अप्रिल 2021 संस्करण

खोपको समय तालिका

आफ्ना बालबच्चाहरूलाई VPD (भ्याक्सिनबाट रोक्न सकिने बिमारी) बाट जोगाउनका लागि, लगाउन मिल्ने समय भएपछि सकेसम्म सबैभन्दा राम्रो टाइमिङमा, नबिर्सिकन खोप लगाउनु महत्वपूर्ण हुन्छ। यो, KNOW*VPD, बालबालिका जोगाउने NPO संस्थाले सक्दो चाँडो प्रतिरक्षा शक्ति वृद्धि गराउनको लागि प्रस्ताव गरेको समयतालिका हो। बालबच्चाहरूलाई खोप लगाउने सम्बन्धमा, क्षेत्रानुसारको खोप लगाउने विधि या VPD को फैलिन सक्ने परिस्थिति अनुरूप, नियमित-डाक्टरसँग परामर्श गरेर मात्र समयतालिका तयार गरौं।

भ्याक्सिनको नाम			लगाइसकेको ☑	समय तालिका (0 वर्ष, 1–11 महिना, 1 वर्ष, 1–11 महिना, 2 वर्ष, 3 वर्ष, 4 वर्ष, 5 वर्ष, 6 वर्ष, 7 वर्ष, 8, 9, 10, 11, 12, 13 वर्ष उमेर पुगेको)
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	हेपाटाइटिस B (मातृशिशु बीचको सङ्क्रमण रोकथाम बाहेक)	नियमित	☐☐☐	①②→ ←③→ 1 वर्ष पुग्नु अघि सम्ममा 3 पटक लगाउने। तेस्रो पटक लगाउँदा दोस्रो पटक लगाएको समयबाट 4-5 महिनाको फरक राखेर लगाउने। 1 वर्ष नाघिसकेपछि पनि लगाउन बाँकी भएको खण्डमा, सकेसम्म चाँडो लगाउनु हुन सल्लाह दिन्छौं। (ऐच्छिक खोप)
कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिन	रोटाभाइरस (पिउने भ्याक्सिन)	नियमित	रोटारिक्स ☐☐ रोटाटेक ☐☐☐	1 2 ③→ रोटाभाइरस भ्याक्सिन भित्र, रोटारिक्स (दुई चोटि लगाउने) भ्याक्सिन र रोटाटेक (तीन चोटि लगाउने) भ्याक्सिन हुन्छन्। ढिलोमा पनि जन्मे पश्चात् 14 हप्ता 6 दिन सम्ममा लगाउन सुरु गरेर, ती हरेक खोपको लगाउनु पर्ने पटक सङ्ख्या पुरा गरेर लगाउने।
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	हेमोफिलस इन्फ्लुएन्जा टाइप बी	नियमित	☐☐☐☐	①②③→ ←④→
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	पेडियाट्रिक निउमोकोक्कल निमोनिया	नियमित	☐☐☐☐	①②③→ ←④→
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	चार प्रकार मिश्रित खोप (DPT-IPV) तीन प्रकार मिश्रित खोप, पोलियो	नियमित	☐☐☐☐	①②③→ ←④→ ←⑤→ ①
कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिन	BCG (बि सी जी)	नियमित	☐	①→
कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिन	MR (दादुरा र रूबेलाको मिश्रित खोप)	नियमित	☐☐	①→ ←②→ किन्डरगार्टेन, नर्सरी स्कुलको उमेर (5 देखि 6 वर्ष) पुगेपछिको अप्रिल देखि जुनको लागि सिफारिश गर्दछौं
कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिन	ठेउला	नियमित	☐☐	①→ ←②→
कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिन	हाँडे	ऐच्छिक	☐☐	①→ ←②→ कहिल्यै पनि नलिएको व्यक्तिले 2 पटक लिऔं (*)
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	जापानीज इन्सेफलाइटिस्	नियमित	☐☐☐☐	सामान्यतया 3 वर्षको भए देखि लगाउने गरिन्छ तर, जन्मेको 6 महिना देखि पनि लगाउन सकिन्छ। ①②③→ ④ 9 वर्षको उमेरमा थप खोप लगाउने (खोप लगाउने दायराको उमेर 9-12 वर्षका)
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	इन्फ्लुएन्जा	ऐच्छिक	प्रत्येक शरद	प्रत्येक वर्ष, अक्टोबर देखि नोभेम्बर तिर लगाऔं।
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	HPV (ह्युमन पापिलोमा भाइरस)	नियमित	☐☐☐	स्वैच्छिक खोप कार्यक्रमको एक भागको रूपमा केटीहरूले 9-भ्यालेन्ट खोप लिन सक्दछन् भने केटाहरूले 4-भ्यालेन्ट खोप लिन सक्छन् । प्राथमिक स्कुल तहको छैठौं वर्ष भएपछि लगाऔं। (नियमित खोपको दायरामा पर्ने प्राथमिक तह छैठौं वर्षका देखि उच्च माध्यमिक तह पहिलो वर्षका केटी)
कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन	नाइसेरिया मेनिन्जिटिडिस	ऐच्छिक	☐	2 वर्ष उमेरको भए देखि लगाउन सकिन्छ। विदेशमा अध्ययन गर्ने या होस्टेलमा बस्ने व्यक्तिलाई लगाउन सिफारिश गरिएको छ।
	ट्राभल भ्याक्सिन		☐	विदेश भ्रमणमा जाँदा माथि उल्लिखितका अलावा, जण्डिस, हेपाटाइटिस A, रेबिज आदिका भ्याक्सिनहरू लगाउनु पर्ने हुनसक्छ। भ्रमणमा जाने पक्का भएपछि, सक्दो चाँडो खोप लगाउनको लागि ट्राभल क्लिनिकहरूबाट परामर्श लिऔं।

रोटाभाइरस/हेमोफिलस इन्फ्लुएन्जा टाइप बी/पेडियाट्रिक निउमोकोक्कल निमोनिया/चार प्रकारका मिश्रित खोपको लगाउन आवश्यक-सङ्ख्या सक्दो चाँडो पुरा गर्नका लागि, एकै समयमा लगाउनु महत्वपूर्ण रहन्छ।

पहिलो वर्षको जम्मदिन आउँदा त्यही एकै समयमा लगाऔं। हेमोफिलस इन्फ्लुएन्जा टाइप बी/ पेडियाट्रिक निउमोकोक्कल निमोनिया/ चार प्रकारका मिश्रित खोप/ MR/ ठेउला/ हाँडे गरी 6 ओटा खोप एकै समयमा लगाउन सकिन्छ।

लहरे खोकीको सङ्क्रमण रोकथाम गर्ने उद्देश्यले तीन प्रकारका मिश्रित भ्याक्सिन एक पटक लगाउने। (ऐच्छिक खोप) WHO ले पनि यस समयको थप खोप लगाउन सिफारिश गरेको छ।

दुई प्रकारका मिश्रित खोप (DT): 11 वर्षमा थप खोप लगाउने (खोप लगाउने उमेर 11-12 वर्षका बालबालिका)

विदेशमा भने सामान्यतया 4 वर्ष नाघेपछि पोलियो भ्याक्सिन लगाइन्छ। (ऐच्छिक खोप)

विदेशमा भने सामान्यतया तीन प्रकारका मिश्रित भ्याक्सिन लगाइन्छ। (ऐच्छिक खोप)

कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन — कीटाणु निष्क्रिय भ्याक्सिन

कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिन — कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिन

एकै समयमा लगाउने: एकै समयमा धेरै सङ्ख्याको भ्याक्सिन लगाउन सकिन्छ। सुरक्षाको दृष्टिकोणबाट पनि सिङ्गल भ्याक्सिन लगाएको अवस्थासँग फरक हुँदैन। सरकार तथा जापान बालबालिका सम्बन्धी अध्ययन समाजले समेत दुधे बालकलाई खोप लगाउँदा तिघ्रा (तिघ्राको तल्लो अगाडिको भाग) मा भनि सिफारिश गरेको छ। विस्तृतमा नियमित-डाक्टरसँग परामर्श गर्नुहोला।

नियमित — तोकिएको समयावधि भित्र लगाएको खण्डमा सिद्धान्तत: निशुल्क (सरकारी खर्चमा)।

ऐच्छिक — धेरैजसो सशुल्क (स्वयंले खर्च गर्नुपर्ने)। स्थानीय स्वायत्त निकाय अनुसार सरकारी अनुदान रहेको ठाउँ पनि छ। ऐच्छिक रूपमा लगाउने भ्याक्सिनको आवश्यकता पनि नियमित लगाउने भ्याक्सिनसँग केही फरक पर्दैन ।

नियमित खोपको दायरामा पर्ने व्यक्तिको उमेर

ऐच्छिक खोपहरू लगाउन सक्ने व्यक्तिको उमेर

←○→ खोप लगाउन सिफारिश समय (अङ्कले, खोपको पटक सङ्ख्यालाई जनाउँछ)

←○→ (बिन्दुयुक्त) संलग्न कागजातमा उल्लेख नगरिएको खोप सिफारिश समय

(*) संलग्न कागजातमा उल्लेख छैन तर, खोप लगाउनु हुन सिफारिश

● फरक-फरक सुईवाला कीटाणु सक्रिय भ्याक्सिनहरू लगाउँदाको अन्तराल, कम्तीमा पनि 4 हप्ताको हुनुपर्छ (4 हप्ता पछिको सोही बारदेखि खोप लगाउन

विस्तृत जानकारीको लागि http://www.know-vpd.jp/ VPD सर्च गर्ने

सन् 2020 जुलाईमा तयार पारिएको

KNOW*VPD, बालबालिका जोगाउने NPO संस्था