मुझे टीका कहाँ लग सकता है?

आप अपने “खुद के” स्वास्थ्य केंद्र में या जहाँ आप रहते हैं वहाँ से सबसे नज़दीकी स्वास्थ्य केंद्र में टीका लगवा सकते हैं, भले ही वह “आपका” स्वास्थ्य केंद्र न हो। यह बात इस आधार के अनुरूप है कि राष्ट्रीय टीकाकरण योजना सार्वत्रिक है और पुर्तगाल में हर उस व्यक्ति के लिए है जिसे टीके लगवाने चाहिए।

Odemira में आप मुख्य स्वास्थ्य केंद्र या उसकी किसी भी शाखा में टीका लगवा सकते हैं, पर आपको हमेशा अग्रिम बुकिंग करानी होगी। आप खुद आकर या csodemira@ulsla.min-saude.pt पर ईमेल भेजकर बुकिंग करा सकते हैं।

स्रोत:

https://www.sns24.gov.pt/guia/programa-nacional-vacinacao/

https://www.dgs.pt/paginas-de-sistema/saude-de-a-a-z/programa-nacional-de-vacinacao/programa-nacional-de-vacinacao.aspx

उपयोगी संपर्क:

UCSP Odemira: 283 320 130
ULSLA: 269 818 100

ULSLA में अपॉइंटमेंट लेने के लिए: 213 189 300
csodemira@ulsla.min-saude.pt

SUB – बुनियादी आपातकालीन सेवा: 283 322 133

राष्ट्रीय आपातकालीन नंबर
112

मरीना सैंटोस **(Marina Santos)**
बच्चों और बाल नर्सिंग देखभाल की विशेषज्ञ नर्स
Odemira स्वास्थ्य केंद्र
फ़रवरी 2022

integra 3G
प्रवासियों का एकीकरण
2020-2022
- नगर योजना -
Odemira MUNICÍPIO
REPÚBLICA PORTUGUESA
ACM
ULSLA Unidade Local de Saúde do Litoral Alentejano
SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

टीकाकरण
की अहमियत

राष्ट्रीय टीकाकरण कार्यक्रम क्या है?

राष्ट्रीय टीकाकरण कार्यक्रम एक सार्वत्रिक कार्यक्रम है जो **पुर्तगाल में उपस्थित सभी लोगों के लिए मुफ़्त और उपलब्ध है।** इसे लोगों को और देश की आबादी को ऐसी बीमारियों के विरुद्ध रक्षा देने के लिए 1965 में शुरू किया गया था जिनकी सार्वजनिक और व्यक्तिगत स्वास्थ्य के लिए खतरा बनने की सबसे अधिक संभावना थी और जिनके लिए टीकाकरण से असरदार सुरक्षा मिलती है।

व्यक्ति के स्तर पर इसका लक्ष्य यह है कि टीका लगवाने वाला व्यक्ति, जिस बीमारी का टीका है उस बीमारी के विरुद्ध सुरक्षित हो जाएगा या, अगर उस बीमारी से लड़ने की पूरी ताकत हासिल न हो सकती हो तो, जब वह उस बीमारी को पैदा करने वाले संक्रामक सूक्ष्मजीव के संपर्क में आएगा तो उसे वह बीमारी हल्की तीव्रता की होगी।

पूरी आबादी के मामले में, टीकाकरण का लक्ष्य लोगों के बीच बीमारी को खत्म करना, उस पर काबू करना या उसके असर को कम-से-कम करना है। इसे हासिल करन के लिए, पूरी आबादी में टीका लगवाने वाले लोगों की संख्या ज़्यादा-से-ज़्यादा होनी चाहिए।

इस समय राष्ट्रीय टीकाकरण कार्यक्रम में कौन-कौन से टीके हैं और उन्हें किस-किस उम्र में लगवाना चाहिए?

इस समय लागू राष्ट्रीय टीकाकरण योजना (PNV 2020) में शामिल टीकों का लक्ष्य सबसे उपयुक्त उम्र में और जल्द-से-जल्द सबसे अच्छी और लंबी टिकने वाली सुरक्षा देना है।

राष्ट्रीय टीकाकरण कार्यक्रम 2020

अनुशंसित सामान्य योजना

अपडेट किया गया - अक्टूबर 2020
नॉर्म 18/2020

वैक्सीन | बीमारी	आयु जन्म	2 महीने	4 महीने	6 महीने	12 महीने	18 महीने	5 वर्षों	10 वर्षों	25 वर्षों	45 वर्षों	65 वर्षों	10/10 वर्षों
हेपेटाइटिस B	HepB 1	HepB 2		HepB 3								
हीमोफिलस इन्फ़्लुएंज़ा टाइप b		Hib 1	Hib 2	Hib 3		Hib 4						
डिप्थीरिया, टेटनस, काली खांसी		DTPa 1	DTPa 2	DTPa 3		DTPa 4	DTPa 5					
पोलियो		IPV 1	IPV 2	IPV 3		IPV 4	IPV 5					
स्ट्रैपटोकोकस निमोनिया		PCV_{13}1	PCV_{13}2		PCV_{13}3							
निसेरिया मेनिंगिटिडिस बी (a)		MenB 1	MenB 2		MenB 3							
निसेरिया मेनिंगिटिडिस सी					MenC							
खसरा कण्ठमाला का रोग रूबेला					MMR 1		MMR 2					
मानव पेपिलोमावायरस संक्रमण (b)								HPV 1,2				
टेटनस, डिप्थीरिया और पर्टुसिस (c)									Tdpa - प्रेग्नेंट औरत			
टेटनस और डिप्थीरिया (d)								Td	Td	Td	Td	Td

(a) मेनबी: 2019 I जन्म लेने वालों पर लागू
(b) एचपीवी: पुरुषों के लिए भी लागू, जन्म ≥2009I अनुसूची 0, 6 महीने
(c) टीडीपीए: केवल गर्भवती महिलाओं के लिए लागू। प्रत्येक गर्भावस्था में एक खुराक
(d) टीडी: उम्र के अनुसार, खुराक के बीच अनुशंसित अंतराल को पिछली खुराक के प्रशासन की तारीख के संदर्भ में लागू किया जाना चाहिए। 65 वर्ष की आयु से, टीकाकरण की सिफारिश की जाती है यदि टीडी की अंतिम खुराक 10 वर्ष पहले थी; निम्नलिखित खुराक हर 10 साल में प्रशासित होते हैं।

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE
SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE
DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde

या फिर, तब जब किसी कारण से अनुशंसित सामान्य समय-सारणी का पालन न हुआ हो, टीकाकरण समय-सारणियों में विलंब और/या देरी हुई हो, इससे किसी भी उम्र के बच्चों और बड़ों का पर्याप्त टीकाकरण संभव हो पाता है, पर उन टीकों को ध्यान में रखते हुए जो अब तक लग चुके हों या न लगे हों। टीकाकरण समय-सारणी को पूरा करने या अपडेट करने के हर मौके का फ़ायदा उठाना चाहिए, तब भी जब अनुशंसित उम्र निकल चुकी हो।

दूसरे देशों के लोगों को और/या जिन लोगों के टीकाकरण रिकॉर्ड अभी तक कंप्यूटर में नहीं चढ़े हैं उन लोगों को अपने निवास क्षेत्र के स्वास्थ्य केंद्र जाना चाहिए और उनके रिकॉर्ड को राष्ट्रीय टीकाकरण पंजीकरण एवं प्रबंधन मंच (नेशनल प्लेटफ़ॉर्म फ़ॉर वेक्सिनेशन रजिस्ट्रेशन एंड मैनेजमेंट, VACINAS) में चढ़ाने का अनुरोध करना चाहिए।