छोटी माता (चिकनपॉक्स) का टीका

आपको क्या जानने की आवश्यकता है

अनेक टीका जानकारी विवरण स्पेनिश और अन्य भाषाओं में उपलब्ध हैं। www.immunize.org/vis देखें।

1 यह टीका क्यों लगवाएं?

चिकनपॉक्स (जिसे छोटी माता या वेरिसेला भी कहते हैं), बचपन में होने वाली एक आम बीमारी है। यह सामान्यत: हल्की होती है लेकिन यह गंभीर भी हो सकती है, विशेषकर छोटे शिशुओं और वयस्कों में।

- इसके कारण ददोरा, बुखार आते हैं और थकान होती है।
- इसके कारण गंभीर त्वचा संक्रमण, निशान, निमोनिया, दिमाग को नुकसान, अथवा मौत हो सकती है।
- चिकनपॉक्स का वायरस एक व्यक्ति से दूसरे में हवा के माध्यम से फैल सकता है, अथवा चिकनपॉक्स के फफोलों के द्रव के संपर्क में आने से फैल सकता है।
- जिस व्यक्ति को चिकनपॉक्स हुआ हो उसे कई वर्षों बाद एक कष्टकारी ददोरा हो सकता है जिसे शिंगल्ज़ (भैंसिया दाद) कहते हैं।
- इस टीके के आने से पहले, यूनाइटेड स्टेट्स में हर साल करीब 11,000 लोग चिकनपॉक्स के कारण अस्पतालों में भर्ती किए जाते थे।
- इस टीके के आने से पहले, यूनाइटेड स्टेट्स में हर साल करीब 100 लोग चिकनपॉक्स के कारण मर जाते थे।

चिकनपॉक्स का टीका चिकनपॉक्स की बीमारी को रोक सकता है।

जिन लोगों को चिकनपॉक्स का टीका लगाया जाता है, उनमें से अधिकांश को चिकनपॉक्स की बीमारी नहीं होती। लेकिन यदि किसी ऐसे व्यक्ति को चिकनपॉक्स हो ही जाती है जिसे टीका लग चुका हो, तो आमतौर पर बीमारी बहुत हल्की होती है। ऐसे लोगों को कम फफोले होंगे, बुखार आने की संभावना कम होगी, और वे जल्दी ठीक हो जाएंगे।

2 चिकनपॉक्स का टीका किसे देना चाहिए और कब?

नियमित क्रम

जिन बच्चों को कभी चिकनपॉक्स नहीं हुई है उन्हें नीचे दी गई उम्र पर चिकनपॉक्स के टीके की 2 खुराकें दी जानी चाहिए:

प्रथम खुराक:	12-15 माह की उम्र पर
दूसरी खुराक:	4-6 वर्ष की उम्र में (इससे पहले भी दी जा सकती है, यदि प्रथम खुराक से कम से कम 3 माह बाद हो)

13 वर्ष और अधिक उम्र के लोगों को (जिन्हें कभी चिकनपॉक्स नहीं हुआ अथवा जिन्हें कभी चिकनपॉक्स का टीका नहीं लगाया गया) दो खुराकें दी जानी चाहिए जिनके बीच कम से कम 28 दिनों का अंतर हो।

भरपाई

कोई भी व्यक्ति जिसका पूरा टीकाकरण नहीं किया गया है, और जिसे कभी चिकनपॉक्स नहीं हुई, उसे चिकनपॉक्स के टीके की एक अथवा दो खुराकें दी जानी चाहिएं। इन खुराकों का समय उस व्यक्ति की उम्र पर निर्भर करता है। अपने स्वास्थ्य सेवादाता से पूछें।

चिकनपॉक्स के टीके, दूसरे टीकों के साथ ही दिए जा सकते हैं।

> टिप्पणी: एक संयोजन टीका जिसे MMRV कहते हैं, और जिसमें चिकनपॉक्स और MMR दोनों के टीके होते हैं, 12 वर्ष अथवा कम उम्र के लोगों को दो अलग-अलग टीके लगाने के बजाए लगाया जा सकता है।

3 कुछ लोगों को चिकनपॉक्स का टीका नहीं लगवाना चाहिए अथवा उन्हें इंतजार करना चाहिए

- यदि किसी व्यक्ति को पहले कभी ली गई चिकनपॉक्स के टीके की खुराक से अथवा जिलेटिन से अथवा नियोमाइसिन नामक एंटीबायोटिक से जीवन को खतरे में डालने वाली एलर्जी हुई हो, तो उसे चिकनपॉक्स का टीका नहीं लगवाना चाहिए।
- जो लोग इंजेक्शन लगाने के लिए निर्धारित समय पर मध्यम अथवा गंभीर रूप से बीमार हैं, उन्हें आमतौर पर तब तक चिकनपॉक्स का टीका लगवाने का इंतजार करना चाहिए जब तक वे ठीक नहीं हो जाते।
- गर्भवती महिलाओं को चिकनपॉक्स का टीका लगवाने के लिए तब तक इंतजार करना चाहिए जब तक वे बच्चे को जन्म नहीं दे देतीं। चिकनपॉक्स का टीका लगवाने के 1 माह बाद तक महिलाओं को गर्भधारण नहीं करना चाहिए।
- कुछ लोगों को अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए कि उन्हें चिकनपॉक्स का टीका लगवाना चाहिए या नहीं, जिनमें ऐसे लोग शामिल हैं जिन पर निम्नलिखित बातें लागू होती हैं:
  - उसे HIV/AIDS है, अथवा अन्य कोई ऐसी बीमारी है जिसका प्रभाव प्रतिरक्षा प्रणाली पर पड़ता हो
  - उसका इलाज 2 सप्ताह या अधिक समय से ऐसी दवाओं से किया जा रहा हो जिसका प्रभाव प्रतिरक्षा प्रणाली पर पड़ता हो, जैसे कि स्टीरॉइड दवाएं
  - उसे किसी भी प्रकार का कैंसर हो
  - उसके कैंसर का इलाज विकिरण चिकित्सा अथवा दवाओं से किया जा रहा हो
- जिन लोगों को हाल ही में द्रव चढ़ाया गया है अथवा अन्य रक्त उत्पाद दिए गए हैं उन्हें अपने डॉक्टर से पूछना चाहिए कि वे कब चिकनपॉक्स का टीका लगवा सकते हैं।

अधिक जानकारी के लिए अपने स्वास्थ्य सेवादाता से पूछें।

Chickenpox - Hindi 3/13/08

4 चिकनपॉक्स के टीके में क्या-क्या जोखिम हैं?

किसी भी दवा की भांति, टीकों से भी गंभीर समस्याएं, जैसे कि गंभीर एलर्जी प्रतिक्रियाएं हो सकती हैं। चिकनपॉक्स के टीके से गंभीर नुकसान, या मृत्यु होने का खतरा बहुत की कम होता है।

चिकनपॉक्स का टीका लगवाना इसकी बीमारी के हो जाने से कहीं अधिक सुरक्षित है। चिकनपॉक्स का टीका लगवाने वाले अधिकांश लोगों को इसके कारण कोई भी समस्या नहीं होती। प्रतिक्रिया होने की संभावना आमतौर पर दूसरी खुराक की तुलना में पहली खुराक के बाद होने की संभावना अधिक रहती है।

हल्की समस्याएं

- इंजेक्शन लगाने की जगह पर दर्द अथवा सूजन होना (5 में से लगभग 1 बच्चे को और 3 में से 1 तक किशोरों और वयस्कों को)
- बुखार आना (10 में से एक व्यक्ति को, अथवा इससे कम)
- हल्का ददोरा, टीका लगाने के एक माह बाद तक (25 में से 1 व्यक्ति) यह संभव है कि ये लोग अपने घर के दूसरे लोगों में संक्रमण फैला दें, लेकिन ऐसा बहुत ही विरले मामलों में होता है।

मध्यम समस्याएं

- दौरे आना (झटके लगना अथवा घूरती नजरें) जो बुखार के कारण होता है (बहुत विरले मामलों में)।

गंभीर समस्याएं

- निमोनिया (बहुत विरले मामलों में)

चिकनपॉक्स का टीका लगाने के बाद अन्य गंभीर समस्याओं की भी सूचना मिली है, जिनमें गंभीर दिमागी प्रतिक्रियाएं और रक्त कोशिकाओं की संख्या कम होना शामिल है। ये इतनी विरल हैं कि विशेषज्ञ यह नहीं बता सकते कि ये टीके के कारण हुई हैं या नहीं। यदि ये टीके के कारण होती भी हैं, तो अत्यंत विरल हैं।

> टिप्पणी: **MMRV** टीके की प्रथम खुराक का संबंध, MMR और चिकनपॉक्स के टीके अलग-अलग देने की तुलना में ददोरे तथा बुखार की अधिक दरों से जोड़ा गया है। ददोरा होने की सूचना लगभग 20 में से 1 व्यक्ति में और बुखार की सूचना लगभग 5 में से एक व्यक्ति में दी गई है।
> MMRV के बाद बुखार होने के कारण अधिक बार दौरे आने की सूचना भी मिली है। ये सामान्यत: पहली खुराक के 5-12 दिन बाद होते हैं।

5 यदि हल्की या गंभीर प्रतिक्रिया होती है तो क्या होगा?

मुझे किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?

- कोई भी असामान्य दशा, जैसे कि अधिक बुखार, कमजोरी, अथवा व्यवहार में बदलाव। गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया के चिह्नों में शामिल हो सकते हैं सांस लेने में दिक्कत, आवाज में कर्कशता अथवा गले में घरघराहट होना, चकत्ते, पीलापन, कमजोरी, तेज हृदयगति अथवा चक्कर आना।

मुझे क्या करना चाहिए?

- डॉक्टर को **फोन करें**, अथवा प्रभावित व्यक्ति को तुरंत डॉक्टर के पास ले जाएं।
- अपने डॉक्टर को **बताएं** कि क्या हुआ, घटना की तारीख और समय तथा यह भी बताएं कि टीका कब लगाया गया था।
- अपने स्वास्थ्य सेवादाता से एक वैक्सीन एडवर्स ईवेंट रिपोर्टिंग सिस्टम (VAERS) फार्म भरकर प्रतिक्रिया की रिपोर्ट करने के लिए **कहें**। अथवा आप यह रिपोर्ट VAERS की वेबसाइट **www.vaers.hhs.gov** पर, अथवा **1-800-822-7967** पर फोन करके भी दर्ज कर सकते हैं।

VAERS द्वारा चिकित्सा सलाह प्रदान नहीं की जाती।

6 राष्ट्रीय टीका क्षति मुआवजा कार्यक्रम

जिन लोगों को किसी टीके से नुकसान पहुंचा हो उनकी सहायता के लिए एक संघीय कार्यक्रम शुरू किया गया है।

राष्ट्रीय टीका क्षति मुआवजा कार्यक्रम पर अधिक विवरण के लिए, **1-800-338-2382** पर फोन करें अथवा उनकी वेबसाइट **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** पर जाएं।

7 मैं अधिक जानकारी कैसे प्राप्त कर सकता(ती) हूं?

- अपने स्वास्थ्य सेवादाता से पूछें। वे आपको टीका पैकेज पर्चा दे सकते हैं अथवा जानकारी के अन्य स्रोतों का सुझाव दे सकते हैं।
- अपने स्थानीय अथवा राज्य स्वास्थ्य विभाग को फोन करें।
- रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्रों (CDC) से संपर्क करें:
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** पर कॉल करें
  - CDC की वेबसाइट पर जाएं: **www.cdc.gov/vaccines**

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

Vaccine Information Statement (Interim)
Varicella Vaccine Hindi (3/13/08) 42 U.S.C. §300aa-26

Translation provided by the California Department of Public Health