

## ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಗಳು

ಕೆಲವು ರೋಗಗಳು ಮಾರಣಾಂತಿಕವಾಗಿವೆ. ಉದಾ: ನಾಯಿ ಕಚ್ಚಿದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ರೇಬೀಸ್, ಡಿಪ್ಟೀರಿಯಾ ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಲಸಿಕೆಗಳು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ಹುಟ್ಟಿದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ತಾಯಿಯ ಹಾಲಿನಿಂದ ಶಿಶುವಿಗೆ ಲಭ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ರೋಗ ಉಂಟಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಲಸಿಕೆಗಳು ಅಗತ್ಯ. ರೋಗದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಲು ಲಸಿಕೆಗಳು ಅಗ್ಗದ ವಿಧಾನವಾಗಿವೆ. ಜೀವಂತ ಅಥವಾ ನಿಶ್ಚಕ್ರಗೊಳಿಸಿದ ರೋಗಾಣುವನ್ನು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿದಾಗ, ದೇಹದಲ್ಲಿ ಆ ರೋಗಾಣುವಿನ ವಿರುದ್ಧ ಆಂಟಿಬಾಡೀಸ್ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಿ ರೋಗಾಣುವಿನೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡಿ, ರೋಗ ಬಾರದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಲಸಿಕಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸಿದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಹಾಕುವ ಲಸಿಕೆಗಳು ಇಡೀ ಸಮಾಜದ ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ಲಸಿಕಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು (ಆಂಟಿಬಾಡೀಸ್) ಪ್ರಥಮ ಅಥವಾ ಆರಂಭಿಕ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆರಂಭಿಕ ಸಮಯದ ನಂತರ ಈ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳಿಂದ ತಯಾರಾದ ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿ ಅಲ್ಪಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಅಗತ್ಯತೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಬೂಸ್ಟರ್ ಡೋಸ್ (ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು / ಹನಿಗಳು) ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಏಕೆ ಲಸಿಕೆಗಳು ? ಮಕ್ಕಳು ಭೀಕರ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾರಣ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಆಂಟಿಬಾಡೀಸ್ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಲಸಿಕೆಗಳು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಆಂಟಿಬಾಡಿ ತಯಾರಿಕೆಗೆ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ವ್ಯಕ್ತಿ ರೋಗದಿಂದ ನರಳದೇ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಿಗದಿತ ದಿನದಂದು ತಪ್ಪದೇ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಎಂದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆಯೋ, ಅಂದು ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಬಹುದು.

ಮಗುವಿಗೆ ಕೆಮ್ಮು-ಜ್ವರ ಇದ್ದರೂ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಬಹುದು. ಒಂದು ವರ್ಷದೊಳಗೆ ಎಲ್ಲ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಲಸಿಕೆಗಳಿಂದ ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳಾಗಬಹುದು. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸದೆ ಬಿಡಬೇಡಿ. ತೊಂದರೆಗಳಾದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಅವರು ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ರೋಗಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಕೃತಕ ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ? ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗ ಉಂಟಾದಾಗ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ರೋಗಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ರೋಗದಿಂದ ಸಾವೂ, ಊನತೆಯೂ ಆಗಬಹುದು. ಲಸಿಕೆಯಿಂದ ರೋಗ ಪ್ರತಿ ಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಅಪಾಯವೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ರೋಗ ಉಂಟಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೃತಕ ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಲಸಿಕೆಯ ಉಪಯೋಗ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷ ಹಾಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಲಸಿಕೆ ಪಡೆದರೂ, ರೋಗ ಉಂಟಾಗಬಹುದು ಆದರೆ ರೋಗದ ಭೀಕರತೆ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಲಸಿಕೆ ಕೊಡಲು ಸ್ವಲ್ಪ ತಡವಾದರೆ ಎಲ್ಲ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಕೊಡಿಸಬೇಕೆಂಬ ನಿಯಮವಿಲ್ಲ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ. ಲಸಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

### ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಲೇಬಾರದ ಸಂದರ್ಭಗಳು

- \* ಹೆಚ್ಚು ಜ್ವರ ಇದ್ದರೆ (102<sup>o</sup>ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು)
- \* ಹಿಂದಿನ ಬಾರಿ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿದಾಗ ತೀವ್ರತರವಾದ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳಾಗಿದ್ದರೆ



- \* ಮೆದುಳಿನ ರೋಗ, ಅಪಸ್ವರವಿದ್ದರೆ
- \* ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ
- \* ದೇಹದ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ (ಅಂಗ ಕಸಿ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಕೊಡುವ ಔಷಧಿ)
- \* ಸ್ವೀರಾಯ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೆ

### ಲಸಿಕೆ ನೀಡುವ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ

#### ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ

ಗರ್ಭವತಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗನೆ  
ಟೆಟನಸ್ - 1 ಹಾಕಿಸಬೇಕು. ಹಾಕಿಸಿದ ಒಂದು  
ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಟೆಟನಸ್-2 ಹಾಕಿಸಿ.  
ಮೂರು ವರ್ಷದೊಳಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದರೆ ಒಂದು  
ಬೂಸ್ಟರ್ ಟೆಟನಸ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಹಾಕಿಸಿ.

#### ಮಗುವಿಗೆ

ಅವಧಿ	ಲಸಿಕೆ	ಯಾವ ರೋಗಕ್ಕೆ
ಹುಟ್ಟಿದ ಕೂಡಲೇ	'0' ಪೋಲಿಯೋ ಡಿ.ಪಿ.ಪಿ. ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್-ಬಿ ಹುಟ್ಟಿದ ದಿನಾಂಕ	ಕ್ಷಯ ರೋಗ, ಪೋಲಿಯೋ ಮತ್ತು ಕಾಮಾಲೆ
1½ ತಿಂಗಳು	ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ-1, ಪೋಲಿಯೋ-1 ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್-ಬಿ-1	ನಾಯಕಿಮ್ಯೂ, ಗಂಟಲುಮಾರಿ, ಧನುರ್ವಾಯು, ಪೋಲಿಯೋ ಮತ್ತು ಕಾಮಾಲೆ
2½ ತಿಂಗಳು	ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ-2, ಪೋಲಿಯೋ-2 ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್-ಬಿ-2	ನಾಯಕಿಮ್ಯೂ, ಗಂಟಲುಮಾರಿ, ಧನುರ್ವಾಯು, ಪೋಲಿಯೋ ಮತ್ತು ಕಾಮಾಲೆ
3½ ತಿಂಗಳು	ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ-3, ಪೋಲಿಯೋ-3 ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್-ಬಿ-3	ನಾಯಕಿಮ್ಯೂ, ಗಂಟಲುಮಾರಿ, ಧನುರ್ವಾಯು, ಪೋಲಿಯೋ ಮತ್ತು ಕಾಮಾಲೆ
9 ತಿಂಗಳೊಳಗೆ	ಮೀಸಲ್ಸ್ ಮತ್ತು ವಿಟಮಿನ್ ಎ	ದಡಾರ ಮತ್ತು 'ಎ' ಅನ್ನಾಂಗ ಕೊರತೆ ತಪ್ಪಿಸಲು
16 ರಿಂದ 24 ತಿಂಗಳೊಳಗೆ	ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ ಮತ್ತು ಬಲವರ್ಧಕ ಲಸಿಕೆ ಪೋಲಿಯೋ-ಬಲವರ್ಧಕ ಲಸಿಕೆ	ನಾಯಕಿಮ್ಯೂ, ಗಂಟಲು ಮಾರಿ, ಧನುರ್ವಾಯು, ಪೋಲಿಯೋ
5 ರಿಂದ 6 ವರ್ಷ	ಡಿ ಆಂಡ್ ಟಿ ಮಾತ್ರ	ಧನುರ್ವಾಯು ಮತ್ತು ಗಂಟಲು ಮಾರಿ
10ರಿಂದ 16 ವರ್ಷ	ಟಿ.ಟಿ	ಧನುರ್ವಾಯು

\* ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲದ ಹೆರಿಗೆಗಳಿಗೆ

(ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ ಲಸಿಕಾ ಪಟ್ಟಿ)

**ಬಿ.ಸಿ.ಡಿ. :** ಇದನ್ನು ಕ್ಷಯ ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸುರಕ್ಷಿತ ಲಸಿಕೆ. ಇದು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಭಯಾನಕ ಮೆದುಳಿನ ಕ್ಷಯರೋಗವನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ. ಮಗುವಿಗೆ ಮೆದುಳಿನ ಕ್ಷಯರೋಗ, ಮನೆಯ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಇತರರ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ.

ಬಿಸಿಜಿ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ಮಗುವಿನ ಎಡಭುಜದ ಹೊರಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಮೂರುವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ಗಂಟಿನಂತಹ ಉಬ್ಬು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಕ್ರಮೇಣ ದೊಡ್ಡದಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಆರರಿಂದ ಹನ್ನೆರಡು ವಾರದೊಳಗೆ ಚಿಕ್ಕ ಗುಳ್ಳೆಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಗುಳ್ಳೆಯಿಂದ ನೀರು ಪಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಸ್ಪಿರ್ಟ್‌ನಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಪಟ್ಟಿ (BANDAGE) ಹಾಕಿ, ಈ ಗುಳ್ಳೆ ಎರಡರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳೊಳಗೆ ಒಣಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಗಾಯದ ಗುರುತು (SCAR) ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಈ ಗುರುತು ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳವರೆಗೂ ಇರಬಹುದು.

ಬಿಸಿಜಿಯೊಂದಿಗೆ ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಡಿಪಿಟಿ ಪೋಲಿಯೋ ಹನಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಬಹುದು.

#### ಪೋಲಿಯೋ ಲಸಿಕೆ (POLIO)

ಹನಿರೂಪದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿಗೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಅಥವಾ ಐದು ಬಾರಿ ಪೋಲಿಯೋ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುವುದು. ತೀವ್ರತರ ಬೇಧಿ ಹಾಗೂ ಜ್ವರ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಈ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕುವುದನ್ನು ಮುಂದೂಡಬೇಕು.



ಈ ಪೋಲಿಯೋ ಹನಿಯನ್ನು ಹಾಕುವ ಇನ್ನೊಂದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವೇ ಪಲ್ಸ್ ಪೋಲಿಯೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಡಿಯಲ್ಲಿ ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಎರಡುಬಾರಿ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಕಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧಾನದಿಂದ ಅಪಾಯಕಾರಿ ವೈರಸ್ ನಿರ್ಮೂಲನೆ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ. ಬ್ರೈಯಲ್, ಕ್ಯೂಬಾ, ಇಸ್ರೇಲಿನಲ್ಲಿ ಪೋಲಿಯೋ ರೋಗ ಈಗಾಗಲೇ ನಿರ್ಮೂಲನೆಯಾಗಿದೆ.

ಎದೆ ಹಾಲು ಕುಡಿಸಿದ ನಂತರವೂ ಈ ಹನಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಬಹುದು. ದಡಾರದಿಂದ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡ ಮಗುವಿಗೆ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಈ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಬಹುದು.

ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಪೋಲಿಯೋ ಹನಿಗಳ ( ಸೇಬಿನ್ ಟ್ರೈವ್ಯಾಲೆಂಟ್ ಓರಲ್ ಪೋಲಿಯೋ) ಬದಲು ಇನ್‌ಆಕ್ಟಿವೇಟೆಡ್ ಪೋಲಿಯೋ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು. ಇದು ಹನಿರೂಪದ ಪೋಲಿಯೋ ಲಸಿಕೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ ಆದರೆ ದುಬಾರಿ.

### ಟ್ರಿಪಲ್ ಆಂಟಿಜನ್ (ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ) ಮತ್ತು ಹೆಪಟೈಟಿಸ್-ಬಿ

ಡಿಪ್ಟೀರಿಯಾ, ಪರ್ಟುಸಿಸ್ (ನಾಯಿ ಕೆಮ್ಮು ರೋಗ) ಟೆಟನಸ್ (ಧನುರ್ವಾಯು) ರೋಗಗಳನ್ನು ಹತೋಟಿಗೆ ತರುವ ಸಲುವಾಗಿ ಡಿ.ಪಿ.ಟಿ. ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ಮೂರು ಬಾರಿ ಪೋಲಿಯೋ ಹನಿ ಕೊಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಅಂದರೆ 1½, 2½, 3½ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದು.

ಒಂದು ವರ್ಷದ ನಂತರ ಅಂದರೆ 16-24 ತಿಂಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೂಸ್ಟರ್ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಯಾವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನರರೋಗ ತೊಂದರೆ ಇರುತ್ತದೆಯೋ ಅವರಿಗೆ ಟ್ರಿಪಲ್ ಆಂಟಿಜನ್ ಬದಲು ಡ್ಯೂಯಲ್ ಆಂಟಿಜನ್ (ಡಿಪ್ಟೀರಿಯಾ, ಟೆಟನಸ್) ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ಡಿಪಿಟಿ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದಿನಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ನೋವು ಹಾಗೂ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಟ್ಟ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಬಾವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು 24 ಗಂಟೆಗಳೊಳಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಕೊಟ್ಟ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಗಂಟು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಅಪಸ್ಮಾರ, ಆಫಾತ ಹಾಗೂ ಮೆದುಳು ಜ್ವರ ಕಂಡುಬರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ವಿರಳ.

**ಹೆಪಟೈಟಿಸ್-ಬಿ :** ಇದನ್ನು 1½, 2½ ಮತ್ತು 3½ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಪಟೈಟಿಸ್-ಬಿ ಲಸಿಕೆ ಮಗುವಿಗೆ ರಕ್ತದಿಂದ ಮತ್ತು ದೇಹದ ದ್ರವಗಳಿಂದ ಹರಡುವ ಕಾಮಾಲೆ (ಜಾಂಡೀಸ್) ರೋಗ ಬರದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತದೆ.

### ದಡಾರ

ದಡಾರ ಹತೋಟಿಗೆ 9ನೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಮೀಸಲ್ಸ್ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಹಾಕಿದ ಏಳು ದಿನದಿಂದ ಹತ್ತು ದಿನದ ನಂತರ ಜ್ವರ, ನೆಗಡಿ ಕಂಡುಬರಬಹುದು.

ಲಸಿಕೆಗಳು ಮಗುವಿನ ಜೀವ ಕಾಪಾಡುವ ಸಾಧನಗಳು. ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ ಆದೇಶಿಸುವ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಹಾಕಿಸಬೇಕು. ಅದನ್ನು ಸರ್ಕಾರಿ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ಕೊಡುವರು. ಲಸಿಕೆಗಳಿಂದ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳಾಗುತ್ತವೆಂದು ಹೆದರಿ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ.



## ಮಾನ್ಯತೆ ಪಡೆದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ (ASHA-Accredited Social Health Activist)

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನದ ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ರೂಪಿಸಿದ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳಾದ ಶಿಶು ಮರಣ ಮತ್ತು ತಾಯಂದಿರ ಮರಣ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ತಗ್ಗಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ವರ್ಧಕ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಕೊಂಡಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ASHA ಆರಂಭದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತಂದಿದೆ.

ಉಪಕೇಂದ್ರಗಳು ನಿರೀಕ್ಷೆಗೆ ಮೀರಿದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ್ದರಿಂದ, ಕೆ.ಮ.ಆ.ಸ.ಯರ ಕೆಲಸ ಹೆಚ್ಚಾಗಿತ್ತು. ಆದ್ದರಿಂದ ASHAದ ಮೂಲಕ ಕುಟುಂಬದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು NRHMನ ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಯಿತು.

- ASHA (ಆಶಾ) ಸಮುದಾಯದ ನಡುವೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ಇರುವ ಒಬ್ಬ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ
- ಪ್ರತಿ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಸಾವಿರ ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಒಬ್ಬ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ (ASHA) ಇರುತ್ತಾರೆ.
- ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯನ್ನು ಗ್ರಾಮಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ
- ಗ್ರಾಮದಲ್ಲೇ ವಾಸವಾಗಿರುವ ಕನಿಷ್ಠ 8ನೇ ತರಗತಿವರೆಗೆ ಓದಿದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ (ಮದುವೆಯಾದ/ ವಿಧವೆ/ವಿಚ್ಛೇದಿತ 25-45 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ) ಒಬ್ಬರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ASHA ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯ್ತಿಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರಳಾಗಿರುತ್ತಾಳೆ.
- ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯು ಅಂಗನವಾಡಿ ಕೇಂದ್ರದ ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾಳೆ.
- ಆಶಾಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಧನವನ್ನು (Incentive) ಪಡೆಯುವ ಸ್ವಯಂಸೇವಕಿಯಾಗಿದ್ದು ಅವಳ ಕೆಲಸದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಧನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಅವಳ ಸೇವೆ ಉಚಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ಗರ್ಭಿಣಿಯರ, ಹೆರಿಗೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಬಗ್ಗೆ, ಹಾಗೂ ಹೆರಿಗೆಯ ನಂತರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಜಾಗೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಗೆ ತರಬೇತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

### ಕರ್ತವ್ಯ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

ಆಶಾ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಲು ಜವಾಬ್ದಾರಳಾಗಿರುತ್ತಾಳೆ.

- ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ, ಅವರನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಿ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಹೆಂಗಸರ ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಬಡ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಬಿಪಿಎಲ್ ಕಾರ್ಡ್ ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯಮಾಡುವುದು.
- ಹೆರಿಗೆಯ ತಯಾರಿ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆ, ಎದೆ ಹಾಲು ಕುಡಿಸುವುದು, ಗರ್ಭ ನಿರೋಧಕಗಳ ಬಳಕೆ RTI/ STI ಮತ್ತು ಶಿಶುಪಾಲನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಹಿಳೆಯರ ಜೊತೆ ಸಮಾಲೋಚಿಸುವುದು.
- ಗರ್ಭಿಣಿಯರನ್ನು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಮೀಪದ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ದಾಖಲಿಸುವ / ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು.



- ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಲಸಿಕೆಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು.
- ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಔಷಧಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದು.
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ AYUSH ಮತ್ತು ಆಲೋಪತಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಔಷಧಿಯ ಕಿಟ್‌ನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.
- ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು.
- ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಸಮಿತಿಯ ಮುಖಂಡತ್ವದಲ್ಲಿ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ, ಕೆ.ಮ.ಆ.ಸ. ಮತ್ತು ಸ್ವಸಹಾಯ ಗುಂಪುಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಯೋಜನೆ ತಯಾರಿಸಿ ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.
- ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ಮತ್ತು ಕೆ.ಮ.ಆ.ಸ.ಗಳ ಜೊತೆ ತಿಂಗಳಿಗೆ ಎರಡು ಬಾರಿ 'ಆರೋಗ್ಯ ದಿನ'ವನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದು.
- ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ವಿತರಿಸುವ ಅಗತ್ಯ ಸೇವೆಗಳಾದ IFA, OCP, ಗರ್ಭನಿರೋಧಕಗಳು, ORS, DDK ಗಳಿಗೆ ಆಶಾ ಕೈಜೋಡಿಸಬೇಕು.

### ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಗೆ ನೀಡುವ ಉತ್ತೇಜಕ ಭತ್ಯೆಗಳು

ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಗೆ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಳ ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಅವರು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಉತ್ತೇಜಕ ಭತ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವು ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತಿವೆ.

1. ಗರ್ಭಿಣಿಯ ದಾಖಲಾತಿ, 12 ವಾರಗಳಲ್ಲಿ - 50 ರೂಪಾಯಿಗಳು.
2. 100 ಕಬ್ಬಿಣ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ನೀಡಿದರೆ - 50ರೂ
3. ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಹೆರಿಗೆಗೆ - 50ರೂ
4. ಸಂಪೂರ್ಣ ಲಸಿಕೆಗಾಗಿ - 100ರೂ
5. ಲಸಿಕೆಯಿಂದಾಗುವ ಅಡ್ಡಪರಿಣಾಮವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ - 25ರೂ
6. ಕಡಿಮೆ ತೂಕದ ಶಿಶು ಜನನ ವರದಿ - 50ರೂ
7. ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಹೆರಿಗೆಗಾಗಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯಲು - 250ರೂ
8. ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಹೆರಿಗೆಗಾಗಿ ಸಾರಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕಲ್ಪಿಸಲು ಮತ್ತು ಜೊತೆಯಿರಲು - 250ರೂ
9. ಸಾಂಸ್ಥಿಕ ಹೆರಿಗೆ ಸಲುವಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯೊಂದಿಗಿರಲು - 150ರೂ
10. ತಾಯಿ ಮರಣ ವರದಿ ಮಾಡಲು - 500ರೂ
11. ಶಿಶು ಮರಣದ ವರದಿ ಮಾಡಲು - 50ರೂ
12. ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಾರಿ ಲಸಿಕಾ ಶಿಬಿರಕ್ಕೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆತಂದರೆ - 100ರೂ
13. ಪಲ್ಸ್ ಪೋಲಿಯೋ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಲು - 25ರೂ
14. ಟ್ಯೂಬೆಕ್ಯೂಮಿ ವರದಿ - 150ರೂ



15. ಕಾಪರ್-ಟಿ ಅಳವಡಿಕೆಗೆ ಮನವೊಲಿಸಿ ಅನುಸರಣೆಗೆ ಮತ್ತು ಮೂರು ಬಾರಿ ಮನೆ ಬೇಟಿ ನೀಡಲು - 50 ರೂ.
16. ಮಲೇರಿಯಾ, ಪೈಲೇರಿಯಾ, ಡೆಂಗ್ಯು ಮುಂತಾದ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಯುವ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು - 100ರೂ
17. ಕುಷ್ಠರೋಗ ಮಲ್ಟಿಬ್ಯಾಸಿಲರಿ ಉಪಚಾರಕ್ಕಾಗಿ - 300ರೂ
18. ಕುಷ್ಠರೋಗ ಪ್ಯಾಸಿಬ್ಯಾಸಿಲರಿ ಉಪಚಾರಕ್ಕಾಗಿ - 200ರೂ
19. ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ನಿಯಂತ್ರಣ ಚಟುವಟಿಕೆ - 100ರೂ

ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯು ಪದನಿಮಿತ್ತ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಯಾಗಿ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಸಮಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ಆಶಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ಸಮುದಾಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಬೇಕು ಹಾಗೆಯೇ ಲಸಿಕಾಕಾರ್ಡ್‌ಗಳ ವಿವರವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು, ಕಿ.ಮ.ಆ.ಸ. ಜೊತೆಗೂಡಿ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಅಂಗನವಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡು ಆರೋಗ್ಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸಬೇಕು.

