



PASHTU

د ماشومانو د روغتيا ساتنه د اوس او راتلونكي لپاره



SCAN ME

د واکسينونو په اړه نور معلومات

selondonics.org/childrenshealth

nhs.uk/conditions/vaccinations

په لندن کې د پولیو او MMR catch-up واکسینونه

په لندن کې د I څخه تر II کلنو ماشومانو ته چې د خپل ورځني واکسین سره تازه ندي د کورني ډاکټر جراحی، لومړني ښوونځي، او ټولنيز کلینیکونو له لارې د پولیو او MMR واکسینونه دوی ته وړاندې کيږي.

ایا د MMR واکسین او آټیزم ترمنځ
اړیکه شتون لري؟

د MMR واکسین او آټیزم تر منځ
هیڅ ډول اړیکه شتون نلري. ډیری
څیړنو پدې اړه څیړنه کړې.

ماشومانو ته واکسین څنگه
ورکول کيږي؟

دواړه واکسینونه د ورن یا پورتنۍ لاس
عضلاتو کې د انجیکشن/ستني له لارې
ورکول کيږي.

ولی د MMR او پولیو په وړاندې د
ماشومانو د ساتنې لپاره واکسینونه په
ځانگړې توگه مهم دي؟

په 2022 کې، د پولیو ویروس په
لندن کې د قاضله موادو په نمونو
کې وموندل شو، چې دا وړاندیز کوي
چې ویروس د خلکو ترمنځ خپور شوی.
پداسې حال کې چې وروستي سروې
ښيي چې لیزد کم شوی، هغه کسان
چې په ښیږ ډول واکسین شوي ندي،
یا هغه څوک چې واکسینونو ته ښه
ځواب نه ورکوي، بیا هم د پولیو د
اخته کیدو له خطر سره مخ دي.

په لندن کې هم سز کال (2023) د
شري په پېښو کې زیاتوالی راغلی دی.
په ټوله انگلستان کې، په اوسط ډول په
IO کې I ماشومان د MMR واکسینونو
سره تازه ندي، د لندن ځینې سیمې
په 5 کې 2 ته ټیټ دي، چې په زرگونو
ماشومان د شري د اخته کیدو خطر
سره مخ کوي، په ځانگړې توگه هغه
ماشومان چې ډیر زیان منونکي دي، او
ناروغي په غیر واکسین شوي ټولنو کې
خپريږي.

ایا د MMR او پولیو واکسین خوندي
دي؟

هو، دوی خورا خوندي دي او د نړۍ په
مليوونو ماشومان بې خوندي اثر کړي
دي.



ماشومان ولې واکسين ته اړتيا لري؟

واکسين ماشومان د جدي ناروغيو او احتمالي وژونکو ناروغيو څخه ساتي کله چې دوی ډير کوچني وي، د ښوونځي په کلونو کې، او د لویانو په توګه. په ټوله نړۍ کې، واکسينونو په ميليونونو ژوندونه ژغورلي دي. په هرصورت، که چيرې خلک د واکسين و نه کېږي، ساري ناروغي ممکنه ده چې ژر تر ژره بيا خپاره شي.

واکسين څنګه کار کوي؟

واکسين د انفیکشن په تقليد سره کار کوي (د میکروب بريد او وده لکه ویروس يا باکتریا په بدن کې) او بدن ته ښوونه کوي چې ځانګړي جنګيالي رامینځته کړي چې د انتي باډي په نوم يادېږي چې دا د ناروغۍ څخه ساتنه کوي.

د واکسين کول د بدن لپاره خورا خوندي دی له دې لارې مقاومت پيدا کوي د درملني په پرتله د ناروغۍ نه. يوځل چې بدن د واکسين له لارې د ناروغۍ سره مبارزه زده کړي، دا کولی شي ستاسو ماشوم د ډيرو کلونو لپاره خوندي وساتي.

ماشومان له ناروغيو او مرضونو خوندي ساتي

د نړيوال روغتيا سازمان (www.who.int) په وينا واکسينونه هر کال د ډيپټيريا، ټيتانوس، د سزو ټوخي، فلو او شری په څير ناروغيو څخه د 3.5 ميليون څخه ډير مړينې مخه نيسي.

له هغه وخته چې په انګلستان کې واکسينونه معرفي شوي، د کوچنيو ناروغيو او ټيتانوس په څير ناروغۍ چې په ميليونونو خلک وژني يا معيوب کوي، اوس ورک شوي يا ډير لږ ليدل کيږي. نوري ناروغۍ لکه شری او ډيپټيريا د واکسينونو له معرفي کيدو راهيسې تر 99.9% پورې کم شوي دي. په هرصورت، که چيرې خلک د واکسين و نه کېږي، ساري ناروغي ممکنه چې ژر تر ژره بيا خپاره شي.

دا پانډه د څه په اړه ده؟

دا پانډه د واکسينونو (د معافيت په نوم هم پيژندل کيږي) په اړه نور معلومات تشریح کوي چې ماشومانو ته په NHS کې وړيا وړاندیز کيږي او کله به يې کوي. دا مهمه ده چې واکسينونه د غوره خونديتوب لپاره په وخت ورکړل شي، مګر که ستاسو ماشوم واکسين له لاسه ورکړی وي، ناسو کولی شئ د خپل کورني ډاکټر سره اړيکه ونيسئ ترڅو دا ورکړئ.

زما ماشوم په کوم عمر کې خپل معمول واکسين ته اړتيا لري؟



دا واکسین زما ماشوم د کومو ناروغیو په وړاندې ساتي؟

MMR

(شری، ممپس، روبیلا)

گوزن (پولیو) کولی شي د کم فلو په څیر نښې رامینځته کړي مگر په نادره مواردو کې کولی شي د عضلاتو ضعف (فلج) لامل شي.

شری او روبیلا معمولا د زکام په څیر نښو سره پیل کېږي، وروسته د بخار سره. په نادره حالتونو کې شری کولی شي د فټس (مرگی)، روڼدټوب، سینه بغل او مننژیت لامل شي، او ځینې وختونه وژونکي کیدی شي. روبیلا د امیندواری په جریان کې خورا خطرناک ځکه چې د زیږون ماشوم لپاره ستونزې رامینځته کوي. ممپس د مخ په اړخ کې د دردناک پړسوب لامل کېږي او په نادره مواردو کې کولی شي د ویروس مننژیت لامل شي.

ډیپټیریا

ډیپټیریا یو جدي انفیکشن دی چې په پوزه او ستوني او ځینې وختونه په پوستکي هم اغیزه کوي. دا کیدای شي وژونکي وي، په ځانگړي توگه په ماشومانو کې، که چیرې ژر تر ژره درملنه ونه شي.

Hep B

هپاتیت بي د ځيگر انتان دی چې معمولا له 1 څخه تر 3 میاشتو پورې دوام کوي. ډیری خلک یا هیڅ نښې نلري یا لږې نښې لري مگر په نادره مواردو کې دا کولی شي اوږدمهاله شي او تر 6 میاشتو پورې دوام وکړي. مزمن هپي B جدي کیدی شي که درملنه ونه شي.

MenB + MenACWY

د مینینگوکوکل انتانات خورا جدي کیدی شي، د مننژیت او د ویني مسمومیت (سپیسس) لامل کېږي. په نادره مواردو کې دوی کولی شي وژونکي وي.

نیوموکوکل

د نیوموکوکل انتانات کولی شي خطرناک وي او د سینه بغل، سپیسس او مننژیت لامل شي.

ټیټا نوس

ټیټا نوس یوه جدي، د ژوند گواښونکي ناروغي ده چې د باکتریا له امله رامینځته کېږي چې زخم ته ننوځي. د ژمي سخت والی، د عضلاتو دردناکه نخاع، ساه اخستلو کې ستونزه، د تودوخې لوړه تودوخه، خوله کول، د زړه تیز درخیدل، او مېرگي د دې ناروغي بایله کیدی شي.

توره ټوخله

(د پرتوسس په نوم هم یادېږي)

د تور ټوخې د سزو او هوايي لارو یو انتان دی او کولی شي ماشومان او کوچني ماشومان ډیر ناروغه کړي. په نادره مواردو کې دا کیدای شي وژونکي وي.

روټا ویروس

روټاویرس د معدې یوه ډیره ساري ناروغي ده چې معمولا په ماشومانو او تنکي ماشومانو اغیزه کوي، د اسهال او گانگي، د معدې درد او د تودوخې لوړیدو لامل کېږي.

پولیو

گوزن (پولیو) کولی شي د کم فلو په څیر نښې رامینځته کړي مگر په نادره مواردو کې کولی شي د عضلاتو ضعف (فلج) لامل شي.

ډیپټیریا

ډیپټیریا یو جدي انفیکشن دی چې په پوزه او ستوني او ځینې وختونه په پوستکي هم اغیزه کوي. دا کیدای شي وژونکي وي، په ځانگړي توگه په ماشومانو کې، که چیرې ژر تر ژره درملنه ونه شي.

Hep B

هپاتیت بي د ځيگر انتان دی چې معمولا له 1 څخه تر 3 میاشتو پورې دوام کوي. ډیری خلک یا هیڅ نښې نلري یا لږې نښې لري مگر په نادره مواردو کې دا کولی شي اوږدمهاله شي او تر 6 میاشتو پورې دوام وکړي. مزمن هپي B جدي کیدی شي که درملنه ونه شي.

Hib B

د هیموفیلس انفلونزا ډول (Hib) یو ډول باکتریا ده چې کولی شي د ژوند گواښونکي انتاناتو لامل شي. ماشومان اوږه ماشومان په جدي ناروغۍ په اخته کیده خطر سره مخ وي.

فلو

انفلونزا د ماشومانو لپاره خورا ناخوښه ناروغي کیدی شي چې کولی شي په سزو او هوايي لارې اغیزې جدي ستونزې رامینځته کړي، لکه برونکایټس او سینه بغل.

HPV

Human papillomavirus (HPV) هغه نوم دی چې د ویروسونو خورا عام ګروپ ته ورکړل شوی، چې ځینې یې د "لوړ خطر" په نوم یادېږي ځکه چې دوی د سرطان پراختیا سره تړاو لري، لکه د رحم سرطان، د مقعد سرطان، د جنین سرطان، او د سر او غاړې سرطان. نور ډولونه کولی شي د واریټس یا ویروکاس په څیر امراض رامینځته کړي.

د ماشومانو لپاره د واکسينونو جانبي عوارض څه دي؟

له 10% څخه لږ ماشومان لږ اړخيزې اغيزې تجربه کوي چې د واکسين کولو وروسته 2 يا 3 ورځې دوام کوي.

اړخيزې اغيزې کېدای شي شامل وي د:

- د انجیکشن/ستني ځای شاوخوا پړسوب ، سوروالی او د درد احساس
- د يو څه بې خوبۍ احساس کول يا تبه کول
- د خپگان احساس، د ژړا يا خپگان زیاتوالی، بې خوبۍ
- کانګې او لنډمهاله بی اشتهايی

ځينې ماشومان ممکن لږ اړخيزې اغيزې تجربه کړي - د بيلګې په توګه د MMR واکسين په هر 24,000 دوزونو کې په 1 کې خرابښ/بخار تجربه کيږي. د خپل کورني ډاکټر سره څېرې وکړئ ترڅو د نادر اړخيزو اغيزو په اړه نور معلومات ومومئ. دا مهمه ده چې په ياد ولرئ چې د ساري ناروغيو احتمالي پيچلتياوې، لکه شری، ممپس او روبیلا، خورا جدي دي.

زه بايد څه وکړم که زما ماشوم دا نور
اړخيزې اغيزې تجربه کړي؟

د کوچنيانو لپاره د پاراسيتامول په مرسته لږ اړخيزې اغيزې درملنه کيدی شي د بيلګې په توګه. کالپول که چيرې تاسو انديښمن ياست، يا ستاسو ماشوم ګوم دوامداره اړخيزې اغيزې لري، خپل کورني ډاکټر سره خبرې وکړئ.



په واکسینونو کې څه دي او ايا خوندي دي؟

واکسين څه شی لري؟

د هر واکسين اصلي اجزا د ناروغۍ رامینځته کونکي میکروب لږ مقدار وژل شوي ، ضعیف شوي یا تولید شوي نسخه ده. دې ته انټیجونه ویل کیږي. ځینې نوي واکسینونه د بدن لپاره لارښوونې کوي چې انټیجن تولید کړي، نه د انټیجن په ځای.

واکسين ځینې وختونه نور مواد لري چې واکسين خوندي او ډیر اغیزمن کوي.

ايا کوم واکسینونه

د خنزیر/خوگ محصولات لري؟

ځینې واکسینونه د خنزیر جیلاتین لري ترڅو ډاډ ترلاسه کړي چې واکسين د ذخیره کولو پرمهال خوندي او اغیزمن پاتې کیږي. که چیرې تاسو نه غواړئ چې ستاسو ماشوم د مذهبي یا غذایی دلایلو لپاره د خنزیر جیلیتین لرونکی واکسين ولري، د ممکنه بدیلونو په اړه د خپل روغتیا پاملرنې مسلکي سره خبرې وکړئ.

ايا واکسين د ماشومانو لپاره خوندي دي؟

په انګلستان او نړۍ کې ملیونونه ماشومان د جدي ناروغیو او مرضونو پروړاندې واکسين شوي - او په پایله کې خوندي ساتل شوي. د واکسين ترلاسه کول ستاسو کورنۍ، ملګري او پراخه ټولنه هم ساتي، په ځانګړې توګه هغه ګسان چې ډیر زیان منونکي دي.

ټول واکسینونه مخکې له دې چې معرفي شي د قانون له مخې د خونديتوب سختو ازموینو څخه تیرېږي. یوځل چې واکسين په انګلستان کې معرفي شي دا د درملو او روغتیا پاملرنې محصولاتو تنظیم کونکې ادارې (MHRA) لخوا د هر ډول نادر اړخیزو اغیزو لپاره هم څارل کیږي.

ايا دا زما د ماشوم لپاره خوندي دي چې په یوځل کې څو واکسینونه ورلول شي؟

مطالعاتو ښودلي چې دا خوندي دي چې په یو وخت کې څو واکسینونه ولري او ستاسو ماشوم به د ځینو جدي ناروغیو څخه خوندي وي.

زه د نورو معلوماتو لپاره چیرته لار شم؟

که چیرې تاسو د واکسینونو او د دوی د خونديتوب یا ضمني اغیزو په اړه اندیښنې، شکونه یا پوښتنې لري، مهرباني وکړئ د کورني ډاکټر یا د NHS بل روغتیایي مسلکي سره خبرې وکړئ.

دلته په انګلستان او نورو ځایونو کې د نړۍ د مخکښو روغتیا او پاملرنې سازمانونو څخه آنلاین ډېری ساینسي شواهد هم شتون لري ، لکه د نړیوال روغتیا سازمان ، NHS ، او اکسفورډ پوهنتون.

د واکسين ضد کيسې ډيرې وختونه آنلاین خپرېږي ، په ځانګړې توګه د ټولنيزو رسنيو له لارې. دوی ممکن د ساینسي شواهدو پراساس نه وي او ستاسو ماشوم د جدي ناروغۍ خطر سره مخ کولی شي.

واکسين کول ترټولو مهم شی دی چې موږ یې کولی شو خپل ځان او خپل ماشومان د ناوړه روغتیا په وړاندې خوندي کړو.

تاسو کولی شئ د NHS ویب پاڼه کې نور معلومات ترلاسه کړئ:

[/www.nhs.uk/conditions-vaccinations/why-vaccination-is-safe-and-important](http://www.nhs.uk/conditions-vaccinations/why-vaccination-is-safe-and-important)

څنگه واکسین ترلاسه کړئ په شمول د تکراری واکسینونه

څوک کولی شي وړیا NHS واکسین ترلاسه کړي؟

هر ماشوم وړیا د NHS واکسین کولو حق لري. د خپل کورني ډاکټر سره خبرې وکړئ یا د خپل ماشوم سر کتاب وگورئ ترڅو وگورئ چې ایا دوی د واکسین کولو په اړه تازه دي.

ایا زما ماشوم اړتیا لري چې د کورني ډاکټر سره راجسټر شي ترڅو خپل معمول واکسین ترلاسه کړي؟

که ستاسو ماشوم د کورني ډاکټر سره راجسټر شوی نه وي، دوی بیا هم د وړیا واکسین کولو حق لري. په انګلستان کې هر څوک کولی شي د کورني ډاکټر جراحی سره وړیا نوم لیکنه وکړي. تاسو د آدرس یا د کډوالۍ وضعیت، ID یا د NHS شمیرې هیڅ ثبوت ته اړتیا نلرئ. تاسو کولی شئ د کورني ډاکټر جراحی دلته ومومئ: www.nhs.uk/service-search/find-a-gp

زه د ماشومانو د واکسین

په اړه نور معلومات چیرته ترلاسه کولی شم؟

مهرباني وکړئ د کورني ډاکټر جراحی سره اړیکه ونیسئ، یا آنلاین وگورئ:



selondonics.org/childrenshealth

nhs.uk/conditions/vaccinations

کله چې ستاسو ماشوم ناروغ شي عمومي روغتیا مشوره واخلئ

کوچني ماشومان اکثرا ناروغه کيږي - دا د لویوالي برخه ده. په هرصورت، دا د والدينو او پالونکو لپاره فشار کيږي شي. ډیری وختونه، ناروغي جدي نه وي او ماشوم په کور کې یا د کورني ډاکټر، درمل جوړونکي یا روغتیا لیدونکي په مرسته په خوندي توګه درملنه کيږي شي. د نورو مشورو لپاره د NHS ویب پاڼه وگورئ:

www.nhs.uk/conditions/baby/health

دا پاڼه په لوی ډولونو او مختلفو ژبو کې شتون لري.

مهرباني وکړئ اړیکه ونیسئ:

communications@selondonics.nhs.uk



South East London

د سویل ختیځ لندن مربوط پاملرنې بورډ لخوا خپور شوی