NHS

HPV vaccination

ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਿਊਮਨ ਪੈਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (Human papillomavirus, HPV) ਦੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ

arm against cancer

ਯੂਨੀਵਰਸਲ HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਸਤੰਬਰ 2008 ਤੋਂ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ 8 ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਤੰਬਰ 2019 ਤੋਂ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ 8 ਦੇ ਲੜਕਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੱਥ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹਨ ਕਿ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਲੜਕਿਆਂ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ HPV ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੈਂਸਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਦੀਆਂ 280 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ 120 ਮਿਲੀਅਨ ਖੁਰਾਕਾਂ ਅਤੇ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ 10 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੁਰਾਕਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

HPV ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਿਊਮਨ ਪੈਪੀਲੋਮਾਵਾਇਰਸ (HPV) ਤੋਂ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਸਰਵਾਈਕਲ ਕਸਰ
- ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੇ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ
- ਗੁਦਾ ਅਤੇ ਜਣਨ ਖੇਤਰ ਦੇ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ

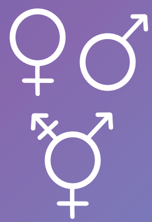
HPV ਵੈਕਸੀਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਲਾਗਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ।

HPV ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ

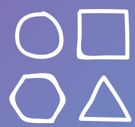
HPV ਦੀ ਲਾਗ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੈ। ਬਿਨਾਂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਾਲੇ 70% ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਲੱਗੇਗੀ

70%

HPV ਪੂਰੇ ਜਣਨ ਖੇਤਰ ਦੇ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸਲਈ ਕੰਡੋਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ HPV ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ

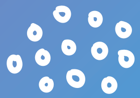


HPV ਦੀਆਂ **ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ** ਹਨ



ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ HPV ਸੰਕਰਮਣ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਅਤੇ **ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ**

ਕੁਝ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਫੋੜਿਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ



HPV ਵੈਕਸੀਨ ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਕੀ ਬਦਲਾਵ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ?

ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾਕਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਪੰਦਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ HPV ਸੰਕਰਮਣਾਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਫੋੜਿਆਂ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਗਿਰਾਵਟ ਆਈ ਹੈ।

ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇਹ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਟੀਕਾ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਸੈਂਕੜੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਏਗਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

HPV ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ

ਵੈਕਸੀਨ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਟੀਕੇ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ 8 ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

HPV ਵੈਕਸੀਨ

NHS ਟੀਕਾਕਰਨ ਅਨੁਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਗਈ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਗਾਰਡਾਸਿਲ 9 ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ HPV ਦੀਆਂ 9 ਕਿਸਮਾਂ ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਤੋਂ ਅਤੇ ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਫੋੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਮੇਰਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਖੁੰਝ ਗਿਆ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਗਏ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਕੂਲ ਦੀ ਨਰਸ, ਸਕੂਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਟੀਮ ਜਾਂ GP ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ 25ਵੇਂ ਜਨਮਦਿਨ ਤੱਕ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਵੈਕਸੀਨ ਲਈ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ

ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ 25 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। HPV ਵੈਕਸੀਨ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੈਂਸਰ ਦੇ 90% ਕੇਸਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਦੇਵੇਗੀ, ਪਰ ਜਦੋਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।.

ਕੈਂਸਰਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ?

ਇਸ ਸਮੇਂ HPV-ਸਬੰਧਤ ਹੋਰ ਕੈਂਸਰਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਲੱਛਣ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ GP ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹੋਰ ਟੀਕਿਆਂ ਵਾਂਗ, HPV ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਫ਼ੀ ਹਲਕੇ ਹਨ। ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸੋਜ ਅਤੇ ਲਾਲੀ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ ਪਰ ਇੱਕ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਵੈਕਸੀਨ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਸਖ਼ਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਟੀਕਾ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਯੂਕੇ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਲੜਕਿਆਂ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਲੱਖਾਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦੀ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ੱਕੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਂ **0800 731 6789** (ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਐਪ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਕੇ ਸੂਚਨਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। .

www.mhra.gov.uk/yellowcard

ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ

- **ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ, ਹੁਣੇ ਆਪਣੀ HPV ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਲਈ**
- **ਵੈਕਸੀਨ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਸੈਂਕੜੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾ ਰਹੀ ਹੈ**
- **HPV ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ 25 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਵਾਈਕਲ ਸਮੀਅਰ**

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਵਿਜ਼ਿਟ ਕਰੋ www.nhs.uk/hpv

ਗਾਰਡਸਿਲ 9 ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਇੱਕ ਪੂਰੀ ਸੂਚੀ ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਇਨਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਲੀਫਲੈਟ (ਪੀਆਈਐਲ) (Patient Information Leaflet, PIL) ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ: **www.medicines.org.uk/emc/product/7330/pil**

ਉਤਪਾਦ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ (SPC) ਦਾ ਸਾਰ: **www.medicines.org.uk/emc/product/7330/smpc/print**

NHS HPV ACTION .ORG

ਇਹ ਪਰਚਾ ਯੂਕੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਏਜੰਸੀ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
ਟੀਕਾਕਰਨ, ਹਰ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਰਚੇ ਨੂੰ ਇਥੋਂ ਆਡਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ: **www.healthpublications.gov.uk**, ਇੱਥੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ: 0300 123 1002 (ਲਾਈਨਾਂ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਹਨ)। ਇਹ ਪਰਚਾ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਨਾਲ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: ਅਲਬਾਨੀਅਨ, ਅਰਬੀ, ਬੰਗਾਲੀ, ਬ੍ਰਾਜ਼ੀਲੀਅਨ ਪੁਰ. ਬੁਲਗਾਰੀਆਈ, ਚੀਨੀ, ਸਪੈਨਿਸ਼, ਇਸਟੋਨੀਅਨ, ਫਾਰਸੀ, ਫਿਜੀਅਨ, ਯੂਨਾਨੀ, ਗੁਜਰਾਤੀ, ਹਿੰਦੀ, ਕੁਰਦੀ, ਲਾਤਵੀਅਨ, ਲਿਥੁਆਨੀਅਨ, ਨੇਪਾਲੀ, ਪੰਜਾਬੀ, ਪਸ਼ਤੋ, ਪੋਲਿਸ਼, ਰੋਮਾਨੀ, ਰੋਮਾਨੀਅਨ, ਰੂਸੀ, ਸੋਮਾਲੀ, ਤਾਗਾਲੋਗ, ਤੁਰਕੀ, ਟਵੀ, ਟਾਈਗਰਨੀਆ, ਯੂਕਰੇਨੀ ਉਰਦੂ, ਯਿੱਦੀ ਅਤੇ ਯੋਰੂਬਾ

© Crown Copyright 2023. Product code: HPVU1L-PAN. 3P 850K MAY 2023 (APS)
UK Health Security Agency gateway number 2023-036 Panjabi