Pashto

د ماشومانو د روغتیا ساتنه
د اوس او راتلونکي لپاره

د واکسینونو په اړه نور معلومات

selondonics.org/childrenshealth

ماشومان ولې
واکسین ته اړتیا لري؟

واکسین ماشومان د جدي ناروغیو او احتمالي وژونکو ناروغیو څخه ساتي کله چې دوی ډېر کوچني وي، د ښوونځي په کلونو کې، او د لویانو په توګه. په ټوله نړۍ کې، واکسینونو په میلیونونو ژوندونه ژغورلي دي. په هرصورت، که چیرې خلک د واکسین و نه کړي، ساري ناروغۍ ممکنه ده چې ژر تر ژره بیا خپاره شي.

واکسین څنګه کار کوي؟

واکسین د انفیکشن په تقلید سره کار کوي (د میکروب برید او وده لکه ویروس یا باکتریا په بدن کې) او بدن ته ښوونه کوي چې ځانګړي جنګیالي رامینځته کړي چې د انټي باډي په نوم یادیږي چې دا د ناروغۍ څخه ساتنه کوي.

د واکسین کول د بدن لپاره خورا خوندي دي له دی لارې مقاومت پیدا کوی د درملني په پرتله د ناروغۍ نه. یوځل چې بدن د واکسین له لارې د ناروغۍ سره مبارزه زده کړي، دا کولی شي ستاسو ماشوم د ډیرو کلونو لپاره خوندي وساتي.

ماشومان له ناروغیو او مرضونو خوندي ساتي

د نړیوال روغتیا سازمان (www.who.int) په وینا واکسینونه هر کال د ډیپتیریا، تیتانوس، د سږو ټوخی، فلو او شری په څیر ناروغیو څخه د 3.5 ملیون څخه ډیر مړینې مخه نیسي.

له هغه وخته چې په انګلستان کې واکسینونه معرفي شوي، د کوچنیو ناروغیو او تیتانوس په څیر ناروغۍ چې په میلیونونو خلک وژني یا معیوب کوي، اوس ورک شوي یا ډیر لږ لیدل کیږي. نورې ناروغۍ لکه شری او ډیپتیریا د واکسینونو له معرفي کیدو راهیسې تر ٪99.9 پورې کم شوي دي.

په هرصورت، که چیرې خلک د واکسین و نه کړي، ساري ناروغۍ ممکنه چې ژر تر ژره بیا خپاره شي.

دا پاڼه د څه په اړه ده؟

دا پاڼې د واکسینونو (د معافیت په نوم هم پیژندل کیږي) په اړه نور معلومات تشریح کوي چې ماشومانو ته په NHS کې وړیا وړاندیز کیږي او کله به یې کوي. دا مهمه ده چې واکسینونه د غوره خوندیتوب لپاره په وخت ورکړل شي، مګر که ستاسو ماشوم واکسین له لاسه ورکړی وي، تاسو کولی شئ د خپل کورني ډاکټر سره اړیکه ونیسئ ترڅو دا ورکړئ.

زما ماشوم په کوم عمر کې
خپل معمول واکسین ته اړتیا لري؟

عمر	واکسین	د څه شي پر وړاندې خوندیتوب رامنځته کوي
8 اونۍ	6 په 1 کې واکسین (1 دوز)	ډیپټریا، هیپاټایټس بي، هیب (د هیموفیلس انفلونزا بي ډول بي)، پولیو، تیتانوس، تور ټوخی (پرتوسیس)
	د روټا ویروس واکسین (1 دوز)	روټا ویروس
	MenB واکسین (1 دوز)	د مننګوکوکل د بي ګروپ باکتریا
12 اونۍ	6 په 1 کې واکسین (2م دوز)	(پورته وګورئ)
	د روټا ویروس واکسین (2م دوز)	(پورته وګورئ)
	MenB واکسین (2م دوز)	(پورته وګورئ)
16 اونۍ	6 په 1 کې واکسین (3م دوز)	(پورته وګورئ)
	پنیوموکوکل (PCV) واکسین (1 دوز)	سټرېپټوکوکوس پنومونیا
1 کال	د MMR واکسین (1 دوز)	شری، دړبغونی، روبیلا
	پنیوموکوکل (PCV) واکسین (2م دوز)	سټرېپټوکوکوس پنومونیا
	MenB واکسین (3م دوز)	(پورته وګورئ)
18 میاشتې	د MMR واکسین (2م دوز)	شری، دړبغونی، روبیلا
	6 په 1 کې واکسین (د 2026 کال له جنوري څخه)	(پورته وګورئ)
2-16 کاله	د فلو واکسین (هر کال)	فلو (انفلونزا)
3 کاله او 4 میاشتې	4 په 1 کې واکسین (له ښوونځي مخکې بوسټر)	ډیفتریا، تیتانوس، تور ټوخی، پولیو
12-13 کاله	د HPV واکسین	انساني پاپیلوما ویروس
14 کاله	3 په 1 کې واکسین (د نوي ځوانۍ بوسټر)	تیتانوس، ډیفتریا، پولیو
	MenACWY واکسین	منژیت، سپټیسیمیا

دا واکسین زما ماشوم د کومو ناروغیو **په وړاندې** ساتي؟

MMR
(شری، ممپس، روبیلا)

شری او روبیلا معمولا د زکام په څیر نښو سره پیل کیږي ، وروسته د بخار سره. په نادرو حالتونو کې شری کولی شي د فتس (مرګی)، روندتوب، سینه بغل او منژیت لامل شي، او ځیني وختونه وژونکي کیدی شي. روبیلا د امیندواری په جریان کې خورا خطرناک ځکه چې د زیږون ماشوم لپاره ستونزې رامینځته کوي. ممپس د مخ په اړخ کې د دردناک پړسوب لامل کیږي او په نادره مواردو کې کولی شي د ویروس منژیت لامل شي.

MenB + MenACWY

د مینینګوکوکل انتانات خورا جدي کیدی شي، د منژیت او د وینې مسمومیت (سیپسس) لامل کیږي. په نادرو مواردو کې دوی کولی شي وژونکي وي.

نیوموکوکل

د نیوموکوکل انتانات کولی شي خطرناک وي او د سینه بغل، سیپسس او منژیت لامل شي.

تیتانوس

تیتانوس یوه جدي ژوند ګواښونکې ناروغي ده چې پر زغم د بکټریا له کیناستو پیدا کیږي. دا کولای شي د زنې د شخېدو، د عضلو د دردناکې کشېدنې، تنفسي ستونزو، تبې، خوله کېدو، چټک زړه وهلو او دورې (fits) سبب شي.

توره ټوخله
(د پرتوسس په نوم هم یادیږي)

د تور ټوخي د سږو او هوایې لارو یو انتان دی او کولی شي ماشومان او کوچني ماشومان ډیر ناروغه کړي. په نادره مواردو کې دا کیدای شي وژونکې وي.

روټا ویروس

روټاویرس د معدې یوه ډیره ساري ناروغي ده چې معمولا په ماشومانو او تنکي ماشومانو اغیزه کوي ، د اسهال او کانګې ، د معدې درد او د تودوخې لوړیدو لامل کیږي.

پولیو

ګوزڼ (پولیو) کولی شي د کم فلو په څیر نښې رامینځته کړي مګر په نادره مواردو کې کولی شي د عضلاتو ضعف (فلج) لامل شي.

ډیپتیریا

ډیپتیریا یو جدي انفیکشن دی چې په پوزه او ستوني او ځیني وختونه په پوستکي هم اغیزه کوي. دا کیدای شي وژونکې وي، په ځانګړې توګه په ماشومانو کې، که چیرې ژر تر ژره درملنه ونه شي.

Hep B

هیپاتیت بی د ځیګر انتان دی چې معمولا له 1 څخه تر 3 میاشتو پورې دوام کوي. ډیری خلک یا هیڅ نښې نلري یا لږې نښې لري مګر په نادره مواردو کې دا کولی شي اوږدمهاله شي او تر 6 میاشتو پورې دوام وکړي. مزمن هیپ B جدي کیدی شي که درملنه ونه شي.

Hib B

د هیموفیلس انفلونزا ډول b (Hib یو ډول باکتریا ده چې کولی شي د ژوند ګواښونکي انتاناتو لامل شي. ماشومان او واړه ماشومان په جدي ناروغۍ په اخته کیده خطر سره مخ وي.

فلو

انفلونزا د ماشومانو لپاره خورا ناخوښه ناروغي کیدی شي چې کولی شي په سږو او هوایی لارې اغیزې جدي ستونزې رامینځته کړي ، لکه برونکایټس او سینه بغل.

HPV

هغه نوم دی چې (Human papillomavirus (HPV د ویروسونو خورا عام ګروپ ته ورکړل شوی، چې ځیني یې د "لوړ خطر" په نوم یادیږي ځکه چې دوی د سرطان پراختیا سره تړاو لري، لکه د رحم سرطان، د مقعد سرطان، د جنین سرطان، او د سر او غاړې سرطان. نور ډولونه کولی شي د وارټس یا ویروکاس په څیر امراض رامینځته کړي.

د ماشومانو لپاره
د واکسینونو جانبي عوارض
څه دي؟

له ٪10 څخه لږ ماشومان لږ اړخیزې اغیزې تجربه کوي چې د واکسین کولو وروسته 2 یا 3 ورځې دوام کوي.

اړخیزې اغیزې کېدای شي شامل وي د:

- **د انجیکشن/ستنی ځای شاوخوا پړسوب ، سوروالی او د درد احساس**
- **د یو څه بې خوبۍ احساس کول یا تبه کول**
- **د خپګان احساس، د ژړا یا خپګان زیاتوالی، بې خوبۍ**
- **کانګې او لنډمهاله بی اشتهایی**

ځینې ماشومان ممکن لږ اړخیزې اغیزې تجربه کړي - د بیلګې په توګه د MMR واکسین په هر 24,000 دوزونو کې په 1 کې خارښ/بخار تجربه کیږي.
د خپل کورني ډاکټر سره خبرې وکړئ ترڅو د نادر اړخیزو اغیزو په اړه نور معلومات ومومئ.
دا مهمه ده چې په یاد ولرئ چې د ساري ناروغیو احتمالي پیچلتیاوې، لکه شری، ممپس او روبیلا، خورا جدي دي.

زه باید څه وکړم که زما ماشوم دا نور اړخیزې اغیزې تجربه کړي؟

د کوچنیانو لپاره د پاراسیټامول په مرسته لږ اړخیزې اغیزې درملنه کیدی شي د بیلګې په توګه. کالپول که چیري تاسو اندیښمن یاست، یا ستاسو ماشوم کوم دوامداره اړخیزې اغیزې 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/خوګ محصولات لري؟

ځینې واکسینونه د خنزیر جیلاټین لري ترڅو ډاډ ترلاسه کړي چې واکسین د ذخیره کولو پرمهال خوندي او اغیزمن پاتې کیږي. که چیرې تاسو نه غواړئ چې ستاسو ماشوم د مذهبي یا غذایی دلایلو لپاره د خنزیر جیلیټین لرونکی 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 پروړاندې 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 خوندیتوب سختو ازموینو څخه تیریږي. یوځل چې واکسین په انګلستان کې معرفي شي دا د درملو او روغتیا پاملرنې محصولاتو تنظیم کونکي اداری (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 ښودلې 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 لاړ شم؟

که چیرې تاسو د واکسینونو او د دوی د خوندیتوب یا ضمني اغیزو په اړه اندیښنې، شکونه یا پوښتنې لرئ، مهرباني وکړئ د کورنۍ ډاکټر یا د NHS بل روغتیایی 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 کیسې ډیری وختونه آنلاین خپریږي ، 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/

ځنګه 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 وګورئ ترڅو وګورئ 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 جراحی سره وړیا نوم لیکنه وکړي. تاسو د آدرس یا د کډوالی وضعیت، ID یا د NHS شمیرې هیڅ ثبوت ته اړتیا نلرئ. تاسو کولی شئ د کورني ډاکټر جراحی دلته ومومئ: **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 جراحی سره اړیکه ونیسئ، یا آنلاین وګورئ:

selondonics.org/childrenshealth

کله چې ستاسو ماشوم ناروغ شي عمومي روغتیا مشوره واخلی

کوچني ماشومان اکثرا 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 خونديي توګه درملنه کیدی شي. د نورو مشورو لپاره د NHS ویب پاڼه وګورئ:
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

NHS
South East London

د سویل ختیځ لندن مربوط پاملرنې بورډ لخوا خپور شوی
د 2025 کال په جولای کې اپډیټ شوی

یادښتونه