

আপনি আপনার ছোট বাচ্চাটির টিকার অভিজ্ঞতা কিভাবে সহজ করতে পারেন¹

আপনার বাচ্চাটিকে দৃঢ় অথচ আরামদায়কভাবে ধরে থাকার ফলে ইনজেকশন দেওয়ার সময় বাচ্চাদের তাদের হাত ও পা নড়াচড়া করতে বাধা দেয়, স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারদের শিশুর হাত-পা এবং ইনজেকশন দেওয়ার জায়গায় সম্পূর্ণ নিয়ন্ত্রণ দেয়, শিশুটির ভীতি রোধ করে আপনার শিশুটিকে আদর ও সান্ত্বনা দিতে উৎসাহিত করে।

যখন আপনার শিশুর পায়ে ইঞ্জেকশন দেওয়া হয়¹



- শিশুকে কোলে বসিয়ে ধরে রাখুন
- আপনার বগলের নীচে শিশুটির হাত রাখুন এবং একটি নিরাপদ, আলিঙ্গনের মতো ধরে রাখার জন্য আপনার উপরের হাত দিয়ে মৃদু চাপ দিন
- আপনার নীচের হাত ব্যবহার করে শিশুর অন্য হাতটি আলতোভাবে কিন্তু নিরাপদে ধরে রাখুন
- শিশুর পা আপনার দুই উরুর মধ্যে শক্তভাবে আটকে রাখুন বা আপনার অন্য হাত দিয়ে নিরাপদে ধরে রাখুন

টিকার জন্য পরিদর্শনের সময় মানসিক চাপ কম করার কয়েকটি টিপস - টিকা দেওয়ার আগে, দেওয়ার সময় এবং দেওয়ার পরে আপনার সন্তানকে সমর্থন করার সহজ উপায়সমূহ¹



তাদের টিকা দেওয়ার আগে¹

- আপনার শিশুর স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের কাছ থেকে আপনি যে টিকা সম্পর্কিত সামগ্রী পেয়েছেন তা পড়ুন
- আপনার যদি কোনও প্রশ্ন থাকে, তা লিখুন
- আপনার শিশুর সম্ভাব্য প্রয়োজনীয় টিকার একটি তালিকা তৈরি করুন
- আপনার শিশু যে টিকাগুলি নেবে তার সুবিধা এবং ঝুঁকি সম্পর্কে আরও জানুন
- আপনার শিশুর আপডেট করা ব্যক্তিগত টিকাদানের রেকর্ড তাদের অ্যাপয়েন্টমেন্টে সঙ্গে নিয়ে যান

টিকা দেওয়ার সময়¹

- আদর করে, গান গেয়ে, বা নরমভাবে কথা বলে বা তার প্রিয় খেলনা বা বইয়ের মাধ্যমে সান্ত্বনা দিয়ে আপনার বাচ্চার মনোযোগ সরিয়ে দিন
- হাসিমুখে ঘন ঘন বাচ্চার চোখে চোখ রাখুন
- যখনই সম্ভব আপনার শিশুকে আপনার কোলে শক্ত জড়িয়ে ধরুন
- টিকা দেওয়ার পরপরই, তাদের জড়িয়ে ধরে আদর করুন
- প্রশংসা এবং আদর সহ আপনার কণ্ঠস্বর ব্যবহার করে তাদের শান্ত করুন
- তাদের দোলান, স্পর্শ করুন বা তাদের বুকের দুধ খাওয়ান

টিকা দেওয়ার পর¹

- টিকা সম্পর্কে আপনার ডাক্তার আপনাকে যে তথ্য দিয়েছেন তা পর্যালোচনা করুন
- যে জায়গায় ইনজেকশন দেওয়া হয়েছিল সেখানে ব্যাথা এবং ফোলাভাব কমাতে একটি ঠান্ডা, ভেজা কাপড় ব্যবহার করুন
- ইনজেকশনের ফলে হালকা প্রতিক্রিয়া, যেমন ইনজেকশন দেওয়ার জায়গায় ব্যাথা, ফুসকুড়ি বা জ্বর হওয়া স্বাভাবিক এবং শীঘ্রই সেগুলি চলে যাবে
- আপনার শিশু বিশেষজ্ঞের অনুমতি নিয়ে ঠাণ্ডা জলে শিশুর গা মুছিয়ে জ্বর কমিয়ে ফেলুন বা অ্যাসপিরিন ছাড়া অন্য কিছু দিয়ে ব্যাথার উপশম করুন
- নিশ্চিত করুন যে আপনার শিশু টিকা দেওয়ার পর প্রথম 24 ঘন্টায় হাইড্রেটেড আছে

IAP-এর সুপারিশ অনুযায়ী আপনার শিশুর যে টিকাগুলির প্রয়োজন²

Take a look at the vaccines that your baby needs to stay protected at different ages as they grow up

Birth	6 weeks	10 weeks	14 weeks	6 months
BCG OPV Hep B-1 (BD)³	DTaP/ Rota-1 DTwP-1 PCV-1 IPV-1 ^c Hib-1 Hep B-2	DTaP/ Rota-2 DTwP-2 PCV-2 IPV-2 ^c Hib-2 Hep B-3	DTaP/ Rota-3 ^d DTwP-3 PCV-3 IPV-3 ^c Hib-3 Hep B-4 ^b	IIV-1 ^e Typhoid conjugate vaccine [®]
7 months	9 months	12 months	13 months	15 months
IIV-2	MMR-1 MCV-1 ^k Yellow Fever Vaccine ^l	Hep A MCV-2 ^k JE-1 ^m Oral Cholera Vaccine-1	JE-2 ⁿ Oral Cholera Vaccine-2 ⁿ	MMR-2 Varicella-1 PCV booster
16-18 months	18-19 months	2-3 years	4-6 years	10-12 years
DTwP/DTaP-B1 Hib-B1 IPV ^c -B1	Hep A-2 ^o Varicella-2 ^o	MCV ^k PPSV23 ^r	DTwP/DTaP-B2 IPV ^c -B2 MMR-3	Tdap ^s HPV ^u

*Vaccines used in special situations

BD=Birth Dose, ACIP=Advisory Committee on Vaccines & Immunization Practices, ®=Typhoid Conjugate vaccine can be administered between 6-9 months, BCG=Bacille Calmette Guerin vaccine, OPV=Oral Polio Vaccine, Hep B=Hepatitis B, DTaP/DTwP=Diphtheria-tetanus acellular Pertussis /Diphtheria tetanus whole cell Pertussis, IPV=Injectable Polio Vaccine, Hib=Haemophilus influenzae type b, Rota=Rotavirus, PCV=Polysaccharide Conjugate Vaccine, PPSV=Polysaccharide Pneumococcal Vaccine, IIV=Injectable Influenza Vaccine, MMR=Measles Mumps Rubella, HepA=Hepatitis A, HPV=Human Papillomavirus, Tdap=tetanus and diphtheria toxoids with acellular pertussis, MCV=Meningococcal Vaccine, JE=Japanese Encephalitis

(a) to be given within 24 hr after birth. When this is missed, it can be administered at first contact with health facility. (b) An extra dose of Hepatitis B vaccine is permitted as part of a combination vaccine when use of this combination vaccine is necessary. (c) IPV can be given as part of a combination vaccine. (d) 2nd dose of Rota vaccine is not necessary for 1st (e) Influenza vaccine should be started after 6 mo of age. 2 doses, 4 wks apart, usually in the pneumococcal period. At other times of the year, the most recent available strain should be used. Annual influenza vaccination should be continued, for all, at 5 y of age; after the age of 5y, this vaccine is recommended in the high-risk group only. (f) Single dose to be given for the live attenuated Hepatitis A vaccine. The inactivated vaccine needs two doses. (g) 2nd dose of Varicella vaccine should be given 3-6 mo of age after dose 1. However, it can be administered anytime 3 mo after dose 1 or at 4-6 y. (h) Tdap should not be administered as the second booster of DTaP or 4-6 y. For delayed 2nd booster, Tdap can be given after 7 y of age. A dose of Tdap is necessary at 10-12 y, irrespective of previous Tdap administration. If Tdap is unavailable/unavailable, it can be substituted with Td. (i) Before 14 completed years, HPV vaccines are recommended as a 2-dose schedule, 6 mo apart. (j) From 15th y onwards and the immunocompromised subjects at all ages, HPV vaccines are recommended as a 3-dose schedule. (k) 1st (IPV2) or (3rd) (IPV4), (l) MMRACWV-1 is approved in a 2-dose schedule between 9-23 mo. Minimum interval between two doses should be 3 mo. (m) MMRACWV-2 is also recommended as a single dose schedule after 2 y of age. (n) Due to the nature of rabies (an infectious zoonotic viral disease that is almost always fatal following the onset of clinical symptoms), there is no defined age indication for vaccine use. This is in alignment with ACIP's recommendation for rabies vaccine use across all children aged 0 through 18 years in special situations²

Kudos to you for taking the best shot towards your baby's care!

You've done a great job in going that extra mile to prepare for your little one's vaccination visit!

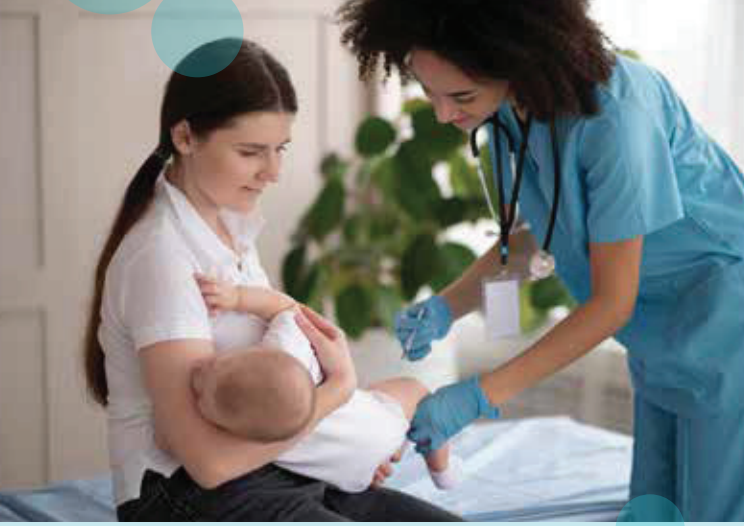
To know more about vaccinations, talk to your pediatrician now.

IAP: Indian Academy of Pediatrics

References: 1. Centers for Disease Control and Prevention [Internet]. Before, During, and After Your Child's Shots | CDC; [cited 2023 Feb 2]. Available from: <https://www.cdc.gov/vaccines/imz/downloads/pdf/before-during-and-after-your-childs-shots.html>. 2. Kati SS, et al. Indian Academy of Pediatrics (IAP) Advisory Committee on Vaccines and Immunization Practices (ACVIP). Recommended Immunization Schedule (2020-21) and Update on Immunization for Children Aged 0 Through 18 Years. Indian Pediatr. 2021 Jan; 58(1):44-53. 3. World Health Organization. Rabies vaccines. WHO position paper, April 2018 - Recommendations. Vaccine. 2018 Sep 5;36(36):5300-5305.



বাবা-মা সচেতন হলে, সর্বোত্তম সম্ভাব্য যত্ন বেছে নেন



আপনার শিশুর টিকা সম্পর্কে আপনার যা জানা দরকার



একজন নতুন বাবা-মা হিসাবে, আপনার শিশুর
টিকাদানের ড্রয়াক রাখা কঠিন হতে পারে। আপনার
মনে বেশ কিছু প্রশ্ন থাকতে পারে যা আপনার মনে
ঘুরপাক খাচ্ছে।

চিন্তা করবেন না!

তথ্য সহ এই লিফলেটটি টিপস এবং কৌশলগুলির
মাধ্যমে আপনার এবং আপনার শিশুটির জন্য
প্রক্রিয়াটিকে আরামদায়ক করে তুলতে সহায়তা
করবে, যা আপনার কাজটিকে সহজ করে তোলে।

পড়তে থাকুন!

টিকা আপনার শিশুকে গুরুতর সংক্রমণ থেকে রক্ষা করতে পারে

6, 10, 14 সপ্তাহ বয়সে দেওয়া একটি 6-ইন-1 টিকা
আপনার শিশুকে লুকিয়ে থাকা ছয়টি সংক্রামক
রোগ থেকে রক্ষা করতে পারে।¹

1

ডিপথেরিয়া- একটি সংক্রমণ যা গলা এবং টনসিলকে প্রভাবিত করে
এবং সাধারণত কাশি বা হাঁচি থেকে শ্বাস প্রশ্বাসের ফেঁটার মাধ্যমে
ছড়িয়ে পড়ে। এটি গলা বা নাকে একটি পুরু, ধূসর আবরণ তৈরি করে।²

2

হুপিং কাশি (পোর্টাসিস): কাশির দমকের পরে রোগীর শ্বাস নেওয়ার সময়
উচ্চ-স্বরের হুপ শব্দের কারণে হুপিং কাশি নামে পরিচিত। শিশুরা প্রচণ্ড
কাশির আক্রমণের সম্মুখীন হতে পারে, যার ফলে তারা নীল হয়ে যেতে
পারে বা বমি করতে পারে। তাদের নিউমোনিয়া, খঁচুনি, গুরুতর
ফুসফুসের সমস্যা এবং মৃত্যুর ঝুঁকি রয়েছে।³

3

টিটেনাস: চোয়াল এবং ঘাড় থেকে শুরু হওয়া বৈশিষ্ট্য সহ পেশী শক্ত
হওয়ার কারণে লক-জ (চোয়াল আটকে যাওয়া) নামেও পরিচিত।
টিটেনাস একটি গুরুতর সংক্রমণ যার ফলে মৃত্যু হতে পারে। এটি কোনও
জায়গায় কেটে গেলে, তাতে সংক্রমণের মাধ্যমে ছড়িয়ে যেতে পারে,
কারণ এটি সাধারণত প্রাকৃতিক পরিবেশে পাওয়া যায়।⁴

4

পোলিওমাইলাইটিস (পোলিও): একটি অত্যন্ত সংক্রামক রোগ যা
কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্র এবং মস্তিষ্কে আক্রমণ করে, সম্ভাব্য গুরুতর এবং
অপরিবর্তনীয় পক্ষাঘাতের কারণ হতে পারে এবং এমনকি মৃত্যু পর্যন্ত
হতে পারে।⁵

5

হিমোফিলাস ইনফ্লুয়েঞ্জা টাইপ b (Hib) মেনিনজাইটিস (মস্তিষ্ক এবং
মেরুদণ্ডের প্রদাহ) সৃষ্টি করতে পারে এবং এমনকি হাসপাতালে ভর্তি
স্থিতি তৈরি হতে পারে।⁶

6

হেপাটাইটিস B: একটি সম্ভাব্য প্রাণঘাতী সংক্রমণ যা লিভারকে আক্রমণ
করে, ত্বকের রং হলুদ হয়ে যায়। প্রায় অর্ধেক রোগীর মধ্যে সংক্রমণের
কোনো লক্ষণ দেখা যায় না কিন্তু তবুও দীর্ঘস্থায়ী সংক্রমণ হতে পারে।⁷



টিকা শরীরের সাধারণ রোগ
প্রতিরোধের ক্ষমতা বাড়ায় এবং ছোট
বাচ্চাদের এমন সংক্রমণ থেকে রক্ষা
করতে পারে যার ফলে মারাত্মক
ক্ষতি বা মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে।¹

প্রায় 6-ইন-1 সংমিশ্রিত টিকা।⁵



হেক্সভ্যালেন্ট (6-ইন-1)

6-ইন-1 টিকা 6, 10 এবং 14 সপ্তাহে একটি
করে ইনজেকশনের মাধ্যমে 6টি রোগের
বিরুদ্ধে সুরক্ষা প্রদান করে।^{1,2}



কম যন্ত্রণাদায়ক

শিশুদের ক্ষেত্রে কিছু 6-ইন-1 সংমিশ্রিত
টিকা দেওয়ার পরে ইনজেকশনের জায়গায়
প্রতিক্রিয়া, ফোলাভাব, লালভাব, উষ্ণতা
এবং স্পর্শে ব্যথার মতো সমস্যা কম করে।³



বিশ্বব্যাপী প্রমাণিত কার্যকারিতা

একাধিক ক্লিনিকাল অধ্যয়ন দেখায় যে কম
বেদনাদায়ক টিকা কার্যকরভাবে শিশুদের
রক্ষা করে।^{4,5}

1. Orsi A, Azzari C, Bazzola E, Chiamenti G, Chirico G, Eposito S, Francia F, Lopez P, Proto R, Russo R, Villani A, Franco E. Hexavalent vaccines: characteristics of available products and practical considerations from a panel of Italian experts. J Prev Med Hyg. 2018 Jun 1;59(2):E107-E119. 2. Kasi SG, Sivananda S, Marathe S, Chatterjee K, Agarwalla S, Dhir SK, Verma S, Shah AK, Srirampur S, Kalyani S, Pendse HK, Balasubramanian S, Parakh BJ, Basavaraju GV, Gupta P. Indian Academy of Pediatrics (IAP) Advisory Committee on Vaccines and Immunization Practices (ACVIP): Recommended Immunization Schedule (2020-21) and Update on Immunization for Children Aged 0 Through 18 Years. Indian Pediatr. 2021 Jan 15;58(1):44-53. 3. Centers for Disease Control and Prevention [Internet]. Pertussis [ACIP]; [cited 2023 Feb 2]. Available from: [https://www.ctd.gov/vaccines/pubs/pinkbook/pert.html](https://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/pert.html). 4. Centers for Disease Control and Prevention [Internet]. Pinkbook: Tetanus [CDC]; [cited 2023 Feb 2]. Available from: <https://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/tetanus.html>. 5. Centers for Disease Control and Prevention [Internet]. Pinkbook: Poliovirus [CDC]; [cited 2023 Feb 2]. Available from: <https://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/polio.html>. 6. Centers for Disease Control and Prevention [Internet]. Pinkbook: Haemophilus influenzae (Hib) [CDC]; [cited 2023 Feb 2]. Available from: <https://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/hib.html>. 7. Centers for Disease Control and Prevention [Internet]. Pinkbook: Hepatitis B [CDC]; [cited 2023 Feb 2]. Available from: <https://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/hepb.html>.