निष्क्रिय बनाइएको इन्फ्लुएन्जा खोप

तपाईंले थाहा पाउनुपर्ने कुराहरू 2012-13

भाइरस विरुद्धका खोपका सूचना र विवरणहरू स्पेनिश र अन्य भाषाहरूमा उपलब्ध छन्. हेर्नुहोस्: www.immunize.org/vis
Hojas de Informacián Sobre Vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. Visite www.immunize.org/vis

1 खोप किन लगाउनुपर्छ?

इन्फ्लुएन्जा ("फ्लू") एउटा सरुवा रोग हो।

यो भाइरसबाट सर्ने रोग हो, जुन खोक्दा, हाच्छिउँ गर्दा र श्वास-प्रश्वासको माध्यमबाट सर्छ।

इन्फ्लुएन्जा जसलाई पनि लाग्न सक्छ, तर बच्चाहरूमा संक्रमण दर सबै भन्दा उच्च पाइएको छ। धेरै जसो मानिसहरूमा केही दिन मात्र यसका लक्षणहरू देखिन्छन्। ती हुन्:
• ज्वरो/काम ज्वरो • घाँटीमा घाउ खटिरा आउनु • मांसपेशी दुख्नु
• थकाइ लाग्नु • खोकी लाग्नु • टाउको दुख्नु • नाक बन्द हुनु र नाक बगिरहनु

अन्य रोगहरूका पनि यस्तै खाले लक्षणहरू हुन्छन् जसले गर्दा प्रायः इन्फ्लुएन्जा कै संक्रमण हो भन्ने भ्रम हुनसक्छ।

स-साना केटाकेटीहरु, 65 बर्स उमेर नाघेका मानिसहरू, गर्भवती महिलाहरू र विशेष रोग लागेका रोगीहरू – जस्तै मुटुका रोगी, फोक्सो वा मृगौलाका रोगी, अथवा प्रतिरोधक क्षमता कमजोर भएकाहरूलाई – यो रोगले सिकिस्त बनाउन सक्छ। इन्फ्लुएन्जाले कडा ज्वरो आउने र निमोनिया हुने, र बिरामीको स्वास्थ्य अवस्था अझ खराब पनि हुन सक्छ। यसले पखाला चल्ने र मुर्छा पर्ने पनि हुन सक्छ। हरेक बर्स इन्फ्लुएन्जाको संक्रमणबाट हजारौं मानिसहरू मर्छन् र त्यो भन्दा बढीलाई अस्पतालमा भर्ना गर्नुपर्ने हुन्छ।

इन्फ्लुएन्जाको भाइरस विरुद्धको खोपले तपाईंलाई इन्फ्लुएन्जाबाट बचाउनुका साथै अरुलाई सर्न पनि पाउँदैन।

2 निष्क्रिय बनाइएको इन्फ्लुएन्जा विरुद्धको खोप

इन्फ्लुएन्जा विरुद्धका खोपहरु दुई किसिमका छन्:

1. **निष्क्रिय बनाइएको** (मारिएको) खोप, यो "फ्लू शट" सुईको माध्यमबाट इन्जेक्शन लगाएर दिइन्छ।

2. **सक्रिय, कम गराउने** (कमजोर पारिएको) नाकको प्वालबाट छिर्का दिएर गर्ने उपचार प्रविधि। *यो प्रविधिको बारेमा छुट्टै खोपको सूचना पत्र मार्फत जानकारी गराइने छ।*

"उच्च-मात्रा" भएको निष्क्रिय बनाएइको इन्फ्लुएन्जाको खोप 65 बर्समाथि वा सो भन्दा बढी उमेरका लाई उपलब्ध गराइन्छ। अन्य जानकारीको लागि तपाईंको चिकित्सकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

इन्फ्लुएन्जा संक्रमणको भाइरस सँधै परिवर्तन भइरहने भाइरस हो, त्यसैले हरेक बर्स खोप लिन सिफारिश गरिन्छ। हरेक बर्स वैज्ञानिकहरूले त्यसबर्स सम्भावित हुने खोप र भाइरसको परीक्षण गर्छन्। फ्लूको खोपले अन्य भाइरसबाट हुने रोगलाई रोक्न सक्दैन, खोपमा समावेश नभएको फ्लू भाइरसलाई पनि।

खोप दिएपछि यसले काम शुरू गर्न 2 हप्ता सम्म लाग्छ। यो खोपले एक बर्षसम्म सुरक्षा दिन्छ।

केही निष्क्रिय बनाउने इन्फ्लुएन्जाका खोपमा Thimerosal भनिने सुरक्षा तत्व हुन्छ। Thimerosal नभएको इन्फ्लुएन्जाको खोप उपलब्ध छ। थप जानकारीको लागि तपाईँको डाक्टरलाई सोध्नुहोस्।

3 कसले र कहिले निष्क्रिय बनाइएको खोप लगाउनुपर्छ?

को

सबै **६ महिना र माथिको उमेरकाले** यो खोप लगाउनुपर्छ।

खोप खासगरी इन्फ्लुएन्जाको जटिल जोखिम हुनेहरूले र तिनीहरूसँग सम्पर्क हुने व्यक्तिले लगाउनुपर्छ, 6 महिनाभन्दा कम उमेरका केटाकेटीको हेरविचार गर्ने स्वास्थ्यकर्मीले पनि यो खोप लगाउनुपर्छ।

कहिले

उपलब्ध भएपछि जतिसक्दो चाँडो खोप लगाउनुहोस्। यसले फ्लूको मौसम छिट्टै आएमा सुरक्षा दिन्छ। तपाईंको समुदायमा फ्लूले असर पारिन्जेलसम्म तपाईं यो खोप लिन सक्नुहुन्छ।

इन्फ्लुएन्जा कुनै पनि बेला आउन सक्छ, तर धेरै जसो अक्टुबरदेखि मेसम्म आउन सक्छ। हालका दिनहरूमा, धेरैजसो संक्रमणहरू जनवरी र फरवरीमा देखिएका छन्। दिसम्बरमा खोप लगाउँदा, वा पछि लगाउँदा, बर्सभरि काम गर्न सक्छ।

वयस्क र ठूला केटाकेटीहरुलाई बर्समा खोपको एक मात्रा चाहिन्छ। तर नौ बर्सभन्दा साना उमेरकालाई सुरक्षा दिन बर्सको दुई मात्रा खोप आवश्यक हुन्छ। आफ्नो डाक्टरलाई सोध्नुहोस्।

अरु खोप दिएको बेला नै इन्फ्लुएन्जा खोप पनि दिन सकिन्छ।

4 केही मानिसहरूले निष्क्रिय इन्फ्लुएन्जाको खोप लिनु हुँदैन वा पर्खनुपर्छ

- तपाईंलाई कुनै गम्भीर एलर्जी (जीवनलाई खतरामा पार्ने) छ भने, जटिल अण्डाको एलर्जी समेत। कुनै किसिमको खोपको जटिल एलर्जी छ भने पनि खोप लिन नहुने कारण हुनसक्छ। इन्फ्लुएन्जाको खोपबाट एलर्जी हुने सम्भावना ज्यादै कम हुन्छ।
- विगतमा इन्फ्लुएन्जा खोप दिएपछि तपाईँलाई कुनै खालको एलर्जी भएको थियो भने डाक्टरलाई भन्नुहोस्।
- तपाईँलाई विगतमा Guillain-Barré Syndrome (एक किसिमको पक्षाघात अथवा लुकुवा रोग जसलाई GBS पनि भनिन्छ) भएको थियो भने पनि डाक्टरलाई भन्नुहोस्। तपाईंको डाक्टरले यो खोप तपाईंलाई दिने कि नदिने भनेर सल्लाह दिन्छन्।

- साधारण वा गम्भीर प्रकृतिका बिरामीहरूले फ्लूको खोप लिनका लागि सञ्चो नहुँदासम्म पर्खनुपर्छ। तपाईँ बिरामी हुनुहुन्छ भने, डाक्टरसँग कुरा गर्नुहोस् र कहिले खोप लिन उपयुक्त हुन्छ फेरि समय मिलाउनुहोस्। सामान्य सञ्चो नभएका मानिसहरूले भने यो खोप लिन सक्छन्।

5 निष्क्रिय बनाइएको इन्फ्लुएन्जा खोपका जोखिमहरू के हुन्?

यो खोपले, अरू औषधि जस्तै, गम्भीर समस्या उत्पन्न गर्न सक्छ, जस्तै गम्भीर एलर्जी हुनसक्छ। खोपको कारणले गम्भीर हानि पुर्याउने, वा मृत्यु हुने, ज्यादै कम सम्भावना हुन्छ।

इन्फ्लुएन्जा खोपबाट जटिल समस्या आउने सम्भावना ज्यादै कम हुन्छ। निष्क्रिय बनाइएको खोपमा भाइरस मारिएका हुन्छन्, त्यसैले खोपबाट इन्फ्लुएन्जा हुँदैन।

सामान्य समस्याहरू:
- खोप लगाएको ठाउँमा पिल्सिने, रातो हुने, वा सुन्निने
- झर्को लाग्ने, पिल्सिने, रातो वा चिलाउने आँखा; खोकी
- ज्वरो • दुखाइ • टाउको दुख्ने • चिलाउने • अल्छी लाग्ने

यी समस्याहरु देखिएमा, यी खोप दिएको लगतै देखिन्छन् र 1-2 दिन रहन्छन्।

जटिल समस्याहरू:
साना केटाकेटीहरू जसले निष्क्रिय नबनाएको फ्लू खोप र pneumococcal vaccine (PCV13) एकै समयमा लगाएका छन् तिनलाई ज्वरोले मूर्छा पर्ने सम्भावना हुन्छ। थप जानकारीको लागि डाक्टरलाई सोध्नुहोस्।

फ्लूको खोप लगाएको बच्चा मूर्छा परेमा डाक्टरलाई भन्नुहोस्।

जटिल समस्याहरू:
- यो खोपबाट मृत्युको डर हुने खालको एलर्जी भने एकदमै विरलै हुन्छ । यदि त्यस्ति एलर्जी भयो भने, साधारणतया खोप दिएको केही मिनेट वा केही घण्टा मै प्रतिक्रिया देखिन्छ।
- 1976 मा एक किसिमको निष्क्रिय बनाइएको इन्फ्लुएन्जा (swine flu) खोप Guillain-Barré Syndrome सँग सम्मिलित भएको थियो। त्यस बेलादेखि, फ्लू खोपहरू निश्चितरूपमा GBS सँग सम्बन्धित छन्। तर हालको फ्लू खोपबाट GBS को जोखिम भयो भने, यो दस लाखमा 1 वा 2 जनालाई हुनसक्छ। यो जटिल इन्फ्लुएन्जाभन्दा पनि कम जोखिम हुने हुँदा, यसलाई खोपले निदान गर्न सकिन्छ।

Office Use Only

Afluria भनिने एक किसिमको निष्क्रिय गराइएको फ्लूको खोप 8 वा त्यो भन्दा कम उमेरका केटाकेटीलाई **दिनु हुँदैन**, खास अवस्थामा बाहेक। ज्वरो र ज्वरोसँग सम्बन्धित मूर्छा पर्ने रोगसँग सम्बन्धित खोप अष्ट्रेलियामा निकालिएको थियो। तपाईंको डाक्टरले थप जानकारी दिन सक्छ।

सुरक्षित खोपको लागि नियमित अनुगमन भैरहेको हुन्छ। थप जानकारीको लागि हेर्नुहोस्:
www.cdc.gov/vaccinesafety/Vaccine_Monitoring/Index.html
तथा
www.cdc.gov/vaccinesafety/Activities/Activities_Index.html

6 कुनै नराम्रो शारीरिक प्रतिक्रिया देखियो भने के गर्ने?

मैले के गर्नुपर्छ?
कुनै असामान्य अवस्था जस्तै धेरै ज्वरो वा आनीबानीमा परिवर्तन। सास फेर्न अप्ठेरो हुने, घाँटी कराउने वा घुर्ने, घाँटी घ्यार-घ्यार गर्ने, अनुहार मलिन वा फुस्रो हुने, कमजोरीपना, मुटुको धडकन तिव्र हुनु वा रिंगटा लाग्नु।

मैले के गर्ने?
- डाक्टरलाई **फोन गर्नुहोस्**, वा सम्बन्धित व्यक्तिलाई सीधै डाटरकहाँ लानुहोस्।
- के भएको हो डाक्टरलाई **बताउनुहोस्**, भएको समय, मिति र खोप दिएको समय।
- Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS) फारम भरेर प्रतिक्रियाको रिपोर्ट दिन अनुरोध गर्नुहोस्। अथवा तपाईंले यो रिपोर्ट VAERS को वेबसाइट **www.vaers.hhs.gov** मा गएर वा **1-800-822-7967** मा फोन गरेर दिन सक्नुहुन्छ।

VAERS ले स्वास्थ्य सम्बन्धी परामर्श दिँदैन।

7 राष्ट्रिय खोप हानि क्षतिपूर्ति कार्यक्रम

राष्ट्रिय खोप हानि क्षतिपूर्ति कार्यक्रम (VICP) 1986 मा स्थापित भएको हो।

खोपबाट हानि भएको ठान्ने कुनै पनि व्यक्तिले यस कार्यक्रमको बारेमा **1-800-338-2382** फोन गरेर वा VICP को वेबसाइट **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** मा गएर .जानकारी पाउन सक्छ र असन्तुष्टि दर्ता गर्न सक्छ।

8 म अझ थप जानकारी कसरी पाउन सक्छु?

- आफ्नो डाक्टरलाई सोध्नुहोस्। उनीहरूले तपाईँलाई खोपको प्याकेज दिन वा जानकारीका अन्य स्रोत बताउन सक्छन्।
- स्थानीय वा राज्यको स्वास्थ्य विभागमा फोन गर्नुहोस्।
- रोग नियन्त्रण र सुरक्षा विभागहरू (CDC)मा सम्पर्क गर्नुहोस्:
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** मा फोन गर्नुहोस् वा
  - CDC को वेबसाइट हेर्नुहोस्: **www.cdc.gov/flu**

DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

Vaccine Information Statement (Interim)
Inactivated Influenza Vaccine - Nepali (7/2/12) 42 U.S.C. §300aa-26

Translation Provided by Division of Global Migration and Quarantine, CDC