আরও তথ্য নিচের ঠিকানা থেকে জানতে পারবেন www.nhs.uk/conditions/vaccinations. ইংল্যান্ডে টিকা প্রদানের সময়সূচী অনুযায়ী আপনার যদি কোনোটি বাদ পড়ে যায়, তবুও আপনার সুরক্ষার প্রয়োজন হতে পারে, এমনকি বৃদ্ধ বয়সেও। আপনার জিপি বা নার্সকে জিজ্ঞাসা করুন যে আপনার পূর্বে বাদ যাওয়া কোনো টিকা নতুন করে দেওয়ার প্রয়োজন আছে কিনা।

শিশুকালের কিছু সংক্রামক রোগ, যেমন হাম, মাম্পস, রুবেলা (MMR), রোটাভাইরাস, ডিপথেরিয়া, হুপিং কাশি, মেনিনজাইটিস, পোলিও, টিটেনাস, হেপাটাইটিস বি, যক্ষ্মা এবং এরকম আরও অনেক রোগ থেকে রক্ষার জন্য শিশু এবং কোলের শিশুদের টিকা প্রদান প্রয়োজন।

প্রি-স্কুলের বাচ্চাদের উপরে উল্লেখিত কিছু রোগের জন্য বুস্টার টিকার প্রয়োজন। এতে করে বাচ্চাদের সুরক্ষা আরও ভালোভাবে এবং দীর্ঘ সময়ের জন্য নিশ্চিত হবে। প্রাইমারি স্কুলের বাচ্চাদের প্রতি বছর ফ্লু এর টিকা প্রদান করা হয়।

কিশোরদের মেনিনজাইটিস সহ উল্লেখিত রোগগুলোর জন্য আরও একটি টপ আপ (বুস্টার) ভ্যাক্সিন গ্রহণ করতে হয়, যা প্রাপ্তবয়স্ক সময়ে তাদেরকে দীর্ঘস্থায়ী সুরক্ষা প্রদান করে। এছাড়াও তাদেরকে HPV টিকা দেওয়া হয় যা কিছু ক্যান্সার প্রতিরোধে সহায়তা করে।

আপনি যদি বাচ্চা গ্রহণের পরিকল্পনা করে থাকেন তাহলে গর্ভবতী হওয়ার আগে আপনার চেক করে নেওয়া উচিৎ যে - আপনি সকল টিকা গ্রহণ করেছেন কিনা - বিশেষ করে MMR এর দুইটি ডোজ।

আপনি যদি গর্ভবতী হয়ে থাকেন তাহলে হুপিং কাশি এবং ফ্লু থেকে আপনার এবং আপনার বাচ্চার সুরক্ষার জন্য আপনার টিকা গ্রহণ প্রয়োজন। এছাড়াও আপনার হেপাটাইটিস বি আছে কিনা সেটিও পরীক্ষা (রক্ত পরীক্ষা) করা উচিৎ কেননা এটি মা থেকে বাচ্চার মধ্যে সংক্রমিত হতে পারে। কিছু কিছু বাচ্চার জন্মের সময়ই অতিরিক্ত হেপাটাইটিস বি টিকার প্রয়োজন হতে পারে।

বয়স্কদের ফ্লু, নিউমোনিয়া এবং শিঙ্গলস বা দাদ থেকে সুরক্ষার জন্য টিকার প্রয়োজন।

আপনার এবং আপনার শিশুর জন্য কোনো রুটিন বা অতিরিক্ত টিকা গ্রহণের প্রয়োজন আছে কিনা সে ব্যাপারে জানতে আপনার জিপি বা নার্সের সাথে কথা বলুন।

Fixed_PHE_11152_Migrant vaccinations – DL leaflet 15-ben-BD.indd 4-6
24/06/2021 11:02:01