दादुरा, मम्प्स (हाँडे) र रुबेला

खोप सम्बन्धी जानकारी

औपचारिक

राष्ट्रिय खोप कार्यक्रम तालिकाले 12 महिना र 18 महिना उमेरका बच्चाहरूलाई नि: शुल्क दादुरा- मम्प्स - रुबेला (MMR) खोप प्रदान गर्दछ ।

दादुरा

दादुरा एक गम्भीर र अत्यधिक संक्रामक भाइरल रोग हो जसले ज्वरो आउने, नाकबाट सिंगान बग्ने, खोकी लाग्ने र आँखा रातो हुने तथा दुख्ने, त्यसपछि दाग आउने गराउँछ । दादुराले कहिलेकाँही निमोनिया र एन्सेफलाइटिस जस्ता खतरनाक जटिलताहरू निम्त्याउन सक्छ ।

दादुरा हुने प्रत्येक 1,000 मध्ये 1 जनामा इन्सेफलाइटिस (मस्तिष्कको सूजन) विकास हुन्छ। दादुराका कारण भएको इन्सेफलाइटिसले प्रत्येक 10 बच्चाहरूमा 1 को मृत्यु हुन्छ र धेरैको मस्तिष्कमा स्थायी क्षति पुर्याउछ ।

सब्याक्युट स्क्लेरोजिंग प्यानेन्सेफलाइटिस (SSPE, ब्रेन डिजेनेरेसन) भनिने एक दुर्लभ अवस्था दादुरा संक्रमण भएको धेरै वर्षपछि विकास हुन सक्छ । SSPE ले मस्तिष्कलाई छिटो नष्ट गर्छ र यो घातक हुन्छ ।

दादुरा संक्रमित व्यक्तिलाई बिरामी भएको थाहा नहुँदै उसको खोकी र हाच्छ्युँका माध्यमबाट अरुमा सर्न सक्छ।

हाँडे रोग (मम्प्स)

हाँडे रोगले ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने र र्‍याल ग्रन्थीहरू सुन्निने हुन्छ। 5,000 बच्चाहरूमध्ये लगभग 1 जनामा इन्सेफलाइटिसको विकास हुन्छ । यो रोगले बाँझोपन र स्थायी बहिरोपन निम्त्याउन सक्छ ।

हाँडे भएका 5 मा लगभग 1 किशोर वा वयस्क पुरुषहरूमा अंडकोष दुख्ने र सुन्निने हुन्छ । यो अवस्था भएका पुरुषहरू सामान्यतया पूर्ण रूपमा निको हुन्छन्, तर यसले बिरलै बाँझोपन निम्त्याउन सक्छ ।

हाँडे संक्रमित व्यक्तिलाई बिरामी भएको थाहा नहुँदै उसको खोकी र हाच्छ्युँका माध्यमबाट अरुमा सर्न सक्छ।

रुबेला

यो बालबालिकामा हुने मन्द रोग हो तर यसले किशोर र वयस्कहरूलाई पनि असर गर्न सक्छ । यो रोगले ग्रन्थीहरु सुन्निने, जोर्नी दुख्ने हुन्छ अनि अनुहार तथा घाँटीमा २ देखि ३ दिनसम्म दागहरू देखा पर्छन्। यो सधैं छिटो र पूर्णरुपमा निको हुन्छ ।

महिलाको गर्भावस्थाको पहिलो 20 हप्तामा रुबेला भएमा ज्यादै खतरनाक हुन्छ। यसले नवजात शिशुमा गम्भीर असामान्यताहरू निम्त्याउन सक्छ । शिशुमा बहिरोपन, अन्धोपन, मुटुको खराबी र बौद्धिक अशक्तता हुन सक्छ ।

रुबेला संक्रमित व्यक्तिलाई बिरामी भएको थाहा नहुँदै यो उसको खोकी र हाच्छ्युँका माध्यमबाट अरुमा सर्न सक्छ।

रुबेला अत्यधिक संक्रामक हुन्छ र गर्भवती आमा तथा उनीहरूका बच्चाहरूलाई बचाउने उत्तम तरिका भनेको गर्भवती हुनुअघि महिलाहरूलाई खोप लगाइएको सुनिश्चित गर्नु हो ।

* खोप लगाएको एक महिनासम्म गर्भ रहन दिनु हुँदैन ।

दादुरा - हाँडे - रुबेला (Measles - mumps - rubella) (MMR) खोपहरू

18 महिनाका बच्चाहरूका लागि चिकनपक्स (MMRV) समिश्रित MMR खोप पनि पाइन्छ र यसमा प्रत्येक भाइरसको न्यूनिकृत शक्तिको थोरै मात्रा तथा एन्टिबायोटिक नियोमाइसिनको मात्रा थोरै हुन्छ।

MMR खोपको सम्भावित साइड इफेक्टहरू

MMR खोपमा हुने प्रतिक्रियाहरू रोगका जटिलताभन्दा धेरै कम हुन्छन् ।

सामान्य पार्श्वासरहरू

खोप लगाएपछि 7 देखि 10 दिनमा देखिने:

- 39 ºC भन्दा बढी उच्च ज्वरो
- मन्द रातो दाग (संक्रामक होइन)
- टाउको चिसो हुने र/वा नाकबाट पानी बग्ने
- खोकी र/वा आँखा सुन्निने
- तन्द्रा वा थकान
- ऱ्याल ग्रन्थीहरू सुन्निने
- खोप लगाएको ठाउँमा अस्थायी सानो गाँठो ।

असामान्य पार्श्वासरहरू

- मूर्च्छा पार्ने ज्वरो
- जोर्नीको अस्थायी दुखाइ तथा अरऱ्याइ
- रक्तस्राव वा चोट निम्त्याउने अस्थायी न्यून प्लेेटलेट गणना।

अत्यन्त दुर्लभ पार्श्वासरहरू

गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रिया ।

हल्का प्रतिक्रियाहरू देखा परे ती २ देखि ३ दिनसम्म रहन सक्छन् । पार्श्वासरहरू यसरी कम गर्न सकिन्छ:

- खोप लगाएर दुखेको ठाउँमा चिसो, भिजेको कपडा राख्ने।
- व्यक्तिलाई ज्वरो आए झोल पदार्थ धेरै खान दिने र धेरै लुगाले गुमुक्क पारेर नराख्ने ।
- कम गर्नका लागि प्यारासिटामोल लिने (तपाईंको बच्चाको उमेरको लागि सिफारिस गरिएको खुराक याद गर्नुहोस्) ।

पार्श्वसरहरू गम्भीर वा निरन्तर भए, वा तपाईं चिन्तित भए आफ्नो डाक्टर वा अस्पताललाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

तपाईंले भिक्टोरिया खोप सुरक्षा सेवालाई 1300 882 924 विकल्प 1 मा पनि फोन गर्न सक्नुहुन्छ ।

खोपपूर्वको जाँचसूची

तपाईं वा तपाईंको बच्चालाई खोप लगाउनु अघि, यदि निम्न मध्ये कुनै पनि लागू भए डाक्टर वा नर्सलाई भन्नुहोस्:

- ☐ पछिल्लो महिनाभित्र जीवित भाइरसहरू भएको खोप लगाएको भए (जस्तै MMR, चिकनपक्स वा BCG)
- ☐ खोप लगाउने दिन अस्वस्थ भए (38.5 °C भन्दा बढी तापक्रम)
- ☐ अघिल्लो MMR खोपप्रति गम्भीर प्रतिक्रिया देखिए ।
- ☐ कुनै पनि खोप लगाउँदा गम्भीर एलर्जी भए, उदाहरणका लागि, नियोमाइसिन
- ☐ दमको रोगका लागि श्वासद्वारा लिइने स्प्रे वा स्टेरोइड क्रीम बाहेक अन्य कुनै पनि प्रकारका स्टेरोइडहरू लिइरहेको भए (उदाहरणका लागि, कोर्टिसोन वा प्रेडनिसोन)
- ☐ गत वर्ष इम्युनोग्लोबुलिन वा रगत उत्पादन लिएको भए
- ☐ रोग भए वा प्रतिरक्षा घटाउने उपचार (उदाहरणका लागि, ल्युकेमिया, क्यान्सर, एचआईभी/एड्स, रेडियोथेरापी वा केमोथेरापी) भइरहेको भए
- ☐ गर्भवती भए वा खोप लगाएको एक महिनाभित्र गर्भवती हुने योजना बनाउँदै भए।

थप जानकारी

- www.betterhealth.vic.gov.au
- www.immunise.health.gov.au
- अनुवाद तथा दोभाषे सेवा: 131 450

यो कागजात अर्को ढाँचामा प्राप्त गर्न, खोप युनिटलाई इमेल गर्नुहोस् <immunisation@health.vic.gov.au> ।

भिक्टोरियन सरकारद्वारा अधिकृत तथा प्रकाशित, 1 Treasury Place, Melbourne.

© भिक्टोरिया राज्य, अष्ट्रेलिया, स्वास्थ्य विभाग, डिसेम्बर २०२२ ।