

# آيا مېندواره ياست؟

واکسين مرسته کوي چې تاسو، ستاسو ماشوم او مېندواري درى واره خوندي يا مصؤن کړي

والگى (آنفلونزا)

تور ټوخي  
(Pertussis)

تنفسي سنستيال  
وايروس (RSV)

د نورو واکسينو او د هغې د مناسبو وختونو په اړه د اضافي مشورې سره

لارښود د هغو وړيا واکسينو په اړه دى چې تاسو سره مرسته کوي ترڅو

• ځان

• خپل نوى زېږېدلى ماشوم، او

• خپله مېندواري د

پېچليو ناروغيو پر وړاندې خوندي يا محفوظه کړئ

## واکسين په بدن کې څه ډول فعاليت کوي؟

واکسينونه ستاسو د نوي زېږېدلي ماشوم د بدن دفاعي سيستم پياوړى کوي، ترڅو وکولى شي د ځانگړيو ناروغيو او وايروسونو پر وړاندې مقاومت وکړي.

کله چې تاسو واکسين ترلاسه کوئ ستاسو د بدن دفاعي سيستم پياوړى کېږي او مرسته کوي چې په ناروغيو له اخته کېدو څخه مخنيوى وکړي او ستاسو مېندواري خوندي کړي. وروسته دغه انتي بادي د مور په نس کې ماشوم ته انتقال مومي ترڅو هغه له زېږون مخکې او له زېږون وروسته د څو اونيو او مياشتو لپاره مصون وساتي.

آيا کولى شم د واکسينو له تطبيق وروسته مې ماشوم ته تى يا شيدې ورکړم؟

هو، د MMR، والکي، تور توخي او RSV واکسينو له تطبيق وروسته کولى شئ خپل ماشوم ته تى يا شيدې ورکړئ. د ځينو هغو واکسينو لپاره به چې د مېندواري پرمهال يا له هغې وروسته ورکول کېږي، ستاسو په شيدو کې انتي بادي وي، نو په دې صورت کې تاسو کولى شئ خپل نوي زېږېدلي ماشوم ته د تى يا شيدو ورکولو له لارې هغه مصون کړئ.

ع

## هغه واکسينونه چې د مېندواري پرمهال تطبيقېږي

### تور توخي (پېرتيوزېس)

د تور توخي ناروغي يوه خورا ساري ناروغي ده چې کولى شي د تنکيو ماشومانو لپاره جدي گواښ رامنځ ته کړي. په دغې ناروغي اخته ډېرى تنکى ماشومان په روغتون کې پالنې يا طبي مراقبت ته اړتيا لري.

تور توخي کولى شي د اوږدمهال لپاره د توخليې او ساه لنډى لامل شي چې له امله يې تنفسي ستونزې رامنځ ته کېږي. په توخي کې شينوالى له هر توخي وروسته د ساه اخيستو له امله رامنځ ته کېږي.

تور توخي کېدى شي له 2 تر 3 مياشتو دوام وکړي. دغه ناروغي کېدى شي د سړي د ناروغي او دائمي مغزي حملې او مغزي ستونزې لامل شي. که چېرې دغه ناروغي ترټولو بد حالت ته ورسېږي، کېدى شي د مړينې لامل وگرزي.

### ولې د تور وخي واکسين ته اړتيا لرم؟

د پندواري پرمهال د تور واکسين به ستاسو د بدن د مصونيت کچه لوړه کړي. ستاسو په بدن کې توليد شوي انتي بادي به د جنبو له لارې ستاسو ماشوم ته هم انتقال شي. دغه انتي بادي به مرسته وکړي چې ستاسو ماشوم له زېږون وروسته تر څو اونيو پورې د تور توخي ناروغي



### څه وخت بايد واکسين وکړم؟

تاسو به دغه واکسين په نورمال ډول د معایناتو له ترسره کولو وروسته د خپلې مېندوارۍ په منځنيو مرحلو کې (معمولا د 20 اونيو په ترڅ کې) ترلاسه کړئ، خو کولی شئ دغه واکسين د مېندوارۍ په 16مه اونۍ کې هم ترلاسه يا تطبيق کړئ.

که چېرې تاسو د خپلې مېندوارۍ په 20مه اونۍ کې ياست او لا مو دغه واکسين نه وي ترلاسه کړی، نو په دې اړه د خپل GP جراح يا قابلي سره مشوره وکړئ او د واکسينو د تطبيق لپاره څومره ژر چې کولی شئ ملاقات يا ليدزمنه چمتو کړئ.

تاسو بايد د دې لپاره چې خپل نوي زېږېدلي ماشوم ته غوره مصونيت رامنځ ته کړئ، د مېندوارۍ په 32مه اونۍ واکسين وکړئ. که چېرې تاسو دغه واکسين نه وي کړي، بيا هم کولی شئ ترلاسه يې کړئ خو اغېزه به يې يو څه کمه وي. که چېرې د ماشوم له زېږون مخکې نه شئ کولی دغه واکسين ترلاسه کړئ، کولی شئ له زېږون وروسته يې هم ترلاسه کړئ چې په دې سره به ستاسو نوي زېږېدلي ماشوم ته د تور ټوخي د ناورغۍ د انتقال گواښ کم شي. دا مهمه ده چې د خپلې هرې مېندوارۍ پرمهال د تور ټوخي واکسين وکړئ ترڅو ستاسو په بدن کې د انتي بادي کچه لوړه او ماشوم مو خوندي شي.

### ما فکر کا چې ماشوم ته مې د تور ټوخي واکسين ورکړي دي؟

په UK (بریتانیا) کې د تور ټوخي واکسين ماشومانو ته په 8، 12، او 16 کلنۍ کې ورکول کېږي. گڼ شمېر هغه نوي زېږېدلي ماشومان چې جدي د تور ټوخي ناروغي لري، له زېږون وروسته په څو لومړيو اونيو کې په ياده ناورغۍ اخته کېږي. په دغې موده کې د خپل ماشوم د مصون ساتلو يوازينۍ لاره داده چې د مېندوارۍ

### واکسين څومره اغېزه لري؟

په بریتانیا کې ترسره شويې څېړنې ښيي چې د مېندوارۍ پرمهال د واکسينو تطبيق د تور ټوخي له ناروغي څخه د نوي زېږېدلي ماشوم د ژغورنې په برخه کې تر 90% پورې اغېزه لري

له واکسينو څخه ترلاسه شوی مصونيت په دې مانا هم دی چې د تور ټوخي په ناروغي ستاسو د اخته کېدو او ماشوم ته د هغې د انتقال احتمال کمېږي.

### کوم واکسين وکړم؟

دغه راز هغه واکسين چې مور يې مېرمنو ته د مېندوارۍ پرمهال تطبيقوو د تيتانوس او دفتريا ناورغيو پروراندې هم مصونيت رامنځ ته کوي. دغه مصونيت بايد د هغو واکسينو په واسطه ترلاسه کړئ چې تاسو يې په ورځني ډول د ماشومتوب پرمهال تطبيقوئ.

تاسو کولی شئ د Adacel واکسين په اړه دلته معلومات ولولئ: [www.medicines.org.uk/emc/product/15553/pil#gref](http://www.medicines.org.uk/emc/product/15553/pil#gref)

### آيا د مېندوارۍ پرمهال د تور ټوخي واکسين زيان نه لري؟

د اروپا په گڼو شمېر هېوادونو، شمالي او سوېلي امريکا، آستراليا او نيوزلنډ کې د مېندوارۍ پرمهال د تور ټوخي له واکسينو استفاده کېږي او په دې برخه کې يې غوره مصونيت رامنځ ته کړی.

ستاسو او ستاسو د ماشوم لپاره د واکسينو تطبيق تر هغې چې نوی زېږېدلی ماشوم مو په تور ټوخي اخته شي، غوره دی.



د خپلې هرځل مېندوارۍ پرمهال د تور ټوخي واکسينو د تطبيق په واسطه د خپل ماشوم په خوندي ساتنه يا مصونيت کې مرسته وکړئ. ډاډ ترلاسه کړئ چې ماشوم مو د تور ټوخي ضد ټول د 8، 12 او 16 اونيو واکسينونه ترلاسه کړي.

## سنسیتیاال تنفسي وایروس (RSV)

سنسیتیاال تنفسي وایروس RSV یو ډول عام وایروس دی چې کولی شي د سپړو د ناروغۍ چې د برانشیټ په نامه یادېږي لامل وگرزي. دا ډول ناوره روغتیايي حالت کېدی شي د کوچنیو ماشومانو لپاره د دې لامل وگرزي چې په سختی سره ساه واخلي او خواره وخورې. په انگلستان کې هر کال شاوخوا 20,000 نوي زېږېدلي ماشومان چې په برانشیټ ناروغۍ اخته دي په روغتونونو کې بستر کېږي چې ځینې یې جدي پاملرنې ته اړتیا پیدا کوي. د دغو ناورغانو له ډلې محدود شمېر یې مړه کېږي.

RSV ناروغی کېدی شي په خورا تنکیو، له وخته مخکې زېږېدلیو، د قلبي ستونزو لرونکو، او هغو ماشومانو کې شديده وي چې تنفسي ستونزې یا د بدن کمزوری دفاعي سیستم لري. RSV ناروغی کېدی شي د کال په هر موسم کې شیع وکړي، خو شدت یې هرکال د ژمي په موسم کې وي.

### ولې باید د RSV واکسین وکړو؟

د مېندواری پرمهال د RSV واکسینو تطبیق به ستاسو د مصونیت کچه لوړه کړي. ستاسو په بدن کې تولید شوي انټي باډي به د مور په نس کې ستاسو ماشوم ته انتقال شي. دغه انتقال شوی انټي باډي به له زېږون وروسته د RSV ناروغی پر وړاندې د هغې په مصون ساتنه کې مرسته وکړي.

### څه وخت باید واکسین وکړو؟

دغه واکسین باید تاسو ته د مېندواری په 28مه اونۍ کې وړاندې شي. تاسو باید خپل واکسین د مېندواری په 28مه اونۍ یا ممکنه ژر فرصت سره وکړئ. دا به تاسو سره مرسته وکړي چې په بدن کې مو د انټي باډي کچه لوړه او تولید شوي انټي باډي له زېږون مخکې خپل ماشوم ته انتقال کړئ.

تاسو د خپلې مېندواری په وروستیو مرحلو کې هم کولی شئ خپل واکسین وکړئ خو اغېزه به یې یو څه کمه وي. که چېرې ستاسو لپاره ممکنه نه وه چې په وخت سره واکسین وکړئ، بیا هم دا فرصت لرئ چې تر زېږون پورې خپل واکسین وکړئ.

تاسو باید د خپلې هرځل مېندواری پرمهال د RSV واکسین وکړئ. ترڅو خپل نوي زېږېدونکي ماشوم ته غوره مصونیت رامنځ ته کړئ.

## د RSV واکسین څومره اغېزه لري؟

څېړنې ښيي چې له زېږون وروسته تر لومړنیو 6 میاشتو پورې د RSV واکسین په تطبیق سره د برانشیټ په شديدې ناروغۍ د ماشوم د اخته کېدو کوانټن تر 70% پورې کمېږي.

واکسین هم لکه د نورو هر ډول درملو په شان بشپړه اغېزه نه لري او کېدی شي ځینې ماشومان د دې سره سره چې مور یې د RSV واکسین هم کړي وي په یاده ناروغۍ اخته شي. نو له واکسین شویو میندو څخه د ډېری زېږېدلیو ماشومانو لپاره باید د RSV ناروغی شديده نه وي.

### زه باید کوم ډول واکسین وکړم؟

تاسو کولی شئ په دې اړه معلومات دلته ترلاسه کړئ: [www.abrysv.com/](http://www.abrysv.com/)

### آیا د مېندواری پرمهال د RSV واکسینو تطبیق زما د ماشوم لپاره زیان لري؟

په شاوخوا 4,000 مېرمنو باندې د ترسره شوي طبي څېړنې له مخې، واکسینو غوره مصونیت رامنځ ته کړی او دغه واکسینونه اوس په بریتانیا، اروپا او امریکا کې د درملو د تنظیم د ادارو لخوا تصدیق شوي دي. په زرگونو مېرمنو د واکسینو د تطبیق د ملي پروگرامونو له لارې دغه واکسین تطبیق کړي دي، چې له دې ډلې تر 100,000 ډېرې هغه مېرمنې چې دغه واکسین یې تطبیق کړی د امریکا په متحده ایالاتو (USA) کې دي.

د دغې طبي څېړنې په ترڅ کې، د هغو ماشومانو په پرتله چې میندو یې واکسین نه وو کړي د هغو ماشومانو شمېر یو څه ډېر و چې میندو یې دغه واکسین تطبیق کړي وو. داسې ښکاري چې دغه توپیر ښايي یو تصادف وي، خو دا یو له هغو دلائلو څخه دی چې واکسین د مېندواری د لومړیو مرحلو پرځای د مېندواری له 28مې اونۍ څخه وروسته ورکول کېږي. په ټوله کې دغه واکسین ستاسو او ستاسو د ماشوم لپاره تر دې محفوظ او بهتره دی چې ستاسو نوی زېږېدلی ماشوم په RSV ناروغۍ اخته شي.

خپل نوي زېږېدلي ماشوم ته د ژوند په لومړنیو 6 میاشتو کې د غوره مصونیت رامنځ ته کولو په موخه، د مېندواری پرمهال د RSV واکسین وکړئ.



## آنفلونزا (والگي)

### والگي څه ډول يوه ناورغي ده؟

والگي يو له خورا ساري ناورغيو څخه ده چې اعراض او علائم يې عبارت دي له تبي، لرزې او درد، سر دردی او شديدې ستريا څخه. مېندواره بڼې د نورو په پرتله د والگي ناروغۍ په شديد ډول د اخته کېدو د لوړ گواښ سره مخ دی، په ځانگړي ډول د مېندوارۍ په وروستيو مرحلو کې، چې په دغو گواښونو کې تور توخي او حتی مړينه شامل دي.

والگي کولی شي ستاسو د مېندوارۍ لپاره هم گواښ و اوسي، چې له امله يې کېدی شي تر وخت مخکې زېږون، د ماشوم کم وزني او د ماشوم په مړه ډول زېږېدنه رامنځ ته شي.

دغه راز والگي کېدی شي ستاسو د نوي زېږېدلي ماشوم او تنکيو ماشومانو لپاره هم جدي گواښ رامنځ ته کړي.

### ولې د مېندوارۍ پر مهال د واکسينو تطبيق ته اړتيا ده؟

د والگي واکسين په شديد ډول په ياده ناروغۍ د اخته کېدو، په روغتون کې د بستريد يا د مېندوارۍ پر مهال د جدي مراقبت يا پاملرنې گواښ کموي. دغه راز ياد واکسين مېندوارۍ پر مهال د پېچليو ستونزو د رامنځ ته کېدو گواښ هم کموي.

دغه واکسين د والگي پروړاندې ستاسو د بدن انتي بادي پياوړې کوي چې بيا وروسته دغه انتي بادي ستاسو په گېډه کې ماشوم ته انتقال کوي. دا واکسين ستاسو د نوي زېږېدلي ماشوم د ژوند په لومړنيو مياشتو کې د هغه لپاره مصونيت رامنځ ته کوي.

دغه راز د دغه واکسين په تطبيق سره به په والگي ناروغۍ ستاسو د اخته کېدو او د ژمي په موسم کې ستاسو ماشوم د هغې د انتقال چانس کم شي.

### دغه واکسين بايد په څه وخت کې وشي؟

د والگي واکسين هرکال معمولا په سپتمبر کې وي چې د مېندواره مېرمنو لپاره وړيا دي.

تاسو بايد دغه واکسين په سپتمبر مياشت کې چې د لاسرسي وړ وي وکړئ، دا مهمه ده نه ده چې د مېندوارۍ په کومه مرحله کې ياست. بهتره دا ده چې دغه واکسين د والگي موسم له راتلو مخکې وشي، خو که و مو نه کړل کول شي هر وخت يې په ژمي کې وکړئ.

تاسو بايد دغه واکسين د والگي په موسم کې د هر ځل مېندواره کېدو پر مهال وکړئ.

### آيا د والگي واکسينو تطبيق د مېندوارۍ پر مهال مصون دی؟

له 2009 راهيسې گڼ شمېر هېوادونو د مېندوارۍ پر مهال د والگي واکسينو وړانديز کړی، او په انگلستان کې تر 2 مليونه ډېرو مېندواره مېرمنو ته دغه واکسين تطبيق شوی دی. دغه واکسين د مصونيت په برخه کې ښه مخينه يا اعتبار لري.

په ټوله کې د واکسينو تطبيق ستاسو لپاره تر هغې غوره دی چې تاسو يا ستاسو په والگي ناروغۍ اخته شئ.

### د والگي واکسين تر کومې کچې اغېزمن دی؟

د مېندوارۍ پر مهال د آنفلونزا واکسين په تطبيق سره په والگي يا ورته ناورغيو باندې ستاسو او ستاسو د ماشوم د اخته کېدو گواښ پنځوس سلنه کمېږي. له زېږون وروسته د ژوند په لومړنيو 6 مياشتو کې د والگي ناروغۍ له امله په روغتون کې د نويو زېږېدليو ماشومانو د بسترېدو احتمال د نورو هغو په پرتله تقريبا 70% کم دی.

والگي کېدی شي د مېندواره مېرمنو او د هغوی د نويو زېږېدليو ماشومانو لپاره يوه جدي ناروغی و اوسي. مېندواره مېرمنې بايد د خپلې هرې مېندوارۍ پر مهال د والگي وړيا واکسين ترلاسه کړي. دغه واکسين کېدی شي له سپتمبر وروسته د مېندوارۍ په هره مرحله کې تطبيق شي.

### دمگړی بايد څه وکړم؟

کولی شئ خپل د GP ډاکټر، قابلي يا روغتيايي ټيم سره مشوره وکړئ ترڅو تاسو لپاره د واکسينو د تطبيق په موخه ليدزمنه يا ملاقات چمتو کړي. د والگي، تور توخي او RSV واکسينونو ټول په مټ کې د تزريق له لارې ورکول کېږي. د دغه واکسين عامه جاني عوارض خفيف او په لاندې ډول دي:

- د تزريق په سيمه کې درد او سوروالی
- د سر او عضلاتو درد
- خفيفه تبه او ستريا

د والگي په اړه لارښود کولی شئ په لاندې لېنک کې وگورئ:

[www.gov.uk/government/publications/flu-vaccination-who-should-have-it-this-winter-and-why](http://www.gov.uk/government/publications/flu-vaccination-who-should-have-it-this-winter-and-why)

## مخکې له دې چې مېندواره شئ

که چېرې تراوسه مېندواره نه یاست، خو دا هیله لرئ چې په نیژدې راتلونکې کې به مېندواره شئ، باید ډاډ ترلاسه کړئ چې د خپلو نور واکسینو په اړه تازه معلومات لرئ.

### روبیلا (د جرمی شری)

روبیلا معمولا یوه خفیفه ناروغي ده چې د جلدې بخاراتو لامل ګرزي.

د مېندوارې پرمهال په روبیلا ناروغي اخته کېدل ښائي ستاسو د ماشوم لپاره خورا جدي وي، او کېدی شي په رحم کې د شري سندروم (CRS) په نامه د ناروغي لامل شي. CRS کېدی شي د کڼوالي، رڼدوالي (د سترګو د ستونزو)، قلبي ستونزو او/یا په بطني ډول د ودې یا نمو لامل شي. همدارنګه دغه ناروغي کولی شي د ماشوم د مړینې لامل شي.

د مېندوارې پرمهال د روبیلا ناروغي پر وړاندې مصونیت ترلاسه کول که چېرې تاسو په ماشومتوب کې د MMR واکسینو دوه دوزه تطبیق کړي وي، نو تاسو به د مېندوارې پرمهال په سمه توګه خوندي وئ. مور د واکسینو د تطبیق په برخه کې له خپلو بریالیو پروګرامونو څخه منندوی یو، روبیلان ناروغي اوس په بریتانیا کې په ندرت سره موندل کېږي.

که چېرې مطمئن نه یاست چې آیا دغه واکسین مو تطبیق کړی که نه، نو کولی شئ په دې اړه د خپل GP جراح سره مشوره وکړئ. که چېرې مو خپل دغه واکسین نه وي کړی، نو بهتره ده چې له مېندوارې مخکې خپل واکسین تطبیق کړئ. که چېرې مو بیا هم دغه واکسین و نه کړ، نو باید د ماشوم له زېږون وروسته یې فوراً وکړئ. د MMR واکسینو په ترکیب کې ژوندي (کمزوری شوی) وایروس موجود دی، نو توصیه دا ده چې د مېندوارې پرمهال دغه واکسین و نه شي.

زه مېندواره یم خو خپل MMR واکسین مې لا نه دي کړي، څه باید وکړم؟

کله مو چې زېږون وکړ، کولی شئ له زېږون وروسته خپل د MMR واکسین وکړئ. د دغه واکسین په تطبیق سره به تاسو خپل ځان او نوی زېږېدلی ماشوم د شري او روبیلا ناروغيو پر وړاندې خوندي کړئ. د MMR واکسینو د دواړو دوزونو تطبیق به هم وکولی شي تاسو د اوږدې مودې لپاره د شري او ډېغومبوري ناروغيو پر وړاندې خوندي وساتي.



## د مېندواری پرمهال جلدی ستونزې یا بخارات

که چېرې د جلدی ناروغ سره په تماس کې شم یا هم خپله جلدی ناروغی یا بخارات ولرم، نو څه باید وکړم؟

ځینې هغه ناروغی له امله یې جلدی ستونزې یا بخارات رامنځ ته کېږي لکه روبیلا، کولی شی د مېندوار مېرمنو لپاره ناوړه او پېچلی روغتیايي حالت رامنځ ته کړي. حتی که تاسو له روبیلا ناروغی څخه خوندي هم وئ، باید خپلې قابلې، GP یا د نسائي ولادې متخصص/متخصصې ته ووايئ چې آیا د مېندواری په دوران کې موږ کومه جلدی ناروغی درلوده کنه یا دا چې آیا په دې موده کې د کوم بل داسې شخص سره چې په دغه ناروغی اخته وي په اړیکه کې شوي یاست.

هیله کوو تر هغې چې معاینه مو نه وي شوې، په دې اړه له هر ډول زېږون مخکې درملني څخه ځان وساتئ.

کېدی شي له تاسو څخه د معاینې غوښتنه وشي ترڅو وپتېیل شي چې آیا په دغې ناروغی مبتلا یاست که څنگه. هغه روغتیايي متخصصین به چې ستاسو ارزونه کوي، اړتیا ولري پوه شي چې:

- د څو اونيو مېندواره یاست
- په جلدی ناروغی د اخته شخص سره ستاسو اړیکه یا تماس څه وخت وا
- د دغې ناروغی اعراض او علائم او یا هم مبتلا شخص سره ستاسو اړیکه په څه وخت کې وه
- ستاسو د جلدی ناروغیو اعراض یا توضیحات څه دي (آیا دغه بخارات د دانو په شان دي که له اوبو ډکې پولی یا پوکاني دي؟)
- پخوا مو څه ډول ناروغی درلوده، مثلا دا چې آیا بوزکاني یا شری مو تېر کړی که څنگه
- پخوا مو څه ډول واکسین تطبیق کړي دي

که چېرې تاسو په جلدی ناروغیو د اخته شخص سره په اړیکه کې کېږئ یا دا چې د مېندواری پرمهال په دغې ناروغی اختنه کېږئ، نو له ځنډ پرته په دې اړه د خپل GP (عمومي ډاکټر) یا قابلې سره مشوره وکړئ. که چېرې د خپلې جلدی ناروغی په اړه په وخت سره خبر ور نه کړئ، کېدی شي دقیق تشخیص یا ستاسو لپاره توصیه شوې درملنه ناممکنه وي.

## د خپلې قابلې سره د نورو واکسینو په اړه مشوره

### کووېډ-19

د مېندواری پرمهال په کووېډ-19 د اخته کېدو ګواښ د یادې ناروغی د شیوع د پیل په پرتله ډېر لږ دی، خو مېندواری ښځې په مني کې هم کولی دغه واکسین تطبیق کړي. د واکسینو په تطبیق سره به د څو میاشتو لپاره په جدي کووېډ-19 د اخته کېدو چانس را کم شي، چې دا کار یعنې د واکسینو تطبیق له هغه څخه چې د یادې ناروغی له امله بستري کېږئ، په ځلونو غوره او مهم دی. ستاسو په بدن کې تولید شوي انټي باډي به ستاسو ماشوم ته انتقال او د هغه د ژوند په لومړنیو اونيو او میاشتو کې به د هغه لپاره یو څه مصونیت رامنځ ته کړي.

### Hepatitis B (تور زېړی)

هغه ماشومان چې په تور زېړی له اخته میندو زېړي (یا یې د مېندواری پرمهال د تور زېړي معاینه مثبتې وي) باید د زېږون سره سم د hepatitis B یا تور زېړي واکسین وکړي. د واکسینو د اضافي دوزونو د تطبیق او د وینې د معاینې په موخه باید د خپل ماشوم/ماشومې لپاره هغه مهال چې هغوی 1 کلن کېږي، خپل GP جراح سره لیدزمنه یا ملاقات چمتو کړئ ترڅو د دغې ناروغی د تشخیص په موخه معاینه ترسره کړئ. [www.gov.uk/government/publications/protecting-your-baby-against-hepatitis-b-leaflet](http://www.gov.uk/government/publications/protecting-your-baby-against-hepatitis-b-leaflet)

## د مېندواری د واکسینو ثبت

خپل د مېندواری واکسین لاندې ثبت کړئ ترڅو داډ ترلاسه شي تاسو او ستاسو ماشوم د والګي او تور ټوخي پروړاندې د واکسینو مصؤنیت له لاسه نه ورکوئ

د واکسینو د تطبیق نېټه	کله باید واکسین وکړو	واکسین
	د والګي په موسم کې د مېندواری په هر پړاو کې.	والګي
	معمولا د معاینې له 18مې تر 20مې اونۍ پورې. کېدی شي د مېندواری له 16مې اونۍ تر زېږون پورې یې وکړئ.	تور ټوخي
	تاسو باید خپل د RSV واکسین د مېندواری په 28مه اونۍ کې وکړئ.	RSV
	وروسته له هغې چې ماشوم مو زېږي، له زېږون وروسته د معاینې په 6مه اونۍ (په دې اړه د نورو معلوماتو لپاره د خپل GP یا نرس سره مشوره وکړئ).	د MMR واکسینو 1 دوز*
	له لومړي دوز څلور اونۍ وروسته (د پورته مطابق).	د MMR واکسینو 2م دوز*
* که چېرې موږ پخوا واکسین نه وي کړي		

## BCG (د ټوبرکلوز او نورو مایکرو باکټري ناروغیو واکسین)

هغه ماشومان چې والدين (یا نیکونه) یې د TB (ټوبرکلوز) ناروغی په پېژندل شویو هېوادونو کې استوګنه کوي، باید له یادې ناروغی څخه د مصؤنیت په موخه د BCG واکسین وکړي. [www.gov.uk/government/publications/tb-bcg-and-your-baby-leaflet](http://www.gov.uk/government/publications/tb-bcg-and-your-baby-leaflet)

د مېندواری پرمهال (او له زېږون وروسته) د توصیه شویو واکسینونو تطبیق یو له هغو اغېزمنو طریقو څخه ده چې په مټ یې کولی شئ ځان او ماشوم ته مو یادو ناروغیو له امله د متوجه ګواښونو کچه راټیټه کړئ.

د ژوند په ۸مه، ۱۲مه او ۱۶مه اونۍ کې خپل نوي زېږېدلي ماشوم ته د واکسینو تطبیق په دې مانا دی چې د واکسینو په واسطه رامنځ ته شوی مصؤنیت به د هغوی د ژوند تر مهمو پړاوونو پورې دوام وکړي.

### د اضافي معلوماتو لپاره لېنکونه

- [www.nhs.uk/Conditions/vaccinations/Pages/vaccination-schedule-age-checklist.aspx](http://www.nhs.uk/Conditions/vaccinations/Pages/vaccination-schedule-age-checklist.aspx)
- [www.gov.uk/government/collections/immunisation](http://www.gov.uk/government/collections/immunisation)
- [www.medicines.org.uk/emc/](http://www.medicines.org.uk/emc/)
- د خپل ماشوم د ژوند په لومړنیو کلونو کې د واکسینو د تطبیق په اړه د نورو معلوماتو لپاره کولی شئ [www.gov.uk/government/publications/a-guide-to-immunisations-for-babies-up-to-13-months-of-age](http://www.gov.uk/government/publications/a-guide-to-immunisations-for-babies-up-to-13-months-of-age) وګورئ

د مېندواری پرمهال د واکسینو تطبیق تاسو سره مرسته کوي چې خپله مېندواري مصوٰنه یا خوندي کړئ. د خپلې قابلې GP (عمومي ډاکټر) یا روغتیايي ټیم سره مشوره وکړئ او ډاډ ترلاسه کړئ چې دغه واکسین مو په مناسب وخت کې تطبیق کړي.



© Crown copyright 2024

24PYPB01PAS Pashto. 1P 250K OCT 2024 UK

Health Security Agency gateway number: 2024709

لومړۍ نشریه د 2024 کال جون میاشت

دا لارښود په نورو ژبو هم ترجمه او د لاسرسۍ وړ فارمتونو کې ترتیب شوی دی. د دغه لارښود د نورو کاپیانو د غوښتنې لپاره دغه لینک ته ورشئ: [www.healthpublications.gov.uk](http://www.healthpublications.gov.uk) یا هم لاندې شمېرې سره په اړیکه کې شئ: 0300 123 1002، (له دوشنبه تر جمعي د سهار له 8am د مازدیګر تر 6pm) Minicom: 0300 123 1003

[www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-and-when-to-have-them](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-and-when-to-have-them)