

**South East
London**
Integrated Care System



South East London



د ماشومانو د روغتيا ساتنه د اوس او راتلونکي لپاره



د واکسينونو په اړه نور معلومات

selondonics.org/childrenshealth

ماشومان ولي واکسين ته اړتيا لري؟

واکسين ماشومان د جدي ناروغيو او احتمالي وژونکو ناروغيو څخه ساتي کله چې دوی ډير کوچني وي، د بشپړونکي په کتونو کې، او د لويانو په توگه. په ټوله نړۍ کې، واکسينونو په ميليونونو ژوندونه ژغورلي دي. په هرصورت، که چېرې خلک د واکسين و نه کړي، ساري ناروغي ممکنه ده چې ژر تر ژره بيا خپاره شي.

واکسين څنگه کار کوي؟

واکسين د انفېکشن په تقليد سره کار کوي (د میکروب بريد او وده لکه وېروس يا باکټريا په بدن کې) او بدن ته بشپړنه کوي چې ځانگړي جنکيالي رامېنځته کړي چې د انټي باډي په نوم ياديږي چې دا د ناروغي څخه ساتنه کوي.

د واکسين کول د بدن لپاره خورا خوندي دی له دې لارې مقاومت پيدا کوي د درملنې په پرتله د ناروغي نه. يوځل چې بدن د واکسين له لارې د ناروغي 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 سږو ټوخي، فلو او شری په څير ناروغيو څخه د 3.5 ميليون څخه ډير مړينې مخه نيسي.

له هغه وخته چې په انگلستان کې واکسينونه معرفي شوي، د کوچنيو ناروغيو او ټيتانوس په څير ناروغي چې په ميليونونو خلک وژني يا معيوب کوي، اوس ورک شوي يا ډير لږ ليدل کيږي. نورې ناروغي لکه شری او ډيپټيريا د واکسينونو له معرفي کيدو راهيسې تر 99.9% پورې کم شوي دي.

په هرصورت، که چېرې خلک د واکسين و نه کړي، ساري ناروغي ممکنه چې ژر تر ژره بيا خپاره شي.

دا بانه د څه په اړه ده؟

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

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

عمر	واکسين	د څه شي پر وړاندې خونديتوب رامنځته کوي
8 اونۍ	6 په 1 کې واکسين (1 دوز) د روتا وېروس واکسين (1 دوز) MenB واکسين (1 دوز)	دېپټريا، هېپاټايتس بي، هيب (د هيموفيلس انفلونزا بي ډول بي)، پوليو، ټيټانوس، تور توخي (پېټوسيټس) روټا وېروس د منينگوکوکل د بي گروپ باکټريا
12 اونۍ	6 په 1 کې واکسين (2م دوز) د روتا وېروس واکسين (2م دوز) MenB واکسين (2م دوز)	(پورته وگورئ) (پورته وگورئ) (پورته وگورئ)
16 اونۍ	6 په 1 کې واکسين (3م دوز) پنيوموکوکل (PCV) واکسين (1 دوز)	(پورته وگورئ) سټريپټوکوکوس پنومونيا
1 کال	د MMRV واکسين (1 دوز) پنيوموکوکل (PCV) واکسين (2م دوز) MenB واکسين (3م دوز)	شري، دډېغوني، روبېلا ورسېلا (ننګي) سټريپټوکوکوس پنومونيا (پورته وگورئ)
18 مياشتې	د MMRV واکسين (2م دوز) 6 په 1 کې واکسين (د 2026 کال له جنوري څخه)	شري، دډېغوني، روبېلا ورسېلا (ننګي) (پورته وگورئ)
16-2 کاله	د فلو واکسين (هر کال)	فلو (انفلونزا)
3 کاله او 4 مياشتې	4 په 1 کې واکسين (له ښوونځي مخکې بوسټر)	دېپټريا، ټيټانوس، تور توخي، پوليو
12-13 کاله	د HPV واکسين	انساني پاپيلوما وېروس
14 کاله	3 په 1 کې واکسين (د نوې ځوانۍ بوسټر) MenACWY واکسين	ټيټانوس، دېپټريا، پوليو مټريټ، سپټيسيميا

د MMRV تعقيبي پروگرام د نومبر 2026 - مارچ 2028: هغه ماشومان چې عمر يې 3 کاله 4 مياشتې او له 6 کالو څخه کم وي (د 2020 کال د جنوري له لومړۍ نيټې څخه تر 2022 کال د اگست تر 31مې پورې يا وروسته زيږيدلي وي) چې د ننګيو د ناروغۍ تاريخ يا د وېروسېلا واکسين دوه خوراگونه نه لري ته به د تعقيبي خوراک ورکړل شي.

دا واکسين زما ماشوم د کومو ناروغيو په وړاندې ساتي؟

پوليو

کوزن (پوليو) کولی شي د کم فلو په څېر نښې رامينځته کړي مگر په نادره مواردو کې کولی شي د عضلاتو ضعف (فلج) لامل شي.

ډيپټيريا

ډيپټيريا يو جدي انفېکشن دی چې په پوزه او ستوني او ځينې وختونه په پوستکي هم اغېزه کوي. دا کيدای شي وژونکي وي، په ځانګړې توګه په ماشومانو کې، که چېرې ژر تر ژره درملنه ونه شي.

Hep B

هېټابېټ ب د ځيګر انتان دی چې معمولاً له 1 څخه تر 3 مياشتو پورې دوام کوي. ډيری خلک يا هيڅ نښې نلري يا لږې نښې لري مګر په نادره مواردو کې دا کولی شي اوږدمهاله شي او تر 6 مياشتو پورې دوام وکړي. مزمن هېټ B جدي کيدی شي که درملنه ونه شي.

Hib B

د هيپوفېلس انفلونزا ډول (b) يو ډول باکټريا ده چې کولی شي د ژوند ګواښونکي انتاناتو لامل شي. ماشومان او واره ماشومان په جدي ناروغۍ په اخته کيده خطر سره مخ وي.

فلو

انفلونزا د ماشومانو لپاره خورا ناخوښه ناروغي کيدی شي چې کولی شي په سرو او هوايي لارې اغېزې جدي ستونزې رامينځته کړي، لکه برونکايټس او سينه بغل.

HPV

Human papillomavirus (HPV) هغه نوم دی چې د وېروسونو خورا عام ګروپ ته ورکړل شوی، چې ځينې يې د "لوړ خطر" په نوم ياديږي ځکه چې دوی د سرطان پراختيا سره تړاو لري، لکه د رحم سرطان، د مقعد سرطان، د جنين سرطان، او د سر او غاړې سرطان. نور ډولونه کولی شي د وارتس يا وېروکاس په څېر امراض رامينځته کړي.

MMRV

(شری، ممپس، روبېلا، ننګي)

شری او روبېلا معمولاً د زکام په څېر نښو سره پيل کيږي، وروسته د بخار سره. په نادره حالتونو کې شری کولی شي د فټس (مرګ)، روندتوب، سينه بغل او مننژيت لامل شي، او ځينې وختونه وژونکي کيدی شي. روبېلا د اميندواری په جريان کې خورا خطرناک ځکه چې د زېږون ماشوم لپاره ستونزې رامينځته کوي. وېرسېلا د کوچنيو ټاکو څخه پيل کيږي چې خاړښت لرونکې ټاکي جوړيږي مخکې لدې چې پوستکي ونيسي. ممپس د مخ په اړخ کې د دردناک پړسوب لامل کيږي او په نادره مواردو کې کولی شي د وېروس مننژيت لامل شي.

MenB + MenACWY

د مينينګوکوکل انتانات خورا جدي کيدی شي، د مننژيت او د ويڼې مسموميت (سيپسس) لامل کيږي. په نادره مواردو کې دوی کولی شي وژونکي وي.

نيوموکوکل

د نيوموکوکل انتانات کولی شي خطرناک وي او د سينه بغل، سيپسس او مننژيت لامل شي.

ټيټانوس

ټيټانوس يوه جدي ژوند ګواښونکې ناروغي ده چې پر زغم د بکټريا له کيناستو پيدا کيږي. دا کولای شي د زڼې د شخېډو، د عضلو د دردناکې کشېدنې، تنفسي ستونزو، ټپي، خوله کېدو، چټک زړه وهلو او دورې (fits) سبب شي.

توره توخله

(د پرتوسس په نوم هم ياديږي)

د تور توخي د سرو او هوايي لارو يو انتان دی او کولی شي ماشومان او کوچني ماشومان ډېر ناروغه کړي. په نادره مواردو کې دا کيدای شي وژونکي وي.

روټا وېروس

روټا وېرس د معدې يوه ډېره ساري ناروغي ده چې معمولاً په ماشومانو او تنکي ماشومانو اغېزه کوي، د اسهال او کانګې، د معدې درد او د تودوخې لوړيدو لامل کيږي.

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 خوږۍ احساس کول يا تبه کول
- د ځپګان احساس، د ژړا يا ځپګان زیاتوالی، بې خوږۍ
- کانګې او لنډمهاله بې اشتهايي

ځينې ماشومان ممکن لږ اړخيزې اغيزې تجربه کړي - د بېلګې په توګه د MMR واکسين په هر 24,000 دوزونو کې په 1 کې خرابښ/بخار تجربه کيږي. د خپل کورني ډاکټر سره خبرې 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 پاراسيټامول په مرسته لږ اړخيزې اغيزې درملنه کيدی شي د بېلګې په توګه. کالپول که چيرې تاسو انډيېمن ياست، يا ستاسو ماشوم کوم دوامداره اړخيزې اغيزې لري، خپل کورني ډاکټر سره خبرې وکړئ.



په واکسینونو کې څه دي او ایا خوندي دي؟

واکسین څه شی لري؟

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

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

ایا کوم واکسینونه

د خنزیر/خوگ محصولات لري؟

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

ایا واکسین د ماشومانو لپاره خوندي دي؟

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

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

ایا دا زما د ماشوم لپاره خوندي دی چې په یوځل کې څو واکسینونه ورلول شي؟

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

زه د نورو معلوماتو لپاره چیرته لار شم؟

که چېرې تاسو د واکسینونو او د دوی د خونديتوب یا ضمني اغیزو په اړه اندېښنې، شکونه یا پوښتنې لرئ، مهرباني وکړئ د کورني ډاکټر یا د NHS بل روغتیايي مسلکي سره خبرې وکړئ.

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

د واکسین ضد کيسې ډیری وختونه آنلاین خپرېږي ، په ځانګړې توګه د ټولنیزو رسنیو له لارې. دوی ممکن د ساینسي شواهدو پراساس نه وي او ستاسو ماشوم د جدي ناروغۍ خطر سره مخ کولی شي.

واکسین 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/vaccinations/

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 سور کتاب وگورئ ترڅو وگورئ چې ایا دوی د واکسین کولو په اړه تازه دي.

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

که ستاسو ماشوم د کورني ډاکټر سره راجستر شوی نه وي، دوی بیا هم د وړیا واکسین کولو حق لري. په انګلستان کې هر څوک کولی شي د کورني ډاکټر جراحۍ 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 جراحۍ دلته وموئ: 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 جراحۍ سره اړیکه ونیسئ، یا آنلاین وگورئ:



selondonics.org/childrenshealth

کله چې ستاسو ماشوم ناروغ شي عمومي روغتیا مشوره واخلئ

کوچني ماشومان اکثراً ناروغه کیږي - دا د لویوالي برخه ده. په هرصورت، دا د والدینو او پالونکو لپاره فشار کیدی 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 کیدی 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

د 2025 کال په نومبر کې ایډیټ شوی

