

څنگه کولی شو خپل ماشوم له ناروغۍ خوندي وساتو

د مېندواره بڼو لپاره د RSV
واکسين په اړه لارښود.



له 2024 کال وروسته مېندواره بڼې کولی شي د خپلې هرځل مېندواری پر مهال په وړیا ډول واکسين وکړي، ترڅو خپل ماشومان له RSV ناروغۍ څخه خوندي وساتي.

شپږ میاشتي وروسته ستاسو نوی زېږېدلی ماشوم د شدیدې RSV ناروغۍ د ټیټې کچې گواښ سره مخ وي.

د لوړ عمر ماشومان او لویان هم کېدی شي په RSV اخته شي، خو په کوچنیو ماشومانو او 75 کلنو او تر دې د لوړ عمر لرونکو لویانو کې دغه دغه ناروغي ډېره شدیدې ده.

څه وخت باید واکسین وکړو؟

دغه واکسین باید تاسو ته د جنینو د سقط اړونده لیدژمنې یا ملاقات وروسته په 28 مه اونۍ وړاندې شي. که چېرې تاسو تردې دمه په دې اړه څه نه وي اورېدلي، د لیدژمنې یا ملاقات چمتو کولو په موخه د خپلې ولادي ځانګې یا GP یعنې عمومي ډاکټر سره په اړیکه کې شئ. د جنینو د سقط په 28 مه اونۍ یا څو اونۍ وروسته د واکسینو تطبیق تاسو سره مرسته کوي چې له زېږون مخکې د خپل ماشوم د دنیا ته راوړو په موخه په کافي اندازه انټي باډي جوړ کړي. په دې سره به ستاسو ماشوم ته حتی که له وخت مخکې زېږېدلی هم وي، ترټولو غوره مصوئیت رامنځ ته شي.

تاسو د خپلې مېندواری په وروستیو کې هم کولی شئ دغه واکسین تطبیق کړئ خو اغېز یې ښايي یو څه کم وي. که چېرې دا ممکنه نه وه چې خپل واکسین په وخت سره وکړئ، نو کولی شئ ترهغې چې ماشوم مو دنیا ته نه وي راوړی داغه واکسین تطبیق کړئ. که چېرې تاسو دغه واکسین د مېندواری په وروستیو کې تطبیقوئ، بیا هم کولی شي له ناروغۍ مو وساتي او ستاسو نوی زېږېدلی ماشوم ته د هغې د انتقال گواښ کم کړي.

دغه واکسین څنګه تطبیقېږي او جانبي عوارض یې څه دي؟

دا واکسین ستاسو د مټ په پاسنۍ برخه کې د تزریق په شکل تطبیقېږي.

جانبي عوارض یې معمولا خفیف یا ملایم دي. په جانبي عوارضو کې لاندې موارد شامل دي:

- سر درد
- د عضلاتو درد
- درد، سوروالی یا د تزریق په ساحه کې پړسوب

ولې باید خپل ماشومان له RSV ناروغۍ خوندي وساتو؟

(RSV) یو ډول عامه د سپږو ناروغي ده چې د برانشیولیت په نامه یادېږي. په تنکیو ماشومانو کې دغه ناروغي د دې لامل کېږي چې ماشومان په سختۍ سره ساه واخلي او په سختۍ سره خواړه میل کړي. د دغې ناروغۍ ډېری مورد ښايي په کور کې تداوي شي خو په انګلستان کې هر کال د یادې ناروغۍ له امله شاوخوا 20,000 نوي زېږېدلي ماشومان په روغتونونو کې بستر کېږي. هغه نوي زېږېدلي ماشومان چې شدیدې bronchiolitis ناروغي لري ښايي جدي درملنې ته اړتیا ولري او کېدی شي دغه ناروغي د هغوی لپاره وژونکې وي. د RSV ناروغي ښايي په هغو کم عمره نویو زېږېدلیو، بې وخته زېږېدلیو او هغو ماشومانو کې ډېره شدیدې وي چې په قلب، تنفسي یا د بدن په دفاعي سیستم باندې اغېزه درلودونکې ناروغي لري.

RSV ناروغي کېدی شي د کال په هره برخه کې شیوع وکړي خو شدت یې هر کال په ژمي کې وي.

RSV ناروغي څنګه خورېږي؟

RSV یوه خورا ساري او په آسانۍ سره خورېدونکې ناروغي ده چې په ځانګړي ډول د ماشومانو ترمنځ د ټوخي او پرنجې له لارې خورېږي. حتی د ساده تدابیرو لکه د لاسونو مینځل، ټوخي او پرنجې پرمهال د پوزې یا خولې په پټولو سره هم په کورنۍ کې د دغې ناروغۍ له خورېدو څخه مخنیوی ستونزمن کار دی. د مېندواری پرمهال له RSV ناروغۍ څخه د خپل ماشوم د مصوئنه ساتو لپاره ترټولو غوره لار د واکسینو تطبیق دی.

د RSV واکسین تر کومې کچې مؤثر دی؟

د دغه واکسین په تطبیق سره ستاسو د بدن دفاعي سیستم پیاوړی کېږي او د وایروس پروړاندې په بدن کې انټي باډي تولیدوي. دغه انټي باډي بیا ستاسو له بدن څخه جنین ته انتقال کوي ترڅو له زېږون وروسته ماشوم مصوئن وساتي. د RSV واکسینو تطبیق تر لومړیو شپږو میاشتو پورې په شدیدې bronchiolitis ناروغۍ د اخته کېدو گواښ تر 70% پورې راټیټوي.

آیا د مېندواری په موده کې د RSV واکسین تطبیق زما د ماشوم لپاره مصون دی؟

د کلیني څېړنو له مخې شاوخوا 4,000 او د ملي پروگرامونو له مخې په زرگونو نورو مېرمنو ته دغه واکسین تطبیق شوي دي. د امریکا په متحده ایالاتو کې ارقام ښيي چې دغه واکسین تر 100,000 ډېرو مېرمنو ته تطبیق شوي چې غوره مصونیت یې رامنځ ته کړی. عمومي کلینیکي څېړنې ښيي چې د واکسین له تطبیق وروسته په لورمۍ میاشت کې د نارسو زېږېدلیو ماشومانو تعداد یو څه ډېر (2.1%) وو چې واکسین یې تطبیق کړي نسبت هغو ته چې واکسین یې نه دي تطبیق کړي (1.9%). دا توپیر په لور احتمال سره ښايي چې چانس وي. دغه واکسین په انګلستان، اروپایي اتحادیې او متحده ایالاتو کې د درملو د تنظیم د اړونده ادارو لخوا د کیفیت او مصونیت له اړخه تائید شوی دی.

آیا د واکسینو تطبیق په دې مانا دی چې نور به زما ماشوم په RSV ناروغۍ نه اخته کېږي؟

واکسینو ثابتېدنه کړې ده چې په تطبیق سره به یې له شدیدې RSV ناروغۍ څخه ستاسو د ماشوم د رنځ وړلو چانس کم وي. لکه د نورو درملو په شان، واکسین هم په بشپړ ډول اغېزمن نه وي او کېدی شي ځینې ماشومان د مور لخوا د دغه واکسین د تطبیق سره سره په RSV ناروغۍ اخته شي. نو د ډېری هغو ماشومانو لپاره چې میندو یې واکسین کړي وي، باید دغه ناروغي شديده نه وي.

تاسو کولی شئ د RSV واکسین په اړه چې د Abrysvo په نامه هم یادېږي، په دغه لېنک کې د ناروغ معلوماتي لارښود ولولئ: www.medicines.org.uk/emc/product/15309/pil

که چېرې مو ماشوم د لور گواښ سره مخ وي، څه باید وکړو؟

ځینو هغو ماشومانو ته چې د RSV تر لور گواښ لاندې دي لکه تر وخت مخکې زېږېدلي ماشومان، د شدیدې قلبي ناروغۍ درلودونکي ماشومان یا هغه چې د بدن کمزوری دفاعي سیستم لري، کېدی شي د تزریق په ډول د دغه واکسین د تطبیق سپارښتنه وشي. دغه واکسین به هغوی ته د هغو انتي باډي سربره اضافي مصونیت رامنځ ته کړي چې له مور څخه یې ترلاسه کړی.

آیا د هر ځل مېندواری پرمهال د RSV واکسینو تطبیق ته اړتیا ده؟

هو، تاسو باید د هر ځل مېندواری پرمهال دغه واکسین وکړئ ترڅو ستاسو ماشوم ته غوره مصونیت رامنځ ته کړي.

آیا کولی شم د خپل RSV واکسین سره هم مهاله خپل نور د مېندواری واکسین هم وکړم؟

دا مهم ده چې د مېندواری پرمهال خپل واکسینونه په مناسب وخت کې وکړئ:

- د شنه توخي واکسین معمولا د مېندواری په لومړیو مرحلو کې (تقریبا د مېندواری په وسطې مرحله کې چې معمولا د مېندواری 20مه اونۍ کېږي) تطبیقېږي.
- تاسو باید خپل د RSV واکسین د مېندواری په 28مه اونۍ وکړئ
- د والکي واکسین کولی شئ د مېندواری په هر مرحله کې وکړئ. تاسو باید دغه واکسین د فرصت چمتو کېدو سره سم وکړئ

که چېرې تاسو د RSV واکسین د تطبیق پرمهال خپل شنه توخي یا والکي واکسین نه وي کړي، نو باید دواړه په عین وخت کې وکړئ.

څنګه کولی شم په دې اړه نور معلومات ترلاسه کړم؟

تاسو کولی شئ په دې اړه د خپلې قابلې یا GP سره مشوره وکړئ، همدارنګه کولی شئ په دې اړه ترتیب شوی لارښود په لاندې لېنک کې مطالعه کړئ:

www.gov.uk/government/publications/respiratory-syncytial-virus-rsv-maternal-vaccination

www.nhs.uk/pregnancy/keeping-well/vaccinations

د واکسینو په اړه د اضافي معلوماتو لپاره، لاندې لېنک ته مراجعه وکړئ:

www.gov.uk/government/publications/pregnancy-how-to-help-protect-you-and-your-baby

که چېرې په لاندې شرائطو کې یاست، نو د عاجل GP ملاقات غوښتنه وکړئ یا 111 شمېرې ته زنگ ووهئ:

- که چېرې ستاسو ماشوم زکام وي او حالت یې په خرابېدو وي
- که چېرې ستاسو ماشوم له نورمال حد څخه ډېر لږ خوراک کوي
- که چېرې ستاسو ماشوم په 12 ساعتونو کې یو ځل یا ډېر ځان چټلوي او یا هم د نس ناستې نور علائم پکې وي
- که چېرې ستاسو ماشوم د 3 میاشتو وي او د بدن حرارت یې 38°C وي، او یا هم تر 3 میاشتې ډېر عمر ولري او د بدن د حرارت درجه یې 39°C یا تر دې لوړه وي.

د لاندې ستونزو په صورت کې 999 شمېرې ته زنگ ووهئ یا A&E ته مراجعه وکړئ:

کله چې فکر کوئ ماشوم مو په جدي توګه نارامه ښکاري، ځان مطمئن کړئ. په لاندې شرائطو کې باید ژر تر ژره اقدام وکړئ:

- کله چې ستاسو ماشوم په سختې سره ساه اخلي - په دې صورت کې ښايي ستاسو ماشوم په ساه اخیستو کې ستونزه ولري او غږ غږ وکړي، نس یې ولوېږي او د پوښتنيو په منځ کې یې خالیګاوې ښکاره شي
- کله چې ستاسو ماشوم په وقفه یې ډول ساه اخلي
- کله چې ستاسو د ماشوم جلد، ژبه یا شونډې شنې کېږي
- کله چې ستاسو ماشوم نرمېږي یا کاهله کېږي او له خوبه نه پورته کېږي یا هم نه بیدېږي

آیا شونې ده چې ماشوم مې RSV bronchiolitis ولري؟

د RSV bronchiolitis په اعراضو او علائمو کې ښايي لاندې موارد شامل وي:

- د پزې بهېدل یا بندېدل
- په سختې، تېزې یا سغېدو سره ساه اخیستل
- په سختې سره خوراک کول
- ټوخی
- تبه
- نا آرامي
- ستړیا یا کھالت

دغه راز RSV کولی شي په تنکیو ماشومانو کې نور اعراض او علائم لکه تخته یا غوږمېدونکې ټوخی او په غوږ کې د ننه درد او داسې نور رامنځ ته کړي.



تاسو کولی شئ د مشکوکو جاني عوارض په اړه په Yellow Card وېب پاڼه کې او یا هم شمېرې 0800 731 6789

ته د زنگ وهلو له لارې چې له دوشنبه تر جمعې د سهار له 9am د مازدیګر تر 5pm پورې په وړیا ډول د لاسرسي وړ ده، خپل راپور ثبت کړئ.

www.mhra.gov.uk/yellowcard

