

আপনার যদি হেপাটাইটিস বি থেকে থাকে এবং আপনি গর্ভবতী হয়ে থাকেন সেক্ষেত্রে আপনার শিশুর এবং আপনার নিজের স্বাস্থ্য সুরক্ষা কীভাবে নিশ্চিত করবেন



হেপাটাইটিস বি হলো এমন একটি মারাত্মক রোগ যা আপনার শিশু সারাজীবন বহন করতে পারে। আপনি যদি গর্ভবতী হয়ে থাকেন এবং আপনার যদি হেপাটাইটিস বি থেকে থাকে তবে ভাইরাসটি আপনার রক্তের সাথে যোগাযোগের মাধ্যমে জন্মের সময় হতেই আপনার নবজাতককে সংক্রামিত করতে পারে। আপনার শিশুকে সংক্রমণ হতে রক্ষা করতে এবং নিজেকে সুস্থ রাখতে, আপনার গর্ভাবস্থার প্রথম দিকেই আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে দেখা করুন এবং হেপাটাইটিস বি সম্পর্কে তাদের সাথে পরামর্শ করুন।

গর্ভাবস্থায় এবং গর্ভাবস্থার পরে আপনার এবং আপনার শিশুর যত্ন সম্পর্কিত অগ্রগতি অনুসরণ করতে এই চার্টটি ব্যবহার করুন!

মায়ের জন্য করণীয়

গর্ভাবস্থায়

- ✓ আপনার শরীরে হেপাটাইটিস বি ভাইরাসের মাত্রা এবং আপনার লিভারের কার্যকারিতা পরীক্ষা করার জন্য গর্ভাবস্থার প্রথম দিকে হেপাটাইটিস বি প্রতিরোধী যত্নের জন্য একজন স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন।
 - প্রয়োজন হলে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী হেপাটাইটিস বি-জনিত ঔষধের ব্যবস্থাপত্র লিখে দিতে পারেন।

জন্মের সময়

- ✓ এটি নিশ্চিত করুন যে হাসপাতালের কর্মীরা আপনার হেপাটাইটিস বি থাকার ব্যাপারে অবগত।
- ✓ এটি নিশ্চিত করুন যে, যে স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনার শিশুর যত্ন নেবেন তিনি আপনার হেপাটাইটিস বি থাকার ব্যাপারে অবগত।

জন্মের পর এবং তৎপরবর্তী

- ✓ শিশুর 1-2 মাস বয়সে, হেপাটাইটিস বি প্রতিরোধী যত্নের জন্য আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর পর্যবেক্ষণে রাখুন।
 - আপনি গর্ভাবস্থায় চিকিৎসা শুরু করে থাকলে এ ব্যাপারটি বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ।
- ✓ অন্তত প্রতি 6 মাসে হেপাটাইটিস বি চিকিৎসা বিষয়ক পর্যবেক্ষণের জন্য আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন।

শিশুর জন্য করণীয়

জন্মের সময়

- শিশুকে সংক্রমণ থেকে রক্ষা করার জন্য জন্মের 12 ঘণ্টার মধ্যে 2টি টিকা নিতে হবে:
- ✓ হেপাটাইটিস বি ইমিউন গ্লোবুলিন (HBIG) এর একটি টিকা
 - ✓ শিশুর হেপাটাইটিস বি ভ্যাকসিনের প্রথম টিকা

1-2 মাস বয়সে

- ✓ আপনার শিশুকে হেপাটাইটিস বি ভ্যাকসিনের দ্বিতীয় টিকা দিতে হবে।

6 মাস বয়সে

- ✓ আপনার শিশুকে হেপাটাইটিস বি ভ্যাকসিনের তৃতীয় টিকা দিতে হবে।

9-12 মাস বয়সে

- ✓ আপনার শিশুর হেপাটাইটিস বি-জনিত অবস্থা যাচাই করতে এবং তাদের বিদ্যমান সুরক্ষার স্তর মূল্যায়ন করতে রক্ত পরীক্ষা করার প্রয়োজন।

বুকের দুধ পান করানো বিষয়ক

- ✓ আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে বুকের দুধ পান করানো বিষয়ক সহায়তা এবং কীভাবে স্তনবৃত্ত ফাটা বা এর রক্তপাত হওয়া প্রতিরোধ অথবা নিয়ন্ত্রণ করা যায় সে ব্যাপারে আলোচনা করুন যাতে করে আপনার নিঃসৃত রক্তের সাথে শিশুর স্পর্শ কমানো যায়।
- ✓ নবজাতককে প্রসবের সময় হেপাটাইটিস বি প্রতিরোধী টিকা এবং হেপাটাইটিস বি ইমিউন গ্লোবুলিন প্রদান করা হলে বুকের দুধ খাওয়ানোর মাধ্যমে মা-এর কাছ থেকে শিশুর মধ্যে হেপাটাইটিস বি সংক্রমণের ঝুঁকি কমে যায়। আপনার শিশুকে একবার এই টিকাগুলি দেওয়া হয়ে গেলে, তাকে বুকের দুধ খাওয়ানো নিরাপদ।



আপনার গর্ভাবস্থায় আপনার সঙ্গী এবং আপনার সাথে
বসবাসকারীদের হেপাটাইটিস বি-এর জন্য পরীক্ষা করা
হয়েছে এবং টিকা দেওয়া হয়েছে তা নিশ্চিত করুন।