

# د لویانو لپاره واکسین

## د واکسین کولو لپاره تاسې هېڅکله ډېر زور نه یې!

واکسین کول د ټول ژوند پرمهال، د ژوند خوندي کولو دنده ده. خپل د روغتیا پاملرنې وړاندې کونکي یا ډاکټر دفتر څخه تر هغه وخت پورې مه ځئ چې ډاډه شوي نه یې تاسې ټول هغه واکسین کړي کومو ته چې اړتیا لرئ.

| واکسین                              | آیا تاسې ورته اړتیا لرئ؟  |
|-------------------------------------|---|
| کوویډ 19                            | هو! ټول لویان اړ دي د کوویډ 19 واکسین په وخت وکړي. خپل د روغتیا پاملرنې وړاندې کونکي سره وغږېږئ.  |
| هېپاټایټس ای (HepA)                 | شاید. تاسې دې واکسین ته اړتیا لرئ که تاسې د هېپاټایټس ای * لپاره د ځانگړي خطر عامل ولرئ یا هم یوازې وغواړئ چې د دې ناروغۍ پر وړاندې محافظت شئ. دا واکسین عموماً په 2 دوزونو کې، د 6-18 میاشتو واټن په پام کې نیولو سره ورکول کېږي.  |
| هېپاټایټس بی (HepB)                 | هو! د 60 کلونو څخه کم عمر لرونکي ټولو نا واکسین کړو لویانو ته سپارښتنه کېږي د هېپاټایټس بی واکسین 2 یا 3 دوزونو لپاره، د واکسین د براند په پام کې نیولو سره وکړي. که تاسې 60 کلن یا لدې ډېر عمر لرئ او د خطر کوم ځانگړی عامل ولرئ نو پدې صورت کې هم دې واکسین ته اړتیا لرئ. * یا هم یوازې وغواړئ چې د دې عفونیت پر وړاندې محافظت شئ. ټول لویان باید لږترلږه یوځل د وینې تېسټ له لارې د هېپاټایټس بی عفونیت لپاره معاینه شي؛ خپل د روغتیا پاملرنې وړاندې کونکي سره وغږېږئ.   |
| Hib (هايموفيلس انفلوینزا نوع بی)    | شاید. ځینې لویان چې د لوړ خطر ناروغۍ او روغتیايي حالت لري د Hib واکسین ته اړتیا لري. پدې اړه د خپل ډاکټر سره وغږېږئ چې پوهه شئ آیا تاسې دې واکسین ته اړتیا لرئ.   |
| انسانی پاپیلوما ویروس (HPV)         | هو! تاسې باید دا واکسین وکړئ که تاسې 26 کلن یا لدې کم عمر لرئ. د 27 څخه تر 45 کلونو پورې عمر لرونکي لویان هم کولی شي د خپل ډاکټر سره د غږېدو وروسته د دې واکسین کول غوره کړي. * دا واکسین عموماً 2 یا 3 دوزونو کې ورکول کېږي، د عمر په پام کې نیولو سره چې لومړی دوز کله ورکړل شوی و.   |
| انفلوینزا (فلو)                     | هو! تاسې اړ یې هر منی یا ژمی د انفلوینزا واکسین وکړئ.   |
| شری، ممپس، روبیلا (MMR)             | شاید. تاسې د MMR لږترلږه 1 دوز ته اړتیا لرئ که تاسې په 1957 کې یا لدې وروسته زېږدلي یې. تاسې ممکن دوهم دوز ته هم اړتیا ولرئ. * حامله ښځې او د شدید ضعیف معافیت سیستم لرونکي خلک باید د MMR واکسین ونکړي.  |
| مینینگوکوک ACWY (MenACWY, MenABCWY) | شاید. تاسې شاید د MenACWY واکسین ته اړتیا ولرئ که چېرې تاسې د څو ناروغيو څخه یوه ولرئ * او همدارنگه که ستاسې خطر جاري وي. تاسې پدې صورت کې هم دې واکسین ته اړتیا لرئ که چېرې تاسې د کالج د لومړي کال محصل یې چې په گډ استوګنځي کې اوسېږئ او (1) د 16 کلن کېدو راهیسې مو د دې واکسین یو دوز نه وي کړی، یا (2) ستاسې د وروستي دوز راهیسې د 5 کلونو څخه ډېر وخت تېر شوی وي. د 19 څخه تر 21 کلونو پورې عمر لرونکي هر څوک کولی شي یو جبراني دوز وکړي که چېرې یې د 16 کلن کېدو راهیسې دا واکسین نه وي کړی. مرکب MenABCWY هغه مهال یو انتخاب دی کله چې دواړه MenB او MenACWY واکسین اړین وي. |
| مینینگوکوک بی (MenB, MenABCWY)      | شاید. تاسې شاید د MenB واکسین ته اړتیا ولرئ که چېرې تاسې د څو ناروغيو څخه یوه ولرئ * او تقویتی دوزونه که ستاسې خطر جاري وي. که ستاسې عمر 16 څخه تر 23 کلونو مینځ کې وي، تاسې کولی شئ خپل ډاکټر سره د MenB واکسین کولو په اړه وغږېږئ، حتی که تاسې د لوړ خطر ناروغي یا روغتیايي حالت هم ونلرئ. مرکب MenABCWY هغه مهال یو انتخاب دی کله چې دواړه MenB او MenACWY واکسین اړین وي.   |
| ایم پاکس                            | شاید. تاسې د ایم پاکس واکسین (Jynneos) 2 دوزونو لپاره اړتیا لرئ که تاسې د ایم پاکس لرونکي کوم چا سره د معلوم یا شکمن مخ کېدو له امله د خطر سره مخ یې یا که تاسې ځینې داسې جنسي کړنې کوئ چې د ایم پاکس سره ستاسې د مخ کېدو خطر ډېروي. * د خپل ډاکټر سره وغږېږئ.  |
| سینه بغل (PCV, PPSV23)              | هو! ټول هغه لویان چې عمر یې 50 او تر دې ډېر وي، د نیوموکوک واکسینو ته اړتیا لري. تر 50 کالونو کم داسې عمره لویان د ځینې زمينه ییزې روغتیايي ستونزې یا نور د خطر فکتورونو ولري، * هم د نیوموکوک واکسینو ته اړتیا لري. د هغو کسانو لپاره اوس نوي واکسین سپارښتلی کیدی شي چې په تېرو وختونو کې یې واکسین کړي وي. ستاسې ډاکټر کولی شي مشخص کړي چې تاسې کوم واکسین کولو ته اړتیا لرئ.  |
| تنفسي سنسیشیا وایروس (RSV)          | هو! که تاسو 75 کلن یا تر دې ډېر عمر لرئ یا که د 60 او 74 کلونو ترمنځ عمر لرئ او د شدید RSV له خطر سره مخ یاست، نو باید دغه یو ځلي ترسره کېدونکی واکسین وکړئ. د RSV څخه د تنکي ماشومانو د محافظت کولو لپاره، یا باید حامله ښځه د RSV (Pfizer) Abrysvo واکسین سره واکسین شي، یا تنکي ماشوم ته د RSV وځایوي انټي باډي (nirsevimab) ورکړل شي.   |
| ټیتانوس، ډیفتري، پیرټوسس (Tdap, Td) | هو! که تاسې هېڅکله هم د Tdap یو دوز نه وي کړی، تاسې اړ یې همدا اوس د Tdap یو دوز وکړئ. لدې وروسته، تاسې هرو 10 کلونو کې د Tdap یا Td تقویتی دوز ته اړتیا لرئ. د خپل ډاکټر سره مشوره وکړئ که تاسې خپل ټول ژوند کې لږترلږه 3 د ټیتانوس - او ډیفتري - ټاکساید لرونکي واکسین نه وي کړي یا که تاسې ژور یا ککر ټپ لرئ.  |
| وارسیلا (میانه)                     | شاید. که تاسې هېڅکله هم په میانه یا وارسیلا اخته شوي نه یې، هېڅکله مو واکسین نه وي کړي، یا واکسین مو کړی وي مگر فقط 1 دوز، نو د خپل ډاکټر سره وغږېږئ ترڅو پوهه شئ چې دې واکسین ته اړتیا لرئ که نه. حامله ښځې او د شدید ضعیف معافیت سیستم لرونکي خلک باید د وارسیلا واکسین ونکړي.  |
| زوسټر (شینگل)                       | هو! که تاسې 19 کلن یا لدې ډېر عمر لرئ او د معافیت سیستم مو کمزوری وي یا 50 کلن یا لدې ډېر عمر لرئ، تاسې باید د شینگل واکسین د Shingrix براند د 2 دوزونو لپاره وکړئ.   |

آیا تاسې پلان لرئ د امریکا متحده ایالاتو څخه د باندې سفر وکړئ؟ د سفر معلوماتو لپاره د ناروغيو د کنټرول او مخنیوي مرکزونو (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) وېب سایټ [wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/list](http://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/list) ته ورشئ، یا د سفر کلینیک سره مشوره وکړئ.

\* د عفونیت لپاره ستاسې د خطر کچې او دې واکسین ته ستاسې د اړتیا مشخص کولو لپاره خپل ډاکټر سره مشوره وکړئ.

Pashto translation provided by Fargo Cass Public Health



"Vaccinations for Adults"  
[www.immunize.org/catg.d/p4030-pus.pdf](http://www.immunize.org/catg.d/p4030-pus.pdf)  
 Item #P4030-pus Pashto (10/30/2024)



FOR PROFESSIONALS [www.immunize.org](http://www.immunize.org) / FOR THE PUBLIC [www.vaccineinformation.org](http://www.vaccineinformation.org)

Scan for PDF