# আমাদের সন্তানদের সুস্থ রাখুন এবং আমাদের স্কুলগুলোকে রোগমুক্ত রাখুন।

## স্কুলের জন্য টীকাগ্রহনের চেকলিস্ট

**আপনার সন্তানদের অন্টারিওতে স্কুলে যাওয়ার জন্য, তাদের নিম্নলিখিত সংক্রামক রোগের বিরুদ্ধে টীকা নেওয়া দরকার:**

- ✓ **মেনিংগোকোকাল রোগ**
- ✓ **পের্টুসিস** (হুপিং কাশি)
- ✓ **ভ্যারিসেলা** (চিকেনপক্স)
  *(২০১০ বা তার পরে জন্মগ্রহণকারী শিশুদের জন্য)*
- ✓ **ডিপথেরিয়া**
- ✓ **টিটেনাস**
- ✓ **পোলিও**
- ✓ **হাম**
- ✓ **মাম্পস**
- ✓ **রুবেলা**

**অন্যান্য প্রস্তাবিত টীকাগুলির জন্য, অন্টারিওর টীকাদানের সময়সূচী দেখুন এখানে ontario.ca/vaccines।**

## অন্টারিওর টীকাদান সময়সূচী মেনে চলুন

পিতামাতা হিসাবে, আপনার সর্বপ্রথম কর্তব্য হোল আপনাদের সন্তানদের নিরাপদ এবং স্বাস্থ্যকর রাখা। অন্টারিওর টীকাদান সময়সূচী অনুসারে ৪ থেকে ১৭ বছর বয়সী স্কুলে যাওয়া বাচ্চাদের টীকা দেওয়া দরকার। টীকাদান শিশুদের অনেক গুরুতর রোগ থেকে রক্ষা করে যেগুলি সহজেই স্কুলে ছড়িয়ে পড়ে।

*স্কুলের ছাত্রছাত্রীদের টীকাকরণ আইন (Immunization of School Pupils Act)* অনুসারে, শিশুদের ডিপথেরিয়া, টিটেনাস, পোলিও, হাম, মাম্পস, রুবেলা, মেনিংগোকোকাল রোগ, হুপিং কাশি এবং - ২০১০ বা তার পরে জন্মগ্রহণকারী শিশুদের জন্য – যদি কোন বৈধ ছাড় না থাকে, সকলের চিকেনপক্সের বিরুদ্ধে টীকা দেওয়ার প্রমাণ থাকতে হবে। যেসব শিশুকে পুরোপুরি টীকা দেওয়া হয়নি তাদের স্কুলে যাওয়ার অনুমতি দেওয়া হতে পারে না।

## আপনার যা যা করণীয়

আপনার সন্তানের স্কুলে যাওয়ার জন্য প্রয়োজনীয় সমস্ত টীকাগুলি নেওয়া হয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করতে আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারী বা স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিটের সাথে যোগাযোগ করুন। যদি আপনার শিশু টীকাদানের সময়সূচী অনুসরণ করে থাকে তবে আর কোনও টীকা নেওয়ার প্রয়োজন হবে না।

আপনি কি জানেন যে আপনার সন্তানের টীকা গ্রহনের হালনাগাত রেকর্ডগুলি আপনার স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিটে রিপোর্ট করাটা আপনার দায়িত্ব? আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারী আপনার প্রতিনিধিত্ব করে এই রেকর্ডগুলি রিপোর্ট করে না। আপনার স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিট খুঁজে পেতে, বা টীকাদান সম্পর্কিত আরও তথ্যের জন্য, ভিজিট করুন ontario.ca/vaccines।

## আমাদের প্রত্যেককে রক্ষা করার জন্য আমাদের সবাইকে একসাথে কাজ করা প্রয়োজন।

**আপনি যখন আপনার সন্তানদের টীকা দেওয়াবেন, আপনি তাদের সাথে সাথে তাদের আশেপাশের অন্যান্য শিশুদেরও ক্ষতিকারক রোগ থেকে রক্ষা করবেন।**

Ontario

# ২০০ বছরেরও বেশি সময় ধরে, নানান টীকাগুলি বিশ্বজুড়ে জীবন রক্ষা করছে!

## টীকাগুলি গ্রহণ করুন এবং নিম্নলিখিত রোগগুলি থেকে আপনার পরিবারকে রক্ষা করুন।

**পের্টুসিস** (হুপিং কাশি)
হুপিং কাশি একটি সংক্রামক রোগ যা শিশু, কিশোর এবং প্রাপ্তবয়স্কদের মধ্যে দীর্ঘ সময়ের জন্য থেকে যায়। হুপিং কাশি শিশুদের জন্য গুরুতর হতে পারে। এই কাশির কারণে শিশুরা বমি করতে পারে বা অল্প সময়ের জন্য তাদের শ্বাসপ্রশ্বাস বন্ধ হয়ে যেতে পারে। এটি নিউমোনিয়ার মতো গুরুতর রোগের জটিলতার পাশাপাশি শিশুদের মস্তিষ্কের ক্ষতি এবং খিঁচুনি রোগের কারণও হতে পারে।

**ভ্যারিসেলা** (চিকেনপক্স)
চিকেনপক্স একটি সংক্রামক রোগ যা ক্লান্তি, অল্প মাথাব্যথা, ৩৯ ডিগ্রি সেলসিয়াস পর্যন্ত জ্বর হওয়া, ঠান্ডা লাগা এবং পেশী বা গাঁটে ব্যাথা এবং এগুলি দেখা দেয় ফোস্কার মতো লাল, চুলকানি, ফুসকুড়ি বেরোনো শুরু হওয়ার এক বা দুই দিন আগেই। চিকেনপক্স থেকে আরও গুরুতর জটিলতা প্রকাশ পেতে পারে এবং এর মধ্যে ত্বকের ব্যাকটিরিয়া সংক্রমণ, কানের ব্যাকটিরিয়া সংক্রমণ এবং নিউমোনিয়ার মত ব্যাধিও অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।

**মেনিংগোকোকাল রোগ**
মেনিংগোকোকাল সংক্রমণ রোগটি মেনিনজাইটিস আর এই জাতীয় গুরুতর রোগের কারণ হতে পারে। মেনিনজাইটিস একটি খুব গুরুতর সংক্রামিত রোগ যা এমন লোকদের মধ্যে ঘটে যারা একজন স্বাস্থ্যকর ব্যক্তির সংস্পর্শে এসে থাকেন যিনি এই রোগের "বাহক" বা এই রোগে অসুস্থ হওয়া অন্য কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে এসে থাকেন। মেনিংগোকোকাল রোগ রক্তের বিষক্রিয়া ঘটাতে পারে এবং মস্তিষ্ক এবং মেরুদণ্ডের ইনফেকশানের কারণও হতে পারে।

**টিটেনাস**
টিটেনাস বা 'লক-জ' (lockjaw) একটি মারাত্মক রোগ যা কেটে যাওয়া চামড়া দিয়ে টিটেনাস জীবাণুযুক্ত ময়লা শরীরে ঢুকে ঘটতে পারে। এটি পেশীগুলির উপর টানের সৃষ্টি করতে পারে এবং বিপজ্জনক খিঁচুনির কারণ হতে পারে।

**ডিপথেরিয়া**
এটি নাক, গলা এবং ত্বকের একটি মারাত্মক রোগ। এই রোগ হলে গলা ব্যথা, জ্বর এবং সর্দি হয়। ডিপথেরিয়া আরও জটিল হয়ে গেলে শ্বাসকষ্ট, হৃদযন্ত্র বিকল এবং স্নায়ুর ক্ষতি হতে পারে।

**পোলিও**
পোলিও একটি গুরুতর রোগ যা পোলিও ভাইরাসযুক্ত জল পান বা খাদ্যের মাধ্যমে লোকেদের শরীরে প্রবেশ করে। এটি একজন থেকে আরেকজনের মধ্যে সংক্রামকভাবে ছড়িয়ে পরতে পারে। পোলিও স্নায়ুর ক্ষতি করতে পারে, কাউকে আজীবনের জন্য পক্ষাঘাতগ্রস্ত করতে পারে এবং মৃত্যুর কারণও হতে পারে।

**মাম্পস**
মাম্পস হোল ভাইরাস দ্বারা সৃষ্ট একটি সংক্রামক রোগ এবং এটি হলে জ্বর, মাথা ব্যথা, তার সাথে গাল, চোয়াল এবং ঘাড় ফুলে যায়। এটি শ্রবণশক্তি হ্রাস করতে পারে এবং মস্তিষ্ক ফুলে যাওয়ার মতো জটিলতা সৃষ্টি করতে পারে।

**হাম**
হাম একটি অত্যন্ত সংক্রামক ভাইরাল ইনফেকশান।এই অসুখ হলে অনেক বেশী জ্বর, কাশি, ফুসকুড়ি, নাক দিয়ে সর্দি ঝরে এবং চোখ লাল হয়ে যায়। হাম হলে কানের ইনফেকশান এবং নিউমোনিয়ার মতো জটিলতা সৃষ্টি হতে পারে।

**রুবেলা**
রুবেলা একটি সংক্রামক রোগ যা একটি ভাইরাস দ্বারা সৃষ্ট হয়। রুবেলা হলে জ্বর, ফুসকুড়ি, মাথা ব্যথা, হালকা সর্দি এবং চোখ লাল (কনজেক্টিভাইটিস) হতে পারে। এটি গর্ভবতী মহিলা এবং তাদের শিশুদের মধ্যে গুরুতর জটিলতা আনতে পারে এবং প্রাপ্তবয়স্কদের মধ্যে বাতের ব্যাথার কারণ হতে পারে।

## গুরুত্বপূর্ণ তথ্য:

**যেসব শিক্ষার্থীর স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিটের ফাইলে টীকাদানের রেকর্ড হালনাগাত নেই তাদের রেকর্ড সরবরাহ না করা পর্যন্ত স্কুল থেকে বরখাস্ত করা যেতে পারে।**

**যদি আপনার সন্তানের কোনো টীকাদানের জন্য ছাড়পত্রের প্রয়োজন হয় তবে দয়া করে আপনার স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিটের সাথে কথা বলুন। অ-চিকিৎসাজনিত কারণে তাদের সন্তানকে প্রয়োজনীয় টীকা দান থেকে অব্যাহতি দিতে ইচ্ছুক বাবা-মাকে একটি শিক্ষার অনুশীলন সম্পন্ন করতে হবে। মনে রাখবেন যে, টীকা দান থেকে অব্যাহতি প্রাপ্ত শিশুরা ঝুঁকির মধ্যে থাকে এবং কোনো রোগের প্রাদুর্ভাবের সময় তাদেরকে স্কুল থেকে সরিয়ে দেওয়া হতে পারে।**

**আপনার সন্তানের টীকা গ্রহনের রেকর্ডগুলি রিপোর্ট করতে আপনার স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিটের সাথে যোগাযোগ করুন।**

Ontario

**Bengali.** Publication No. (301254) ISBN No. 978-1-4868-6736-3. PDF. March 2023. © King's Printer for Ontario, 2023.