NHS

HPV

vaccination

तपाईंको क्यान्सरको जोखिम कम गर्न मद्दत गर्न मानव प्यापिलोमाभाइरस (HPV) संक्रमण विरुद्ध सुरक्षा

arm against cancer

विश्वव्यापी मानव प्यापिलोमाभाइरस (HPV) टीकाकरण कार्यक्रम

सेप्टेम्बर 2008 देखि यता स्कूलको यिअर 8 का सबै केटीहरूलाई HPV खोप उपलब्ध गराइएको छ। सेप्टेम्बर 2019 देखि यिअर 8 का केटाहरूलाई पनि खोप दिने गरिएको छ।

HPV खोपले केटा र केटी दुवैलाई HPV-सम्बन्धित क्यान्सरहरूबाट जोगाउन मद्दत गर्ने भएकोले यसो गरिएको हो।

संयुक्त राज्य अमेरिकामा 120 मिल्यन डोज र संयुक्त अधिराज्य (UK) मा 10 मिल्यन भन्दा बढी डोजका लगायत विश्वभर HPV खोपको 280 मिल्यन भन्दा बढी डोजहरू दिइएका छन्।

HPV खोपले तपाईंलाई मानव प्यापिलोमाभाइरस (HPV) द्वारा संक्रमित हुनबाट जोगाउन मद्दत गर्छ।

यो भाइरसले जीवनमा पछि गएर केही क्यान्सरहरू हुने जोखिममा वृद्धि गर्छ, जस्तै:

- पाठेघरको क्यान्सर
- केही मुख तथा घाँटीको क्यान्सर
- गुदा र जननांग क्षेत्रको केही क्यान्सरहरू

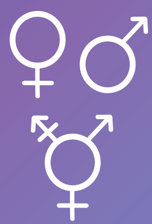
HPV खोपले अन्य यौन संङ्क्रमित रोगहरू विरुद्ध सुरक्षा प्रदान गर्दैन।

HPV र यो कसरी फैलिन्छ

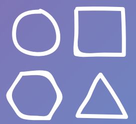
HPV संक्रमण धेरै सामान्य भएको छ। खोप नलगाएका 70% भन्दा धेरै मानिसहरूलाई यो हुन्छ

70%

HPV सम्पूर्ण जननांग क्षेत्रमा र यसको वरिपरिको छालामा बस्छ, त्यसैले कन्डम प्रयोग गरेर HPV बाट पूर्णतया सुरक्षा प्राप्त हुँदैन।

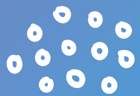


HPV का **धेरैवटा प्रकारहरू** छन्



धेरैजसो HPV संक्रमणहरूमा कुनै लक्षणहरू हुँदैन र यिनीहरू **आफैँ निको हुन्छन्**

कतिपय ठीक हुँदैनन् र यसबाट क्यान्सर हुन सक्छ र अन्य कतिवटा स्थितिमा भने जननांगमा मुसाहरू देखा पर्छन्



HPV खोपले अहिलेसम्म के फरक ल्याएको छ?

संयुक्त अधिराज्यमा खोप कार्यक्रम सुरु गरिएको पन्ध्र वर्ष भएपछि HPV संक्रमण र जननांगमा मुसा हुने युवाहरूको संख्यामा ठूलो कमी आएको छ।

समयसँगै यो खोपले संयुक्त अधिराज्यमा प्रत्येक वर्ष सयौं मानिसहरूको ज्यान बचाउने अपेक्षा गरिएको छ।

तपाईंलाई सर्वोत्तम सुरक्षा प्रदान गर्न, तपाईं यौन सक्रिय हुनु अघि खोप लगाउनुपर्छ।

यदि तपाईं यौन सक्रिय हुनुहुन्छ भने पनि तपाईंले खोप लगाउनुपर्छ।

HPV खोप लगाउने

खोप तपाईंको पाखुराको माथिल्लो भागमा सुईद्वारा दिइन्छ।

धेरैजसो मानिसहरूलाई सुरक्षित रहनको लागि केवल एउटा मात्र डोजले पुग्छ। यो सामान्यतया तपाई स्कूलमा यिअर 8 मा हुँदा दिइन्छ।

HPV खोप

NHS खोप अनुसूची मा प्रयोग गरिने HPV खोप गार्डासिल 9 हो र यसले केवल एकै डोजमा धेरैजसो मानिसहरूमा क्यान्सर निम्त्याउन सक्ने वा जननांगमा मुसा हुन सक्ने 9 प्रकारका HPV विरुद्ध सुरक्षा गर्छ।

मेरो खोप छुटेको छ, के म अझै पनि लगाउन सक्छु?

सक्नुहुन्छ। यदि स्कूलमा तपाईंको खोप छुटेको छ भने, तपाईंले सकेसम्म चाँडो लगाउने प्रयास गर्नुपर्छ।

एपोइन्टमेन्ट मिलाउन आफ्नो स्कूलको नर्स, स्कूल टीकाकरण टोली वा GP प्र्याक्टिसलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

तपाईंको 25 औं जन्मदिन सम्म तपाईं खोप लगाउन योग्य रहनुहुन्छ।

खोप लगाएकै महिलाहरूले पनि पाठेघरको स्क्रिनिङको लागि जानुपर्ने हुन्छ

इङ्गल्याण्डका 25 वर्ष र माथिका सबै महिलाहरूका लागि पाठेघरको स्क्रिनिङ परीक्षण उपलब्ध गराइन्छ। HPV खोपले पाठेघरको क्यान्सरका 90% सम्म मामिलाहरूको रोकथाम गर्छ, तरैपनि बोलाएको बेला महिलाहरूले पाठेघरको स्क्रिनिङको लागि जानुपर्छ।

अन्य क्यान्सरहरूको बारेमा चैं के हुन्छ?

अन्य HPV-सम्बन्धित क्यान्सरहरूको लागि हाल कुनै स्क्रीनिंग कार्यक्रमहरू छैनन्। यदि तपाईंलाई कुनैपनि लक्षणहरूबारे चिन्ता लागेमा तपाईंको GP प्र्याक्टिससँग कुरा गर्नुहोस्।

साइड इफेक्टहरू

अन्य धेरैजसो खोपहरूमा जस्तै, HPV खोपको साइड इफेक्टहरू पनि एकदमै हल्का हुन्छन्। हात दुख्ने, सुन्निने र रातो हुने सामान्य हो तर एक दुई दिनमा निको भएर जान्छ। धेरै गम्भीर साइड इफेक्टहरू अत्यन्त विरलै हुन्छन्।

संयुक्त अधिराज्यमा प्रयोगको लागि खोप कडा सुरक्षा मापदण्डहरूबाट पार भएको छ र खोप धेरै सुरक्षित भएको पाइएको छ। संयुक्त अधिराज्य र विश्वभरका केटा र केटीहरूलाई खोपको लाखौं डोज दिइसकिएको छ। सबै खोपहरूमा जस्तै, साइड इफेक्टहरूबारे कुनैपनि सूचनाहरूलाई राम्ररी अनुगमन र समीक्षा गरिन्छ।

यदि तपाईंले खोपबाट कुनैपनि संदिग्ध साइड इफेक्टहरूको अनुभव गर्नुभयो भने, तपाईंले यसबारे यलो कार्ड वेबसाइटमा वा **0800 731 6789** मा कल (सोमबारदेखि शुक्रबार बिहान 9 बजेदेखि बेलुका 5 बजे सम्म) गरेर अथवा पहेँलो कार्ड एप डाउनलोड गरेर सूचना दिन सक्नुहुन्छ।

www.mhra.gov.uk/yellowcard

याद राख्नुहोस्

- अहिले आफ्नो HPV खोप लगाउन, भविष्यमा धेरैवटा क्यान्सरहरूबाट आफूलाई बचाउन
- यो खोपले संयुक्त अधिराज्यमा प्रत्येक वर्ष सयौं मानिसहरूको ज्यान बचाउँदै आएको छ
- HPV खोपबाट सुरक्षा प्राप्त भएपनि तपाईंले स्वास्थ्य जाँचहरू, जस्तै 25 वर्षको उमेरदेखि नै तपाईंको सर्वाइकल स्मियर जाँच गराउन आवश्यक हुन्छ

थप जानकारीको लागि, जानुहोस् www.nhs.uk/hpv

Gardasil 9 खोपमा भएको वस्तुहरूको पूर्ण सूची बिरामी सूचना पुस्तिका (PIL) मा दिइएको छ: www.medicines.org.uk/emc/product/7330/pil

उत्पादन विशेषताहरूको सारांश (SPC): www.medicines.org.uk/emc/product/7330/smpc/print

NHS

HPV ACTION.ORG

यो पर्चा संयुक्त अधिराज्य को स्वास्थ्य सुरक्षा निकायले तयार पारेको हो।

टीकाकरणले, हरेक उमेरका सबैलाई जोगाउन मद्दत गर्दछ।

यो पर्चा यहाँबाट अर्डर वा डाउनलोड गर्न सकिन्छ: www.healthpublications.gov.uk, यसमा कल गरेर: 0300 123 1002 (लाईनहरू सोमबारदेखि शुक्रबार बिहान 8 बजेदेखि बेलुका 6 बजेसम्म खुला रहन्छ)। यो पर्चा निम्न भाषाहरूमा अनुवादित संस्करणमा पनि उपलब्ध छ: अल्बेनियन्, अरबी, बंगाली, ब्राजिलियन पर्तुगाली, बुल्गेरियन, चिनियाँ, स्पेनिश, एस्टोनियाई, फारसी, फिजियन, ग्रीक, गुजराती, हिन्दी, कुर्दिश, लाटभियन, लिथुआनियन, नेपाली, पञ्जाबी, पश्तो, पोलिश, रोमानी, रोमानियाई, रुसी, सोमाली तागालोग, टर्की, ट्वी, टिग्रीन्या, युक्रेनी, उर्दू, यिद्दिश र योरुबा

© Crown Copyright 2023. Product code: HPVU1L-NE. 3P 850K MAY 2023 (APS)
UK Health Security Agency gateway number 2023-035 Nepali