Travel Vaccines

පිටරට සංචාරය කරන විට ලබාගත යුතු එන්නත්

වෛද්‍ය හර්ෂ අලුත්ගේ
Dr Harsha Aluthge
MBBS, FRACGP, DFM RCGP(UK)
General Practitioner
Greenvale Medical Centre

ඔබ වෙනත් රට සංචාරය කිරීමට අපේක්ෂා කිරයි නම් කල් ඇතුව ඔබගේ පවුලේ වෛද්‍ය වරයා හමුවී ඔබට ලබාගත යුතු එන්නත් වර්ග මොනවාදැයි සාකච්ඡා කිරීමට වැදගත්ය.

සමහර රටවල සංචාරය කරන විට සමහර රෝග වැළඳීමේ වැඩි ඉඩකඩක් පවතී. එවැනි රෝග වලට එරෙහිව එන්නත් ලබාගැනීම මගින් ප්‍රතිශක්තිකරණයක් ලබාගෙන සංචාරය කිරීම මගින් රෝග වැළඳීමේ අවධානම අඩුකර ගත හැක.

එසේම ඔබ ළමා කාලයේදී හෝ වැඩිහිටි අවධියකදී සමහර එන්නත් වර්ග ලබාගෙන තිබෙන්නට පුළුවන. නමුත් කාලයත් සමග ඔබගේ ශරීරයේ ප්‍රතිදේහ (Antibodies) මට්ටම පහත වැටේ. එබැවින් සමහර රෝග වලට එරහිව නැවත එන්නතක් (Booster Dose) ලබා ගැනීමට සිදුවෙනු ඇත.

Commonly Used Travel Vacciness
පහත සඳහන් රෝග වලට එරෙහිව එන්නත් ලබා ගැනීමට සිදුවනු ඇත.

කුමන එන්නතක් ලබාගත යුතුද යන්න තීරණය වන්නේ ඔබ සංචාරය කරන රටේ කුමන රෝග බහුල වශයෙන් පවතී ද හා එය වැලඳීමට ඇති ඉඩප්‍රස්ථාව කවරේ ද යන්න මතයි. එසේම සමහර රටවල සංච-ාරය කරන විට සමහර එන්නත් ලබා ගැනීම අනිවාර්ය වේ.

උදාහරණයක් වශයෙන් ඔබ දකුණු ඇමරිකානු හා සමහර අප්‍රිකානු රටවල සං-චාරය කරන විට කහ උණ (Yellow Fever) එන්නත ලබාගැනීම අනිවාර්ය වේ. හජ්ජි වන්දනාවේ යන විට Meningo Cocoal එන්නත ලබා ගැනීම අනිවාර්ය වේ.

පහත සඳහන් වන්නේ මෙලෙස ලබා ගත යුතු එන්නත් වර්ගයි.
- කොළරා රෝගය - Cholara Voccine
- Hepatitis A vaccine.
- Typhoid Vaccine.
- Influenza Vaccine.
- Japanese Encephalitis Vaccine
- Hepatitis B Vaccine.
- Tuberculosis Vaccine.
- Yellow Fever Vaccine.
- Rabies Vaccine.
- Meningococcal Vaccine.

ඉහත එන්නත් වර්ග හා එම රෝග පිළිබඳව කෙටියෙන් හැඳින්වීමක් පහතින් දැක්වේ.

Hepatitis A

- ආහාර හා ජලය මගින් පැතිරෙන වෛරස් ආසාදනයකි.
- උණ, ශරීරයේ දුබලකම, ඇස් කහ පැහැති වීම :ණ්මබාසජ* මෙහි රෝග ලක්ෂණයි.
- එන්නත් මාත්‍රා 2 ක් ලබා ගැනීමෙන් දිගු කාලීනව ප්‍රතිශක්තියක් ලබැගත හැක.

Hepatitis B

- ශරීරයේ ස්‍රාවයක් මගින් (උදා: ලේ, ශුක්‍රාණු, යෝනි මාර්ගයේ ස්‍රාවය ආදිය) මගින් පැතිරේ.
- ලිංගික සංසර්ගය, එන්නත් කටු ආදී ලේ තැවරුණු උපකරණ භාවිතය (Sharing Needles) ආදිය මගින්.
- උණ, හරීරය කහ පැහැවීම, දුර්වලකම ආදී රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරයි. දිගුකාලීනව අක්මාවේ දුබලවීම හා සිරෝසිස් හා අක්මාවේ පිළිකා දක්වා වර්ධනය විය හැක.
- සාමාන්‍යයෙන් ළමා කාලයේ එන්නත් වලට මෙය අයත් වන අතර කාළය සමග ප්‍රතිදේහ මට්ටම පහත වැටෙන නිසා රෝගය වැළඳීමට අවධානමක් ඇති අය අමතර මාත්‍රාවක් (Booster Dove) ලබා ගැනීම වැදගත්ය.

Typhoid

- ආහාර හා ජලය මගින් පැතිරෙන බැක්ටීරියා ආසාදනයකි. උණ, හිසරදය, වමනය හා සමහරවිට ශරීරයේ පැල්ලම් ඇතිවීම (Rash) රෝග ලක්ෂණයි.
- ප්‍රතිජීවක (Antibiotic) මගින් රෝග සුවකල හැකි නමුදු එන්නතක් ලබාගැනීමෙන් ප්‍රතිශක්තියත් ඇති කර ගත හැක.
- මෙම එන්නත වලංගු වන්නේ වසර 3 ක කාලයකට පමණි.

Meningitis

- වෛරස් ආසාදනයකි. ආසාදිත අයෙකුගේ සෙම බිඳිති මගින් පැතිරේ
- උණ හිසරදය, ගෙල ප්‍රදේශයේ තද ගතිය (Neck stiffness) සිහි මද ගතිය ආදිය රෝග ලක්ෂණයි.
- මෙම එන්නත ලබා ගැනීම සමහර රටවල සංචාරය කරන විට නීතිමය අවශ්‍යතාවකි.

Rabies

- බල්ලන් හෝ වවුලන් වැනි සමහර ක්ෂර-පායින් සපා කෑමෙන් ඇති වන රෝගයකි.

- ආසියානු, අප්‍රිකානු හා සමහර දකුණු ඇමරිකානු රටවල අවදානම වැඩිය.
- එන්නත් මාත්‍රා 3 ක් ලබාගැනීමෙන් රෝගයට එරෙහිව ප්‍රතිශක්තියක් ලබාගත. හැකිය.

Yellow Fever

- ආසාදිත මදුරුවන් දෂ්ඨ කිරීමෙන් පැතිරෙන රෝගයකි.
- සමහර අප්‍රිකානු, දකුණු ඇමරිකානු රටවල සංචාරය කරන විට මෙම එන්නත ලබාගැනීම නීත්‍යානුකූල අවශ්‍යතාවයකි.
- මෙම එන්නත අවුරුදු 10 ක පමණ කාළයකට ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබාදේ.

Tuberculosis (ක්ෂය රෝගය)

- දියුණු වෙමින් පවතින රටවල සුලභ රෝගයකි.
- බැක්ටීරියා ආසාදනයක් වන අතර සෙම බිඳිති මගින් පැතිරේ.
- උණ සහ කැස්ස මෙහි රෝග ලක්ෂණයි.
- ශ්‍රී ලංකාව වැනි දියුණු වෙමින් පවතින රටවල ළමුන් හට උපතේදීම BGC නැමැති එන්නත ලබා දෙන නමුත් ඕස්ට්‍රේලියාව ඇතුළු දියුණු රටවල රෝගය සුලභ නොවන නිසා එලෙස ළමා කාලයේ එන්නත් කිරීමක් සිදු නොකෙරේ. එබැවින් ඔබ රෝගය සුලභ රටවල සංචාරය කිරීමට පෙර විශේෂයෙන් කුඩා ළමුන් හට මෙම එන්නත ලබා දීම වැදගත්ය.

මෙම එන්නත් ලබා ගත හැක්කේ කෙසේද ?

බොහෝ වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථාන වල මෙම එන්නත් ලබාදීම සිදු කෙරේ. ඔබගේ පවුලේ වෛද්‍යවරයා හමුවී මෙය සිදුකරවා ගත හැකිය.

නමුත් BCG එන්නත, Yellow Fever එන්නත ලබා ගැනීමට විශේෂ සායන (Travel Clinic) වෙත යා යුතුය. Yellow Fever එන්නත ලබා දීමෙන් පසු සහතිකයක් නිකුත් කිරීම සිදු කෙරේ. BCG එන්නත Royal Children Hospital හි ඇති Travel Clinic හිදී ලබාගත හැක.

සාමාන්‍යයෙන් ඉහත කී බොහෝ එන්නත් ලබා දීමෙන් පසු අවශ්‍ය ප්‍රතිදේහ ශරීරය තුල නිපදවීමට සති 2 - 3 ක කාලයක් ගත වන බැවින් ඔබ සංචාරය කිරීමට සති කිහිපයකට පෙර මෙම එන්නත් ලබා ගැනීම වඩා ප්‍රතිඵලදායක වෙයි.

එසේම BCG එන්නත ලබාගැනීමට විශාල පොරොත්තු ලේඛනයක් (Waiting List) ඇති බැවින් Royal Chidren Hospital හිදී එය ලබා ගැනීමට බලාපොරොත්තු වේ නම් කල් ඇතිව ඔබගේ පවුලේ වෛද-්‍යවරයා හමුවී Referral Letter එකක් ලබාගැනීම වැදගත්ය.

එසේම ඉහත කී Travel Vaccine වර්ග Medicare Australia මගින් සහනදායී මිලට සපයන ඖෂධ ලැයිස්තුවට (PBS) අයත් නොවන අතර සාමාන්‍යයෙන් අනෙකුත් ඖෂධ හා සන්සන්දනය කරන විට මිල අධික වේ.

වැඩි දුර විස්තර ලබා ගත හැකි ක්‍රම.

- ඔබගේ පවුලේ වෛද්‍ය වරයා හමුවී.
- ඖෂධ වේදීන්ගෙන් (Pharmacist)
- Nurse on - Call - Tel : 1300 60 24
- Immunization Australia in formation line 1800 671811
- Travel Clinics Australia 1300 365 355