பெற்றோருக்கான தடுப்புமருந்து வழிகாட்டி

A Parent's Guide to *Vaccination* — Tamil

Guide sur la *vaccination* à l'intention des parents — tamil

Public Health Agency of Canada
Agence de la santé publique du Canada

Canada

பொது சுகாதாரத்தில் தலைமைத்துவம், பங்காளித்துவம், புத்தாக்கம் மற்றும் செயல்திட்டம் ஆகியவற்றினூடாக கனடா மக்களின் உடல் நலத்தைப் பாதுகாத்து சிறப்படையச்செய்தல்.
-கனடாவின் பொது சுகாதாரத் திணைக்களம்

Available in English under the title:
A Parent's Guide to Vaccination
Also available in other selected languages.

Disponible en français sous le titre :
Guide sur la vaccination à l'intention des parents
Également disponible dans d'autres langues.

மேலதிகத் தகவல்களைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு, தயவுசெய்து கனடாவின் பொது சுகாதாரத் திணைக்களத்துடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

Public Health Agency of Canada
Address Locator 0900C2
Ottawa, ON K1A 0K9
தொலைபேசி: 613-957-2991
கட்டணமின்றி: 1-866-225-0709
தொலைநகல்: 613-941-5366
TTY: 1-800-465-7735
மின் அஞ்சல்: hc.publications-publications.sc@canada.ca

வேண்டுகோளின் பேரில், இந்த வெளியீட்டை மாற்று வடிவங்களில் கிடைக்கச் செய்யலாம். © பதிப்புரிமை: கனடாவின் முடியாட்சியாளராக விளங்கும் மாட்சிமை தங்கிய அரசியாரின் பிரதிநிதியாகிய சுகாதார அமைச்சர், 2020

வெளியீட்டுத் திகதி: ஜனவரி 2020

வெளியீட்டாளருக்கு முற்றிலும் நன்றிக் கடப்பாடு தெரிவிக்கப்படும் பட்சத்தில் இந்த வெளியீட்டை தனிப்பட்ட அல்லது உள்ளக நோக்கத்துக்கு மாத்திரம் அனுமதியின்றிப் பிரதிசெய்யலாம்.

Print Cat.: HP40-38/2018Ta
ISBN: 978-0-660-33105-8

PDF Cat.: HP40-38/2018Ta-PDF
ISBN: 978-0-660-33104-1

Pub.: 190422

உங்கள் பிள்ளையின் உடல்நலம் பேண தடுப்புமருந்தே சிறந்த வழி

பிள்ளைகளின் சுகசேமத்துக்கு பெற்றோரே பொறுப்பு. தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கவல்ல நோய்களால் உண்டாகும் உடல்நலக் கேட்டிலிருந்து பிள்ளைகளைப் பாதுகாப்பதற்கும் அவர்களே பொறுப்பு. தடுப்புமருந்து பற்றியும், பிள்ளையின் உடல்நலத்துக்கு அது ஏன் முக்கியம் என்பது பற்றியும் அறிந்து கொள்ளவும்.

பிள்ளைகளின் உடல்நலம் பேண, உரியவேளையில் அவர்களுக்கு உணவூட்டி, படுக்கவைப்பது முக்கியம் என்பதை பெற்றோர் ஒப்புக்கொள்வர். குழந்தைப்பருவ தடுப்புமருந்துக்கும் அது பொருந்தும். கடுமையான, உயிராபத்து விளைவிக்கவல்ல நோய்கள் பீடிக்காவாறு உங்கள் பிள்ளைகளைப் பாதுகாக்க, அவர்களுக்கு தடுப்புமருந்து கொடுப்பதே சிறந்த வழி. உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு உரியவேளையிலும், அட்டவணைப்படியும் தடுப்புமருந்து கொடுக்க ஒழுங்குசெய்து அவர்களை நீங்கள் பாதுகாக்கலாம்.

தடுப்புமருந்து என்பது என்ன?

இறந்த அல்லது நலிந்த கிருமிகளில் ஓர் இம்மி கொண்டு ஆக்கப்படுபவையே தடுப்புமருந்துகள். தன்னை நோய் பீடிக்காவாறு பாதுகாக்கும் விதத்தை உடலின் நோய்த்தடுப்புத் தொகுதி அறிந்துகொள்ள அவை உதவுகின்றன. உங்கள் பிள்ளை மெய்யாகவே நோய்வாய்ப்பட்டு உடல்நலம் கெடாவாறு பார்ப்பதற்கு தடுப்புமருந்துகள் பாதுகாப்பானவை, பலனளிப்பவை.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

தடுப்புமருந்து கொடுப்பதை தடுப்புமருந்தீடு, தடுப்புமருந்துகள், ஏற்றல்கள், ஊசிகள் என்றெல்லாம் குறிப்பிடலாம்; இச்சொற்கள் அனைத்தும் ஒரே கருத்தையே கொண்டவை.

தடுப்புவலுத் தொகுதி என்பது என்ன?

தடுப்புவலுத் தொகுதி என்பது உடலில் உள்ள சிறப்பான தொகுதி. நோய்களை உண்டாக்கும் பற்றீரியா, நச்சுயிரிகள் போன்ற கிருமிகள் உங்கள் உடலைப் பீடிக்காவாறு தடுப்புவலுத் தொகுதி பாதுகாக்கிறது. வருங்காலத்தில் உங்கள் பிள்ளை அக்கிருமிகளின் தாக்கத்துக்கு உள்ளானால், தடுப்புவலுப் பதில்வினை எனப்படும் தொடர் நடவடிக்கை ஊடாக உடலின் தடுப்புவலுத் தொகுதி அக்கிருமிகளை இனங்கண்டு, அவற்றை எதிர்த்துப் போராடும் விதத்தை அறிந்து வைத்திருக்கும்.

அன்றாடம் உங்கள் பிள்ளை வீட்டிலோ, சிறார் பராமரிப்பகத்திலோ, பலசரக்குக் கடையிலோ ஆயிரக் கணக்கான கிருமிகளின் தாக்கத்துக்கு உள்ளாகிறது. சகோதரனோ, சகோதரியோ இடும் இனிய முத்தத்தில் கூட கிருமிகள் நிறைந்திருக்கலாம். இக்கிருமிகளுள் பெரும்பாலானவை தீங்கற்றவை. பிள்ளையின் தடுப்புவலுத் தொகுதி அவற்றை எளிதில் எதிர்கொள்கிறது. ஆனால் சில கிருமிகள் உங்கள் பிள்ளையை மிகவும் நோய்வாய்ப்படுத்தக் கூடும்.

தடுப்புமருந்தீட்டின் பெறுபேறாக தீங்கு விளைவிக்கும் கிருமிகளை இனங்காணும் விதத்தை உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புவலுத் தொகுதி அறிந்துகொள்ளும். நோயை எதிர்த்துப் போராடி உடல்நலம் காப்பதற்கு வேண்டிய பாதுகாப்புகளை உருவாக்குவதில் தடுப்புமருந்துகள் உங்கள் பிள்ளைக்கு உதவும்!

தடுப்புமருந்துகள் எவ்வாறு செயற்படுகின்றன?

தடுப்புமருந்துகளில் உள்ள இறந்த அல்லது நலிந்த கிருமிகள் உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புவலுத் தொகுதிக்கு இரண்டு முக்கிய கருவிகளை ஆக்கிக்கொள்ள உதவுகின்றன: ஒன்று நஞ்சொடுக்கிகள், மற்றது தடுப்புவலு நினைவாற்றல். வருங்காலத்தில் உங்கள் பிள்ளை மேற்படி கிருமிகளின் தாக்கத்துக்கு உள்ளானால், அவற்றை இனங்கண்டு எதிர்த்துப் போராடுவதில் இவ்விரு கருவிகளும் உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒருசேர உதவும்.

தடுப்புமருந்து கொடுக்கப்பட்ட பிள்ளைகளுள் பெரும்பாலானோர் முற்றிலும் பாதுகாக்கப்பட்ட பிள்ளைகள் ஆவர். அதன் கருத்து யாதெனில், தடுப்புமருந்துகள் கொண்டு தடுக்கவல்ல கடுமையான நோய்கள் என்றுமே அவர்களைப் பீடிக்கப் போவதில்லை.

எனினும், தடுப்புமருந்து கொடுக்கப்பட்ட பிள்ளைகளுக்கு அத்தடுப்புமருந்தினால் ஓரளவுக்கே பாதுகாப்புக் கிடைப்பதால், அவர்கள் நோய்வாய்ப்படுவதும் அரிதாக நிகழ்வதுண்டு. தமது தடுப்புவலுத் தொகுதியைப் பாதிக்கவல்ல சுகயீனம் கொண்ட பிள்ளைகளைப் பொறுத்தவரை பெரிதும் அவ்வாறு நிகழ்வதுண்டு. அவர்கள் ஒரு நோயின் தாக்கத்துக்கு உள்ளானால், அவர்களின் உடலில் மெதுமையான நோய்க்குறிகள் தோன்றக்கூடும். எனினும் அவர்கள் கடுமையான பிறநோயூறுகளுக்கு உள்ளாகப் போவதில்லை.

அது இப்படித்தான்... நீங்கள் ஊர்தி செலுத்தும்பொழுது உங்களைப் பாதுகாக்க இருக்கைப்பட்டிகள் 100% பயன்படப் போவதில்லை. எனினும், நீங்கள் காயப்படும் வாய்ப்பினை அவை கணிசமானளவு குறைக்கும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

தடுப்புமருந்து வழங்குதல் என்ற சொல் தடுத்தல் என்ற சொல்லில் இருந்த வந்ததாகும். இது நோய்களிலிருந்து தடுக்கப்பட்டது எனப் பொருள்படும்.

தடுப்புமருந்துகள் எப்படி கொடுக்கப்படுகின்றன?

பெரும்பாலான தடுப்புமருந்துகள் (ஊசிமூலம்) உங்கள் பிள்ளையின் புயத்தில் அல்லது தொடையில் ஏற்றப்படுகின்றன. சில தடுப்புமருந்துகளை (வாய்வழியாக) ஊட்டலாம் அல்லது (மூக்குவழியாக) விசிறலாம்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒரே தடவையில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட தடுப்புமருந்துகளைக் கொடுக்கலாம். சில தடுப்புமருந்துகளை ஒரேயொரு தடவை கொடுத்து, பல நோய்களைத் தடுக்கலாம். வேறு தடுப்புமருந்துகள் புறம்பாகக் கொடுக்கப்படுகின்றன.

எனது பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து போட முடியாவிட்டால் என்ன செய்வது?

ஒவ்வாமைப் பதில்வினைகளால் அல்லது வேறு உடல்நலக்கேடுகளால் சில பிள்ளைகளுக்கு சில தடுப்புமருந்துகளைக் கொடுக்க முடியாது. அவர்களுக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்க முடியாதபடியால், அத்தடுப்புமருந்தினால் தடுக்கக்கூடிய நோய்கள் அவர்களைப் பீடிக்க வாய்ப்புண்டு.

உங்கள் பிள்ளையைச் சூழ்ந்திருப்போரை தடுப்புமருந்து ஏற்றிவரும்படி ஊக்குவிப்பதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளையின் பாதுகாப்புக்கு நீங்கள் உதவலாம். வயதுவந்தவர்களுக்கு பாரதூரமானவையாகத் தோன்றாது போகக்கூடிய நோய்கள் நலிவுபடக்கூடிய பிள்ளைகளுக்கு மிகவும் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடும்.

வழமையான தடுப்புமருந்தீடுகள் மூலம் தடுக்கப்படும் நோய்கள்

தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கவல்ல நோய்கள் பீடிக்காவாறு உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு தடுப்புமருந்து கொடுத்து அவர்களை நீங்கள் பாதுகாக்க முடிகிறது.

ஏறத்தாழ இந்நோய்கள் அனைத்துமே குறிப்பாக இருமல், தும்மல் வழியாக ஆளுக்காள் தொற்றக்கூடியவை. கடூரமான பிறநோயூறுகளையோ, இறப்பையோ கூட ஏற்படுத்தக் கூடியளவுக்கு அவை கடுமையான நோய்களாக அமையலாம். உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு உரியவேளையில் தடுப்புமருந்து கொடுக்க ஒழுங்குசெய்வது, அவர்களின் உடல்நலம் ஓங்கும் வண்ணம் அவர்களுக்கு பாதுகாப்பு அளிக்கிறது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

உங்கள் பிள்ளைகளுடன் நீங்கள் வெளிநாடு செல்லு முன்னர் உங்களைப் போலவே அவர்களுக்கும் தடுப்புமருந்து கொடுக்கப்பட வேண்டும்; அவர்களுக்குவிசேடமாகவோ வழமையான காலகட்டத்துக்கு முன்னரோ தடுப்புமருந்துகள் தேவைப்படலாம் என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நோய்கள்	நோய்க்குறிகள்	ஏற்படக்கூடிய பிறநோயூறுகள்
தொண்டைக்கரப்பான் Diphtheria / Diphtérie	› கடுங்காய்ச்சல் › கடுமையான தொண்டை நோவு › விழுங்குவது மற்றும் மூச்சு விடுவதில் சிரமம்	› மூச்சுமுட்டு, இதயமுட்டு › பாரிசவாதம் › இறப்பு
குக்கல் Pertussis / Coqueluche	› மாதக் கணக்காக நீடிக்கவல்ல வன்மையான இருமல் வலிகள் › உண்ணல், குடித்தல், மூச்சுவிடல் சிரமம்	› நுரையீரல் அழற்சி › வலிப்புகள் › மூளைச்சேதம் › இறப்பு
ஈர்ப்புவலி Tetanus / Tétanos	› தாடை வலிப்புகள் › குரல்வளை வலிப்புகள் › உணவு விழுங்க சிரமம் › முழு உடல் தசைநார் வலிப்புகள்	› நுரையீரல் அழற்சி › உடைந்த எலும்புகள் (தசைப் பிடிப்பினால்) › நரம்பு அல்லது மூளை சேதம் › இறப்பு

நோய்கள்	நோய்க்குறிகள்	ஏற்படக்கூடிய பிறநோயூறுகள்
இளம்பிள்ளைவாதம் Polio	› காய்ச்சல் › குமட்டல், வாந்தி › பொது அசௌகரியம	› மூச்சுவிடுவதில் சிரமம் › கை, கால் பாரிசவாதம் › இறப்பு
வகை ‘பி’ கிருமித்தொற்றுகள் *Haemophilus influenzae* type b infections / Infections à *Haemophilus influenzae* de type b	› காது வலி மற்றும் மூக்கடைப்பு › தலைவலி மற்றும் காய்ச்சல் › கெட்டியான சளி இருமலின்போது வெளிவருதல் › மூச்சுத்திணறல் › விறைப்பான கழுத்து மற்றும் முதுகு	› நுரையீரல் அழற்சி › நிரந்தர காது கேட்காமை › மூளை சேதம் › அவயவங்கள் இழப்பு › இறப்பு
தட்டம்மை Measles / Rougeole	› காய்ச்சல் இருமல் › மூக்கில் ஒழுகுதல் › சிவந்த கண்கள் › தூங்கி வழிதலும் எரிச்சலும் › வாயில் சிவந்த வெடிப்பு மற்றும் வெள்ளைப் புள்ளிகள்	› காதில் கிருமித்தொற்று › நுரையீரல் அழற்சி › வலிப்புகள் › மூளை சேதம் › இறப்பு
கூவைக்கட்டு Mumps / Oreillons	› காய்ச்சல் › தலைவலி › தாடை என்பு அருகில் சுரப்பி வீக்கம்	› தண்டுமூளைச்சவ்வுக் காய்ச்சல் › (மூளையுள்ளுறையிலும், முள்ளந்தண்டுவடத்திலும் › கிருமித்தொற்று) › காது கேட்காமை › கருவளமின்மை
ஜெர்மன் சின்னமுத்து Rubella / Rubéole	› தோலவியல் › ரணமான சிவந்த கண்கள் › சிறிது காய்ச்சல் › குமட்டல் › சுரப்பி வீக்கம	› உடலுக்குள் இரத்தப்போக்கு › மூளை சேதம் › கருச்சிதைவு › •தாய் கருவுற்ற காலத்தில் ஜேர்மன் சின்னமுத்தினால் › பீடிக்கப்பட்டதால் குழந்தையில் உருப்பிறழ்வுகள்

நோய்கள்	நோய்க்குறிகள்	ஏற்படக்கூடிய பிறநோயூறுகள்
பொக்குளிப்பான் Varicella (Chickenpox) / Varicelle	› இலேசான காய்ச்சல் › தலைவலி மற்றும் மூக்கில் ஒழுகுதல் › சோர்வு மற்றும் பொது அசௌகரியம் › சிறு பொக்குளங்கள் பலவற்றில் பொருக்கு மூடுதல்› சொறி	› நுரையீரல் அழற்சி › மூளைக்காய்ச்சல் (மூளையில் கிருமித்தொற்று) › தாய் கருவுற்ற காலத்தில் பொக்குளிப்பானால் › பீடிக்கப்பட்டதால், குழந்தையின் உடலில் › உருக்கேடுகள் › இறப்பு
தண்டுமூளைச்சவ்வுக் கிருமித்தொற்று Meningococcal infection / Infection méningococcique	› திடீர் காய்ச்சல் › கடுமையான தலைவலி › குமட்டல் மற்றும் வாந்தி › விறைத்த கழுத்து › தோலில் செங்குறிகள் அல்லது குண்டூசி அளவில் › கன்றல்கள்	› தண்டுமூளைச்சவ்வு அழற்சி (மூளை மற்றும் தண்டுவடச் சவ்வில் கிருமித்தொற்று), › மூளைச்சேதம், › இரத்தத்தில் கிருமித்தொற்று › கைகள் அல்லது கால்கள் இற்றுப்போதல் › ஆழ்மயக்கம் மற்றும் இறப்பு
நுரையீரல் கிருமித்தொற்று Pneumococcal infection / Infection pneumococcique	› காது வலி மற்றும் மூக்கடைப்பு › இருமல் மற்றும் மூச்சுத்திணறல் › காய்ச்சல் › தலைவலி › விறைத்த கழுத்து › பசியின்மை, குமட்டல்	› காது கேளாமை, › மூளைச்சேதம் › நுரையீரல் அழற்சி › இரத்தத்தில் கிருமித்தொற்று › தண்டுவட மற்றும் மூளைச்சவ்வு அழற்சி › இறப்பு
குளிர்காய்ச்சல் Influenza (flu) / Grippe	› காய்ச்சல் மற்றும் உடல் சோர்வு › இருமல் › தசை வலி மற்றும் தலைவலி › தொண்டை ரணம் › குமட்டல், வாந்தி மற்றும் பேதி (முக்கியமாக குழந்தைகளில்)	› காது மற்றும்/அல்லது நாசிக்குடாவில் கிருமித்தொற்று › மார்புச்சளி (மூச்சுக்குழாய் அழற்சி) › நுரையீரல் அழற்சி › இறப்பு

நோய்கள்	நோய்க்குறிகள்	ஏற்படக்கூடிய பிறநோயூறுகள்
சில்லுநச்சுயிரித்தொற்று Rotavirus	› கடுங்காய்ச்சல் › வாந்தி › கடுநீராள வயிற்றுப்போக்கு	› கடும் உடல்வறள்வு › இறப்பு
ஈரல் அழற்சி 'பி' Hepatitis B / Hepatite B	› காய்ச்சல் மற்றும் உடல் சோர்வு › வயிற்று வலி › குமட்டல், வாந்தி மற்றும் பேதி › மஞ்சள் காமாலை (கண்களும் தோலும் மஞ்சளாகுதல்) / இருண்ட சிறுநீர்	› ஈரலரிப்பு › ஈரல் புற்றுநோய் › இறப்பு

உங்கள் குழந்தைக்கு வயதாகும்போது, மனித பாபில்லோமா நச்சுயிரிகளின் பல வகைகளுக்கு எதிராகப் பாதுகாப்பு அளிக்கும் மற்ற தடுப்பு மருந்துகள் பரிந்துரைக்கப்படும். உங்களது உடல்நலக் கவனிப்பு அளிப்பவருடன் ஆலோசித்து உங்கள் குழந்தைக்குப் பூரணப் பாதுகாப்பு அளித்திட வேண்டிய தடுப்பு மருந்துகளை பற்றிக் கேட்டறிந்திடுங்கள்.

Canada.ca/vaccines என்னும் இணையதளத்தை அணுகி, தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கவல்ல மேற்படி நோய்கள், மற்றும் பிற நோய்கள் பற்றி அறிந்துகொள்ளவும்.

இந்நோய்கள் மக்களைப் பீடிப்பது அரிதென்றால், எனது பிள்ளைக்கு ஏன் தடுப்புமருந்து கொடுக்க வேண்டும்?

கனடாவில் தடுப்புமருந்துகள் பயன்படுத்தப்படுவதால், இளம்பிராயத்தில் நோய்கள் பீடிக்கும் வாடிக்கை தற்பொழுது அருகிவிட்டது. எனினும் அவை இன்னமும் உள்ளன. மக்களுக்குத் தடுப்புமருந்து கொடுக்காவிட்டால், ஒரேயொருவரைப் பீடிக்கும் சின்னமுத்து விரைந்து பரவக்கூடும். சம்பந்தப்பட்ட கிருமியைக் கொண்டுதிரிவது யார், உங்கள் பிள்ளை அதன் தாக்கத்துக்கு உட்பட்டுள்ளதா என்பதைக் கூறுவது எளிதல்ல.

தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கவல்ல நோய்கள் பலவற்றுக்கு சிகிச்சையோ பரிகாரமோ கிடையாது. சில வேளைகளில் ஒரு நோயின் பிறநோயூறுகளால் பிள்ளைகள் இறக்கவும் கூடும்.

தடுப்புமருந்து கொடுத்து வருவதே சிறந்த பாதுகாப்பு.

தடுப்புமருந்தீட்டின் முக்கியத்துவத்தை நன்கு விளக்கியுரைப்பதற்கு, இதோ ஓர் ஒப்புமை:
மெதுவாக நீர்கசியும் படகிலிருந்து நாங்கள் நீரை வெளியேற்றத் தொடங்கும்பொழுது காணப்படும் நிலவரம் போன்றதே இது; நீர் (நோய்கள்) நிறைந்த படகிலிருந்து நாங்கள் வேகமாகவும், விடாப்பிடியாகவும் நீரை வெளியேற்றியிருக்கிறோம் (தடுப்புமருந்து கொடுத்திருக்கிறோம்). இப்பொழுது படகு கிட்டத்தட்ட வெறிச்சோடிவிட்டது. நீர் வெளியேற்றும் அலுவலை (தடுப்புமருந்து கொடுக்கும் அலுவலை) நாங்கள் நிறுத்தியிருந்தால், நீர் தொடர்ந்து புகுந்திருக்கும்; இன்னமும் கசிவு இடம் பெறுவதே (இன்னமும் கிருமித்தொற்று நோய்கள் காணப்படுவதே) அதற்கான காரணம்.

தடுப்புமருந்துகள் பாதுகாப்பானவ

தடுப்புமருந்துகள் பாதுகாப்பானவை. வாழ்நாள் முழுவதும் உங்கள் பிள்ளைகளின் உடல்நலத்துக்கு அவை நன்னலம் பயப்பவை.

தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கவல்ல நோய்கள் பற்றி இவ்வழிகாட்டியில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. இளம் பிள்ளைகள் கொண்ட பெற்றோர் பலர் அவற்றை எதிர்கொண்டதில்லை. எனவே அவை எத்துணை கடுமையான நோய்கள் என்பதை அவர்கள் அறியாதிருக்கலாம். ஆதலால் தடுப்புமருந்துகள் கொண்டு தடுக்கப்படும் நோய்களைக் காட்டிலும், தடுப்புமருந்துகளின் பக்கவிளைவுகள் குறித்தே அவர்கள் அதிகம் கவலைப்படக் கூடும்.

தடுப்புமருந்துகள் எவ்வாறு அங்கீகரிக்கப்படுகின்றன?

கனடாவில் எல்லா மருந்துகளையும் போலவே தடுப்புமருந்துகளையும் பயன்படுத்தும் முன்னர் அவற்றைத் தொடர்ச்சியாகப் பரிசோதிக்க வேண்டியுள்ளது. தடுப்புமருந்துகளின் ஆக்கத்தையும், பயன்பாட்டையும், பாதுகாப்பையும் கண்காணிக்கும் முறைமைகள் பலவும் இங்கு நிலையூன்றியுள்ளன. வழமைக்கு மாறான அல்லது எதிர்பாரா எதிர்விளைவுகளை விரைந்து கையாள்வதற்கு ஏதுவாக, தடுப்புமருந்தின் எதிர்விளைவுகளை சுகாதார பராமரிப்பாளர்கள் உள்ளூர் பொது சுகாதார அதிகாரப் பீடங்களுக்கு அறிவித்து வருகிறார்கள்.

எங்களது தடுப்பு மருந்துகளின் பாதுகாப்பு பற்றிய காணொளியை @ Canada.ca/vaccines என்ற இலக்கில் காணுங்கள்.

உண்மையான நோய்க்கு உள்ளாவதை விட தடுப்புமருந்து பா துகாப்பானதா?

ஆம். உங்கள் பிள்ளையின் இயற்கையான தடுப்புவலுத் தொகுதிக்கு, தடுப்புமருந்தில் உள்ள நலிந்த அல்லது இறந்த கிருமிகளைக் கையாள்வதில் சிரமம் இல்லை. உங்கள்பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுத்த பின்னர் மெலிதான காய்ச்சல் அல்லது கைநோவு ஏற்படலாம். எனினும் இப்பக்க விளைவுகள் ஒருசில நாட்களுக்கே நீடிக்கும். அன்றாட அலுவல்களை அவை சீர்குலைக்கப் போவதில்லை.

எனினும் தடுப்புமருந்து கொடுக்கப்படாத பிள்ளை மெய்யாகவே நோய்வாய்ப்பட்டால், அதன் விளைவு பாரதூரமானதாக அமையலாம் அல்லது உயிரிழப்புக்கு இட்டுச்செல்லலாம். உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புவலுத் தொகுதி தற்காப்பில் ஈடுபடத் தயாராக இல்லாதபடியால் சுறுசுறுப்பான கிருமிகள் விரைந்து பெருகிவிடும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஆண்டுதோறும் உலகம் முழுவதும்
இருபது முதல் முப்பது
இலட்சம் வரையான இறப்புகளை
தடுப்புமருந்தீடு தடுக்கிறது.
இது பாதுகாப்பானது,
எளிதானது,
பலனளிப்பது!

உங்கள் பிள்ளைக்கு உரியவேளையில் தடுப்புமருந்து கொடுக்க வேண்டும்.

சிற்றிளம் பிராயம் தொட்டு உங்கள் பிள்ளைக்கு உரியவேளையில் கொடுக்கப்படும் தடுப்புமருந்துகள் சிறந்த பலனளிக்கும். கனடா முழுவதும் வழமையான தடுப்புமருந்துகள் இலவசமாகவே கொடுக்கப்படுகின்றன. எனினும் மாகாணத்துக்கு மாகாணம் அல்லது ஆள்புலத்துக்கு ஆள்புலம் கால அட்டவணைகள் மாறுபடக் கூடும்.

உங்களுக்கான தடுப்புமருந்துகளை நீங்களும் புதுக்கப்புதுக்க எடுத்து வருகிறீர்களா என்பதை நினைவில் வைத்திருந்து செவ்வை பார்க்கவும். தடுப்புமருந்தீடு ஒரு வாழ்நாள் படிமுறை ஆகும்.

அவ்வளவு இளம் பிராயத்தில் எதற்காக எனது பிள்ளைக்கு நான் தடுப்புமருந்து கொடுக்க வேண்டும்?

தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கவல்ல நோய்களின் தாக்கத்துக்கு உள்ளாவதற்கு முன்னர் உங்கள் பிள்ளையைப் பாதுகாப்பதற்கென வகுக்கப்பட்டதே தடுப்புமருந்துக் கால அட்டவணை. பிள்ளைகள் நோய்வாய்ப்பட்டு நலியக்கூடியவர்கள். அதன் விளைவுகள் பாரதூரமானவை ஆகலாம். ஆதலால்தான் இளம் பிராயத்திலேயே அவர்களுக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கப்படுகிறது.

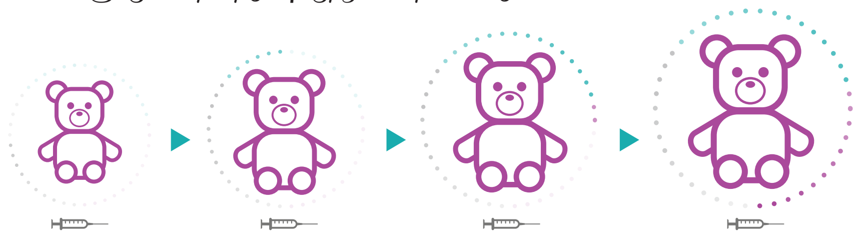
எனினும் உங்கள் பிள்ளைக்கு உரியவேளையில் தடுப்புமருந்து கொடுத்தால், இயன்றளவு இளம் பிராயத்திலேயே மிகுந்த பாதுகாப்புக் கிடைக்கிறது.

எனது பிள்ளைக்கு எப்போது தடுப்புமருந்து கொடுக்க வேண்டும்?

உங்கள் பிள்ளைக்கு முற்றிலும் பாதுகாப்பு கிடைக்கும் வண்ணம் பற்பல கட்டங்களில் தடுப்புமருந்து கொடுக்க வேண்டியுள்ளது. உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புவலுத் தொகுதியைக் கட்டியெழுப்பும் வண்ணம் சில தடுப்புமருந்துகளை ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட தடவைகள் கொடுக்க வேண்டியுள்ளது.

நீங்கள் வாழும் மாகாணத்தை அல்லது ஆள்புலத்தைப் பொறுத்து தடுப்புமருந்துக் கால அட்டவணை மாறுபடக் கூடும். அதன் கருத்து யாதெனில், சில மாகாணங்கள் அல்லது ஆள்புலங்கள் ஒரே தடுப்புமருந்தை வெவ்வேறு வயதுகளில் கொடுக்கும். ஆனால் அதற்காகக் கவலைப்பட வேண்டியதில்லை. தடுப்புமருந்துக் கால அட்டவணை ஒன்றை உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளர் உங்களிடம் தருவார் எந்த வயதில் எந்த தடுப்புமருந்து தேவை என்பதை அது சுட்டிக்காட்டும். Canada.ca/vaccines என்னும் இணையதளத்தில் ஒவ்வொரு மாகாணத்துக்கும், ஆள்புலத்துக்குமான கால அட்டவணை இடம்பெற்றுள்ளது. அதனை அணுகியும் உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புமருந்துக் கால அட்டவணையை செவ்வை பார்க்கலாம்.

வழமையான கால அட்டவணைக்கு ஓர் எடுத்துக்காட்டு இதோ: உங்கள் பிள்ளையை முற்றுமுழுதாகப் பாதுகாப்பதற்கு, பிறந்த பின்னர் அல்லது பிறந்து இரண்டு மாதங்கள் ஆகும்பொழுது தொடங்கி, பின்னர் நான்கு மாதங்கள் ஆகும்பொழுதும், பின்னர் ஆறு மாதங்கள் ஆகும்பொழுதும், பின்னர் 12 மாதங்களுக்கும் 18 மாதங்களுக்கும் இடையிலும், பின்னர் நான்கு வயதுக்கும் ஆறு வயதுக்கும் இடையிலும் தடுப்புமருந்து கொடுக்க வேண்டும். பாடசாலை செல்லும் வயதை அடைந்த பிள்ளைகளுக்கு மேலதிக தடுப்புமருந்துகள் தேவைப்படும்.



எனது பிள்ளைக்கு ஒரே சமயத்தில் பல தடுப்புமருந்துகளைக் கொடுக்க முடியுமா?

ஆம். ஒரே தடவையில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட நோய்களைத் தடுக்கும் நோக்குடன் சில தடுப்புமருந்துகள் ஒருசேரக் கொடுக்கப்படுவதுண்டு. உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புவலுத் தொகுதி வியக்கத்தக்கது! ஒரே தடவையில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட தடுப்புமருந்துகளை அது எளிதாகவும், பத்திரமாகவும், காத்திரமாகவும் கையாள வல்லது. உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளரை நீங்கள் சந்திக்கும் ஒவ்வொரு தடவையும் உங்கள் பிள்ளைக்கு வேண்டிய தடுப்புமருந்துகளை அவர் உங்களிடம் தெரிவிப்பார்.

எனது பிள்ளைக்குத் தடுப்புமருந்து கொடுப்பது எங்கே?

உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளருடன் தொடர்புகொண்டு, தடுப்புமருந்து கொடுக்கும் இடத்தை அறிந்துகொள்ளவும். உங்கள் உள்ளூர் தொலைபேசி விவரக்கொத்தில் அல்லது இணையத்தில் தேடிப்பார்த்து உங்களுக்கு மிகவும் அண்மையில் உள்ள பொது சுகாதார அலுவலகத்தைக் கண்டறியவும் (குவிபெக்கில்: CLSC).

தடுப்புமருந்து கொடுக்கும் தடவை ஒன்றை நாங்கள் தவறவிட்டால் என்ன செய்வது?

இளம் பிள்ளைகளுடன் கூடிய வாழ்வு சுறுசுறுப்பு மிகுந்தது. உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கவெனக் குறித்த சந்திப்பு ஒவ்வொன்றையும் உங்களால் மேற்கொள்ள முடியாது போகலாம். எனினும் நீங்கள் தடுப்புமருந்துக் கால அட்டவணைக்கு மீள்வது முக்கியம்.

இயன்றளவு விரைவாக உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளரைச் சந்திக்க நீங்கள் நாளும் நேரமும் குறிக்க வேண்டும். உங்கள் பிள்ளைக்கு ஏற்கனவே கொடுக்கப்பட்ட தடுப்புமருந்துகள் எவை, இனிமேல் கொடுக்கவேண்டிய தடுப்புமருந்துகள் எவை என்பதைக் கண்டறிவதற்கு அவரால் உங்களுக்கு உதவமுடியும்.

நாங்கள் இடம்பெயர்ந்தால் என்ன செய்வது?

நீங்கள் வேறு ஒரு மாகாணத்துக்கு அல்லது ஆள்புலத்துக்கு மாறினால், உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புமருந்துக்கால அட்டவணையும் மாறக்கூடும். நீங்கள் இடம்பெயர்ந்தவுடன் உங்கள் புதிய சுகாதார பராமரிப்பாளருடன் தொடர்புகொண்டு, உங்கள் பிள்ளைக்குத் தேவைப்படும் தடுப்புமருந்துகளைக் கண்டறியவும். அவரைச் சந்திக்கச் செல்லும்பொழுது உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புமருந்துப் பதிவேட்டையும் கொண்டு செல்ல வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்திருக்கவும்.

தடுப்புமருந்து மூலமான பாதுகாப்புக்கு உங்கள் பிள்ளை உங்கள் மீதே சார்ந்திருக்கிறது.

உங்கள் பிள்ளைக்கு உரியவேளையில் தடுப்புமருந்து கொடுக்க ஒழுங்குசெய்வது, பெற்றோர் என்ற வகையில் உங்கள் மிக முக்கிய பணிகளுள் ஒன்றாகும். உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு நீங்கள் தடுப்புமருந்து கொடுக்கும்பொழுது, அவர்களின் எஞ்சிய வாழ்நாளில் கடுமையான நோய்கள் அவர்களை அணுகாவாறு நீங்கள் பாதுகாக்கிறீர்கள்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கும் விவரத்தை நீங்கள் உற்றுநோக்கி வருவது ஏன் முக்கியம்?

உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுத்த சான்றுகேட்டு உங்களிடம் வேண்டுகோள் விடுக்கப்படலாம். கனடாவின் சில பாகங்களில் பிள்ளைகள் பாடசாலைக்கு அல்லது நாள்வேளைப் பராமரிப்பு நிலையத்துக்கு செல்லும் முன்னர் அவர்களுக்கு கொடுக்கப்பட வேண்டிய தடுப்புமருந்துகள் அனைத் தும் கொடுக்கப்ப ட்டிருக்க வேண்டும். அத்தகைய இடங்களில் கடும்நோய்கள் பரவாது தடுக்க உதவுவதற்கு அது தேவைப்படுகிறது.

அத்துடன் எப்போதாவது வேறொரு சுகாதார பராமரிப்பாளரைக் காண்பதற்கு அல்லது கனடாவுக்கு வெளியே பயணம் செய்வதற்கு உங்கள் பிள்ளையை நீங்கள் கொண்டுசெல்ல நேர்ந்தால், உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுத்த வரலாறு துணைநிற்கும்.

எனது பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கும் விவரத்தை நான் உற்றுநோக்குவது எப்படி?

நீங்கள் முதல் தடவையாக சிகிச்சையகத்துக்குச் செல்லும் பொழுது உங்களிடம் ஒரு தடுப்புமருந்துப் பதிவேடு (அட்டை அல்லது சிற்றேடு) தரப்படும். உங்கள் பிள்ளைக்கு விதந்துரைக்கப்படும் தடுப்புமருந்துக் கால அட்டவணை அதில் இடம்பெற்றிருக்கும். உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளர் மறந்தால், அதைக் கேட்டுவாங்கத் தவற வேண்டாம். ஒரு சுகாதார பராமரிப்பாளரிடம் செல்லும் ஒவ்வொரு தடவையும் அப்பதிவேட்டைக் கொண்டுசெல்வது முக்கியம். உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கப்ப டும் ஒவ்வொரு தடவையும் அப்பதிவேட்டில் புதுவிவரம் சேர்க்கப்பட வேண்டியிருக்கும்.

இந்த வழிகாட்டியின் பின்புறத்தில் காணப்படும் செவ்வை நோக்கு நிரலும், உங்கள் குடும்பத்தின் தடுப்புமருந்தீட்டு விவரத்தை நீங்கள் உற்றுநோக்குவதற்கு ஏதுவாக நீங்கள் தரவிறக்கிப் பயன்படுத்தவல்ல ImmunizeCA சாதனமும் உங்களுக்கு உதவுவதை நீங்கள் கண்டுகொள்ளலாம்.

நீங்கள் வெளிநாடு செல்கிறீர்களா?

நீங்களோ உங்கள் குடும்பமோ வெளிநாடு செல்லும்பொழுது, தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கவல்ல நோய்களின் தாக்கத்துக்கு உள்ளாக நேரலாம். அவற்றுள், கனடாவில் வழமையாகத் தடுப்புமருந்து கொண்டு தடுக்கப்படாத நோய்கள் உள்ளடங்கலாம். நீங்கள் வெளிநாடு செல்வதற்கு ஆறு வாரங்களுக்கு முன்னராவது ஒரு சுகாதார பராமரிப்பாளருடன் கலந்து பேசுவது அல்லது ஒரு பயண சுகாதார சிகிச்சையகத்துக்குச் செல்வது முக்கியம். உங்கள் வயதையும், நீங்கள் எங்கே செல்ல, என்ன செய்ய எண்ணியிருக்கிறீர்கள் என்பதையும் பொறுத்து சில தடுப்புமருந்துகள் உங்களுக்கு விதந்துரைக்கப்படலாம்.

Canada.ca/travel என்ற இணைய தளத்தை அணுகி உதவிகரமாக பயண ஆலோசனை மற்றும் செய்திகளைப் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு காய்ச்சல் அல்லது தடிமல் என்றால் என்ன செய்வது என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா?

உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கும் தறுவாயில் உடல்நலக் குறைவோ காய்ச்சலோ ஏற்பட்டால், உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளரிடம் தெரிவிக்கவும். தடுப்புமருந்து கொடுப்பது சரியா, அல்லது உங்கள் பிள்ளை குணமடையும் வரை பொறுத்திருப்பது நல்லதா என்பதை அவரால் தீர்மானிக்க முடியும்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு முதல் தடவையாக தடுப்புமருந்து கொடுக்கும்பொழுது எதிர்பார்க்கப்படுவது என்ன?

இணக்கமான முறையில் தடுப்புமருந்தீட்டுக்கு உள்ளாகும் அனுபவம் உங்கள் பிள்ளைக்குக் கிடைக்க நீங்கள் துணைநிற்கலாம். உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கும்பொழுது என்ன நடக்கும் என்பதைப் புரிந்துகொள்வது, உங்களுக்கும் உங்கள் பிள்ளைக்கும் அந்த அனுபவத்தை மிகவும் எளிதுபடுத்தும்.

தடுப்புமருந்தீட்டுக்கு முன்னர்

உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளரிடம் அல்லது பொது சுகாதார அலுவலகத்துக்கு (குவிபெக்கில் CLSC-க்கு) செல்லும்பொழுது, உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புமருந்துப் பதிவேட்டைத் தவறாது எடுத்துச்செல்ல வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்திருக்கவும். உங்களிடம் தடுப்புமருந்துப் பதிவேடு எதுவும் இல்லை என்றால், ஒன்றைக் கேட்டு வாங்கத் தவறவேண்டாம்.

தடுப்புமருந்து கொடுக்கும்பொழுது

உங்கள் பிள்ளையின் உடல்நலம் பற்றியும், பிள்ளைக்கு ஒவ்வாமைகள் அல்லது சுகயீனங்கள் உண்டா என்பது பற்றியும் உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளர் உங்களிடம் வினவக்கூடும்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுக்கும்பொழுது பிள்ளைக்கு உதவியாக நீங்கள் செய்யக் கூடிய விடயங்கள் சில பின்வருமாறு.

- **ஆறியமரவும்.** உங்கள் உணர்வெழுச்சிகளுக்கு பிள்ளை பதில் வினையாற்றக் கூடும். நீங்கள் ஆறியமர்ந்து இணங்கி ஒழுகும் பொழுது உங்கள் பிள்ளையும் மிகவும் மகிழ்ச்சி அடை யும்.
- **அரவணைக்கவும்.** தடுப்புமருந்து கொடுக்கும்பொழுது உங்கள் பிள்ளையை அரவணைத்துக் கதைக்கவும். தடுப்பூசி ஏற்றும் பொழுது அரவணைக்கப்படும் பிள்ளைகள் அழுவது குறைவு என்பதை ஆய்வுகள் கண்டறிந்துள்ளன.
- **தாய்ப்பாலூட்டவும்.** நீங்கள் தாய்ப்பாலூட்டுபவர் என்றால், தடுப்பூசி ஏற்றுவதற்கு சற்று முன்னரும், ஏற்றும்பொழுதும், ஏற்றிய பின்னரும் பாலூட்ட முயலவும். அது பிள்ளைக்கு இதமூட்டும்.
- **பராக்கு காட்டவும்.** உங்கள் கனிவான, இதமான குரல் அல்லது தொடுகை உங்கள் பிள்ளைக்கு இதமூட்ட உதவக்கூடும். பிள்ளைக்குப் பிடித்தமான விளையாட்டுப் பொருள் அல்லது கதை சொல்வது அல்லது பாடுவது கூட அதற்கு உதவக்கூடும்.

தடுப்புமருந்து கொடுத்த பின்னர்

தடுப்புமருந்து கொடுத்த பின்னர் பெரும்பாலான பிள்ளைகள் நலமாகவே இருப்பார்கள். உங்கள் பிள்ளைக்கு கொடுத்த தடுப்புமருந்தினால் தகாத விளைவு எதுவுமே ஏற்படாது போகலாம். சில வேளைகளில் உங்கள் பிள்ளை:

- அவதிப்படலாம்;
- அல்லது வழமைக்கு அதிகமாகக் கண்ணயரலாம்;
- அல்லது இளங்காய்ச்சலுக்கு உள்ளாகலாம்;
- அல்லது தடுப்பூசி ஏறிய இடம் நோகலாம் அல்லது வீங்கலாம் அல்லது சிவக்கலாம்

வழமையான இவ்விளைவுகள் 12 முதல் 24 மணித்தியாலங்கள் வரை நீடிப்பதுண்டு. பிள்ளையின் நோவை அல்லது காய்ச்சலைத் தணிக்க நீங்கள் மருந்து கொடுக்கலாம். எது சிறந்த மருந்து என்று உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளரிடம் கேட்கவும்.

நீங்கள் வீடு திரும்பும் முன்னர்

உங்கள் பிள்ளைக்கு அடுத்தமுறை தடுப்புமருந்து கொடுக்க நாளும் நேரமும் குறிக்கவும்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுத்த பின்னர் 15 முதல் 20 நிமிடங்கள் வரை சிகிச்சையகத்தில் பொறுத்திருக்கும்படி கேட்பார்கள். காரணம்: எந்த மருந்தினாலும் உண்டாவது போலவே தடுப்புமருந்தினாலும் கடுமையான ஒவ்வாமை (anaphylaxis) விளைய சற்று வாய்ப்புண்டு.

கடுமையான ஒவ்வாமை விளையும் அறிகுறிகளுள் பின்வருவன உள்ளடங்கும்:

- மூச்சுவிடுவதில் சிரமம் (மூச்சுமுட்டு);
- முகவீக்கம்; அத்துடன்/அல்ல து
- தோல் கொப்புளம் (தோல் தடிப்பு).

இந்நோய்க் குறிகள் எவையும் தென்பட்டா ல், உடனடியாக ஒரு சுகாதார பராமரிப்பாளருடன் கதைக்கவும். ஒவ்வாத விளைவை எதிர்கொள்ள என்ன செய்யவேண்டும் என்பது அவருக்குத் தெரியும்.

உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்பாளரை அழைப்பது எப்பொழுது?

தடுப்புமருந்துக்கு கடுமையான எதிர்விளைவுகள் ஏற்படுவது மிகவும் அரிது. உங்கள் பிள்ளைக்கு தடுப்புமருந்து கொடுத்த பின்னர் வழமைக்கு மாறான நோய்க் குறிகள் தென்பட்டால், உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்பாளரை அழைக்கவும் அல்லது பொது சுகாதார அலுவலகத்தை (குவிபெக்கில் CLSC-ஐ) அழைக்கவும்.

வழமைக்கு மாறான நோய்க்குறிகளுள் பின்வருவன உள்ளடங்கலாம்:

- 40°C (104°F)-க்கு மேற்பட்ட காய்ச்சல்; அல்லது
- அழுகையும், அவதியும் 24 மணித்தியாலங்களுக்கு மேற்பட நீடித்தல்; அல்லது
- ஊசி ஏறிய இடத்தில் வீக்கம் மோசமடைதல்; அல்லது
- வழமைக்கு மாறான கண்ணயர்வு

உங்கள் பிள்ளையை நன்கு அறிந்தவர் நீங்களே. தடுப்புமருந்து கொடுத்த பின்னர் வழமைக்கு மாறாக எதையும் அவதானித்தால், உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பாளருடன் தொடர்பு கொள்ளவும்.

மேலதிக விவரம் அறிவது எங்கே?

நம்பத்தகுந்த தரப்புகளிடம் தடுப்புமருந்து விவரங்களை அறிந்து கொள்வது முக்கியம். உங்கள் பிள்ளைக்குத் தடுப்புமருந்து கொடுப்பது பற்றி நம்பிக்கையான ஒரு சுகாதார பராமரிப்பாளருடன் கதைக்கவும்.

அதாவது உங்கள் மருத்துவருடன் அல்லது செவிலியுடன் அல்லது மருந்தாளருடன் கதைக்கவும். நம்பத்தகுந்த தடுப்புமருந்து விவரம் கொண்ட இணையதளங்கள் சில பின்வருமாறு:

கனடா பொது சுகாதா ரத் திணைக்களம்
Canada.ca/vaccines

கனடிய குழந்தை மருத்துவ சமாசம்
caringforkids.cps.ca

கனடா தடுப்புமருந்து
inmunize.ca

கனடா தாய்மை மற்றும் மகளிர் மருத்துவர்கள் சமாசம்
sogc.org
hpvinfo.ca

நீங்கள் மற்ற கீழ்க்கண்ட இலவச ஆதாரங்களை **Canada.ca/vaccines** என்ற இணைய தளத்தில் இருந்து வேண்டலாம்:

Not Just For Kids. An Adult Guide to Vaccination

Teens, meet *Vaccines*

உங்கள் குழந்தையின் தடுப்பூசிகள் சரிபார்ப்புப்பட்டியல்

- ☐ **உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்பாளரைச் சந்திக்க நாளும் நேரமும் குறிக்கவும்.** பிள்ளை பிறந்த வேளையில் தடுப்புமருந்து கொடுப்பது தொடங்கலாம். அல்லது இரண்டு மாதங்கள் கழித்து தொடங்குவது உறுதி. உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்பாளர் உங்கள் பிள்ளைக்குரிய தடுப்புமருந்துக் கால அட்டவணை ஒன்றை உங்களிடம் தருவார்.
- ☐ **உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புமருந்துப் பதிவேட்டைக் கொண்டுசெல்லவும்.** உங்கள் முதலாவது சந்திப்பில் அதை நீங்கள் பெற்றுக்கொள்வீர்கள்.
- ☐ **அடுத்த சந்திப்புக்கு நாளும் நேரமும் குறிக்கவும்.** உங்கள் சுகாதாரப் பராமரிப்பாளரிடம் விடை பெறும் முன்னர் உங்கள் பிள்ளைக்கு அடுத்தமுறை தடுப்புமருந்து கொடுக்க நாளும் நேரமும் குறிக்கவும்.
- ☐ **அடுத்த திகதியை உங்கள் அலைபேசியில் அல்லது வீட்டு நாட்காட்டியில் குறித்து வைக்கவும்.** அதை மறக்காமல் இயன்றளவு விரைவாகச் செய்யவும்.

உங்கள் பிள்ளையின் தடுப்புமருந்துப் பதிவேட்டை வேண்டிய வேளையில் எடுக்கத்தக்கதாக ஒரு பத்திரமான இடத்தில் வைத்திருக்கவும்.

தடுப்புமருந்து கொடுப்பது என்பது உங்கள் பிள்ளைகளின் வழமையான பராமரிப்பி ல் ஓர் அங்கம் என்பதை நினைவில் வைத்திருக்கவும். அவர்களின் உடல்நல த்தைப் பேணுவதற்கு, உரிய அட்டவணைப்படி தடுப்புமருந்து கொடுத்து வருவது முக்கியம்.

canada.ca/vaccines

canada.ca/vaccins