



د خپل ماشوم د روغتيايي معاینې لیدنې لپاره چمتووالی: د MMR واکسین

د لیدنې پر مهال

خوږوالی وساتئ. څېړنې ښيي چې خوږ شي د درد احساس کمولی شي. له خپل روغتيايي کارکوونکي وغواړئ چې ستاسو ماشوم ته د واکسین تر تزریق ۱ تر ۲ دقیقو مخکې د سوکروز یا گلوکوز خوږ محلول ورکړي.



د مور شیدې تر ټولو غوره دي. د مور شیدې ورکول ماشوم آراموي او د درد څخه یې پام اړوي. سربېره پر دې، نږدې تماس ماشوم ته ډاډ او سکون ورکوي. نو که امکان ولري، د واکسین پر مهال خپل ماشوم ته شیدې ورکړئ.



سپری وکړئ. د یخولو سپري یا د درد کمولو مرهم وغواړئ، چې د واکسین کولو نه مخکې د ماشوم پر لاس یا پښه لگول کېږي. خپل روغتيايي چمتو کوونکي (ډاکټر یا نرس) ته **مخکې** له لیدنې ووايئ چې تاسو دا غواړئ، خو هغوی مخکې له درته دا چمتو کړي.



یو ملګری ځان سره راوړئ. د خپل ماشوم د خوښې توکي، کمپلې یا کتاب راوړئ ترڅو د واکسین په وخت کې په یوه مثبت شي باندې تمرکز وکړي.



خپل ماشوم له پامه واورئ. ماشوم ته سندره ووايست یا ورته لوست وکړئ، ترڅو د واکسین پر ځای ستاسو په طرف تمرکز وکړي.



یو څه پلان جوړونه کولی شي د ماشوم د پرته له تشویش واکسین کولو کې لوی توپیر رامنځته کړي.

د لیدنې څخه دمخه

هغه څه چې تاسو باید د شري، کله چرک یا ډېغمبوري، او سرخجه (روبل) په اړه پوه شئ

MMR واکسین د هغو دریو ناروغيو څخه ساتنه کوي چې کولای شي لاندې ستونزې رامنځته کړي:

شري:

- د تنفسي لارې بندښت
- د زړه او گردو زیان
- فلج (پېشلی)

شاوخوا له هر ۱۶ ماشومانو څخه ۱ چې شري ولري، سینه بغل نیسي - چې دا د شري له امله د ماشومانو د مړینې تر ټولو عام لامل دی.

کله چرک یا ډېغمبوري:

- د عضلو سختېدل یا تشنج
- د خولې او غاړې د عضلو تنګوالی او د بلع ستونزه
- دورې (سکته یا تشنج)

له هر ۷ ماشومانو څخه یو چې کله چرک یا ډېغمبوري ولري، د ویروسي منځنیتس (دماغي پردې التهاب) ښکار کېږي.

سرخجه (روبل):

- سینه بغل
- د ساه اخیستلو وړو کیدل یا بندیدل
- دورې یا تشنج

۸۰٪ هغه ماشومان چې مور یې د سرخجه (روبل) ناروغۍ وه، د زېږون د معلولیتونو سره نرۍ ته راځي.

د MMR واکسین په اړه چټک معلومات



د MMR واکسین د دوه دوزونو اغېزمنتیا: شري ۹۷٪
کله چرک یا ډېغمبوري ۸۸٪
سرخجه (روبل) ۹۷٪



دویم دوز: ۴ - ۶ کاله



لومړی دوز: ۱۲ - ۱۵ میاشتې



د MMR واکسین دوه دوزونه لري

نور واکسینونه ممکن د MMR واکسین سره په یو وخت ورکړل شي.

له خپل روغتيايي چمتو کوونکي څخه وپوښتنئ چې ستاسو ماشوم به د روغ ماشوم لیدنې پر مهال کوم نور واکسینونه ترلاسه کړي، تر څو چمتو اوسئ.



د واکسین وروسته باید د څه تمه ولری

د عادي معافتي غبرگونونو او جدي اړخيزو پيښو پر توپير پوهيدل

عادي معافتي غبرگونونه (چې کله کله د جانبي عوارضو په نوم ياديږي) هغه نښې دي چې دا نښې چې واکسين څنگه خپل کار کوي: د ماشوم معافتي سيستم يو "ورگلر" پېژني او د مبارزې لپاره چمتووالی نیسي. خو د واکسين سره دا يواځې يو تمرين دی او حقيقي جگړه نه ده، نو معمولاً معافتي غبرگونه نرم وي او په څو ورځو کې پخپله له منځه ځي. د MMR واکسين ځينې عادي معافتي غبرگونه عبارت دي له:

د سر زکام، پرسيدلی پوزه، ټوخي يا پرسيدلي نسترگې



لږ سور پوستکي
غیر انتاني (نه خپرېدونکی)



ستړيا يا خوبوالی



په هغه ځای کې درد چې واکسين ورکړل شوی وي



جدي اړخيزې پيښې

جدي ستونزې ډېرې کمې دي (شاوخوا ۱ په ۱ ميليون کې) او پکې الرژيک غبرگونه شامل دي، لکه:

- خارشيت لرونکي دانې
- د مخ او غاړې پرسيدل
- د ساه اخيستلو ستونزه
- د زړه چټک ټکان
- سر گرځېدل
- کمزوري

د پوستکي د سرخي پر خلاف، خارشيت لرونکي دانې معمولاً پورته شوي او د څپې په څير وي چې ځنډې يې ښه معلومې نه وي.

د لاړې غدو پرسيدل



تبه



په هغه ځای کې سوروالی يا پرسيدل چې واکسين ورکړل شوی وي



د عادي معافتي غبرگونونو درملنه څنگه بايد وکړئ

د واکسين عادي معافتي غبرگونونو د درملنې غوره لارې عبارت دي له:

- ۱) د سوروالی او پرسيدلو لپاره د ستنې په ځای يخ کمپرس وکاروئ.
- ۲) خپل ماشوم ته د درد کمولو درمل ورکړئ، لکه د ماشومانو Motrin® يا Tylenol® يا ورته عام درمل. د خوراک لپاره له خپل روغتيايي چمتو کوونکي سره اړيکه ونيسئ.

کله بايد خپل روغتيايي چمتو کوونکي ته زنگ ووهئ

شدید الرژيک غبرگونه معمولاً په څو ثانيو يا دقيقو کې پېښېږي، نو په ډېر نادر حالت کې چې ستاسو ماشوم جدي غبرگون وښيي، تاسو ښايي لا هم د ډاکټر په دفتر کې اوسئ. خو نرم الرژيک غبرگونه کيدای شي څو ساعته وروسته د واکسين څخه پېښ شي (او په نادره توگه تر ۲۴ ساعتونو پورې هم). که تاسو الرژيک غبرگون ووينئ، بايد فوراً خپل روغتيايي چمتو کوونکي سره اړيکه ونيسئ.

عادي معافتي غبرگونه معمولاً د واکسين څخه وروسته په يوه اونۍ کې له منځه ځي. خو که اندېښمن ياست، بايد خپل روغتيايي چمتو کوونکي ته زنگ ووهئ.

د واکسين وروسته يادښتونه

ستاسو د روغتيايي چمتو کوونکي لپاره پوښتنې



IOWA
MEDICAL
SOCIETY

