

Tetum translation of Teenage immunisations for ages 14 to 18

# Vasinasau adolexentes

ba idade tinan 14 to'o 18



**i**mmunisation

the safest way to protect your child

# Introdusaun

Matadalan ida-ne'e ba adolexente sira ho idade tinan 14 to'o 18, nos sira-nia inan-aman. Nia eslika:

- kona-ba vasinasaun sira ne'ebé mak fó ba adolexente sira, normalmente bainhira sira sei iha eskola;
- tansá mak presiza imunizasaun sira-ne'e;
- tansá mak vasina MenACWY nian agora fó ba adolexente sira;
- efeitus sekundária saida mak sira bele hetan.

Matadalan ne'e mós hatán ba kuaze perguntas komún hotu kona-ba vasinasaun hirak-ne'e.

Se karik ita-boot iha perguntas ruma ka hakarak atu hetan informasaun liután, ko'alia ho ita-nia enfermeira eskola nian, ka médiku ka enfermeira iha ita-nia klínika KJ nian. Ita-boot mós bele vizita ba [www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net) ka [www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)



## Tansá mak ita presiza vasinasaun?

Programa vasinasaun nasionál ne'e signífika katak moras perigozu sira hanesan tétanu, difteria no polio prátikamente lakon tiha ona iha Reinus Unidus. Maibé moras hirak-ne'e bele mosu fali – sira sei iha rejiaun Europa nian no iha mundu tomak. Tanba ne'e importante tebes ba ita-boot atu proteje ita-nia aan. Iha Reinus Unidus, maioria hosi moras hirak-ne'e mantein dook nafatin liuhosi nível vasinasaun ne'ebé aas.

## Oinsá mak vasinasaun ne'e funsiona?

Vasina sira kontein parte ki'ik ida hosi baktéria ka virus ne'ebé provoka moras ida, ka kuantidade ki'ik ida hosi produsus kímiku ne'ebé baktéria ne'e prodúz. Vasina sira-ne'e funsiona através fó estimulasaun ba sistema imunidade-isin nian hodi halo antikorpus (substánsia sira hodi kombate infesaun no moras sira). Ne'e-duni bainhira ita-boot hetan infesaun ne'e, antikorpus sei rekoñese ida-ne'e no proteje ita-boot.

## VasinaTd/IPV

Td/IPV, ne'e fó liuhosi injesaun ida deit, hasa'e protesau ne'ebé ita-boot hetan bainhira sei ki'ik kontra tétanu (T), difteria (d) no polio (IPV – vasina polio inativadu).

### Moras saida deit mak Td/IPV sei prevene?

#### Tétanu

Tétanu mak moras ida todan ne'ebé afeta múskula no bele provoka problema respiratóriu nian. Nia afeta sistema nervozu no bele halo mate. Tétanu ne'e mosu bainhira mikróbiu sira ne'ebé hetan iha rai no iha foer laran tama ba isin-lolon liuhosi kanek ne'ebé nakloke tanba hetan ko'a ka kulit-motuk. Moras ne'e labele da'et hosi ema ida ba ida seluk maibé sempre presente iha rai leten, mezmú iha nasaun ida-ne'e.

#### Difteria

Difteria mak moras grave ida ne'ebé normalmente hahú ho kakorok-moras ne'ebé bele dezenvolve lailais hodi provoka problema sira respiratóriu nian. Moras ne'e bele estraga fuan no sistema nervozu nian no, iha kazu sira ne'ebé grave liu, bele halo mate. Molok vasina kontra difteria nian ne'e introduza, iha kazu difteria to'o 1,500 mak mosu tinan-tinan iha Irlanda Norte.

#### Polio

Polio mak vírus ida ne'ebé ataka sistema nervozu nian no bele paraliza múskulu sira iha maneira ne'ebé permanente. Se bainhira nia afeta múskulu iha hirus-matan nian ka kakutak, polio bele halo mate. Molok vasina kontra polio nian ne'e introduza, maizumenu kazu polio paralítiku hamutuk 1,500 mak akontese iha tinan-tinan iha Irlanda du Norte.

## Se bainhira hau hetan ona vasinasaun kontra tétanu, difteria no polio bainhira hau sei ki'ik, karik hau sei protejidu nafatin?

Ita-boot karik sei nafatin iha protesaun balun. Maibé ita-boot presiza reforsu ida-ne'e hodi kompleta ita-nia imunizasaun rutina no fó protesaun ba prazu-naruk ba ita-boot.

## Reforsu hira mak hau presiza atu hetan?

Ita-boot presiza totál doze lima ba vasinasaun tétanu, difteria no polio hodi hasa'e no mantein ita-nia imunidade. Ita-boot tenke hetan:

- doze tolu dahuluk nian bainhira sei bebé;
- doze dahaat nian bainhira ita-boot iha idade entre tinan tolu no lima, antes ita-boot hahú tama eskola;
- doze dalimak nian agora.

Normalmente ita-boot sei la-presiza liu-hosi doze lima ba vasina kontra tétanu, difteria ka polio durante ita-nia vida tomak, maibé ita-boot karik sei presiza doze adisionál hosi vasina ne'e bainhira ita-boot ba vizita nasaun balun. Konsulta ho ita-nia enfermeira iha klínika.

*Bainhira ita-boot hanoin katak karik ita-boot seidak hetan doze hirak-ne'e ruma, ko'alia ho enfermeira eskola nian ka ita-nia médiku.*

## Vasina MenACWY

### Saida mak moras meningokósika?

Moras meningokósika ne'e moras ida raru maibé fó ameasa tebes ba ema nia vida, ne'ebé hamosu hosi baktéria meningokósika ne'ebé mak fahe ba iha grupu balun. Hirak ne'ebé komún liuliu mak A, B, C, W no Y. Kosok-oan, labarik ki'ik, adolexentes no ema foinsa'e sira iha risku aas liu atu hetan moras meningokósika.

### Tansá mak vasina MenACWY ne'e oferese mai hau agora?

Vasina MenACWY proteje hasoru moras meningokósika grupu A, C, W no Y. Foin lailais ne'e, iha ona aumentu boot ida iha número moras meningokósika grupu W nian iha Reinus Unidus, ne'ebé rezulta kosok-oan no adolexentes balun mate. Nu'udár adolexente ne'ebé boot ona, ita-boot iha risku-aas tebes atu hetan moras meningokósika grupu W nian, tanba ne'e ita-boot presiza atu hetan vasinasaun hodi proteje ita-nia an.

Moras Meningokósika grupu C ne'e agora daudaun raru ona dezde vasinasaun MenC introduza iha tinan 1999. Maibé, protesaun hosi doze vasina MenC nian ne'ebé fó ba bebé sira sei tuun bainhira tama ba idade adolexentes nian, ne'e-duni mak ita-boot presiza doze reforsu ida. Vasina MenACWY sei fó protesaun ba ita-boot kontra grupu meningokósika A, W no Y no mós reforsa ita-nia protesaun hasoru moras MenC. Vasinasaun mós redús risku ba ita-boot atu lori baktéria ne'e no hodi nune'e proteje ema seluk iha ita-nia sorisorin.

# Perguntas komún

## Oinsá mak hau sei hetan vasin sira-ne'e?

Ita-boot sei hetan injesaun ida ba vasina ida-idak iha ita-nia liman parte leten. Laiha ema ida mak gosta injesaun, maibé ida-ne'e lailais deit. Daun mak uza ne'e ki'ik no ita-boot sei sente deit moras uitoan. Karik ita-boot sente tauk uitoan atu hetan injesaun ne'e, fó-hatene ba enfermeira ka médiku molok atu hetan vasina.

## Karik iha razaun ruma tansá mak hau labele hetan vasinasaun?

Iha razaun uitoan tebes kona-ba tansá mak ita-boot sei labele hetan vasinasaun. Ita-boot tenke fó-hatene ba ita-nia KJ ka enfermeira/u se karik ita-boot:

- iha temperatura ka isin-manas makaas;
- hetan konvulzaun ka bibi-maten;
- iha ona reasaun ladi'ak hasoru vasinasaun ruma;
- iha alerjia grave ba buat ruma;
- iha dezorden raan-suli;
- halo ona tratamentu ba kankru;
- iha moras ruma ne'ebé afeta sistema imunitáriu (p.e. leusemia, HIV ka SIDA);
- uza hela aimoruk ruma ne'ebé afeta sistema imunitáriu (p.e. esteroide doze aas ka tratamentu ruma depoizde transplantasaun órgaun ka ba kankru nian);
- hetan isin-rua;
- iha moras grave seluk ruma.

Ne'e lá'os sempre signífika katak ita-boot labele hetan vasinasaun maibé ne'e ajuda médiku ka enfermeira/u atu decide vasinasaun ida-ne'ebé mak di'akliu ba ita-boot no karik sira presiza atu fó konsellu seluk ba ita-boot. Istória kona-ba moras iha familia laran nunca bele sai hanesan razaun ida ba ita-boot atu labele hetan vasinasaun.

## **Karik iha efeitus sekundáriu ruma?**

Komún tebes katak sei mosu bubu no isin-mean iha fatin ne'ebé ita hetan injesaun. Dalaruma sei mosu bubu ki'ik ida ne'ebé la sente moras, maibé ida-ne'e normalmente sei lakon iha semana balun nia laran. Efeitus ne'ebé grave liuhotu maibé raru inklui isin-manas, ulun-moras, oin-halai, sente moras no bubu iha glándula.

Karik ita-boot sente ladún di'ak depoizde hetan tiha vasinasaun, ita-boot bele hemu parasetamol ka ibuprofen. Lee didi'ak instrusaun iha pakote ne'e no hemu doze ne'ebé loloos tuir ita-nia idade. Bainhira nesesáriu, hemu doze segundu nian liutiha oras haat to'o neen. Karik ita-nia temperatura sa'e nafatin depoizde doze segundu nian, ko'alia ho ita-nia médiku.

***Keta haluha, karik ita-boot ho idade menus hosi tinan 16, ita-boot labele konsume aimoruk ne'ebé kontein aspirina.***

Ita-boot tenke fó-hatene ba ita-nia médiku karik ita-boot sofre problema ruma ne'ebé mak karik ligadu ho ita-nia vasinasaun.



## Hirak-ne'e deit mak nu'udár vasinasaun ne'ebé hau presiza atu hetan agora?

Karik ita-boot nu'udár labarik-feto ida, ita-boot tenke simu ona vasina papilomavirus umanu (HPV) iha idade tinan 12 to'o 13 (tinan eskolár 9) hodi proteje ita-boot hasoru fuit jenital kankru oan-fatin nian iha ita-nia vida aban-bainrua. Hosi tinan 2014 ida-ne'e envolve vasinasaun rua durante período fulan neen. Atu hetan informasaun adisionál haree [www.helpprotectyourself.info](http://www.helpprotectyourself.info)

*Ideia di'ak ida atu verifika ho enfermeira/u ka médiku katak ita-nia vasinasaun hotu-hotu atualizadu, p.e. MMR.*

## Vasina MMR

MMR proteje hasoru sarampu (M), papeira (M) no rubéola (R; sarampu Alemaña).

Partikularmente importante atu verifika katak ita-nia vasinasaun MMR nian ne'e kompleta ona tanba joven balun seidak hetan doze rua husi MMR nian.

Bainhira ita-boot hanoin katak ida-ne'e aplika ba ita-boot, ita-boot tenke simu doze segundu nian iha tempu hanesan ho ita-nia Td/IPV no MenACWY. Se lae, husu ba ita-nia KJ ka enfermeira/u kona-ba ida-ne'e.

Se bainhira ita-boot nunka simu vasina MMR nian, ita-boot tenke hetan doze ida agora no ida seluk iha fulan ida nia laran.

## Sarampu, papeira no rubéola hotu-hotu bele hamosu komplikasaun grave.

- Sarampu bele provoka infesaun iha tilun, problema respiratóriu no meningite/encefalite (inflamasaun ba kakutak). Nia iha probabilidade 1 entre 2500-5000 ba moras ne'e atu halo ema mate.
- Papeira bele provoka tilun-diuk, baibain ho rekuperasaun parsiál ka tomak. Nia mós bele provoka testíkulu ne'ebé bubu no moras tebes ba mane-foinsa'e ka mane-boot sira, no inflamasaun ba ováriu iha feto-foinsa'e no feto-boot sira. Nia mak kauza prinsipál bá meningite virál iha labarik sira.
- Rubéola mós bele provoka inflamasaun kakutak no bele afeta koagulasaun ba raan. Iha feto isin-rua sira, moras ne'e bele provoka abortu ka problema saúde boot ba sira-nia oan hanesan matan-delek, tilun-diuk, problemas fuan ka estragu ba kakutak.

## Iha razaun ruma tansá mak hau tenke hetan imunizasaun MMR?

Iha razaun uitoan tebes kona-ba tansá mak ita-boot lalika hetan vasinasaun MMR nian, maibé ita-boot tenke fó-hatene ba médiku ka enfermeira/u bainhira mosu kondisaun balun hanesan temi ona iha pájina 5.

## MMR ne'e iha efeitus sekundáriu ruma?

Efeitu sekundáriu depoizde simu tiha MMR ne'e raru tebes. Kuaze semana ida ba loron 10 depoizde imunizasaun MMR, ita-boot bele sente isin-manas, mosu bubu musmusan kiik hanesan sarampu no halo ita-boot lakohi han bainhira parte sarampu vasina ne'e nian hahu hatudu reasaun. Ita-boot mós sei bele hetan moras iha ita-nia ruin-fukun.

Maizumenus semana rua depoizde simu tiha MMR ita-boot sei, raru tebetebes, hetan kulit-fitar hanesan marka kulit-metan tanba efeitu hosi parte rubéola hosi vasina nian. Ne'e baibain sei di'ak mesak, maibé bainhira ita haree sinál sira nune'e, lori no hatudu ba ita-nia médiku.

Maizumenus semana tolu depoizde injesaun ne'e ita-boot dalaruma bele hetan papeira ne'ebé kmaan tanba papeira ne'e nu'udár parte hosi reasaun MMR nian.

Komparasaun entre efeitus sekundáriu hosi MMR nian no efeitu sekundáriu sira hosi sarampu, papeira ka rubéola nian hatudu katak vasina ne'e seguru liu duké moras ne'e.





## Hatene kona-ba meningjite no septisémia

Baktéria meningokósika bele kauza meningjite (inflamasaun ba membrana esterna kakutak nian) no septisémia (envenenamentu raan). Tantu meningjite no septisémia ne'e grave tebetebes – sira bele kauza defisiénsia permanente no halo mate – no sinál sira-ne'e bele mosu lailais deit nune'e ita-boot tenke hetan tratamentu lailais kedas. Reforsu MenACWY ne'ebé deskreve antes ona ne'e sei bele proteje deit hasoru baktéria balun ne'ebé kauza meningjite no septisémia maibé lá'os sira hotu kedas, ne'e-duni ita-boot sei prezisa nafatin atu hatene kona-ba sinál no sintoma sira-ne'e.

### Hau buka saida?

Iha labarik boot sira, adolexentes no adultus, sintoma prinsipál hosi **meningjite** ne'e bele inklui:

- kakorok todan (haree karik sira bele rei sira-nia ain-tuur ka halo sira-nia reen-toos kona iha sira-nia ain-tuur)
- ulun-moras maka'as tebes (ida-ne'e mesak de'it la'ós nu'udár razaun ida atu hetan asisténsia médika)
- lagosta ahi-naroman
- muta
- isin-manas
- oin-halai, ladún sensível ka bilán
- kulit-fitar
- konvulsaun ka atake



no sintomas prinsipál sira hosi **septisémia** nian bele inklui:

- sente matan-dukur, ladún sensível, sente mamuk ka bilán (sinál tarde ida hosi septisémia)
- moras maka'as iha liman, ain no ruin-fukun sira
- liman no ain ne'ebé malirin tebes
- bee-doko
- dada-iis lailais
- fitar mean ka roxa ne'ebé sei la lakon bainhira hanehan (halo-tuir teste kopu nian ne'ebé esplika antes tiha ona)
- muta
- isin-manas
- diarreja no kabun-dulas

Importante atu hanoin-hetan katak lá'os ema hotu sei hetan sintoma balun ne'ebé temi tiha ona ne'e. Se ema ida hetan sintoma hirak-ne'e balun, liuliu fitar mean ka roxa, buka **lailais kedas** asisténsia médiku. Se ita-boot labele hetan kontaktu ho ita-nia médiku, ka sei iha preokupasaun nafatin hafoin hetan tiha konsellu, fiar ba ita-nia instintu no lori ema ne'e ba servisu urjénsia nian iha ospitál ne'ebé besikliu ba ita-nia hela-fatin.

*Bainhira hanehan ho kopu ba iha kulit-fitar septisémika nian, fitar ne'e sei la lakon. Ita-boot bele haree kulit-fitar ne'e borus hosi kopu. Ida-ne'e akontese karik, buka lailais asisténsia hosi médiku ida.*



## Hau bele hetan informasaun adisionál iha-ne'ebé?

Meningitis Research Foundation no Meningitis Now hotu-hotu fornese informasaun kona-ba meningjite.

Dere ba Meningitis Now nia liña assisténsia gratuita oras 24 iha número 0808 80 10 388 ka vizita website iha [www.meningitisnow.org](http://www.meningitisnow.org)

Dere ba Meningitis Research Foundation nia liña assisténsia gratuita oras 24 iha número 080 8800 3344 ka vizita website iha [www.meningitis.org](http://www.meningitis.org)

Ita-boot mós bele husu ba ita-nia médiku, enfermeira/u ka assistente saúde nian hodi hetan konsellu.



# Programa vasinasaun rotina tempu infantíl

Bainhira mak atu hetan vasinasaun	Moras sira ne'ebé vasina ne'e proteje hasoru	Fó oinsá
<b>Idade fulan 2</b>	Difteria, tétanu, pertuze (me'ar-busa), polio no Hib  Infesaun pneumokósika Rotavírus Infesaun meningokósika B	Injesaun ida  Injesaun ida Liuhosi ibun Injesaun ida
<b>Idade fulan 3</b>	Difteria, tétanu, pertuze, polio no Hib infesaun  Meningokósika C Rotavírus	Injesaun ida  Injesaun ida Liuhosi ibun
<b>Idade fulan 4</b>	Difteria, tétanu, pertuze, polio no Hib Infesaun pneumokósika Infesaun meningokósika B	Injesaun ida Injesaun ida Injesaun ida
<b>Iha momentu hafoin primeiru aniversáriu</b>	Sarampu, papeira no rubéola Infesaun pneumokósika Hib no infesaun meningokósika C Infesaun meningokósika B	Injesaun ida Injesaun ida Injesaun ida Injesaun ida
<b>Kada tinan hosi idade tinan 2 to'o P7</b>	Influenza	Rega hosi inus ka injesaun
<b>Idade tinan 3 no fulan 4</b>	Difteria, tétanu, pertuze no polio Sarampu, papeira no rubéola	Injesaun ida Injesaun ida
<b>Labarik-feto sira idade tinan 12 to'o 13</b>	Kankru oan-fatin nian ne'ebé hamosu hosi papilomavírus umanu tipu 16 no 18 no futi jenitál ne'ebé hamosu hosi tipu 6 no 11	Injesaunrua iha fulan neen nia laran
<b>Idade tinan 14 to'o 18</b>	Tétanu, difteria no polio Infesaun Meningokósika ACWY	Injesaun ida Injesaun ida

Ida-ne'e mak programa atuál no karik diferente uitoan hosi tempu bainhira ita-boot sei ki'ik. Iha folletu ne'e nia laran ita-boot sei hetan detalles kona-ba vasina saida mak ita-boot tenke simu se bainhira uluk seidak hetan. Ida-ne'e bele marka ho ita-nia KJ.

Se ita-boot hakarak atu hetan informasaun liutan kona-ba vasinasaun, vizita [www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net) ka [www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)

Adopta hosi testu ne'ebé publika hosi Public Health England no reproduís ho lisensa.



**Public Health Agency**  
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Tel: 0300 555 0114 (local rate).  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:

