

বুকেরদুধ খাওয়ানো এবং কোভিড -১৯ ভ্যাকসিন: আপনারএবং আপনার শিশুর সুরক্ষার জন্য ভ্যাকসিন নেওয়ারবিবেচনা করুন

শিশুসহযে কেউ কোভিড-১৯ এ আক্রান্তহতে পারে। এমনকি শিশুরাও কোভিড-১৯ এ এতটাইঅসুস্থ হয়ে পড়তে পারে যে তাদের হাসপাতালেযেতে হতে পারে।



আপনারএবং আপনার শিশুর সুরক্ষার জন্য কোভিড ভ্যাকসিন নেওয়া সবচেয়ে ভাল কাজ।

আমি কীভাবে কোভিড-১৯ ভ্যাকসিন সম্পর্কে আরও জানতে পারি?

→ সিডিসি এর ওয়েবসাইটেকোভিড-১৯ ভ্যাকসিন সম্পর্কেআরও জানতে, এখানে স্বাগন করতে আপনার স্মার্টফোনটি ব্যবহার করুন:



[cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/different-vaccines/overview-COVID-19-vaccines.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/different-vaccines/overview-COVID-19-vaccines.html)

→ অথবা, আপনার ডাক্তার, ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন বা আপনি যেখানেইস্বাস্থ্যসেবা পান সেখানে জিজ্ঞাসা করুন।



আপনি CDC-এর ব্রিজ অ্যাক্সেস প্রোগ্রামের (Bridge Access Program) এর মাধ্যমে বিনা খরচে একটি COVID-19 ভ্যাকসিন পেতে পারেন কিনা তা জানতে আমাদের ওয়েবসাইট দেখুন।

bit.ly/3QMEI8B



→ কেনভ্যাকসিন নেবেন?

আপনিযখন গর্ভবতী হন, তখন আপনারগুরুতর কোভিড অসুস্থতার সম্ভাবনা বেশি থাকে, যখনআপনি এত অসুস্থ হয়ে পড়েন যে তখনআপনার হাসপাতালে যাওয়ার মত অবস্থা তৈরি হয়। ভ্যাকসিনটি আপনার কোভিড হওয়ার সম্ভাবনা কম করে তোলে এবং এটি বৈশিষ্ট্য আপনার শিশুর মধ্যে ছড়িয়ে দেয়। এবং, আপনি ভ্যাকসিন থেকে আপনার রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা আপনার শিশুর কাছে পৌঁছে দিতে পারেন:

- আপনি গর্ভবতী হলে প্লাসেন্টার মাধ্যমে
- আপনার বুকের দুধের মাধ্যমে, যদি আপনি বুকের দুধ পান করান

→ কীভাবেবুকের দুধ খাওয়ানো আমার শিশুকে কোভিড থেকে রক্ষা করে?

- 1 ভ্যাকসিন আপনার শরীরকে কোভিড ভাইরাস শনাক্ত করতে এবং লড়াই করতে শেখায়। আপনার ইমিউন সিস্টেম অ্যান্টিবডি তৈরি করে যা কোভিড ভাইরাসের বিরুদ্ধে লড়াই করে
- 2 বুকের দুধের মাধ্যমে আপনি আপনার শিশুর মধ্যে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা পৌঁছে দেন। টিকা নেওয়ার ১-২ সপ্তাহ পরে আপনার কোভিড-বিরোধী অ্যান্টিবডিগুলি আপনার বুকের দুধে প্রবেশ করতে শুরু করে।
- 3 আপনার শিশুর মধ্যে কোভিড-১৯ এর বিরুদ্ধেকিছু রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা গড়ে ওঠে। আপনার বুকের দুধের অ্যান্টিবডিগুলি আপনার শিশুকে কোভিড ভাইরাসের বিরুদ্ধে লড়াই করতে সহায়তা করতে পারে। এটি আপনার শিশুর খুব অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা হ্রাস করতে সহায়তা করতে পারে।কোভিড ভাইরাসের বিরুদ্ধে লড়াই করতে সহায়তা করতে পারে। এটি আপনার শিশুর খুব অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা হ্রাস করতে সহায়তা করতে পারে।

→ আমারকখন ভ্যাকসিন নেওয়া উচিত?

যততড়াতাড়ি সম্ভব ভ্যাকসিন নিন। কোভিড ভ্যাকসিননেওয়া নিরাপদ:

- আপনিগর্ভবতী থাকাকালীন – আপনার শিশু আপনার ভ্যাকসিনথেকে সুরক্ষা পাবে
- আপনার শিশুর জন্মের পরে – আপনি যদি বুকের দুধ পান করান তবে আপনার শিশু বুকের দুধ থেকে সুরক্ষা পাবে