



After the Shots...



Your child may need extra love and care after getting vaccinated. Some vaccinations that protect children from serious diseases also can cause discomfort for a while. Here are answers to questions many parents have after their children have been vaccinated. If this sheet doesn't answer your questions, ask/call your healthcare provider or IOM doctors or nurses.



Like any other medicines, vaccines may cause side effects. Mostly these are mild "local" reactions such as **tenderness, redness** or **swelling** where the shot is given, or a **mild fever**. They happen in up to 1 child out of 4 with most childhood vaccines. They go away within a day or two. In very rare instances (less than once in a million shots) severe allergic reactions can also occur. If they had to happen, that would be soon after the shot is given. So, please **stay for around half an hour in the health assessment center after your vaccination**. Doctors or clinic staffs are trained to deal with them.



What to do if my child has discomfort?

What discomfort?	What should I do?
I think my child has a fever	<p>Check temperature, if there is fever:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Give your child plenty to drink. ➤ Dress your child lightly. Do not cover or wrap your child tightly. ➤ Give your child a fever- or pain-reducing medicine such as paracetamol or ibuprofen. Do not give aspirin. If you are not sure about the dose, please ask your health service provider. ➤ Recheck your child's temperature after 1 hour. Call your healthcare provider if you have questions.
My child has been fussy since getting vaccinated.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ It may be because of pain or fever. ➤ You may give your child paracetamol or ibuprofen. Do not give aspirin. ➤ If your child is fussy for more than 24 hours, call your healthcare provider.
My child's leg or arm is swollen, hot, and red.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Apply a clean, cool, wet washcloth over the sore area for comfort. ➤ For pain, give a medicine such as paracetamol or ibuprofen. Do not give aspirin. ➤ If the redness or tenderness increases after 24 hours, call your healthcare provider.

What if my child has a moderate or severe reaction?

What should I look for?	What should I do?
<p>Look for any unusual condition such as a serious allergic reaction, high fever or unusual behavior. Signs of a serious allergic reaction can include:</p> <ul style="list-style-type: none"> • difficulty breathing • hoarseness or wheezing • swelling of the throat • weakness • dizziness • fast heart beat • hives • paleness 	<ul style="list-style-type: none"> • Immediately take the person to the doctor • Tell your doctor what happened, the date and time it happened, and when the vaccination was given.

For More Information

- If you want, vaccine provider can give you the vaccine package insert or suggest more information.
- Call IOM Migration Health Assessment Center in Nepal at **(00977)-1-44 17 219 or 44 29 599**.
- If you are in the United States, Contact the Centers for Disease Control and Prevention (CDC):
 - Call **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** or
 - Visit the US National Immunization Program's website at www.cdc.gov/vaccines



खोप लगाई सकेपछि



खोप लगाईसके पछि बच्चालाई थप माया र स्याहारको आवश्यकता पर्न सक्छ। खतारनक रोगहरु बाट बचाउने केहि खोपहरुले केहि समयको लागि केहि असुबिस्ता गराउन सक्छ। यहां खोप लगाईसके पछि धेरै जसो आमा-बुवाहरुले सोध्ने केहि प्रश्न र त्यसका उत्तरहरु दिईएका छन्। यदि यसमा भएका जानकारीमा तपाईंको कुनै प्रश्नको उत्तर आएको रहेनछ भने कृपया आफ्नो स्वास्थ्यकर्मि वा आई ओ एम का डाक्टर वा नर्सहरुलाई अहिले वा पछि फोन गरेर सोध्नु होला।



अरु कुनैपनि औषधिले जस्तै खोपले पनि नकारात्मक असरहरु पनि गर्नसक्छ। प्रायजसो त्यस्ता असरहरुमा खोप दिएको ठाउँमा नरम भई छुंदा दुख्ने, रातो हुने, सुनिने वा सामान्य ज्वरो आउने जस्ता सामान्य प्रतिक्रियाहरु हुन्छन्। प्रायजसो खोपहरु दिए पछि ४ जना बच्चाहरु मध्ये १ जना सम्ममा यस्ता प्रतिक्रियाहरु हुन्छन् र सामान्यतया १ वा २ दिनमा नै निको हुन्छन्। अत्यन्त बिरलै मात्रामा (१०,००,००० डोज खोप दिएकोमा १ भन्दा कममा) गम्भिर एलर्जिक रियाक्सन पनि हुनसक्छ। यदि त्यस्तो रियाक्सन हुन लाग्यो भने त्यो खोप दिएको केहि समय भित्रै हुनसक्छ। त्यसैले खोप लगाई सके पछि करिब आधा घण्टाको लागि स्वास्थ्य परिक्षण केन्द्रमै बस्नुहोला। यस केन्द्रका डाक्टर तथा स्वास्थ्य कर्मचारीहरु त्यस्तो समस्या भएमा के गर्ने भन्ने कुरामा तालिम प्राप्त छन्।



यदि मेरो बच्चालाई असुबिस्ता भयो भने के गर्ने ?

के कुराले असुबिस्ता भएको हो ?	मैले के गर्नु पर्छ ?
मलाई लाग्छ मेरो बच्चालाई ज्वरो आएको छ	<p>ज्वरो आए नआएको नाप्नुहोस्, यदि ज्वरो आएको रहेछ भने :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ बच्चालाई प्रशस्त भोल पदार्थ पिउन दिनुहोस्। ➤ हल्का लुगा लगाईदिनुहोस्। बच्चालाई धेरै लुगाहरु लगाईदिने वा च्याप्ने नगर्नुहोस्। ➤ दुखाई वा ज्वरो कम गर्ने पारासिटामोल वा ब्रुफेन खुवाउनुहोस्। एस्पिरिन नदिनुहोला। यदि कति औषधि दिने भन्ने कुरा थाहा छैन भने कृपया स्वास्थ्य सेवा दिने ब्यक्तिलाई सोध्नुहोला। ➤ १ घण्टा पछि पुन ज्वरो भए नभएको नाप्नुहोला। यदि कुनै प्रश्न छ भने तपाईंको स्वास्थ्य सेवा दिने ब्यक्तिलाई सोध्नुहोला।
खोप लगाए पछि मेरो बच्चा सानो सानो कुरामा निहुं खोज्ने भएको छ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ त्यस्तो दुखाई वा ज्वरोको कारणले भएको हुनसक्छ। ➤ बच्चालाई पारासिटामोल वा ब्रुफेन खुवाउन पनि सक्नुहुन्छ। एस्पिरिन नदिनुहोला। ➤ यदि २४ घण्टा भन्दा बढी समय सम्म त्यस्तो भई राखेमा कृपया तपाईंको स्वास्थ्य सेवा दिने ब्यक्तिलाई फोन गर्नुहोस्/सोध्नुहोस्।
मेरो बच्चाको खोप लगाएको ठाउँमा सुनिएको, तातो भएको वा रातो भएको छ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ सुबिस्ता गराउनको लागि त्यसरी सुनिएको, तातो वा रातो भएको ठाउँमा सफा, चिसो वा कपडा भिजाएर राखी दिनुहोस्। ➤ दुखाई कम गर्नको लागि पारासिटामोल वा ब्रुफेन खुवाउनुहोस्। एस्पिरिन नदिनुहोला। ➤ यदि रातो हुने वा छुंदा दुख्ने किसिमको नरम हुने कुरा २४ घण्टा भन्दा पछि बढेमा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा दिने ब्यक्तिलाई फोन गर्नुहोस्/सोध्नुहोस्।

यदि मेरो बच्चालाई अलि गम्भिर वा धेरै गम्भिर प्रतिक्रियाहरु छन भने के गर्ने ?

मैले के कुरा हेर्नु पर्छ ?	मैले के गर्नु पर्छ ?
<p>गम्भिर एलर्जिक प्रतिक्रिया, उच्च ज्वरो वा असामान्य व्यवहार छ छैन हेर्नुहोस्। गम्भिर एलर्जिक प्रतिक्रियाका लक्षणहरुमा निम्न कुराहरु पर्न सक्छन् :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● स्वास फेर्न अप्ठ्यारो हुने ● स्वर धोदो हुने वा स्वास लिंदा सिटि बजाएको जस्तो आवाज आउने ● घाटि सुनिने ● कमजोर हुने ● रिंगटा लाग्ने ● मुटुको धडकन छिटो छिटो चलने ● छालामा डावर आउने ● बच्चाको रङ्ग फिक्का देखिने 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ त्यस्तो ब्यक्तिलाई तुरुन्तै डाक्टरकोमा लैजानुहोस्। ➤ डाक्टरलाई के भएको हो, त्यस्तो भएको मिति, समय र खोप कहिले दिएको थियो भन्नुहोस्।

थप जानकारीको लागि

- खोप दिने ब्यक्तिलाई सोध्नुहोस्, उहांहरुले खोपसंगै राखिएको जानकारी पुस्तिका देखाउन वा थप जानकारी पाइने श्रोतहरु बताईदिन सक्नु हुनेछ।
- आई ओ एम को स्वास्थ्य परिक्षण केन्द्र को फोन नम्बर (००९७७)-१-४४ १७ २१९ वा ४४ २९ ५९९ मा फोन गर्नुहोस्।
- यदि तपाईं अमेरिकामा हुनुहुन्छ भने अमेरिकाको सेन्टर्स फर डिजिज कन्ट्रोल एण्ड प्रिभेन्सन (सि. डि. सि.) को :
 - फोन नम्बर १-८००-२३२-४६३६ (१-८००-सि.डि.सि.-ईन्फो) मा फोन गर्नुहोस्
 - अमेरिकाको राष्ट्रिय खोप कार्यक्रमको वेवसाईट www.cdc.gov/vaccines हेर्नुहोस्।