

खसरा, गलसुआ, रूबेला (MMR) वैक्सीन Measles, Mumps, Rubella (MMR) Vaccine

अपने बच्चे को सुरक्षित रखें। सभी वैक्सीनें समय पर लगवाएं।

समय पर सभी वैक्सीनें लगवाने से आपके बच्चे को जीवन भर कई बीमारियों से बचाया जा सकता है।

टीकाकरण ने पिछले 50 वर्षों में कनाडा में किसी भी अन्य स्वास्थ्य उपाय से अधिक जीवन बचाए हैं।

एमएमआर (MMR) वैक्सीन क्या है?

एमएमआर (MMR) वैक्सीन इनके खिलाफ रक्षा करती है:

- खसरा
- गलसुआ (Mumps)
- जर्मन खसरा

इस वैक्सीन में खसरा, गलसुआ और रूबेला वायरसों के कमजोर रूप होते हैं और यह हेल्थ कनाडा द्वारा अनुमोदित है। यह आपके बच्चे के नियमित टीकाकरण के हिस्से के रूप में निःशुल्क है। अपॉइंटमेंट लेने के लिए अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को कॉल करें।

एमएमआर (MMR) वैक्सीन किसको दी जानी चाहिए?

एमएमआर (MMR) वैक्सीन बच्चों को 2 खुराकों की श्रृंखला के रूप में दी जाती है। पहली खुराक 12 महीने की उम्र में और दूसरी खुराक 4 से 6 साल की उम्र में दी जाती है। जिन बच्चों को चिकनपॉक्स (वेरिसेला) से भी सुरक्षा की आवश्यकता होती है, उन्हें वैक्सीन की 2री खुराक संयुक्त खसरा, गलसुआ, रूबेला और वेरिसेला (MMRV) वैक्सीन के रूप में दी जा सकती है।

खसरा, गलसुआ, रूबेला (MMR) वैक्सीन के बारे में और जानकारी के लिए, [HealthLinkBC File #14e खसरा, गलसुआ, रूबेला और वेरिसेला \(MMRV\) वैक्सीन](#) देखें।

वैक्सीन बचपन के अन्य टीकाकरणों के साथ ही दी जाती है।

एमएमआर (MMR) वैक्सीन	टीकाकरण पर बच्चे की उम्र
1ली खुराक	12 महीने
2री खुराक	4 से 6 साल

निम्नलिखित लोगों को भी एमएमआर (MMR) वैक्सीन निःशुल्क प्रदान की जाती है:

- 6 से 11 महीने की आयु के शिशु जो उन देशों की यात्रा करेंगे जहां खसरा रोग है, या यह ज्ञात है कि वे किसी खसरे से पीड़ित व्यक्ति के संपर्क में रहे हैं। (इन बच्चों को 12 महीने और 4 से 6 साल की उम्र में वैक्सीन की 2 और खुराक की आवश्यकता होगी)

- बच्चे पैदा करने वाली उम्र की महिलाएं जो रूबेला से प्रतिरक्षित नहीं हैं
- बड़े बच्चे और वयस्क जिनका टीकाकरण नहीं हुआ है या जिनके पास खसरा, गलसुआ और रूबेला के प्रति प्रतिरोधक क्षमता का प्रमाण नहीं है

यह अनुशंसा की जाती है कि 1970 या उसके बाद (स्वास्थ्य देखभाल कर्मचारियों के लिए 1957) में पैदा हुए लोगों को वैक्सीन की 2 खुराकें मिलें। यह यात्रियों के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण है।

प्राप्त किए गए सभी टीकाकरणों का रिकॉर्ड रखना महत्वपूर्ण है।

एमएमआर (MMR) वैक्सीन के क्या लाभ हैं?

एमएमआर (MMR) वैक्सीन खसरा, गलसुआ और रूबेला, जो गंभीर और कभी-कभी घातक बीमारियां हैं, से बचाव के लिए सबसे अच्छा तरीका है।

जब आप अपना टीकाकरण करवाते हैं, तो आप दूसरों की भी रक्षा करने में मदद करते हैं।

वैक्सीन के बाद की संभावित प्रतिक्रियाएं क्या हैं?

वैक्सीनें बहुत सुरक्षित हैं। वैक्सीन प्राप्त करना खसरा, गलसुआ, या रूबेला से ग्रस्त होने से कहीं अधिक सुरक्षित है।

वैक्सीन के लिए सामान्य प्रतिक्रियाओं में वैक्सीन लगाए जाने वाले स्थान पर पीड़ा, लाली, और सूजन शामिल हो सकती हैं। वैक्सीन लगने के लगभग 7 से 12 दिन के बाद बुखार, सिरदर्द, मांसपेशियों में दर्द, जी मिचलाना और खसरे जैसा दिखने वाले चकत्ते, गाल या गर्दन की ग्रंथियों में सूजन हो सकती है। किशोर और वयस्क महिलाओं में जोड़ों का अस्थायी दर्द हो सकता है।

बुखार या पीड़ा के लिए एसिटामिनोफेन (उदाहरणार्थ टायलेनॉल®) या इबुप्रोफेन (उदाहरणार्थ एडविल®) दी जा सकती है। रे सिंड्रोम के जोखिम के कारण ASA (उदाहरणार्थ एसपिरिन®) 18 वर्ष से कम उम्र के किसी भी व्यक्ति को नहीं दी जानी चाहिए।

रे सिंड्रोम के बारे में जानकारी के लिए, [HealthLinkBC File #84 रे सिंड्रोम](#) देखें।

कभी कभार, अधिक गंभीर प्रतिक्रियाओं में बुखार के कारण दौरे (3,000 में लगभग 1 बच्चा), रक्त कोशिकाओं में एक अस्थायी गिरावट, जो रक्तस्राव को रोकने में मदद करती है (30,000 में लगभग 1 बच्चा) और एन्सेफलाइटिस, मस्तिष्क की सूजन (1 मिलियन में लगभग 1 बच्चा) शामिल हो सकती है। खसरे से इंसेफलाइटिस होने की संभावना, 1,000 में से लगभग 1 में है, जो वैक्सीन से होने की तुलना में बहुत अधिक है।

किसी भी वैक्सीन को प्राप्त करने के बाद 15 मिनट तक क्लिनिक में रहना महत्वपूर्ण है क्योंकि एनाफिलेक्सिस नामक एक जीवन को खतरे में डालने वाली एलर्जिक प्रतिक्रिया की अत्यंत दुर्लभ, एक मिलियन में से 1 से कम, संभावना हो सकती है। इसमें पित्ती (hives), सांस लेने में कठिनाई या गले, जीभ या होंठ में सूजन शामिल हो सकती हैं। यदि यह प्रतिक्रिया होती है, तो आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता इसका इलाज करने के लिए तैयार है। आपातकालीन उपचार में एपिनेफ्रीन (एड्रेनालाईन) दिए जाना और एम्बुलेंस द्वारा निकटतम आपातकालीन विभाग में स्थानांतरण शामिल है। यदि लक्षण आपके क्लिनिक से जाने के बाद विकसित होते हैं, तो **9-1-1** या अपने स्थानीय आपातकालीन नंबर को कॉल करें।

गंभीर या अप्रत्याशित प्रतिक्रियाओं के बारे में हमेशा अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता को बताना महत्वपूर्ण है।

एमएमआर (MMR) वैक्सीन किसको नहीं दी जानी चाहिए?

अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें यदि:

- आपको या आपके बच्चे को खसरे, गलसुआ, या रूबेला वैक्सीन की पिछली खुराक, या जिलेटिन या नियोमाइसिन सहित, वैक्सीन के किसी भी हिस्से के प्रति जानलेवा प्रतिक्रिया हुई है
- आपकी या आपके बच्चे की प्रतिरक्षा प्रणाली रोग या मैडीकल इलाज के कारण कमज़ोर है
- आपको या आपके बच्चे को किसी अन्य कारण की पहचान किए बिना एमएमआर वैक्सीन की पिछली खुराक प्राप्त करने के बाद, प्लेटलेट्स, रक्त कोशिकाएं जो रक्तस्राव को रोकने में मदद करती हैं, में गिरावट आई थी
- आपको या आपके बच्चे ने पिछले 12 महीनों के भीतर रक्त चढ़ाया गया था या अन्य रक्त उत्पाद प्राप्त किए थे
- आप गर्भवती हैं या गर्भवती होने की योजना बना रही हैं महिलाओं को एमएमआर (MMR) वैक्सीन लगने के बाद 1 महीने के लिए गर्भवती होने से बचना चाहिए

जुकाम या अन्य हल्की बीमारी के कारण टीकाकरण में देरी करने की आवश्यकता नहीं है। हालांकि, अगर आपको चिंताएं हैं, तो अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें।

खसरा, गलसुआ, और रूबेला क्या हैं?

खसरा, गलसुआ, और रूबेला वायरस के कारण होने वाले रोग हैं। संक्रमित व्यक्ति के खांसने या छींकने पर वायरस आसानी से हवा में फैल जाते हैं। जब इस हवा में सांस लेते हैं या वायरस से दूषित सतह को छूते हैं तो आप संक्रमित हो सकते हैं। भोजन, पेय, सिगरेट या चुंबन साझा करते समय संक्रमित व्यक्ति की लार के संपर्क में आने से भी वायरस फैल सकता है।

खसरा, जिसे लाल खसरा भी कहा जाता है, बुखार, दाने, सर्दी जैसे लक्षण और लाल, सूजी हुई आंखों का कारण बनता है जो प्रकाश के प्रति संवेदनशील हो सकती हैं। इससे कान या फेफड़ों (निमोनिया) में संक्रमण हो सकता है। अधिक गंभीर जटिलताओं में, 1,000 में 1 व्यक्ति में होने वाली में एन्सेफलाइटिस, मस्तिष्क की सूजन शामिल है। इससे दौरे, बहरापन या मस्तिष्क की स्थायी क्षति हो सकती है।

खसरे से ग्रसित 3,000 में से लगभग 1 व्यक्ति जटिलताओं से मर सकता है।

गलसुआ के कारण बुखार, सिरदर्द और लार ग्रंथियों और गालों में सूजन आ जाती है। अधिक गंभीर जटिलताओं में एन्सेफलाइटिस, जो मस्तिष्क की सूजन होती है, शामिल है। गलसुआ वाले लगभग 20 में से 1 व्यक्ति को मम्स मेनिन्जाइटिस होता है, जो मस्तिष्क की परत का संक्रमण है। गलसुआ अस्थायी बहरापन भी पैदा कर सकता है। गलसुआ वाले 20,000 लोगों में से 1 से कम में स्थायी बहरापन होता है। गलसुआ वाले वयस्कों और किशोरों में अंडकोषों (4 मामलों में से लगभग 1) या अंडाशयों (20 मामलों में से लगभग 1) में दर्दनाक सूजन हो सकती है।

रूबेला, जिसे जर्मन खसरा भी कहा जाता है, एक अजन्मे बच्चे में गंभीर जटिलताएं और जन्म दोष पैदा कर सकता है जिसमें बहरापन, आंखों की समस्याएं, हृदय दोष, यकृत क्षति और मस्तिष्क क्षति शामिल है। इसे कंजेनितल रूबेला सिंड्रोम (Congenital Rubella Syndrome) कहते हैं। यह उन 10 में से 9 शिशुओं में होता है जो गर्भावस्था के पहले 3 महीनों में वायरस से संक्रमित महिलाओं से पैदा होते हैं। रूबेला गर्भपात या मृत जन्म का कारण भी बन सकता है।

ये रोग बचपन के नियमित टीकाकरण कार्यक्रमों के कारण अब बी.सी. में दुर्लभ हैं।

परिपक्व नाबालिग सहमति

यह अनुशंसा की जाती है कि माता-पिता या अभिभावक और उनके बच्चे टीकाकरण के लिए सहमति पर चर्चा करें। 19 वर्ष से कम उम्र के बच्चे, जो प्रत्येक वैक्सीन के लाभों और संभावित प्रतिक्रियाओं और टीकाकरण करवाने के जोखिम को समझने में सक्षम हैं, कानूनी रूप से टीकाकरण के लिए सहमति दे सकते हैं या मना कर सकते हैं। परिपक्व नाबालिग सहमति के बारे में अधिक जानकारी के लिए [HealthLinkBC File#119 द इन्फेन्ट्स ऐक्ट, परिपक्व नाबालिग सहमति और टीकाकरण](#) देखें।

अधिक जानकारी के लिए

खसरा, गलसुआ, रूबेला और वैरीसेला के बारे में अधिक जानकारी के लिए, निम्न हेल्थलिंगबीसी फ़ाइलें देखें:

- [HealthLinkBC फ़ाइल #14b खसरा](#)
- [HealthLinkBC फ़ाइल #14c गलसुआ](#)
- [HealthLinkBC फ़ाइल #14d रूबेला](#)
- [HealthLinkBC File #44a चिकनपॉक्स के बारे में तथ्य](#)
- [HealthLinkBC फ़ाइल #44b चिकनपॉक्स \(वेरिसेला\) वैक्सीन](#)

प्रतिरक्षण के बारे में अधिक जानकारी के लिए, <https://immunizebc.ca> पर इम्प्यूनाइज़बीसी पर जाएं।



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

और हेल्थलिंगबीसी फ़ाइल विषयों के लिए, www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files पर या अपने स्थानीय पब्लिक हेल्थ युनिट के पास जाएं। बी.सी. में गैर-एमर्जेंसी सेहत जानकारी तथा सलाह के लिए, www.HealthLinkBC.ca पर जाएं या **8-1-1** पर फोन करें (टोल-फ्री)। बहरे और कम सुनने वालों के लिए, **7-1-1** पर फोन करें। अनुरोध पर 130 से अधिक भाषाओं में अनुवाद सेवाएं उपलब्ध हैं।