

**Tetum translation of:**  
*Teenage immunisations for ages 14 to 18.*

# Imunizasaun ba adolexente tinan 14 to'o 18

## Introdusaun

Gia ne'e prepara ba foin-sa'e sira ho tinan 14 to 18, no sira-nia inan-aman. Iha esplikasaun kona-ba:

- imunizasaun ne'ebé fó ba adolexente sira, baibain wainhira sira sei eskola.
- tansá imunizasaun sira ne'e presiza;
- efeito sekundáriu saida mak bele akontese.

Gia ne'e mós hatán ba pergunta balun ne'ebé komún liu kona-ba imunizasaun sira ne'e.

Se Ita iha pergunta ruma ka hakarak informasaun barak liután, koalia ba Ita-nia enfermeira eskolár, ka doutór ka enfermeira iha Ita-nia klínika. Ita mos bele vizita [www.immunisation.nhs.uk](http://www.immunisation.nhs.uk) ka [www.dhsspsni.gov.uk/immunisation](http://www.dhsspsni.gov.uk/immunisation)

## Tansá mak ita presiza imunizasaun?

Programa imunizasaun nasional hatudu tiha ona katak moras sira hanesan tétanu, difteria, no pólio pratikamente lakon ona iha Reinu Unidu. Maibe moras sira ne'e bele fila hikas – sira sei iha hela fatifatin iha Europa no mundu tomak. Tan ne'e importante ba Ita atu proteje Ita-nia an. Iha Reinu Unidu, maioria moras sira ne'e la hetan fatin ho taxa imunizasaun ne'ebé aas.

## Oinsá imunizasaun sira funsiona?

Vasina sira iha parte ki'ikoan ida husi baktérias ka vírus ne'ebé hamosu moras ida, ka substánsia kímiku ki'ikoan ida ne'ebé baktéria ne'e produz. Vasina funsiona ho maneira estimula sistema imunolójiku isin nian atu kria antikorpu (substánsia ne'ebé atu kombat infesaun no moras). Ho nune'e, se ita involve iha kontaktu ho infesaun, antikorpu sira sei hatene kedas no proteje Ita.

## Vasina Td/IPV

Td/IPV, fó iha injesaun úniku ida, reforsa protesau ne'ebé Ita hetan wainhira sei labarik kontra tétanu (T), difteria (d) no polio (IPV-- vasina pólio inativadu).

## **Sá moras mak Td/IPV prevene?**

### **Tétanu**

Tétanu mak moras ida ne'ebé afeta múskula no kauza problema respiratoriu. Moras ne'e mosu wainhira mikróbiu sira iha rai no iha foer tama ba isin liuhusi kanek ne'ebé nakloke tamba ku'a ka sunu. Tétanu afeta sistema nervozu no bele hamate. Moras ne'e la bele da'et husi ema ida ba ida seluk.

### **Difteria**

Difteria mak moras grave ida ne'ebé bele hamosu kedas problema respiratoriu. Moras ne'e bele estraga kurasaun no sistema nervozu no, iha kazu krítiku, bele halo mate. Molok vasina difteria nian introdúz, iha kazu difteria to'o 1,500 kada tinan maka akontese iha Irlanda Norte.

### **Pólio**

Pólio mak virus ida ne'ebé ataka sistema nervozu nian no bele hapara múskulu sira permanentemente. Se afeta múskulu iha hirus-matan ou kakutak, pólio bele oho. Molok introdúz vasina pólio nian, iha maizumenus kazu pólio paralítiku 1.500 mak akontese tinatinan iha Irlanda Norte.

## **Pergunta komún sira**

### **Se ha'u hetan imunizasaun hasoru tétanu, difteria no pólio wainhira hau sei labarik, ha'u sei protezidu nafatin?**

Ita karik sei iha protesaun balun. Maibe Ita presiza reforsu ne'e atu kompleta Ita-nia imunizasaun rutín no fó ba Ita protesaun tempu naruk.

### **Reforsu hira mak ha'u presiza hetan?**

Ita presiza total doze lima husi vasina tétanu, difteria no pólio nian atu konstrui no mantein Ita-nia imunidade. Ita tenke hetan ona:

- doze tolu dahuluk wainhira sei bebé hela;
- doze dahaat wainhira Ita ho idade entre tinan tolu no haat, molok hahú ba eskola;
- doze dalimak iha oras ne'e.

Normalmente Ita la presiza hetan liu doze lima husi vasina tétanu, difteria no pólio nian durante Ita-nia vida tomak, maibe Ita karik sei presiza doze adisionál se Ita visita país sira balun. Konfirma ho enfermeria iha Ita-nia klínika. .

**Se Ita hanoin katak Ita falta tiha ona Ita-nia doze sira ne'e balun, koalia ho enfermeira eskola nian ka Ita-nia doutór.**

## **Reforsu Td/IPV ne'e ha'u simu halonusá?**

Ita sei hetan injesaun ida iha Ita-nia liman parte leten. Nein ema ida gosta injesaun, maibe ne'e sei lalais de'it. Daun ne'ebé uza ki'ik hela no Ita sei sente de'it tuu ki'ikoan ida. Se Ita ta'uk uituan ho daun, fó-hatene ba enfermeira ka doutór molok simu injesaun.

## **Iha razaun ruma tansá ha'u labele hetan imunizasaun?**

Iha razaun balun tansá mak Ita labele hetan imunizasaun. Ita tenke fó hatene Ita-nia médiku ka enfermeira se Ita:

- iha temperatura aas tebetebes ka isin-manas;
- hetan ona konvulzaun ka paroxizmu;
- iha ona reasaun ladi'ak ba imunizasaun ruma;
- iha ona alerjia grave ba buat ruma; iha distúrbu emorrójiku (dezorden ransuli);
- hetan ona tratamentu ba kankru;
- sofre moras ruma ne'ebé afeta sistema imunolójiku (n.e. leusemia, HIV ka SIDA);
- foti hela medikamentu ruma ne'ebé afeta sistema imunolójiku (esteroide doze aas ka tratamentu hafoin transplantasaun orgaun ka ba kankru);
- Isin-rua hela;
- iha moras grave sira seluk.

Ne'e la dehan kedas katak Ita labele hetan imunizasaun maibe ida ne'e sei tulun doutór ka enfermeira atu deside imunizasaun ida ne'ebé mak di'ak liu ba Ita no presiza ka lae atu sira fó tan akonsellamentu ruma. Istória moras familia nian nunka bele sai hanesan razaun ida atu Ita labele hetan imunizasaun.

## **Iha efeitu sekundariu ruma ka lae?**

En jerál ita sei hetan kulit mean no bubu iha sona fatin. Dalaruma mosu kafuak ki'ikoan ida, maibe ne'e sei hahu lakon iha semana balun nia laran. Efeitu sira ne'ebé sériu liu ladun akontense maibe bele inklui isin-manas, ulun-moras, oinhalai, sente moras no bubu iha glándula sira.

Se Ita sente isin atu moras hafoin simu tiha imunizasaun, Ita bele hemu parasetamol ka ibuprofen. Lee instrusaun sira iha botir lolon ho didiak no hemu doze nebé koretu tuir Ita-nia tinan. Se presiza karik, hemu tan doze daruak iha

oras haat to'o oras neen liutiha. Se Ita-nia temperatura sei sei aas nafatin hafoin segunda doze, kolia ho Ita-nia doutór.

**Keta haluha, se Ita ho idade tinan 16 mai kraik, Ita labele hemu aimoruk ne'ebé iha aspirin.**

Ita tenki fó hatene Ita-nia doutór se Ita sófre husi problema ruma nebé bele iha relasaun ba Ita-nia imunizasaun.

**Ida ne'e de'it mak imunizasaun ne'ebé hau tenke hetan ba oras ne'e?**

Se Ita nu'udár feto foin-sa'e ida Ita tenki hetan HPV (Vasina papillomavirus ema nian) iha idade tinan 12 to'o 13 (eskola tinan dasiak) atu proteje Ita hasoru kankru servikál iha aban-bainrua. Ne'e involve imunizasaun tolu iha periodu fulan neen. Iha ona kampaña reajamentu nian atu feto foin-sa'e sira ne'ebé liu tinan 9 to'o 18, sira ne'ebé seidak simu vasina ne'e, sei hala'o ba sira to'o iha tinan 2011 nia laran. Atu hatene liután informasaun haree [www.helpprotectyourself.info](http://www.helpprotectyourself.info)

Wainhira Ita simu reforsu Td/IPV diak liu konfirma ho enfermeira ka doutór katak imunizasaun sira hotu ne'ebé ita simu atualizadu duni, n.e MenC no MMR.

**Vasina MMR**

Vasina MMR fó protesaun hasoru sarampu (measles = M), papeira (mumps = M) no rubéola (rubella = R).

Importante tebes atu konfirma katak Ita-nia imunizasaun MMR kompletu duni tanba iha foin-sa'e balun seidak hetan doze rua husi vasina MMR. MMR introdúz iha tinan 1988, ho doze daruak introdúz iha tinan 1996. Nune'e, se Ita moris mai molok tinan 1992, Ita karik iha de'it MMR doze ida.

Se Ita hanoin katak ida ne'e aplika ba Ita, Ita tenki hetan ona doze daruak iha tempu ne'ebé hanesan wainhira Ita simu Ita-nia Td/IPV. Se lae, husu Ita-nia médiku ka enfermeira kona-ba ne'e.

Se Ita nunca hetan vasina MMR, Ita tenke iha ona doze ida oras ne'e no ida seluk iha tempu fulan ida nia laran.

**Sarampu, papeira, no rubéola hothotu bele iha komplikasaun grave.**

- Sarampu bele provoka infesaun iha tilun, problema respiratóriu no mininjite/ensefalite (inflamasaun iha kakutak). Iha xánse 1 entre 2.500-5.000 ba moras ne'e atu halo ema mate.
- Papeira bele provoka diuk, baibain ho rekoperasaun parsiál ka tomak, no ba mane sira, labarik ka ema boot, bele provoka bubu ne'ebe moras tebes

iha sira nia testíkulu. Papeira mak kauzador prinsipál ba maninjite virál iha labarik-sira.

- Rubéola mos bele provoka inflamasaun kakutak no bele afeta koagulasaun raan. Iha fetu isin-rua sira, moras ne'e bele provoka abortu ka problema saúde boot ba sira-nia oan hanesan delek, diuk no problema kurasaun ka estraga kakutak.

### **Iha razaun ruma tansá ha'u labele hetan vasina MMR?**

Iha razaun menus liu tansá Ita labele simu imunizasaun MMR, maibe Ita tenki fó-hatene Ita-nia doutór ka enfermeira se Ita iha kondisaun ruma husi hirak ne'ebé temi iha leten.

### **Iha efeitu sekundariu ruma husi MMR ka?**

Efeitu sekundariu sira hafoin MMR raru tebetebes. Kuaze semana ida to'o loron 10 hafoin imunizasaun Ita karik hetan isin-manas, musmusan atu hanesan sarampu, no laiha vontade atu han, iha tempu ne'ebé parte sarampu vasina nian hahu fungsiona. Ita mós bele sente moras oituan iha parte ruin fukun sira.

Kuaze semana rua hafoin simu tiha MMR Ita karik hetan ikis ho kondisaun atu hanesan kulit metan tan lala'ok husi parte rubéola imunizasaun nian. Ne'e baibain sei di'ak mesak, maibe se Ita haree marka sira hanesan ne'e, hatudu ba Ita-nia doutór.

Kuaze semana tolu hafoin injesaun, dala ruma Ita bele hetan papeira forma kmaan wainhira parte papeira MMR nian hahú serbisu.

Komparasaun entre efeitu sekundariu MMR no efeitu sekundariu husi sarampu, papeira no rubeóla hatudu katak vasina ne'e seguru liu dook moras sira ne'e. Iha istória barak iha media ikus ne'e katak iha ligasaun entre MMR ho autizmu iha bebé sira. Maski nune'e, iha evidensia barak teb-tebes nebé hatudu katak laiha relasaun ruma. Haree iha sítiu internét [www.immunisation.nhs.org.uk](http://www.immunisation.nhs.org.uk) ka [www.dhsspsni.gov.uk/immunisation](http://www.dhsspsni.gov.uk/immunisation) atu hatene informasaun barak liu tan.

### **Hatene meninjite no septicemia**

Meninjite bele hamosu bubu iha revestimentu kakutak nian. Mikróbiu ne'ebé hanesan bele mos kauza envenenamentu iha raan (septicemia). Meninjite no septicemia ne'e grave tebetebes – sira bele provoka difisiésia no mate – no sinál sira bele mosu lalais de'it tan ne'e Ita tenke hetan tratamentu lalais kedas. Se Ita seidak hetan imunizasaun kontra meninjite C, Ita tenki simu kedas ona agora. Vasina MenC só proteje de'it tipu ida husi meninjite no septicemia, tan ne'e Ita sei presiza nafatin atu hatene sinál no sintoma sira.

### **Saida mak ha'u buka?**

Iha **labarik-sira ne'ebé boot uituan, foin-sa'e** no **adúltu sira**, sintoma prinsipál **meninjite** nian bele inklui:

- kakorok to'os (haré to'ok se sira bele re'in sira-nia ain-tuur ka halo kona sira-nia ren-to'os ba ain-tuur);
- ulun moras maka'as (ne'e de'it la sai hanesan razaun ida atu hetan tulun médika);
- antipatia ba naroman maka'as (la gósta lampu nabilan);
- muta;
- Isin-manas;
- Isin-baruk, la dun responsivu ka konfúzu;
- erupsaun (musmusan / hikis).

No sintoma prinsipál **septicemia** bele inklui:

- matan dukur, la dun responsivu, bilán ka konfuzu (sinál tarde ida husi septicemia);
- moras maka'as iha liman-lolon, ain-lolon no fukun sira;
- liman ho ain malirin;
- nakdedar;
- dada iis lalais;
- marka mean ka kór roxu nebé la lakon wainhira hanehan;
- muta;
- Isin-manas;
- diaréa no kabun moras.

Importante atu hanoin katak la'os ema hothotu sei hatudu sintoma hirak ne'ebé fo-sai iha leten. Se ema ruma mak hatudu sintoma sira ne'e balun, liuliu marka mean ka roxu, buka lalais kedas ajuda médika. Se Ita la konséje hasoru Ita-nia doutór, ka sei preukupadu hela hafoin hala'o tiha konsulta, fiar iha Ita-nia instíntu

no lori kedas Ita-nia oan ba departementu emerjensia nian iha Ita-nia ospital ne'ebé besik liu.

Se hanehan metmetin kopu vidru ida iha erupsaun septisémiku nia leten, erupsaun ne'e sai la lakon. Ita sei bele haree hetan musmusan mean liu husi vidru. Se ne'e mak akontese, buka lalais kedas ajuda husi doutór

### **Iha ne'ebé mak ha'u bele hetan tan informasaun?**

Meningitis Research Foundation (Fundasaun Peskiza Meninjite nian) no Meningitis Trust (Klibur ba Meninjite) fornese informasaun kona-ba meninjite.

Dere ba Meningitis Research Foundation nia número livre iha oras 24 nia laran iha helpline 080 8800 3344 ka ba vizita sítiu internét iha [www.meningitis.org](http://www.meningitis.org)  
Dere ba Meningitis Trust nia número livre iha oras 24 nia laran iha helpline 0800 028 1828 ka ba vizita sítiu internét iha [www.meningitis-trust.org](http://www.meningitis-trust.org)

## Programa imunizasaun rutín ba labarik

Wainhira atu hetan imunizasaun	Moras ne'ebé vasina ne'e proteje hasoru	Maneira fó
<b>Idade fulan 2</b>	Difteria, tétanu, kokeluxe (me'ar busa), polio, no <i>Influenzae Hamophilus</i> tipu b (Hib)  Infesaun pneumokósika	Injesaun ida  Injesaun ida
<b>Idade fulan 3</b>	Difteria, tétanu, me'ar busa, pólio no Hib  Meninjite C	Injesaun ida  Injesaun ida
<b>Idade fulan 4</b>	Difteria, tétanu, me'ar busa, pólio no Hib  Meninjite C  Infesaun pneumokósika	Injesaun ida  Injesaun ida  Injesaun ida
<b>Idade fulan 12</b>	Hib no meninjite C	Injesaun ida
<b>Idade fulan 15</b>	Sarampu, papeira no rubéola  Infesaun pneumokósika	Injesaun ida  Injesaun ida
<b>Idade tinan 3 to'o 5</b>	Difeteria, tétanu, me'ar busa, no pólio  Sarampu, papeira no rubéola	Injesaun ida  Injesaun ida
<b>Labarik-feto idade tinan 12 to'o 13</b>	Kánkru servikál (iha kakorok oan-fatin nian) kauza husi HPV tipu 16 no 18	Injesaun tolu iha periodu fulan neen.
<b>Idade tinan 14 to'o 18</b>	Tétanu, difteria no pólio	Injesaun ida

Se Ita falta tiha ona vasina hirak ne'e balun, nunka ser tarde liu atu apaña hikas fali. Konfirma espesialmente katak Ita hetan duni ona vasina MenC no doze rua vasina MMR nian. Se Ita seidak hetan vasina sira ne'e hotu, ka la serteza, koalia ho Ita-nia médiku ka enfermeira eskola nian.

Se Ita hakarak liután informasaun kona-ba imunizasaun, vizita sítiu internét DHSSPS nian [www.dhsspsni.gov.uk/immunisation](http://www.dhsspsni.gov.uk/immunisation) ka sítiu internét imunizasaun

nasionál nian iha [www.immunisation.nhs.uk](http://www.immunisation.nhs.uk) ka kona-ba informasaun HPV nian  
vizita [www.helpprotectyourself.info](http://www.helpprotectyourself.info)



Produced by the **Public Health Agency** on behalf of the Department of Health, Social Services and Public Safety. Crown Copyright material reproduced with the permission of the Controller of HMSO and the Queen's Printer for Scotland.

02/10