UK Health Security Agency

NHS

MMRV টিকা

বিষয়ক একটি নির্দেশিকা যা হাম, মাম্পস, রুবেলা ও চিকেনপক্স (ভ্যারিসেলা) থেকে সুরক্ষা দেয়।

immunisation
helping to protect everyone at every age

এই নির্দেশিকাটি 12 মাস থেকে 3 বছর 4 মাস বয়সী শিশুদের অভিভাবক ও যত্নকারীদের জন্য।

টিকা দিতে গেলে অনুগ্রহ করে আপনার রেড বুকটি সঙ্গে রাখুন।

এইসব বুকলেটের কপি আপনার ক্লিনিক বা ডাক্তারের চেম্বার থেকে পাওয়া যায়। আরো জানুন এখানে:
www.nhs.uk/vaccinations

এই লিফলেটে 2026 সালের জানুয়ারি মাস পর্যন্ত টিকাদানের সময়সূচি দেওয়া আছে।

আপনার কোর্সটি সম্পূর্ণ করুন

শিশুর নিয়মিত টিকাদান নবজাতক অবস্থায় প্রথম (প্রাইমিং) ডোজ দিয়ে শুরু হয়। **আজীবন সুরক্ষা পেতে শিশুকে বয়স অনুযায়ী অথবা যত তাড়াতাড়ি সম্ভব বুস্টার টিকা দিন।**

হাম কী?

হাম একটি ভাইরাসজনিত রোগ যা খুব সহজে ছড়িয়ে পড়ে। লক্ষণগুলো হলো তীব্র জ্বর, র‍্যাশ, লাল ব্যথাযুক্ত চোখ, কাশি এবং নাক দিয়ে পানি পড়া। হামে আক্রান্ত শিশু প্রায় 10 দিন স্কুলে যেতে পারে না এবং প্রতি 5 জনে 1 জনকে হাসপাতালে ভর্তি হতে হয়। জটিলতার মধ্যে রয়েছে বুকে সংক্রমণ, খিঁচুনি, এনসেফালাইটিস (মস্তিষ্কে সংক্রমণ) এবং মস্তিষ্কের ক্ষতি। এক বছরের কম বয়সী শিশু, গর্ভবতী নারী এবং দুর্বল রোগ-প্রতিরোধ ক্ষমতার মানুষের জন্য এটি বেশি বিপজ্জনক। প্রায় প্রতি 5000 জন হামে আক্রান্তের মধ্যে 1 জন মারা যেতে পারে।

মাম্পস কী?

মাম্পস একটি ভাইরাসজনিত রোগ। লক্ষণগুলোর মধ্যে রয়েছে জ্বর, মাথাব্যথা এবং মুখ, গলা ও চোয়ালের পাশে ব্যথাযুক্ত ফুলে যাওয়া গ্রন্থি। জটিলতার মধ্যে থাকতে পারে শ্রবণশক্তি হ্রাস, মেনিনজাইটিস, এনসেফালাইটিস এবং অণ্ডকোষ বা ডিম্বাশয়ে ব্যথাযুক্ত ফোলা।

রুবেলা কী?

রুবেলা একটি ভাইরাসজনিত রোগ। শিশুদের ক্ষেত্রে এটি সাধারণত হালকা থাকে এবং র‍্যাশ, ফোলা গ্রন্থি ও গলা ব্যথা সৃষ্টি করে। গর্ভবতী নারী রুবেলায় আক্রান্ত হলে অনাগত শিশুর চোখ, কান, হৃদপিণ্ড এবং মস্তিষ্কের গুরুতর ক্ষতি হতে পারে।

চিকেনপক্স কী?

চিকেনপক্স ভ্যারিসেলা জোস্টার ভাইরাসে হয় এবং খুবই সংক্রামক রোগ। এটি ছোট শিশুদের মধ্যে বেশি দেখা যায় এবং জ্বর ও চুলকানিযুক্ত দাগ সৃষ্টি করে। দাগগুলো ব্যথাযুক্ত হতে পারে এবং পুরো শরীরে ছড়িয়ে পড়তে পারে। কিছু শিশুর জটিলতা হিসেবে নিউমোনিয়া, খিঁচুনি এবং এনসেফালাইটিস দেখা দেয়। প্রাপ্তবয়স্কদের ক্ষেত্রে, বিশেষ করে গর্ভবতী নারী ও দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাসম্পন্ন ব্যক্তিদের জন্য এটি বেশি ঝুঁকিপূর্ণ।

পরবর্তীতে জীবনের কোনো এক সময়ে এই ভাইরাস পুনরায় সক্রিয় হয়ে ব্যথাযুক্ত র‍্যাশ তৈরি করতে পারে। একে শিংগলস বলে। বয়স্ক ব্যক্তি ও দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাসম্পন্ন ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে এটি আরো গুরুতর হয়।

MMRV টিকা

আপনার শিশুকে এক বছর বয়সে MenB এবং PCV টিকার পাশাপাশি একই সময়ে প্রথম MMRV টিকা দিতে হবে। দ্বিতীয় (এবং শেষ) ডোজটি 18 মাস বয়সে, তাদের চতুর্থ 6 ইন 1 টিকার সাথে একই সময়ে দেওয়া হবে।

আপনার শিশুর MMRV-এর কোনো ডোজ বাদ পড়লে, সেক্ষেত্রে তারা তাদের 3 বছর 4 মাস বয়সে অ্যাপয়েন্টমেন্টের সময়, তাদের ডিপথেরিয়া, টিটেনাস, পারটুসিস এবং পোলিও বুস্টার টিকার সাথে এটি নিতে পারে।

6 ইন 1 টিকা সম্পর্কে আরো জানতে দেখুন
www.gov.uk/government/publications/vaccinations-for-children-aged-18-months

MenB টিকা: Bexsero
www.medicines.org.uk/emc/product/5168/smpc

PCV টিকা: Prevenar 13
www.medicines.org.uk/emc/product/453/smpc

MMRV টিকা আপনার শিশুকে হাম, মাম্পস, রুবেলা এবং চিকেনপক্স (ভ্যারিসেলা) **থেকে সুরক্ষা দিতে সাহায্য করে।**

কিভাবে একটি কপি অর্ডার করবেন বা অনলাইনে এই লিফলেটগুলো দেখবেন তা জানতে এই লিফলেটের পিছনে দেখুন।

18 মাস বয়সী শিশুদের টিকাদান বিষয়ক নির্দেশিকা

এক বছর বয়সী শিশুদের টিকাদান বিষয়ক নির্দেশিকা

MMRV টিকার ধরন

MMRV ভ্যাকসিনে হাম, মাম্পস, রুবেলা এবং চিকেনপক্স ভাইরাসকে দুর্বল করা জীবিত রূপ থাকে। ভাইরাসগুলো দুর্বল হওয়ায় এগুলো সহজে অন্য মানুষের মধ্যে ছড়ায় না।

MMRV-এর 2টি টিকা রয়েছে, যেগুলো সমানভাবে কার্যকর: **ProQuad** এবং **Priorix Tetra**। ProQuad-এ পোরসিন জেলাটিন (শূকরের জেলাটিন) থাকে কিন্তু Priorix Tetra-তে তা থাকে না। আপনি যদি চান আপনার শিশুকে জেলাটিনবিহীন ভ্যাকসিন দেওয়া হোক তাহলে আপনার প্র্যাকটিস নার্স বা GP-এর সাথে কথা বলুন।

আরো তথ্য রোগীর তথ্য সম্বলিত লিফলেটে পাওয়া যাবে।

ProQuad
www.medicines.org.uk/emc/product/101444/pil

Priorix Tetra
www.medicines.org.uk/emc/product/101321/pil

টিকা এবং পোরসিন জেলাটিন সম্পর্কিত আরো তথ্য GOV.UK ঠিকানায় পাওয়া যাবে।

কিভাবে টিকাটি দেওয়া হয়

টিকাটি শিশুর উরু বা উপরের বাহুর পেশীতে ইনজেকশনের মাধ্যমে দেওয়া হয়।

দীর্ঘ-মেয়াদী সুরক্ষা

MMRV হলো আপনার শিশুকে হাম, মাম্পস, রুবেলা এবং চিকেনপক্সের হাত থেকে সুরক্ষিত রাখার একটি সহজ উপায়। 1988 সালে MMR টিকা চালু হওয়ার পর থেকে হাম, মাম্পস এবং রুবেলা রোগের ঘটনা অত্যন্ত নিম্ন পর্যায়ে নেমে এসেছে। MMRV, MMR-এর মতোই সুরক্ষা প্রদান করে, তবে এটি চিকেনপক্সের বিরুদ্ধেও সুরক্ষা যোগ করে। যে দেশগুলোতে শিশুরা ইতোমধ্যেই চিকেনপক্সের টিকা পায়, সেখানে চিকেনপক্সের ঘটনাও নাটকীয়ভাবে কমে গেছে। বেশ কয়েকটি দেশে 10 বছরেরও বেশি সময় ধরে MMRV ব্যবহার করা হচ্ছে এবং এর একটি ভালো নিরাপত্তা রেকর্ড রয়েছে। MMRV-এর নিরাপত্তা সম্পর্কিত আরো তথ্য পাওয়া যাবে এখানে: GOV.UK

MMRV টিকা দেওয়ার পর

আপনার শিশুর ইনজেকশন দেওয়ার জায়গায় প্রথম দুই দিন ব্যথা থাকতে পারে। টিকার মধ্যে থাকা 4টি ভাইরাস বিভিন্ন সময়ে কাজ শুরু করে এবং মাঝে মাঝে রোগের মূল উপসর্গগুলোর তুলনায় হালকা ধরনের পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া তৈরি করে। এগুলো মূলত প্রথম ডোজের পরেই দেখা যায়।

- টিকার হামের অংশটি টিকা দেওয়ার 6 থেকে 10 দিন পরে কাজ শুরু করে। প্রায় 10 জনের মধ্যে 1টি শিশুর জ্বর হতে পারে (জ্বরের চিকিৎসা এবং প্রতিরোধের জন্য নিচের অংশটি দেখুন) এবং ক্ষুধামন্দা দেখা যেতে পারে। কারো কারো হামের মতো ফুসকুড়িও দেখা দিতে পারে যা সংক্রামক নয়।
- টিকার মাম্পস এবং রুবেলার অংশটি টিকা দেওয়ার 2 থেকে 3 সপ্তাহ পরে কাজ শুরু করে। অল্প সংখ্যক শিশুর মুখ ফোলা বা অস্থিসন্ধিতে ব্যথা হতে পারে। এগুলো সংক্রামক নয়।
- টিকার চিকেনপক্সের অংশটি টিকা দেওয়ার 3 থেকে 4 সপ্তাহ পরে কাজ শুরু করে। কিছু শিশুর ইনজেকশন দেওয়ার জায়গায় চিকেনপক্সের মতো কয়েকটি ফুসকুড়ি দেখা দিতে পারে। এই ফুসকুড়িগুলোতে সংক্রামক ভাইরাস থাকতে পারে, তাই এগুলো ঢেকে রাখা উচিত। ফুসকুড়িগুলো ঢাকা থাকলে শিশুরা স্বাভাবিকভাবেই নার্সারিতে যেতে পারে

দ্বিতীয় ডোজের পরে পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া আরো কম হয় এবং সাধারণত তা হালকা প্রকৃতির হয়।

জ্বরের চিকিৎসা ও প্রতিরোধ

শরীরের তাপমাত্রা 37.5°C-এর বেশি হলে তাকে জ্বর বলা হয়।

ছোট শিশুদের মধ্যে জ্বর খুবই সাধারণ ব্যাপার। এগুলো সাধারণত ভাইরাসের কারণে হয়, তবে কিছু টিকার পরও জ্বর হতে পারে। যদি আপনার শিশুর মুখ স্পর্শ করলে গরম মনে হয় এবং ত্বক লালচে বা উষ্ণ দেখায় তাহলে তার জ্বর হতে পারে।

এক্ষেত্রে থার্মোমিটার ব্যবহার করে তাপমাত্রা পরীক্ষা করা উচিত।

নিম্নোক্ত উপায়ে আপনার শিশুকে ঠাণ্ডা রাখুন:

- তাদের শরীরে যেন খুব বেশি কাপড় বা কম্বল না থাকে সে বিষয়ে নিশ্চিত হোন
- তাদের প্রচুর পরিমাণে ঠাণ্ডা পানীয় দিন

শিশুদের জন্য তৈরি তরল প্যারাসিটামলের একটি ডোজ জ্বর আক্রান্ত শিশুকে স্বস্তি দিতে সাহায্য করবে। বোতলে লেখা নির্দেশাবলী মনোযোগ সহকারে পড়ুন এবং তা অনুসরণ করুন। 4 থেকে 6 ঘণ্টা পর আপনাকে আরেকটি ডোজ দিতে হতে পারে।

কম সাধারণ পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া

ছোট শিশুদের যেকোনো জ্বর কখনও কখনও খিঁচুনি বা জ্ঞান হারিয়ে ফেলার মতো ঘটনা ঘটতে পারে। এটিকে ফেব্রাইল কনভালশন বলা হয় এবং এটি বেশ স্বাভাবিক। 25 জন শিশুর মধ্যে 1 জন তাদের 5 বছর হওয়ার আগেই ফেব্রাইল কনভালশন অনুভব করবে। সাধারণত, শিশুরা দ্রুত সুস্থ হয়ে ওঠে এবং এর কোনো দীর্ঘ-মেয়াদী প্রভাব থাকে না।

প্রায় 1000 জন শিশুর মধ্যে 1 জন MMRV-এর প্রথম ডোজ নেওয়ার পর জ্বরের কারণে জ্ঞান হারিয়ে ফেলার মতো ঘটনা ঘটতে পারে। এটি সাধারণত টিকা নেওয়ার পরের দ্বিতীয় সপ্তাহে ঘটে থাকে। MMRV-এর পর এটি MMR-এর প্রথম ডোজের চেয়ে সামান্য বেশি ঘটে, যদিও উভয় টিকার ক্ষেত্রেই ঝুঁকি কম এবং রোগের কারণে হওয়া ঝুঁকির চেয়ে অনেক কম। তুলনামূলকভাবে, হামে আক্রান্ত 43 জন শিশুর মধ্যে 1 জন ফেব্রাইল কনভালশনে ভোগে।

আপনার শিশুর খিঁচুনি বা এনসেফালাইটিসের লক্ষণ দেখা দিলে দ্রুত চিকিৎসা নিন।

- খিঁচুনি বা জ্ঞান হারিয়ে যাওয়ার ঝাঁকুনি
- বিভ্রান্তি বা দিকভ্রান্তত হয়ে যাওয়া
- ব্যক্তিত্ব ও আচরণে পরিবর্তন
- কথা বলতে অসুবিধা
- শরীরের কিছু অংশ দুর্বল হয়ে যাওয়া বা নড়াচড়া কমে যাওয়া
- অজ্ঞান হয়ে যাওয়া

এমন উপসর্গ দেখা দিলে দেরি না করে 999 নম্বরে অ্যাম্বুলেন্স কল করুন।

খুবই বিরল যে, টিকা নেওয়ার পরের 6 সপ্তাহের মধ্যে শিশুদের শরীরে ছোট কালশিটে-দাগের মতো ফুসকুড়ি দেখা যেতে পারে। এটি সাধারণত টিকার হাম বা রুবেলার অংশের কারণে হয়ে থাকে। আপনি যদি এই ধরনের দাগ দেখতে পান তাহলে আপনার শিশুকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যান। কিভাবে ফুসকুড়ির যত্ন নিতে হবে তা ডাক্তার আপনাকে বলে দেবেন।

খুব কম ক্ষেত্রেই, শিশুদের শরীরে ইনজেকশন দেওয়ার স্থান ছাড়া অন্যান্য অংশে চিকেনপক্সের মতো ফুসকুড়ি (তরল-ভরা দাগ) দেখা যেতে পারে। যদি আপনার শিশুর এমন ফুসকুড়ি হয় তাহলে তাদের GP-এর কাছে নিয়ে যান।

প্রতি এক মিলিয়ন শিশুর মধ্যে একজনেরও কম শিশুর MMRV টিকা নেওয়ার পরে এনসেফালাইটিস (মস্তিষ্কে ফোলা) হয়। তবে, টিকা না নেওয়া শিশু যদি হামে আক্রান্ত হয় তাহলে তার এনসেফালাইটিস হওয়ার ঝুঁকি 200 জনের মধ্যে 1 জন এবং 5,000 জনের মধ্যে 1 জন।

এমন কেউ কি আছেন যাদের MMRV টিকা নেওয়া উচিত নয়?

শিশুদের টিকা না নেওয়ার খুবই অল্প কিছু নির্দিষ্ট কারণ থাকে।

MMRV জীবন্ত টিকা, তাই দুর্বল রোগ প্রতিরোধ সম্পন্ন শিশুদের ক্ষেত্রে এটি ব্যবহার করা উচিত নয়। এটি আপনার শিশুর ক্ষেত্রে প্রযোজ্য মনে হলে টিকা দেওয়ার আগে ডাক্তার/প্রাকটিস নার্স/হেলথ ভিজিটরকে জানান।

টিকার পূর্ববর্তী ডোজ বা এর কোনো উপাদানে শিশুর নিশ্চিত অ্যানাফাইল্যাক্সিসের প্রভাব থাকলে তাকে টিকা দেওয়া উচিত নয়। আপনার শিশুর যদি নায়োমাইসিনে নিশ্চিত অ্যানাফাইল্যাকটিক হয়ে থাকে, তবে তারা এই টিকা নিতে পারবে না। আপনার শিশুর যদি জেলাটিনে নিশ্চিত অ্যানাফাইল্যাকটিক হয়ে থাকে, তবে তাদেরকে জেলাটিন-ফ্রি টিকা নিতে হবে।

অ্যাজমা, একজিমা, হে-ফিভার বা বদহজম এবং অন্যান্য এলার্জি—এসব কিছু শিশুদের নিয়মিত টিকা গ্রহণে কোনো প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে না। ডিমে মারাত্মক এলার্জি (অ্যানাফাইল্যাকটিক সমস্যা) থাকলেও শিশু নিরাপদে MMRV টিকা নিতে পারে। কারণ MMRV টিকাটি ডিমের সাদা বা কুসুমে নয়, চিক সেলে তৈরি। কোনো উদ্বেগ থাকলে হেলথ ভিজিটর,প্রাকটিস নার্স অথবা ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।

ইনজেকশন নেওয়ার সময় হয়তো আমার শিশু বিচলিত হয়ে পড়বে বলে আমি উদ্বিগ্ন

আপনার শিশু কয়েক মিনিট কাঁদতে বা অস্বস্তিতে থাকতে পারে, তবে কোলে নিলে শান্ত হয়ে যাবে।

বেশি টিকা দিলে শিশুর রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা অতিরিক্ত চাপে পড়বে কি না এ ব্যাপারে আমি চিন্তিত

সমসাময়িক অন্যান্য টিকার সঙ্গে MMRV নেওয়া শিশুর রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতার উপর অতিরিক্ত চাপ সৃষ্টি করে না। জন্মের পর থেকেই শিশুর রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা চারপাশের জীবাণু থেকে সুরক্ষা দেয়। গবেষণায় দেখা গেছে যে একসাথে কয়েকটি টিকা নেওয়া নিরাপদ।

যদি আমার শিশুর টিকা দেওয়ার তারিখ পার হয়ে যায় তাহলে কী করবো?

নতুন অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিলেই টিকা দেওয়া যাবে এবং শিশুকে ক্যাচ-আপ করানো সম্ভব।

পিতামাতা ও যত্নকারীগণ টিকা বা ওষুধের সম্ভাব্য পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া ইয়েলো কার্ড স্কিমের মাধ্যমে রিপোর্ট করতে পারেন।

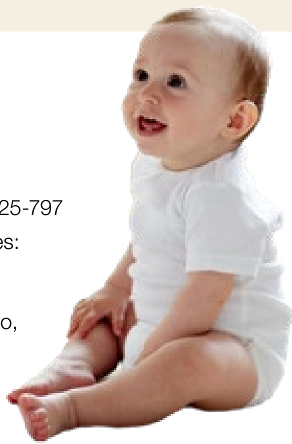
yellowcard.mhra.gov.uk ওয়েবসাইটে গিয়ে বা ইয়েলো কার্ডের **0800 731 6789** হটলাইনে নম্বরে কল করেও রিপোর্ট করা যাবে। এছাড়াও, QR কোড স্ক্যান করে অথবা ইয়েলো কার্ড অ্যাপ ডাউনলোড করে রিপোর্ট করা সম্ভব।

আমাকে স্ক্যান করুন

শিশু যেহেতু আরো শিশু ও মানুষের সাথে মিশতে শুরু করবে তাই তাদের সর্বোচ্চ সুরক্ষার জন্য টিকার পরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলো মনে রাখুন।

এক বছর বয়স থেকে 5 বছর বয়সী শিশুর টিকাদানের সূচি

শিশুর বয়স	প্রদত্ত টিকা	যে রোগগুলোর বিরুদ্ধে টিকা সুরক্ষা দেয়
এক বছর	PCV MMRV MenB	নিউমোকোকক্যাল হাম, মাম্পস, রুবেলা এবং চিকেনপক্স MenB
18 মাস	MMR (ডোজ 2)	হাম, মাম্পস, রুবেলা এবং চিকেনপক্স
	DTaP/IPV/Hib/HepB (6 ইন 1 টিকা)	ডিপথেরিয়া, টেটানাস, পার্টুসিস, পোলিও, হিব এবং হেপাটাইটিস
3 বছর 4 মাস	dTaP/IPV (প্রি-স্কুল বুস্টার)	ডিপথেরিয়া, টেটানাস, পার্টুসিস ও পোলিও
	কোনো ডোজ মিস হলে MMRV	হাম, মাম্পস, রুবেলা এবং চিকেনপক্স



NHS

© Crown copyright 2025. Product code: 9791BN001 Bengali.
1p 250K NOV 2025 (APS). UK Health Security gateway number: 2025-797

This leaflet is available as a translated copy in the following languages: Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Brazilian Portuguese, Chinese simplified and Chinese traditional, Dari, Farsi, French, Hindi, Italian, German, Greek, Gujarati, Kurdish, Latvian, Lithuanian, Nepali, Pashto, Punjabi, Polish, Romanian, Romany, Russian, Spanish, Somali, Tigrinya, Tagalog, Turkish, Twi, Urdu, Ukrainian, Vietnamese, Yiddish and Yoruba. It is also available as a BSL video, braille or large print copy and as an audio version.

To download or order more copies of this leaflet or translated or accessible versions above please visit **www.gov.uk/public-health-resources** or call 0300 123 1002