

آیا بین 15 تا 30 سال دارید؟ ممکن است لازم باشد در برابر سرخک واکسینه شوید

سرخک یک بیماری جدی با قدرت بیماری‌زایی بالاست. واکسیناسیون بهترین راه برای محافظت از شما، خانواده و اجتماع شما در برابر ابتلا به سرخک و انتشار آن است.

دلایل خوبی برای واکسینه شدن وجود دارد.

• **در صورت ابتلا به سرخک، ممکن است درگیر بیماری جدی ای شوید**

ممکن است به عوارضی از جمله ذات‌الریه، تشنج و ورم مغزی دچار شوید. بعضی از افراد ممکن است به دلیل سرخک جان خود را از دست بدهند.

• **اگر به سرخک مبتلا شوید ممکن است دیگران را به شدت بیمار کنید**

بعضی افراد به دلیل پایین بودن سن یا داشتن بیماری ای که سیستم ایمنی آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد نمی‌توانند واکسن MMR دریافت کنند. واکسینه شدن به این معناست که احتمال ابتلای شما به سرخک و انتقال آن به افراد آسیب‌پذیر کمتر می‌شود.

• **اگر هنگام بارداری به سرخک مبتلا شوید*، کودک شما ممکن است تحت تأثیر قرار بگیرد**

ممکن است تا همیشه سلامت فرزند شما را تحت تأثیر قرار دهد. ممکن است دچار زایمان زودرس شوید یا وزن فرزندتان در زمان تولد کم باشد.

* هنگام بارداری نمی‌توانید واکسن MMR دریافت کنید.

• **ممکن است توانایی شما برای کسب درآمد، یادگیری یا تفریح کاهش یابد**

اگر واکسن MMR را دریافت نکرده باشید و در اتاق باشید که یک فرد مبتلا به سرخک حضور دارد، باید تا دو هفته ایزوله شوید. دلایل این است که اطمینان حاصل شود سرخک ندارید و آن را به دیگران منتقل نمی‌کنید.

از خودتان در برابر سرخک محافظت کنید - این کار ساده و رایگان است

اگر متخصص سلامت واکسیناسیون رایگان را به شما پیشنهاد کرد، آن را بپذیرید.

می‌توانید از پزشک عمومی خود بخواهید تا شما را در برابر سرخک واکسینه کند. این کار هزینه ای ندارد.

اگر 16 سال یا بیشتر دارید، در برخی داروخانه‌ها نیز می‌توانید واکسن رایگان دریافت نمایید. بررسی کنید داروخانه محل‌تان واکسن سرخک، اورویون و سرخجه (MMR) را ارائه می‌کند یا خیر. اگر ارائه می‌کند، کافی است به آنجا مراجعه کنید. لازم نیست نوبت بگیرید. به این منظور، مسئول داروخانه شما را به مکانی خلوت خواهد برد.

واکسن سرخک MMR نامیده می‌شود. این واکسن به محافظت از شما در برابر سه بیماری خطرناک سرخک، اورویون و سرخجه کمک می‌کند.

مطمئن نیستید که قبلاً در برابر سرخک واکسینه شده باشید؟

بسیاری از افراد 15 تا 30 ساله در دوران کودکی به طور کامل واکسینه نشده‌اند. این موضوع باعث می‌شود در خطر ابتلا به سرخک و انتشار آن قرار بگیرید.

از پزشک، والد یا پرستار خود پرسید آیا در کودکی دو دوز واکسن MMR دریافت کرده‌اید یا خیر.

اگر نمی‌دانید، بهترین کار این است که واکسینه شوید. دریافت یک دوز دیگر واکسن MMR هیچ خطری ندارد.

• اخیراً شاهد یک مورد طغیان سرخک بوده ایم

در نیوزیلند، بیش از 2,000 نفر در سال 2019 به سرخک مبتلا شدند. 700 نفر به بیمارستان مراجعه کردند. مخصوصاً افراد قبایل مائوری و جزایر پاسیفیک بیشتر به این بیماری مبتلا شدند. لازم است 95 درصد از مردم واکسینه شوند تا «مصونیت گروهی» (که گاهی اوقات «مصونیت گله ای» نامیده می شود) حاصل شود و به جلوگیری از طغیان های مجدد در آینده کمک کند.

• تنها با سوار شدن به هواپیما ممکن است به سرخک مبتلا شوید

سرخک هنوز در بسیاری از کشورها شایع است. ممکن است افراد بدون اینکه بدانند آن را با خود وارد نیوزیلند کنند. همچنین اگر به بعضی از کشورهای خارجی سفر کنید ممکن است در معرض این بیماری قرار بگیرید.

واکسن MMR در تولید پادتن هایی که با سرخک مبارزه می کنند

به بدن شما کمک می کند

واکسن MMR در بازو تزریق می شود.

وقتی واکسن MMR را دریافت کرده باشید، اگر در معرض ویروس سرخک قرار بگیرید، سیستم ایمنی بدن شما با آن مبارزه خواهد کرد.

این واکسن از شما و اطرافیانتان در برابر ابتلا به سرخک و انتقال آن محافظت می کند.

واکسن از چه چیزی تشکیل شده است؟

واکسن MMR از مقدار اندکی میکروب ضعیف شده سرخک، اوریون و سرخه تشکیل شده است. اینها سیستم ایمنی بدن شما را تحریک می کنند تا برای مبارزه با میکروب ها پادتن تولید کند.

این واکسن اجزای دیگری نیز دارد که آن را پایدار و آماده استفاده می کنند. مقدار این اجزا بسیار اندک است و در غذاها و نوشیدنی های رایج نیز وجود دارند.

واکسن MMR سابقه ایمنی فوق العاده ای دارد

واکسن های MMR از سال 1990 تاکنون در نیوزیلند استفاده شده است. واکسن MMR بسیار مؤثر است. حدود 95 درصد افراد بعد از یک دوز واکسن و بیش از 99 درصد افراد بعد از دو دوز واکسن در برابر سرخک مصون می شوند.

تعداد اندکی از افرادی که کاملاً واکسینه می شوند ممکن است همچنان دچار این بیماری شوند. اما شدت بیماری در آنها به نسبت افرادی که واکسینه نشده اند کمتر خواهد بود.

کمتر از 10 درصد از افراد بین 5 تا 12 روز بعد از دریافت واکسن ممکن است واکنش های خفیفی مانند تب خفیف، بثورات پوستی یا تورم غدد را تجربه کنند.

سایر واکنش های خفیفی که (معمولاً طی یک یا دو روز پس از دریافت واکسن) ممکن است روی دهند عبارتند از:

- سردرد
- تب خفیف (احساس داغی)
- تهوع (احساس ناخوشی)
- غش کردن یا احساس ضعف (غذا خوردن پیش از دریافت واکسن در این مورد کمک می کند)
- به طور کلی، کمی احساس ناخوشی داشتن.

احتمال اینکه واکسن MMR یک عارضه جانبی جدی ایجاد کند بسیار نادر است و در عرض 20 دقیقه پس از دریافت واکسن اتفاق می افتد. به همین دلیل است که از شما خواسته می شود پس از دریافت واکسن MMR تا 20 دقیقه محل را ترک نکنید. اگر یک واکنش حساسیتی شدید روی دهد، فردی که واکسن را تزریق کرده می تواند آن را به نحوی مؤثر درمان کند.

پزشک، پرستار یا داروساز در زمان تزریق واکسن درباره واکنش های احتمالی آن با شما صحبت خواهد کرد.

تعداد افرادی که نمی توانند واکسن دریافت کنند بسیار اندک است. اگر در گذشته واکنش شدیدی نسبت به یک واکسن داشته اید، تحت درمان سرطان یا یک بیماری شدید هستید، یا در یک سال گذشته تحت انتقال خون قرار گرفته اید، موضوع را با متخصص درمانی خود در میان بگذارید. هنگام بارداری نمی توانید واکسن MMR دریافت کنید.

در برخی کشورهای دیگر، مردم تنها در برابر سرخک و سرخه واکسینه می شوند. بنابراین، حتی اگر در یک کشور خارجی در برابر سرخک واکسینه شده اید، حتماً واکسن رایگان MMR را در نیوزیلند نیز دریافت کنید تا در برابر اوریون هم مصون شوید.

اوریون باعث ورم غدد اطراف صورت می شود. حدوداً از بین هر 10 نفر، این بیماری باعث بروز مننژیت در یک نفر می شود.

اطلاعات بیشتری نیاز دارید؟

رجوع کنید به ProtectAgainstMeasles.org.nz

PROTECT
AGAINST
MEASLES
.org.nz

hpo te hinga hauora
HEALTH PROMOTION AGENCY

MINISTRY OF
HEALTH
MANATŪ HAUORA

immunise
your best protection