

গর্ভাবস্থায় টিকা গ্রহণ

## আপনার সন্তানের জীবনের শুরুর সময়কে সেরা ও সবচেয়ে উজ্জ্বল করে তোলা

টিকাদান আপনার সিদ্ধান্ত।  
আমরা আপনাকে আপনার  
ও আপনার বাচ্চার জন্য  
সঠিক সিদ্ধান্ত নেওয়ার জন্য  
প্রয়োজনীয় সব তথ্য প্রদান  
করতে চাই।



**Bright  
Start in Life**

পরামর্শের জন্য অথবা একটি  
অ্যাপয়েন্টমেন্ট বুক করতে আপনার GP  
অথবা মিডওয়াইফের সাথে কথা বলুন।

আরো তথ্যের জন্য আমাদের ওয়েবসাইটে  
[northeastlondon.icb.nhs.uk/  
BrightStart](http://northeastlondon.icb.nhs.uk/BrightStart) ঠিকানায় ভিজিট করুন  
অথবা এই QR কোড স্ক্যান করুন।



# গর্ভাবস্থায় আমি কোন টিকাগুলো নিতে পারি?

গর্ভাবস্থায় টিকা দিবেন কিনা সেটা আপনার সিদ্ধান্ত এবং আপনার জন্য এটা সঠিক কিনা সে সম্পর্কে প্রশ্ন বা উদ্বেগ থাকা স্বাভাবিক।

আপনার এবং আপনার বাচ্চার স্বাস্থ্য সুরক্ষিত রাখার জন্য গর্ভাবস্থায় ছপিং কাশি, রেসপিরেটরি সিনসাইশিয়াল ভাইরাস (RSV), ফ্লু এবং কোভিড-19-এর টিকা গ্রহণ করার পরামর্শ দেওয়া হয়। এসব টিকায় কোনো জীবন্ত ভাইরাস **থাকে না** এবং আপনাকে অথবা আপনার বাচ্চাকে সেই ভাইরাসে আক্রান্ত করতে পারে না।

## ছপিং কাশি

ছপিং কাশি - যা পার্টুসিস নামেও পরিচিত - ফুসফুসের অত্যন্ত গুরুতর একটি সংক্রমণ এবং অল্পবয়সী বাচ্চার সবচেয়ে বেশি ঝুঁকিতে থাকে। ছপিং কাশিতে আক্রান্ত বেশিরভাগ বাচ্চাকে হাসপাতালে ভর্তি করা হয়।

আপনি গর্ভাবস্থায় ছপিং কাশির টিকা গ্রহণ করলে, আপনার দেহ ছপিং কাশির বিরুদ্ধে সুরক্ষা দেওয়ার জন্য অ্যান্টিবডি তৈরি করে। এসব অ্যান্টিবডি আপনার বাচ্চার দেহে চলে যায় এবং তাকে জন্ম থেকে শুরু করে ৪ সপ্তাহ বয়সে তার ছপিং কাশির টিকা গ্রহণ করতে পারার আগ পর্যন্ত খুব ভালো সুরক্ষা প্রদান করে।

সাধারণত এই টিকা আপনি 16 থেকে 32 সপ্তাহের গর্ভবতী থাকা অবস্থায় প্রদান করা হয়। যদি কোনো কারণে আপনি এই টিকা মিস করে ফেলেন, তাহলে আপনার প্রসব বেদনা শুরু হওয়ার আগ পর্যন্ত আপনি এটি গ্রহণ করতে পারবেন।

## RSV

রেসপিরেটরি সিনসাইশিয়াল ভাইরাস (RSV) একটি সাধারণ শ্বাস-প্রশ্বাসজনিত ভাইরাস যা বাচ্চাদের মধ্যে গুরুতর ফুসফুসের সংক্রমণের কারণ হতে পারে।

আপনি গর্ভাবস্থায় RSV টিকা গ্রহণ করলে, আপনার দেহ এটির বিরুদ্ধে সুরক্ষা দেওয়ার জন্য অ্যান্টিবডি তৈরি করে। এসব অ্যান্টিবডি আপনার বাচ্চার দেহে চলে যায় এবং তাকে জন্ম থেকে খুব ভালো সুরক্ষা প্রদান করে।

1 সেপ্টেম্বর 2024 তারিখে কমপক্ষে 28 সপ্তাহের গর্ভবতী হয়েছেন এমন সব মহিলাকে এই টিকা প্রদান করা হবে এবং তারপর 28 সপ্তাহে সব গর্ভবতী মহিলাকে রুটিনমাফিক এটি প্রদান করা হবে।

## ফ্লু

গর্ভবতী মহিলারা ফ্লু-তে আক্রান্ত হলে তাদের গুরুতর জটিলতা দেখা দেওয়ার এবং হাসপাতালে ভর্তি হওয়ার প্রয়োজন হওয়ার সম্ভাবনা বেশি, যা তাদেরকে ও তাদের বাচ্চাদেরকে ঝুঁকিতে ফেলে দেয়। গর্ভবতী অবস্থায় টিকা গ্রহণ করার অর্থ হলো আপনার ফ্লু-তে আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা উল্লেখযোগ্যভাবে কম।

এই টিকা যেসব ফ্লু স্ট্রাইনের বিরুদ্ধে সুরক্ষা দেয় সেগুলো প্রতি বছর হালনাগাদ হয়, তাই এটি গ্রহণ করার জন্য সেরা সময় হলো শরতকাল যখন সর্বশেষ হালনাগাদকৃত টিকা লভ্য থাকে, কিন্তু ফ্লু ছড়িয়ে পড়তে শুরু করার আগে। তারপরও আপনি ফ্লু-এর মৌসুমে যেকোনো সময় এবং গর্ভাবস্থার যেকোনো পর্যায়ে টিকা গ্রহণ করতে পারবেন।

## Covid-19

যদি আপনি গর্ভবতী হন, অথবা আপনি গর্ভবতী হতে পারেন বলে মনে করেন, তাহলে আপনার ও আপনার বাচ্চার সুরক্ষার জন্য কোভিড-19-এর বিরুদ্ধে টিকা গ্রহণ করার জন্য জোরালোভাবে সুপারিশ করা হচ্ছে।

যদি আপনি গর্ভবতী হন তাহলে আপনার কোভিড-19-এর কারণে গুরুতর অসুস্থ হওয়ার ঝুঁকি বেশি। যদি আপনার গর্ভাবস্থার শেষ দিকে আপনি কোভিড-19-এ আক্রান্ত হন, তাহলে আপনার বাচ্চারও ঝুঁকি থাকতে পারে।

শরতকালে ও শীতকালে জাতীয় টিকাদান কর্মসূচির অংশ হিসেবে প্রদান করার সময় আপনি কোভিড-19-এর টিকা গ্রহণ করতে পারেন। গর্ভাবস্থার প্রথম কয়েক সপ্তাহ থেকে শুরু করে আপনার প্রসবের সম্ভাব্য সময়ের আগ পর্যন্ত যেকোনো সময়ে এই টিকা গ্রহণ করা নিরাপদ।

পরামর্শের জন্য অথবা একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট বুক করতে আপনার GP অথবা মিডওয়াইফের সাথে কথা বলুন।



আরো তথ্য জানুন  
[northeastlondon.icb.nhs.uk/BrightStart](https://northeastlondon.icb.nhs.uk/BrightStart)  
ঠিকানায়