MEASLES CASES ARE RISING

Measles is a very serious illness and can spread very easily between children who are not vaccinated.

Measles starts with cold like symptoms, with a cough, fever and red eyes. Days later, a red or purple bumpy rash appears.

If you think you or your child has measles do not go out. Stay at home. Call your GP surgery or NHS 111. Rest, drink plenty of fluids and take paracetamol or ibuprofen.

The free MMR /MMRV vaccine gives the best, most effective protection against measles - it's quick, it's free, and it could save their life.

If you think you or your child have missed a vaccine dose, check their Red Book or ask your GP surgery.

More information
www.nhs.uk/measles

London Bangladeshi Health Partnership

NHS

হামের প্রকোপ বাড়ছে

হাম একটি অত্যন্ত গুরুতর রোগ এবং টিকা না দেওয়া শিশুদের মধ্যে এটি খুব সহজেই ছড়িয়ে পড়তে পারে।

হামের শুরু হয় সর্দি-কাশির মতো উপসর্গ দিয়ে, সাথে থাকে কাশি, জ্বর এবং চোখ লাল হওয়া। কয়েকদিন পর, শরীরে লাল বা বেগুনি রঙের ফুসকুড়ি দেখা দেয়।

যদি আপনার মনে হয় যে আপনার বা আপনার সন্তানের হাম হয়েছে, তাহলে বাইরে যাবেন না।

বাড়িতে থাকুন। আপনার জিপি সার্জারিতে (GP surgery) অথবা এনএইচএস ১১১-এ (NHS 111) ফোন করুন। বিশ্রাম নিন, প্রচুর পরিমাণে তরল পান করুন এবং প্যারাসিটামল বা আইবুপ্রোফেন খান।

বিনামূল্যে দেওয়া এমএমআর/এমএমআরভি (MMR/MMRV) টিকা হামের বিরুদ্ধে সবচেয়ে ভালো ও কার্যকর সুরক্ষা দেয় - এটি দ্রুত দেওয়া যায়, বিনামূল্যে পাওয়া যায় এবং এটি তাদের জীবন বাঁচাতে পারে।

যদি আপনার মনে হয় যে আপনি বা আপনার সন্তান টিকার কোনো ডোজ নিতে ভুলে গেছেন, তাহলে তাদের রেড বুক (Red Book) দেখুন অথবা আপনার জিপি সার্জারিতে (GP surgery) জিজ্ঞাসা করুন।

আরও তথ্য www.nhs.uk/measles