UK Health Security Agency

NHS

MenACWY টিকার সাহায্যে

মেনিনজাইটিস ও সেপ্টিসেমিয়া থেকে

নিজেকে সুরক্ষিত রাখুন

immunisation
the safest way to protect your health

মেনিনগোকোকাল রোগ

মেনিনগোকোকাল (Meningococcal) একটি বিরল রোগ। তবে এটি গুরুতর হতে পারে এবং জরুরি ভিত্তিতে হাসপাতালে ভর্তির প্রয়োজন হতে পারে। এই রোগের জেরে অঙ্গচ্ছেদ, শ্রবণশক্তি হ্রাস, মস্তিষ্কের ক্ষতি ও ক্ষতস্থানের মতো জীবন-বদলে দেওয়া প্রতিবন্ধকতা তৈরি হতে পারে। মেনিনগোকোকাল ব্যাক্টেরিয়ার কারণে এটি হয়ে থাকে, যা একাধিক গ্রুপে বিভক্ত করা হয়। সবচেয়ে বেশি যেগুলো দেখা যায় তা হলো A, B, C, W এবং Y। সদ্যোজাত, কম বয়সী শিশু, কিশোর-কিশোরী এবং তরুণ প্রাপ্তবয়স্কদের মেনিনগোকোকাল রোগে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি সবচেয়ে বেশি।

মেনিনগোকোকাল ব্যাক্টেরিয়া থেকে মেনিনজাইটিস (ব্রেনের লাইনিংয়ে জ্বালাভাব) এবং সেপ্টিসেমিয়া (রক্তে বিষক্রিয়া তৈরি করার জন্য যখন রক্তপ্রবাহে ব্যাক্টেরিয়া প্রবেশ করে) হতে পারে। উভয় রোগই বেশ গুরুতর এবং সঠিক সময়ে শনাক্ত না করা হলে মৃত্যু হতে পারে।

মেনিনজাইটিস ও সেপ্টিসেমিয়া, উভয় থেকেই সেপসিস হতে পারে। যেকোনো সংক্রমণের ক্ষেত্রে সেপসিস একটি গুরুতর এবং প্রাণঘাতী ইমিউন রেসপন্স, যা কোষের ক্ষতি করতে পারে, অঙ্গ অকেজো করে দিতে পারে, এমনকি মৃত্যু হতে পারে।

এই টিকা কেন নেওয়া প্রয়োজন?

বড় বয়সের কিশোর-কিশোরী এবং তরুণ প্রাপ্তবয়স্কদের মেনিনগোকোকাল রোগে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি সবচেয়ে বেশি। তাই নিজেকে সুরক্ষিত রাখার জন্য আপনাকে টিকা গ্রহণ করতে হবে। এটা একটা নিরাপদ ও কার্যকর টিকা, যেটি 2015 সাল থেকে রুটিন টিনেজ প্রোগ্রামের অংশ হিসাবে ব্যবহার করা হচ্ছে। এছাড়া এটি আশেপাশে থাকা লোকজনের সংক্রামিত হওয়ার ঝুঁকিও হ্রাস করে। সদ্যোজাত বা শিশু হিসাবে আপনি হয়তো MenC টিকা নিয়েছেন, তবে এটি মেনিনগোকোকাল গ্রুপ থেকে আপনাকে সুরক্ষা জোগাবে না।

MenACWY আপনাকে MenC-এর বিরুদ্ধে সুরক্ষা বৃদ্ধি করবে এবং অন্যান্য তিনটি মেনিনগোকোকাল গ্রুপের (A, W এবং Y) বিরুদ্ধে আপনাকে সুরক্ষিত রাখতে সাহায্য করবে। এই টিকাটি MenB-এর মতো অন্য সব ধরনের মেনিনগোকোকালের বিরুদ্ধে আপনাকে সুরক্ষিত রাখবে না। তাই লক্ষণ ও উপসর্গের ব্যাপারে ওয়াকিবহাল থাকা গুরুত্বপূর্ণ।

আমাকে কি আর কোনো MenACWY টিকা নিতে হবে?

না, তবে MenACWY টিকা নেওয়াই নিজেকে সুরক্ষিত রাখার সেরা উপায়। আপনাকে বা আপনার বাবা/মাকে টিকার ব্যাপারে সম্মতি জানাতে হবে। সাধারণত 13-14 বছর বয়সে, যখন আপনি 9ম শ্রেণীতে পড়াশোনা করবেন, তখন আপনাকে এই টিকা দেওয়া হবে। টিকাদান মিস করে থাকলে উদ্বিগ্ন হবেন না। আপনি যদি এখনও স্কুলে পড়াশোনা করেন, তাহলে আপনার স্কুলের নার্স বা স্কুল প্রতিষেধক প্রদান টিমের কাছ থেকে বিনামূল্যে MenACWY পাবেন। এছাড়া আপনার 25 বছর বয়স পর্যন্ত জিপি প্র্যাক্টিস থেকেও এটি পাবেন। 3টি MenACWY টিকা রয়েছে, সেগুলোকে বলা হয় MenQuadfi, Nimenrix ও MenVe, রোগীদের তথ্য সম্বলিত লিফলেট পড়তে পারেন:

MenQuadfi: **medicines.org.uk/emc/product/12818/pil**

Nimenrix: **medicines.org.uk/emc/product/4118/pil**

MenVeo: **medicines.org.uk/emc/product/2939/pil**

টিকা নিলে কি ব্যথা হয়?

কেউই ইঞ্জেকশন নিতে পছন্দ করেন না, তবে এটি খুব তাড়াতাড়ি দেওয়া হয়। ছোট সুঁচ ব্যবহার করা হয় এবং আপনি সুঁচ ফোটানোর সামান্য ব্যথা অনুভব করবেন। ইঞ্জেকশন নিতে আপনার ভয় থাকলে এটি নেওয়ার আগে নার্স বা চিকিৎসককে তা জানান।

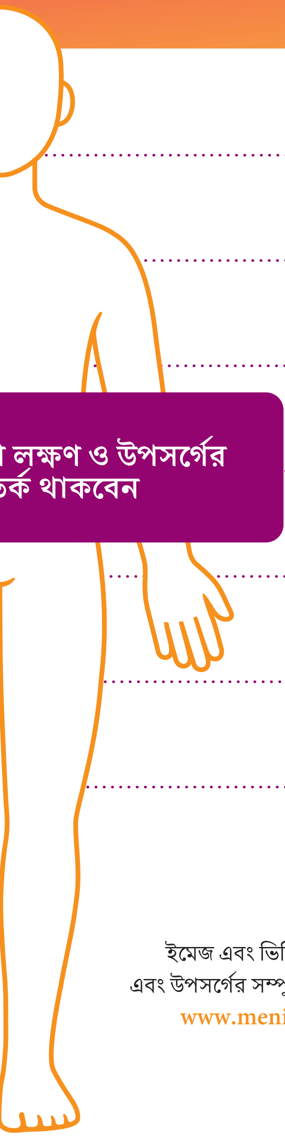
লক্ষণ ও উপসর্গ

প্রথমে মেনিনগোকোকালের উপসর্গ ফ্লুয়ের মতোই হতে পারে। তবে যারা এটিতে আক্রান্ত হবেন, তারা কয়েক ঘণ্টার মধ্যেই গুরুতর অসুস্থ হয়ে পড়বেন। আগেভাগে চিকিৎসা করলে জীবন রক্ষা পেতে পারে। তাই এটির কিছু মূল লক্ষণ ও উপসর্গের ব্যাপারে ওয়াকিবহাল থাকা জরুরি।

- প্রচণ্ড মাথাব্যথা
- ঘাড় শক্ত হয়ে যাওয়া
- উচ্চমাত্রায় জ্বর
- খিঁচুনি/অজ্ঞান হয়ে যাওয়া
- ঝিমুনি বা ঘুম ভাঙতে সমস্যা
- বিভ্রান্তি এবং/অথবা খিটখিটে মেজাজ
- হাত-পা ঠাণ্ডা হয়ে যাওয়া

এরকম একটি বা তার বেশি উপসর্গ দেখা দিতে পারে এবং কোনোটি প্রথমে বা কোনোটি পরে দেখা দিতে পারে এবং দুটি অসুস্থতার মাঝেও এটি হতে পারে। আপনার বা আপনার কোনো বন্ধুর মধ্যে যদি এই উপসর্গ দেখা দেয় এবং তার অবনতি হতে থাকে, তাহলে যত দ্রুত সম্ভব চিকিৎসা করানো প্রয়োজন।

আপনার টিকা নেওয়া থাকলেও মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়ার লক্ষণ ও উপসর্গের ব্যাপারে ওয়াকিবহাল থাকা গুরুত্বপূর্ণ। তার কারণ অন্যান্য অনেক কারণে এই ধরনের অসুস্থতা দেখা দিতে পারে।



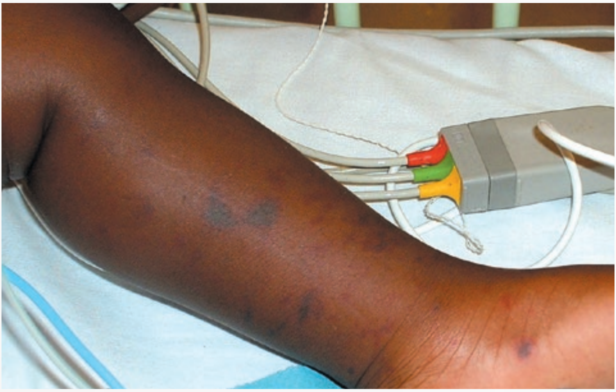
ইমেজ এবং ভিডিও সহ মেনিনজাইটিস এবং সেপ্টিসেমিয়ার লক্ষণ এবং উপসর্গের সম্পূর্ণ বর্ণনা নিম্নোক্ত ওয়েবসাইটগুলোতে দেখা যাবে: **www.meningitis.org** এবং **www.meningitisnow.org**

* 'গ্লাস টেস্ট করুন' এর উল্টা পৃষ্ঠায় দেখুন

গ্লাস টেস্ট করুন

কেউ সেপ্টিসেমিয়ায় আক্রান্ত হলে তার জ্বর সহ গায়ে কিছু দাগ বা অনেক ফুসকুড়ি বেরোতে পারে। এই ফুসকুড়িগুলো পরে বেগুনী রঙের ফোড়ায় পরিণত হয়, যেগুলো চাপে পড়লেও ফাটে না। এটি পরীক্ষা করার জন্য ফুসকুড়ির উপর পানীয় জলের গ্লাসের একটি দিক দিয়ে চাপ প্রয়োগ করতে পারেন। আপনার যদি জ্বর ও ফুসকুড়ি হয়ে থাকে এবং চাপ দিলেও ফুসকুড়ি যদি না ফাটে, তাহলে অবিলম্বে 999 নম্বরে ফোন করে মেডিক্যাল সাহায্য নিন বা কাউকে বলুন আপনাকে আপনার নিকটবর্তী হাসপাতালের জরুরি বিভাগে নিয়ে যেতে। ফুসকুড়ি বেরোনোর সময় পর্যন্ত কখনোই অপেক্ষা করবেন না। এটা শেষ পর্যায়ের একটি লক্ষণ বা এটি একদম না দেখা যেতেও পারে। কেউ যদি অসুস্থ হন এবং তার পরিস্থিতির অবনতি হতে থাকে, তাহলে তাকে সাথে সাথে চিকিৎসা সংক্রান্ত সহায়তা প্রদানের ব্যবস্থা করুন।

কালো ত্বকে, চোখের পাতার ভিতরে বা মুখের ভিতরে বেশি দাগ দেখা দিতে পারে।



আর কি অন্য কোনো উপসর্গ দেখা দেয়?

অনেক সময় ইঞ্জেকশন দেওয়ার জায়গাটি একটু ফুলে যায়, লাল হয়ে যায় বা নরম লাগে। এছাড়া আপনার মাথাব্যথা হতে পারে বা সাধারণত অসুস্থতা হতে পারে। তবে এক বা দুদিনের মধ্যে এই উপসর্গগুলো গায়েব হয়ে যাওয়া উচিত। কোনো উপসর্গের ব্যাপারে আপনি উদ্বিগ্ন থাকল NHS111-এর মাধ্যমে চিকিৎসা সংক্রান্ত পরামর্শ নিন বা স্বাভাবিক নিয়মে জিপি প্র্যাক্টিসের সহায়তাও নিতে পারেন।

টিকার কোনো সন্দেহজনক উপসর্গের অভিজ্ঞতা হলে ইয়োলো কার্ড (Yellow Card) ওয়েবসাইটে গিয়ে বা 0800 731 6789 নম্বরে কল করে (সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল 9টা থেকে বিকাল 5টা) অথবা Yellow Card অ্যাপ ডাউনলোড করে তা জানাতে পারেন।

মেনিনজাইটিসের জন্য নিম্নোক্ত দাতব্য সংস্থাগুলো তথ্য, পরামর্শ এবং সহায়তা প্রদান করে:

মেনিনজাইটিস রিসার্চ ফাউন্ডেশন,
ফ্রি হেল্পলাইন 080 8800 3344 –
সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল 9টা থেকে বিকাল 5টা

মেনিনজাইটিস নাউ, ফ্রি হেল্পলাইন
0808 80 10 388 – সোমবার থেকে বৃহস্পতিবার সকাল 9টা থেকে বিকাল 4টা এবং শুক্রবার সকাল 9টা থেকে দুপুর 1টা

আপনার যদি কোনো প্রশ্ন থাকে বা যদি আরও তথ্যের প্রয়োজন হয়, তাহলে আপনার চিকিৎসক, স্কুলের নার্স বা আপনার চিকিৎসকের সার্জারি সংক্রান্ত প্র্যাক্টিস নার্সের সাথে কথা বলুন।

যুক্তরাজ্যের হেলথ সিকিউরিটি এজেন্সি এই লিফলেট প্রস্তুত করেছে

© Crown copyright 2024
1P 100K AUG 2023 (APS). Product code: YPMACWY1BE Bengali.
UK Health Security Agency gateway number: 2024071.
নিম্নোক্ত উপায়ে লিফলেট ডাউনলোড করা যাবে: **www.healthpublications.gov.uk** থেকে বা নিম্নোক্ত নম্বরে কল করে: 0300 123 1002 (সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল 8টা থেকে সন্ধ্যা 6টা পর্যন্ত লাইন খোলা থাকবে)। ইংরেজিতে এই লিফলেটের কাগজের প্রতিলিপি অর্ডার করা যাবে।