UK Health
Security
Agency

NHS

হেপাটাইটিস বি

গর্ভাবস্থায় এবং আপনার শিশুর জন্ম হওয়ার পর আপনার যত্নের ব্যাপারে একটি নির্দেশিকা

immunisation

আপনাকে এবং আপনার শিশুকে রক্ষা করার সবচেয়ে নিরাপদ উপায়

এই বুকলেটে কী আছে?

4 আপনার স্ক্রিনিং টেস্টের ফলাফল এবং এর মানে কী

5 হেপাটাইটিস বি মানে কী?

5 আমি কিভাবে হেপাটাইটিস বি আক্রান্ত হলাম?

6 আপনার যত্নের ব্যাপারে পরিকল্পনা

7 আপনার চিকিৎসা এবং যত্নের ব্যাপারে নজরদারি

8 আপনার শিশুর যত্ন

9 আপনার শিশুর টিকাদান এর সময়সূচি

10 আপনি যখন বাড়ি যাবেন

11 আপনার কী জানা প্রয়োজন?

আপনার স্ক্রিনিং টেস্টের ফলাফল এবং এর মানে কী

সম্প্রতি আপনার রক্ত পরীক্ষা করা হয়েছে। ফলাফল থেকে জানা গিয়েছে যে আপনার হেপাটাইটিস বি নামে একটি সংক্রমণ হয়েছে।

এই লিফলেটে ব্যাখ্যা করা হবে হেপাটাইটিস বি মানে কী এবং আপনার, আপনার শিশু এবং আপনার পরিবারের জন্য এর মানে কী।

আপনার গর্ভাবস্থার সময় আপনাকে সুস্থ রাখতে আপনার যে ধরনের যত্ন প্রয়োজন এবং আপনার শিশু ও পরিবারের অন্য সদস্যদের জন্য যে যত্ন প্রয়োজন, সেই ব্যাপারে এই লিফলেটে তথ্য রয়েছে।

আপনি যখন গর্ভবতী হবেন, তখন একটি বিশেষজ্ঞ দল আপনার যত্ন নেবে। আপনি যেখানে বসবাস করেন, সেখানে উপলভ্য যত্নের বিশদ বিবরণ সহ এই লিফলেটের তথ্য তারা ব্যাখ্যা করবে এবং আপনার ও আপনার পার্টনারের কোনো প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দেবে।

দলের মধ্যে একজন স্ক্রিনিং মিডওয়াইফ, একজন বিশেষজ্ঞ নার্স, লিভারের যত্ন নেওয়ার ব্যাপারে বিশেষজ্ঞ একজন চিকিৎসক, একজন অবস্টেট্রিসিয়ান, একজন ফার্মাসিস্ট এবং আপনার জেনারেল প্র্যাক্টিশনার, প্র্যাক্টিস নার্স এবং হেলথ ভিজিটর থাকতে পারেন।

হেপাটাইটিস বি মানে কী?

হেপাটাইটিস বি হলো এক ধরনের সংক্রমণ, যা একটি ভাইরাসের কারণে হয়ে থাকে। ভাইরাস হলো এক ধরনের জীবাণু, যা থেকে সংক্রমণ এবং রোগ হয়।

ভাইরাসটি থেকে আপনার স্বাস্থ্য সংক্রান্ত নানা সমস্যা দেখা দিতে পারে, যার মধ্যে রয়েছে লিভারের প্রদাহ (ফুলে যাওয়া) এবং লিভারের গুরুতর সমস্যা, এমনকি স্কারিং (সিরোসিস) এবং ক্যানসার হতে পারে। লিভার হলো শরীরের সবচেয়ে বড় এবং খুব গুরুত্বপূর্ণ একটি অঙ্গ। এটির অনেক কাজ, যার মধ্যে রয়েছে:

- আপনার রক্ত পরিষ্কার করা
- আপনি যে খাবার খাচ্ছেন, তা হজম করতে সাহায্যের জন্য বাইল উৎপাদন করা
- আপনাকে এনার্জি দিতে খাবার থেকে সুগার সঞ্চয় করে রাখা

কিভাবে আমার হেপাটাইটিস বি হলো?

বিশ্বের কিছু অংশে হেপাটাইটিস বি সংক্রমণ খুব সাধারণ ব্যাপার। সংক্রমণ মানে এমন অসুস্থতা, যা অন্য কারো থেকে আপনার হয়েছে। এটি অন্য লোকজনের মধ্যেও ছড়াতে পারে।

সংক্রমিত ব্যক্তির রক্ত বা বডি ফ্লুইডের মধ্যে হেপাটাইটিস বি পাওয়া যায়। রক্ত, বীর্য, থুতু এবং যোনি থেকে বের হওয়া ফ্লুইডের মতো জিনিসগুলোকে বডি ফ্লুইড বলা হয়। চুমু খাওয়া, হাত ধরা, আলিঙ্গন করা, কাশি, হাঁচি বা রান্নার বাসনপত্র শেয়ার করার মাধ্যমে এটি ছড়ায় না।

এটি তিনভাবে ছড়াতে পারে:

- গর্ভাবস্থায় বা জন্মের সময় মায়ের নিকট থেকে শিশুর মধ্যে
- কনডম ছাড়া সেক্স করার সময়
- সংক্রমিত সূঁচ বা মাদক সেবনের সরঞ্জাম শেয়ার করলে
- ট্যাটু, বডি পিয়ার্সিং বা মেডিকেল ও ডেন্টাল ট্রিটমেন্টে ব্যবহার করা জীবাণুমুক্ত করা হয়নি এমন সরঞ্জামের মাধ্যমে
- টুথব্রাশ বা রেজরে পাওয়া সামান্য রক্তের মাধ্যমে
- যে সব দেশে সংক্রমণটির প্রকোপ আছে, সেখানে পরিবারের (শিশু থেকে শিশুর) মধ্যে

আপনার যত্নের পরিকল্পনা করা

আপনার যত্ন নেওয়া এবং আপনার সব অ্যাপয়েন্টমেন্টে উপস্থিত থাকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

আপনার গর্ভাবস্থা এবং শিশুর জন্ম পর্যন্ত বিশেষজ্ঞ দল আপনার যত্নের ব্যাপারে পরিকল্পনা তৈরি করতে সক্রিয় থাকবে।

তারা এই ব্যাপারে আপনাকে তথ্য জানাবে:

- শিশুর জন্মের সময় এবং তার 12 মাস বয়স পর্যন্ত কিভাবে টিকাদানের (ইঞ্জেকশন) মাধ্যমে শিশুকে সুরক্ষিত রাখবেন
- আপনার সঙ্গী, অন্যান্য শিশু বা পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের পরীক্ষা করা

আপনার রক্তে কতটা পরিমাণ হেপাটাইটিস বি ভাইরাস রয়েছে তা জানার জন্য আপনাকে আরো কিছু রক্তপরীক্ষা করাতে হবে। এগুলো থেকে জানা যাবে আপনার সংক্রমণের তীব্রতা কম না বেশি।

তারপর আমরা এই পরীক্ষাগুলোর ফলাফলের ভিত্তিতে আপনার এবং আপনার শিশুর জন্য উপলভ্য সবচেয়ে সেরা চিকিৎসার পরিকল্পনা তৈরি করতে পারি। আপনার মধ্যে যদি ভাইরাসের তীব্রতা বেশি থাকে, তাহলে বিশেষজ্ঞ দল আপনাকে ট্যাবলেট সেবন করে এই তীব্রতা কমানোর পরামর্শ দিতে পারে। এছাড়া আপনার লিভারের স্বাস্থ্য কেমন, তা দেখতে আপনাকে স্ক্যান করতে হতে পারে।

আপনার শিশুর জন্মের পর কী হবে এবং আপনার কোনো প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দিতে, আপনার গর্ভাবস্থার শেষ পর্যায়ে আপনার সাথে আমরা দেখা করব।

আপনার শিশুর কিভাবে জন্ম হবে, হেপাটাইটিস বি তাতে প্রভাবে ফেলে না। সিজারিয়ান পদ্ধতি শিশুর জন্মের সাথে এটার সম্পর্ক নেই।

আপনি নিরাপদে আপনার শিশুকে বুকের দুধ পান করাতে পারেন। আপনাকে এবং আপনার শিশুকে সুস্থ রাখার জন্য আপনার শিশুর জন্মের পর আপনার সব অ্যাপয়েন্টমেন্ট উপস্থিত থাকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। আপনার এবং আপনার পরিবারের কোনো প্রশ্ন থাকলে, দল তার উত্তর দেবে।

আপনার চিকিৎসা এবং যত্নে নজর রাখা

হেপাটাইটিস বি এর মতো শনাক্তযোগ্য, সংক্রামক রোগের ব্যাপারে নজরদারি চালাতে যুক্তরাজ্যের হেলথ সিকিউরিটি এজেন্সির (UKHSA) একটি আইনি দায়িত্ব রয়েছে। ভাইরাস এবং রোগের পরিবর্তন হচ্ছে কি না জানতে এগুলোর উপর নজর রাখা এবং আমরা যে টিকা ব্যবহার করছি তা কার্যকর কি না পরীক্ষা করা।

ভাইরাস আপনার শিশুর মধ্যে ছড়িয়েছে কি না, কখন এবং কিভাবে এটি ঘটলো তা জানা গুরুত্বপূর্ণ। এর জন্য আপনার এবং আপনার শিশুর রক্তের নমুনা সংগ্রহ করে স্পেশালিস্ট টেস্টিংয়ের জন্য পাঠাতে আমরা আপনার অনুমতি চাইব:

সব মহিলা এবং শিশু

- গর্ভাবস্থার প্রাথমিক পর্যায়ে আপনার সামান্য রক্তের নমুনা
- আপনার শিশুর যখন 12 মাস বয়স, তখন তার সামান্য রক্তের নমুনা
- আপনার সংক্রমণের তীব্রতা বেশি হলে:
- আপনার শিশুর জন্ম হওয়ার পর আপনার সামান্য রক্তের নমুনা
- জন্মের সময় আপনার শিশুর পায়ের গোড়ালি থেকে রক্তের 3টি সামান্য স্পট*

শিশুটির বয়স এক বছর হওয়ার পর পরীক্ষার সাথে তখন এটি তুলনা করে দেখা হবে এবং ভাইরাসটি কেমন আচরণ করছে, তা বুঝতে এটি বিজ্ঞানীদেরকে সাহায্য করবে।

*মনে রাখবেন: জন্মের সময় আপনার শিশুর যে রক্তের নমুনা নেওয়া হয়, সেটি আপনার শিশুর জন্মের 5 দিনের মাথায় নেওয়া 'হিল প্রিকের' থেকে আলাদা এবং এটি নিশ্চিত করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ যে আপনার শিশুর যেন স্ক্রিনিং টেস্টও হয়।

আপনার শিশুর যত্ন

আপনার শিশুর যদি সঠিক সময়ে টিকাদান নিশ্চিত করতে পারেন, তাহলে হেপাটাইটিস বি সংক্রমণ প্রতিরোধ করা যায়।

টিকা দিলে আপনার শিশুর সংক্রমিত হওয়ার সম্ভাবনা অনেকটাই কমে যায়।

হেপাটাইটিস বি আক্রান্ত মায়ের শিশুকে অতিরিক্ত সুরক্ষা দিতে হবে। আপনার শিশুর জন্ম হওয়ার পরে এবং তার জন্মের 4 সপ্তাহ ও 12 মাসের মাথায় অতিরিক্ত ইঞ্জেকশনগুলো দেওয়া হয়।

গর্ভাবস্থায় যদি আপনার ভাইরাসের তীব্রতা বেশি থাকে, তাহলে আপনার শিশুর জন্মের সাথে সাথেই তাকে হেপাটাইটিস বি ইমিউনোগ্লোবুলিন (HBIG) নামের অতিরিক্ত ইঞ্জেকশন দিতে হবে।

আপনার শিশুর 4 সপ্তাহ বয়স হলে, অন্যান্য শিশুদের মতো তাকেও শৈশবের রুটিন টিকাগুলো দেওয়া শুরু হবে। এগুলোর মধ্যে হেপাটাইটিস বি টিকা রয়েছে।

মনে রাখবেন:

বারো মাসের মাথায়, যখন আপনার শিশুর সব টিকা নেওয়া হয়ে গিয়েছে, একটি রক্ত পরীক্ষা করে দেখতে হবে আপনার শিশুর মধ্যে হেপাটাইটিস বি সংক্রমণ আছে কি না।

আপনার শিশুর টিকাদান এর সময়সূচি

হেপাটাইটিস বি থেকে সুরক্ষিত রাখতে আপনার শিশুর মোট 6টি টিকা প্রয়োজন। আপনার শিশু যাতে এগুলোর সবই নেয়, তা নিশ্চিত করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

টিকাদান 1 – একক হেপাটাইটিস বি হাসপাতালে, শিশুটির বয়স এক দিন হওয়ার আগে। অতিরিক্ত সুরক্ষার জন্য কিছু শিশুর দ্বিতীয় ইমিউনোগ্লোবুলিন (HBIG) ইঞ্জেকশন প্রয়োজন।	1 দিন
টিকাদান 2 – একক হেপাটাইটিস বি 4 সপ্তাহের মাথায় – নিশ্চিত করুন যে জেনারেল প্র্যাক্টিশনারের কাছে আপনার শিশুকে নিবন্ধন করা হয়েছে।	4 সপ্তাহ
টিকাদান 3 8 সপ্তাহ ধরে শিশুর রুটিন টিকাদান, যার মধ্যে রয়েছে হেপাটাইটিস বি।	8 সপ্তাহ
টিকাদান 4 12 সপ্তাহ ধরে শিশুর রুটিন টিকাদান, যার মধ্যে রয়েছে হেপাটাইটিস বি।	12 সপ্তাহ
টিকাদান 5 16 সপ্তাহ ধরে শিশুর রুটিন টিকাদান, যার মধ্যে রয়েছে হেপাইটাইটিস বি।	16 সপ্তাহ
টিকাদান 6 – একক হেপাটাইটিস বি আপনার শিশুর 12 মাস বয়স হওয়ার পর তার রক্ত পরীক্ষা করে দেখতে হবে যে তার হেপাটাইটিস বি রয়েছে কি না। এটা খুব গুরুত্বপূর্ণ।	12 মাস

আপনার সব অ্যাপয়েন্টমেন্টে আপনার লাল বইটি নিয়ে যাবেন বা স্বাস্থ্যকর্মীকে এটি অনলাইনে পূরণ করে দেওয়ার কথা মনে করিয়ে দেবেন।

যখন আপনি বাড়িতে যাবেন

আপনার শিশুর জন্ম নথিভুক্ত করুন

ইংল্যান্ড, ওয়েলস এবং নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডে সব শিশুর জন্মের 42 দিনের মধ্যে তাদের জন্ম নথিভুক্ত করতে হবে। আপনি যদি বিবাহিত হন, তাহলে আপনার স্বামী একাই এটি করতে পারেন। আপনাকে একটি জন্ম সনদ দেওয়া হবে।

আপনার জেনারেল প্র্যাক্টিশনারের কাছে আপনার শিশুকে নিবন্ধন করুন।

আপনার যে সব যত্ন প্রয়োজন, আপনি যাতে তার সবগুলোই পান, তা নিশ্চিত করার জন্য আপনাকে এবং আপনার শিশুকে একজন জেনারেল প্র্যাক্টিশনারের কাছে নিবন্ধন থাকতে হবে।

আপনার শিশুর জন্ম হওয়ার সাথে সাথে তাকে নিবন্ধন করুন, যাতে শিশুর 4-সপ্তাহের টিকাদানের জন্য আপনি নিবন্ধন করতে পারেন। জন্ম সনদ থাকলে এটি খুব সহজে করা যাবে। এই ব্যাপারে কোনো সমস্যা হলে আপনার মিডওয়াইফ বা হেলথ ভিজিটরকে জানান।

ভবিষ্যতের যত্ন

হাসপাতালে এবং বিশেষজ্ঞ দলের সাথে অ্যাপয়েন্টমেন্ট সহ, আপনার এবং আপনার শিশুর জন্য নির্ধারিত সব অ্যাপয়েন্টমেন্টে উপস্থিত হওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

জন্মের পর আপনার শিশুর অবস্থা ঠিকঠাক আছে, তা নিশ্চিত করতে, আপনার শিশুর ছয় সপ্তাহ বয়স হওয়ার পর আপনার জেনারেল প্র্যাক্টিশনারের কাছে শিশুকে নিয়ে আপনাকে যেতে হবে।

আপনার এবং আপনার শিশুর ব্যাপারে কার জানা প্রয়োজন?

আপনার এবং আপনার শিশুর যত্নের সাথে জড়িত থাকা সবাইকে আমাদের তরফ থেকে জানানো প্রয়োজন যে আপনার এবং আপনার শিশুর হেপাটাইটিস বি রয়েছে, যাতে আমরা এগুলো সুনিশ্চিত করতে পারি:

- আপনার যত্নের ব্যাপারে পরিকল্পনা এবং নিরাপদে তা বাস্তবায়ন করা
- বিশেষজ্ঞ দলের সাথে থাকা সব অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করা
- আপনার শিশুর যত্ন এবং ভবিষ্যতের টিকাদানের জন্য সব অ্যাপয়েন্টমেন্টের ব্যবস্থা করা

আপনার হেপাটাইটিস বি এর ব্যাপারে অন্যান্য প্রফেশনালদের জানানোর জন্য আপনার অনুমতি প্রয়োজন। যাদের জানাতে হবে, তাদের মধ্যে রয়েছেন:

- জেনারেল প্র্যাক্টিশনার (জিপি)
- আপনার হেলথ ভিজিটর
- চাইল্ড হেলথ ইনফর্মেশন সার্ভিস, যারা আপনার শিশুর টিকাদান এবং নবজাতকদের স্ক্রিনিং টেস্টের ফলাফল রেকর্ড করে।

স্ক্রিনিং এবং ইমিউনাইজেশন প্রোগ্রাম যেন নিরাপদ ও কার্যকরী হয় এটা নিশ্চিত করতে যুক্তরাজ্যের হেলথ সিকিউরিটি এজেন্সি তথ্য সংগ্রহ করে।

যুক্তরাজ্যের হেলথ সিকিউরিটি এজেন্সি এবং NHS কিভাবে আপনার তথ্য ব্যবহার করে এবং সুরক্ষিত রাখে, তা জানুন এখানে
www.gov.uk/phe/screening-data

তথ্য

NHS

www.nhs.uk/conditions/hepatitis

আপনার শিশুর জন্ম নিবন্ধন করা

www.gov.uk/register-birth

জেনারেল প্র্যাক্টিশনারের কাছে আপনার শিশুকে নিবন্ধন করা

www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice/

আপনার শিশুর ব্যক্তিগত চাইল্ড হেলথ রেকর্ড (লাল বই)

www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/baby-reviews/#the-personal-child-health-record-red-book

© Crown copyright 2023. Version 2. UK Health Security Agency Gateway Number 2023-482. Product code: 2019256HBBE Bengali. 1P 5K NOV 2023 (APS). To order more copies of this asset, please visit: www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002.