टीका क्यों लगवाएं?

टीके जान बचाते हैं तथा ख़तरनाक और घातक संक्रमणों से बचाव करते हैं। आप ही की तरह अंग का ट्रांस्प्लांट कराने वाले व्यक्तियों में आपके द्वारा ली जा रही एंटी-रिजैक्शन दवाओं के कारण संक्रमणों का ख़तरा बढ़ जाता है। ये आपकी प्रतिरक्षा-प्रणाली को कमज़ोर कर सकते हैं।

यदि संभव हो, तो ट्रांस्प्लांट से **पहले** आपको अपने सभी ज़रूरी टीके ज़रूर लगवाने चाहिए। हालांकि, अपने ट्रांस्प्लांट से पहले यदि आपके पास सुझाए गए सभी टीके लगवाने का समय नहीं है, तो ये टीके ट्रांस्प्लांट के 3 से 6 महीने बाद भी लगाए जा सकते हैं।

निष्क्रिय किए गए टीके सुरक्षित हैं, लेकिन **आपके ट्रांस्प्लांट के बाद सजीव (वायरसयुक्त) टीके सुरक्षित नहीं हैं। कृपया अपनी ट्रांस्प्लांट टीम से पता लगाएं।**

आपकी ट्रांस्प्लांट टीम निम्नलिखित टीकों की सलाह दे सकती है:

- ☐ हिमोफिलस इन्फ़्लुएंज़ा टीका (Hib)
- ☐ हैपाइटिस B टीका
- ☐ ह्युमन पैपिलोमावायरस टीका (गर्डासिल®)
- ☐ निष्क्रिय किया गया पोलियो टीका (IPV)
- ☐ इन्फ़्लुएंज़ा (फ़्लू) टीका
- ☐ मैनिन्गोकोकल टीका (क्वाड्रिवैलेंट)
- ☐ न्यूमोकोकल टीका (प्रिवनर 13®)
- ☐ न्यूमोकोकल टीका (न्यूमोवैक्स-23®)
- ☐ शिंगल्स टीका (शिंग्रिक्स ®)
- ☐ टैटनस, डिप्थीरिया (Td) या टैटनस, डिप्थीरिया, काली खांसी (Tdap) का टीका

दाद का टीका (शिंग्रिक्स®)

यह टीका दाद (हर्पिस ज़ोस्टर) से आपका बचाव करता है, जो वैरीसेला-ज़ोस्टर नामक वायरस से होता है। इस दाद के कारण त्वचा पर दर्दनाक लाल चकत्तों के साथ ही फफोले हो जाते हैं, जो 2 से 4 हफ़्ते तक रह सकते हैं।

अपने जीवनकाल में लगभग 3 में से 1 व्यक्ति को दाद होता ही है। यह 50 वर्ष से अधिक उम्र या कमज़ोर प्रतिरक्षा-प्रणाली वाले लोगों में अधिक आम है। 50 वर्ष या उससे अधिक उम्र के ट्रांस्प्लांट करवाने वाले लोगों के लिए शिंग्रिक्स® वैक्सीन की ज़ोरदार सिफ़ारिश की जाती है।

आपको 2 से 6 महीने, दो ख़ुराक की अलग से ज़रूरत पड़ेगी।

कीमत: इस टीके के लिए लागत देनी होगी।

हैपाइटिस B टीका

यह टीका हैपाइटिस B और इसकी जटिलताओं से आपका बचाव करता है, जैसे कि लिवर को स्थायी नुकसान पहुंचना। ख़ून या शरीर के तरल पदार्थ से हैपाइटिस B फैलता है।

3 महीने में 3 ख़ुराक के तौर पर लगाया जाता है। ख़ून-टैस्ट, अंतिम ख़ुराक प्राप्त करने के 1 से 2 महीने के बीच में किया जाता है, ताकि यह पता लगाया जा सके कि आपका शरीर टीकों के प्रति प्रतिक्रिया देता है या नहीं।

कीमत: यह टीका **बिल्कुल मुफ़्त** है।

ह्युमन पैपिलोमावायरस (HPV9) टीका (गर्डासिल®)

यह टीका, सबसे आम संचारित संक्रमण HPV से होने वाले गर्भाशय कैंसर, गुदा कैंसर और जननांग के मस्सों से आपका बचाव करता है।

3 महीने में 3 खुराक के रूप में दिया जाता है। जोखिम वाले व्यक्तियों के लिए इस टीके की सिफ़ारिश की जाती है। अपनी टीम के साथ चर्चा करें कि क्या यह आपके लिए सुझाया गया है।

कीमत: इस टीके के लिए लागत देनी होगी।

फ़्लू का टीका

फ़्लू (इन्फ़्लूएंज़ा संक्रमण) गंभीर जानलेवा बीमारी का कारण बन सकता है और अन्य संक्रमणों के प्रति आपके ख़तरे को बढ़ा सकता है। विशेष रूप से यह बुज़ुर्गों और कमज़ोर प्रतिरक्षा- प्रणाली वाले लोगों के जीवन से जुड़ी एक सच्चाई है।

यह खांसने, छींकने या आमने-सामने के संपर्क से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलता है। मौसमी फ़्लू से बचने के लिए आपको **हर साल** इन्फ़्लुएंज़ा का टीका लगवाना चाहिए।

कीमत: इन्फ़्लुएंज़ा का निष्क्रिय टीका **बिल्कुल मुफ़्त** है।

न्यूमोकोकल टीका (न्यमोवैक्स-23® और प्रिव्नार 13®)

यह टीका आपको कई प्रकार के न्यूमोकोकल बैक्टीरिया से बचाता है, जिनके कारण गंभीर और जानलेवा बीमारी हो सकती हैं, जैसे:

- **मैनिन्जाइटिस:** मस्तिष्क को ढकने वाली परत का संक्रमण
- **निमोनिया:** फेफड़ों का संक्रमण
- **सैप्टिसीमिया:** ख़ून का संक्रमण

न्यूमोकोकल संक्रमण खांसने, छींकने, आमने-सामने के संपर्क या लार/थूक से फैलता है।

आपकी ट्रांस्प्लांट टीम सुझाव देती है कि आप न्यूमोवैक्स-23® टीका और प्रिव्नार 13® टीका दोनों टीके लगवाने के बारे में सोचें।

कीमत: न्यूमोवैक्स-23® **बिल्कुल मुफ़्त** है, लेकिन प्रिव्नार 13® टीके के लिए लागत देनी होगी।

अपना टीका कहां लगवाएं?

- पब्लिक हैल्थ
- पारिवारिक डॉक्टर का दफ़्तर
- स्थानीय फार्मेसियां

मैनिन्गोकोकल टीका (क्वाड्रिवैलेंट)

यह टीका आपको सबसे आम प्रकार के 4 मैनिन्गोकोकल बैक्टीरिया - A, C, Y और W से बचाता है।

मैनिन्गोकोकल संक्रमण खांसने, छीकने या आमने-सामने के संपर्क से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलता है। यह लार द्वारा भी फैल सकता है।

हालांकि ऐसा बहुत कम होता है, लेकिन यह ख़ून और मस्तिष्क के संक्रमण सहित गंभीर और जानलेवा संक्रमणों का कारण बन सकता है। संक्रमण की जटिलताएं गंभीर हो सकती हैं और इसमें मस्तिष्क को स्थायी क्षति, बहरापन और अंगों का नुकसान शामिल हो सकता है।

कीमत: टीका **बिल्कुल मुफ्त** है। **हर 5 साल में बूस्टर डोज़ दी जाती है।**

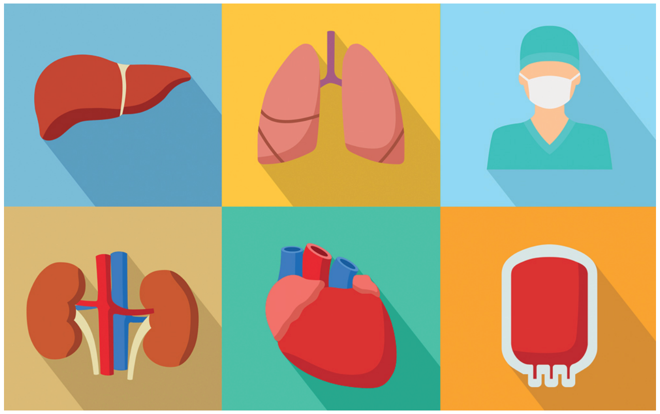
सजीव (वायरसयुक्त) टीकों से बचें

यदि परिवार के सदस्यों ने सजीव (वायरसयुक्त) टीका लगवाया है, तो अपनी ट्रांस्प्लांट टीम के साथ चर्चा करें

तपेदिक BCG टीका (औंकोटाइस®)
इंट्रानैस्ल इंफ़्लूएंज़ा टीका (फ़्लूमिस्ट®)
खसरा, कनपेड़ा, रुबैला (MMR, प्रायोरिक्स®)
ओरल टायफॉयड टीका (विवोटिफ़®)
चेचक वैरिसेला-ज़ोस्टर टीका (वैरिवैक्स®, ज़ोस्टावैक्स®)
जापानी (पीला) बुख़ार का टीका (YF-VAX®)

स्वस्थ और कार्यशील ट्रांस्प्लांट कराने वाले व्यक्तियों के लिए टीके

क्या आपने अब तक के सारे टीके लगवाएं हैं?



Vaccinations for Solid Organ Transplant Recipients
Hindi