

اپنے بچے کو RSV سے کیسے محفوظ رکھیں

حاملہ خواتین کے لئے ریسپائٹری سینسیٹیل
وائرس (RSV) ویکسین کا رہنما کتابچہ



ستمبر 2024 سے، حاملہ خواتین اپنے بچوں کو ریسپائٹری سینسیٹیل وائرس سے
بچانے کے لئے، ہر حمل میں مفت ویکسین لگوا سکتی ہیں۔

ہمیں بچوں کو RSV سے کیوں بچانے کی ضرورت ہے؟

ریسپائٹری سینسیٹیل وائرس یا RSV ایک عمومی وائرس ہے جو کہ پھیپھڑوں کے انفیکشن کا باعث بن سکتا ہے جسے برونکلائٹس کہا جاتا ہے۔ چھوٹے بچوں میں یہ علامت سانس لینے اور دودھ پینے میں دشواری کا باعث ہو سکتی ہے۔ اکثر بچوں کا علاج گھر پر ہی کیا جاتا ہے لیکن ہر سال برطانیہ میں 20,000 شیرخوار بچے برونکلائٹس کے مرض کی وجہ سے ہسپتال میں داخل ہوتے ہیں۔ شدید برونکلائٹس کے حامل شیرخوار بچوں کو انتہائی نگہداشت کی ضرورت ہو سکتی ہے اور یہ انفیکشن جان لیوا ہو سکتا ہے۔ قبل از وقت پیدا ہونے والے بچے، اور جنہیں دل، سانس لینے یا مدافعتی نظام میں بیماری لاحق ہے ان میں RSV زیادہ سنگین ہونے کا امکان ہوتا ہے۔

RSV انفیکشنز پورا سال ہو سکتے ہیں لیکن ان کے کیسز سردیوں میں بہت زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔

RSV کیسے پھیلتا ہے؟

RSV انتہائی متعدی ہے اور آسانی سے پھیلتا ہے، خاص طور پر بچوں میں، کھانسی یا چھینک کے ذریعے پھیلتا ہے۔ حتیٰ کہ ہاتھ دھونے اور منہ اور ناک ڈھانپنے جیسے عمومی اقدامات کے باوجود بھی، خاندان میں انفیکشن کے پھیلاؤ سے بچنا مشکل ہے۔ اپنے بچے کو RSV انفیکشن سے بچانے کا سب سے بہترین طریقہ یہ ہے کہ حمل کے دوران ویکسین لگوائیں۔

RSV ویکسین کتنی مؤثر ہے؟

یہ ویکسین آپ کے مدافعتی نظام کو وائرس کے خلاف اینٹی باڈیز بنانے کے لئے بڑھاتی ہے۔ یہ اینٹی باڈیز پھر آپ کے بچے کے پیدائش کے دن نال سے گزر کر اس کی حفاظت میں مدد کرتی ہیں۔ RSV ویکسین زندگی کے پہلے 6 مہینوں میں شدید برونکلائٹس کے خطرے کو 70% تک کم کر دیتی ہے۔

اس عمر کے بعد آپ کے بچے کو شدید RSV کا بہت کم خطرہ لاحق ہوتا ہے۔

بڑے بچوں یا بالغ افراد کو بھی RSV انفیکشن ہو سکتا ہے، لیکن یہ بیماری چھوٹے بچوں اور 75 سال سے زائد عمر کے لوگوں کے لئے زیادہ سنگین ہوتی ہے۔

مجھے ویکسین کب لگوانی چاہیے؟

آپ کو اسے پیدائش سے پہلے 28 ہفتے کے اپائٹمنٹ پر لگوانا چاہیے۔ اگر آپ نے اس مرحلے پر ابھی تک نہیں سنا، تو اپائٹمنٹ لینے کے لئے اپنی میٹرنٹی سروس یا GP پریکٹس سے رابطہ کریں۔ 28 ہفتے یا اس سے کچھ ہفتے کے اندر ویکسین لگوانے سے آپ کو پیدائش سے پہلے اپنے بچے کو منتقل کرنے کے لئے اینٹی باڈیز کی اچھی سطح بنانے میں مدد ملے گی۔ یہ آپ کے بچے کو بہترین تحفظ فراہم کرے گا، بشمول اگر وہ قبل از وقت پیدا ہوئے ہیں۔

آپ اپنے حمل میں تاخیر سے بھی ویکسین لگوا سکتی ہیں لیکن یہ کم مؤثر ہو گا۔ اگر آپ کے لئے پہلے ویکسین لگوانا ممکن نہیں ہو سکا، تو یہ بچہ پیدا ہونے تک بھی لگوائی جا سکتی ہے۔ اگر آپ نے حمل میں بہت تاخیر سے یہ لگوائی ہے، تو تب بھی یہ آپ کو انفیکشن سے بچا سکتی ہے اور آپ کے شیر خوار بچے میں انفیکشن پھیلنے کے خطرے کو کم کر سکتی ہے۔

یہ کس طرح لگائی جاتی ہے اور اس کے ضمنی اثرات کیا ہوتے ہیں؟

یہ ویکسین بازو کے اوپر ایک انجیکشن کی صورت میں ہوتی ہے۔

ضمنی اثرات عام طور پر ہلکے ہوتے ہیں۔ ان میں شامل ہیں:

- سر درد
- پٹھوں کا درد
- انجیکشن کی جگہ پر سوزش، سرخ ہو جانا یا سوجن

کیا حمل کے دوران RSV ویکسین لگوانا میرے بچے کے لئے محفوظ ہے؟

کیا مجھے ہر حمل میں RSV ویکسین لگوانی ہوگی؟
آپ کو اپنے نئے بچے کو بہترین تحفظ فراہم کرنے کے لئے ہر حمل میں یہ لگوانی ہوگی۔

کیا RSV ویکسین کے ساتھ ہی میں اپنی زچگی کی دوسری ویکسینیں لگوا سکتی ہوں؟

یہ اہم ہے کہ آپ حمل میں اپنی ویکسینیں صحیح وقت پر لگائیں:

- کالی کھانسی کی ویکسین عام طور پر حمل کے شروع میں دی جاتی ہے (حمل کے وسطی اسکین کے وقت عام طور پر 20 ہفتوں میں)
- 28 ہفتوں کی حاملہ ہونے پر آپ کو RSV ویکسین لگوانی چاہئے
- نزلے کی ویکسین حمل کے کسی بھی مرحلے پر دی جا سکتی ہے۔ جیسے یہ دستیاب ہو آپ کو اسے لگوانا لینا چاہئے

جب آپ کو RSV ویکسین کے لئے بلایا جاتا ہے، تو اگر آپ نے ابھی تک کالی کھانسی یا نزلے کی ویکسین نہیں لگوائیں، تو آپ اسی وقت یہ بھی لگوا لینی چاہئیں۔

کو مزید معلومات کہاں سے حاصل کر سکتی ہوں؟

آپ اپنی دائی یا GP پریکٹس سے بات کر سکتی ہیں اور یہاں یہ کتابچہ آن لائن پڑھ سکتی ہیں:

www.gov.uk/government/publications/respiratory-syncytial-virus-rsv-maternal-vaccination

www.nhs.uk/pregnancy/keeping-well/vaccinations

حاملہ ہونے پر آپ کو ویکسین کے بارے میں مزید معلومات ذیل میں پیش کی جائیں گی:

www.gov.uk/government/publications/pregnancy-how-to-help-protect-you-and-your-baby

یہ ویکسین کلینیکل آزمائش کے دوران 4,000 خواتین کو لگائی گئی ہے اور قومی پروگراموں میں ہزاروں خواتین کو لگائی گئی ہے۔ امریکہ میں نگرانی کے دوران، جہاں یہ تقریباً 100,000 خواتین کو لگائی گئی ہے، اس نے ایک اچھا حفاظتی پروفائل ظاہر کیا ہے۔ بنیادی کلینیکل آزمائش میں، ویکسین لگانے کے ایک مہینے بعد، ویکسین گروپ (2.1%) میں ویکسین نہ لگوانے والے گروپ (1.9%) کے مقابلے میں قدرے زیادہ قبل از وقت پیدائش والے بچے تھے۔ یہ فرق زیادہ تر اس امکان کی وجہ سے ہے۔ اس ویکسین کو تحفظ، معیار اور حفاظت کے اعتبار سے برطانیہ، یورپ اور امریکہ کے ادویات کے انضباط اداروں نے منظور کیا ہے۔

کیا ویکسین لگوانے کا مطلب یہ ہے کہ بچے کو RSV نہیں ہوگا؟

یہ ویکسین آپ کے بچے کے شدید RSV بیماری کا شکار ہونے کے امکان کو کم کرتی ہے۔ تمام ادویات کی طرح، کوئی بھی ویکسین پوری طرح مؤثر نہیں ہوتی اور کچھ بچوں کو ان کی ماؤں کو ویکسین لگوانے کے باوجود RSV انفیکشن ہو سکتا ہے۔ تاہم، ویکسین لگوانے والی ماؤں سے پیدا ہونے والے بچوں میں، کوئی RSV انفیکشن کم شدت کا حامل ہونا چاہئے۔

آپ RSV ویکسین کے لئے Abrysvo نامی مریض کا معلوماتی کتابچہ یہاں پڑھ سکتے ہیں: www.medicines.org.uk/emc/product/15309/pil

اگر میرے بچے کو زیادہ خطرہ ہو تو کیا ہوگا؟

کچھ بچوں کو RSV کا بہت زیادہ خطرہ ہوتا ہے، جیسے بہت زیادہ قبل از وقت پیدائش والے بچے، یا وہ جنہیں دل کی بہت شدید بیماری ہے یا وہ جن کا مدافعتی نظام کمزور ہے انہیں اینٹی باڈی انجیکشن بھی لگایا جا سکتا ہے۔ یہ انجیکشن کسی بھی اینٹی باڈیز سے بڑھ کر تحفظ فراہم کرے گا جو کہ وہ اپنی ماں سے حاصل کر سکتے ہیں۔

ایک فوری GP اپائنٹمنٹ کا مطالبہ کریں یا 111 پر کال کریں اگر:

- اگر آپ کے بچے کو سردی لگ گئی ہے اور اس کی حالت بری ہو رہی ہے
- آپ کا بچہ معمول سے کم دودھ پی رہا ہے یا کھا رہا ہے
- اگر 12 گھنٹے یا اس سے زائد آپ کے بچے کا لنگوٹ خشک ہے، یا پانی کی کمی کی دیگر علامات ظاہر کرتا ہے
- آپ کا بچہ 3 مہینے سے کم عمر ہے اور اسے 38° سینٹی گریڈ بخار ہے، یا وہ 3 مہینے سے بڑا ہے اور اسے 39° سینٹی گریڈ یا اس سے زیادہ بخار ہے

999 پر کال کریں یا A&E پر جائیں اگر:

اگر آپ کا بچہ بہت زیادہ بیمار ہے، اپنے فیصلے پر بھروسہ رکھیں۔ آپ کو عمل کرنا چاہئے اگر:

- آپ کے بچے کو سانس لینے میں دشواری ہو رہی ہے - آپ دیکھ سکتے ہیں کہ گڑگڑاہٹ کی آوازیں آتی ہیں یا اس کا سینہ اور پیٹ کی دیوار کے درمیان یا اس کی پسلیوں کے نیچے اندر کو دھنسا ہوا ہے
- جب آپ کا بچہ سانس لیتا ہے تو اس کے درمیان وقف ہوتے ہیں
- آپ کے بچے کی جلد، زبان یا ہونٹ نیلے ہیں
- آپ کا بچہ غنودگی میں ہے اور نہیں جاگ رہا یا جاگتا رہتا۔

کیا میرے بچے کو RSV برونکلائٹس ہو سکتا ہے؟

RSV برونکلائٹس کی علامات میں مندرجہ ذیل شامل ہو سکتی ہیں:

- ناک بہنا یا بند ہونا
 - سانس لینے میں دشواری، تیزی یا شور (گڑگڑاہٹ)
 - دودھ پینے میں دشواری
 - کھانسی
 - بخار
 - بے چینی یا آرام میں دشواری
 - تھکاوٹ یا سستی
- RSV چھوٹے بچوں میں دیگر عارضے بھی پیدا کر سکتا ہے جیسے بھونکنے والی کھانسی (کروپ) اور کان کے اندر دردناک انفیکشن (اوتائٹس میڈیا)۔



آپ ییلو کارڈ ویب سائٹ پر یا مفت فون لائن پر 0800 731 6789 پر کال کر کے (صبح 9 بجے تا شام 5 بجے پیر یا جمعہ) یا ییلو کارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کر کے مشتبہ ضمنی اثرات کی اطلاع کر سکتے ہیں۔

www.mhra.gov.uk/yellowcard