

எம்எம்ஆர்  
தலைநகர  
சிறப்பு  
செயல்திட்டம்

லண்டனில் தட்டம்மை,  
புட்டாலம்மை மற்றும்  
ரூபெல்லா-விலிருந்து  
குழந்தைகளை பாதுகாத்தல்

லண்டனில் இன்றைய தினம்,  
90,000 க்கும் மேற்பட்ட ஆரம்ப  
பள்ளிக் குழந்தைகள்  
தட்டம்மையிலிருந்து  
பாதுகாக்கப்படாமல்  
உள்ளனர்.....

செயல் திட்டம்

இது என்ன செயல்திட்டம் ?

2004 - ம் ஆண்டின் இறுதியிலும் மற்றும்  
2005 - ம் ஆண்டின் ஆரம்பத்திலும்  
எம்எம்ஆர் தடுப்பூசியை இதுவரை இரண்டு  
முறை போட்டுக்கொள்ளாத, லண்டனில்  
உள்ள ஆரம்ப பள்ளிக்கூடக்  
குழந்தைகளுக்கு எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி  
வழங்கப்படும்.

இந்த திட்டத்தின் அவசியம்  
என்ன?

இப்பொழுது சில ஆண்டுகளாக,  
லண்டனில் எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி  
குத்திக்கொள்ளும் குழந்தைகளின்  
எண்ணிக்கை குறைந்துவருகிறது, அதுவும்  
இப்போது மிகவும் குறைந்துள்ளது.  
இதனால், தட்டம்மை, புட்டாலம்மை  
மற்றும் ரூபெல்லா (ஜெர்மானிய  
தட்டம்மை) போன்ற  
தொற்றுநோய்களிலிருந்து  
பாதுகாக்கப்படாமல் பல குழந்தைகள்  
இப்போது இருக்கின்றனர் என்பது  
இதிலிருந்து தெரியவருகிறது. கடந்த  
முன்றாண்டுகளில் தட்டம்மை மற்றும்  
புட்டாலம்மை தொற்றுநோய்கள்  
ஏற்கனவே தோன்றிப் பரவிய நிகழ்வுகள்  
நடந்திருக்கின்றன. இதிலிருந்து அதிக  
குழந்தைகள் இன்னும்  
பாதுகாக்கப்பட்டாமலிருந்தால் இந்த  
தொற்றுநோய்கள் மேலும் பரவக்கூடும்.  
உங்கள் குழந்தை  
பாதுகாக்கப்படாமலிருந்தால் அவர்களுக்கு  
தொற்றுநோய் ஏற்படும் இடர் உள்ளது.  
எவ்வளவுகெவ்வளவு அதிக அளவில்  
குழந்தைகள் பாதுகாக்கப்படுகிறார்களோ  
அவ்வளவுக்கவ்வளவு தொற்றுநோய்  
ஏற்படும் நிகழ்வுகள் குறையக்கூடும்.

அண்மை ஆண்டுகளில், ஐரோப்பியாவில்  
பெரிய அளவில் இந்த நோய்கள் பரவலாக  
தொற்றியது கண்டறியப்பட்டுள்ளது. 1999 -  
ல் டப்ளினில் தட்டம்மை தொற்றுநோய்  
தோன்றி 1400 - க்கும் மேற்பட்ட

....இவர்களை பாதுகாப்பதற்கு,  
ஆரம்பப் பள்ளிகளில் எம்எம்ஆர்  
என்ற சிறப்பு திட்டம்  
செயல்படுத்தப்பட்டு வருகிறது,  
இந்த திட்டம் பற்றி இன்னும்  
அதிகமாகவும் உங்களுக்கும்,  
உங்கள் குழந்தைகளுக்கும் என்ன  
பயன் என்பதையும் இந்த பிரசுரம்  
விளக்குகிறது.

குழந்தைகளுக்கு பரவியது. இவர்களில் 111  
குழந்தைகள் மருத்துவமனையில்  
சேர்க்கப்பட்டனர், 13 பேருக்கு தீவிர சிகிச்சை  
தேவைப்பட்டது மற்றும் மூன்று  
குழந்தைகள் உயிரிழந்தனர். அப்போது,  
டப்ளினில் எம்எம்ஆர் வீதம் 70  
சதவீதத்திற்கு உட்பட்டிருந்தது. இது  
இப்போது லண்டனில் பல பகுதிகளில்  
உள்ள அதே போன்ற வீதமாகும்.

இதனால் எனது குழந்தைக்கு  
என்ன செய்ய வேண்டும்?

உங்கள் குழந்தைக்கு இதுவரை இரண்டு  
முறை எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி மருந்து  
கொடுக்கப்படவில்லையென்றால் அந்த  
குழந்தைக்கு பள்ளியில் ஒரு  
விழுங்கு(டோஸ்) எம்எம்ஆர்  
கொடுக்கப்படும். இது, இதற்கென  
பிரத்யேகமாக ஏற்பாடு செய்யப்படும்  
நிகழ்ச்சியில் கொடுக்கப்படும்.

எத்தனை விழுங்கு எம்எம்ஆர்  
தேவைப்படும்?

அனைத்து குழந்தைகளுக்கும் அவர்கள்  
பள்ளி வாழ்வை தொடங்குவதற்கு முன்பு  
பாதுகாப்பதற்காக குறைந்தது இரண்டு  
விழுங்கு எம்எம்ஆர் அவர்களுக்கு  
கொடுக்கப்படவேண்டும். இந்த திட்டத்தில்,  
ஒருமுறை கூட எம்எம்ஆர்  
கொடுக்கப்படாத அல்லது ஒரேவொரு  
முறை மட்டும் எம்எம்ஆர் கொடுக்கப்பட்ட  
அனைத்து குழந்தைகளுக்கும் ஒரு விழுங்கு  
எம்எம்ஆர் கொடுக்கப்படும்.

இதற்கு முன்பு உங்கள் குழந்தைக்கு  
எம்எம்ஆர்  
கொடுக்கப்படவில்லையென்றால்,  
பள்ளிக்கூடத்தில் அவர்களுக்கு ஒரு  
விழுங்கு கொடுக்கப்பட்டு ஒரு மாதத்திற்குப்  
பிறகு ஜிபி மருத்துவமனையில்  
அவர்களுக்கு இரண்டாவது விழுங்கு  
கொடுப்பதற்கு முன்கூட்டி நேரம்  
குறிக்கப்படும் பணியை நீங்கள்  
செய்யவேண்டும்.

எனது குழந்தைக்கு இதற்கு முன்பு எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி மருந்து கொடுக்கப்பட்டதா என்பது உறுதியாகத் தெரியவில்லை என்றால் நான் என்ன செய்யவேண்டும்?

நீங்கள் உங்களது குழந்தையின் உடல்நலப்பதிவேட்டில் (சிவப்பு புத்தகம்) இது பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளதா என்று சரிபார்க்கவும். அப்படி எதுவும் இல்லையென்றால், நீங்கள் உங்கள் மருத்துவமனையை தொடர்புகொள்ளவும். அங்கு பதிவு செய்யப்பட்டிருக்கலாம்.

உங்களுக்கு சந்தேகம் எதுவும் இருக்குமானால், உங்களது குழந்தைக்கு எம்எம்ஆர் கொடுக்கப்படவேண்டும். மேலும் ஒரு விழுங்கு எம்எம்ஆர் கொடுப்பதால் தீங்கு எதுவும் ஏற்படாது.

**எனது குழந்தைக்கு ஒரு நோய்க்கான தடுப்பூசி மருந்து மட்டுமே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது நான் என்ன செய்யவேண்டும்?**

தட்டம்மை, புட்டாலம்மை மற்றும் ரூபெல்லா நோய்களுக்கான தடுப்பூசி மருந்துகளில் ஒன்று மட்டும் கொடுக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கும் எம்எம்ஆர் கொடுக்கப்பட வேண்டும். இது ஏன் என்றால், ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட எம்எம்ஆர் மருந்து கொடுக்கும்போது நல்ல பாதுகாப்பு கிடைப்பது போல் ஒரு நோய்க்கான தடுப்பூசி மருந்தில் கிடைக்கிறது என்பதற்கு ஆதாரம் இல்லை. அம்மைப்பாலில் கிடைப்பதில்லை.

**இப்போது என்ன செய்ய வேண்டும்?**

இந்தப் பிரசுரத்தை படித்தபிறகு, நீங்கள் முடிவெடுத்த பின்னர், இசைவுப் படிவத்தில் கையொப்பமிட்டு பள்ளிக்கூடத்தில் திருப்பி கொடுக்கவும். நோய்த்தடுப்பு முகாம் எப்போது நடைபெறும் என்பது குறித்து உங்களுக்கு தகவல் தெரிவிக்கப்படும்.

## எம்எம்ஆர் தலைநகர சிறப்பு செயல்திட்டம்

நோய்கள்

தட்டம்மை

மிக வேகமாக தொற்றிப் பரவக்கூடிய ஒரு வைரஸ் கிருமியால் தட்டம்மை உண்டாகிறது. இந்தக் கிருமி தொற்றிய அனைவருக்கும் கட்டும் காய்ச்சல், தடிப்பு மற்றும் உடல்நலமின்மை ஏற்படும். குழந்தைகள் சாதாரணமாக ஐந்து நாட்கள் படுக்கையில் இருக்க நேரிடும், பத்துநாட்களுக்கு பள்ளிக்கூடம் போகாமலிக்கக்கூடும். வயதுவந்தவர்கள் இன்னும் நீண்டகாலம் உடல் நலமில்லாமல் இருக்கக்கூடும். யாருக்கு தட்டம்மையால் கடுமையாக பாதிப்பு ஏற்படும் என்று சொல்வது சாத்தியமில்லை. தட்டம்மையால் ஏற்படும் சிக்கல்கள் 15 குழந்தைகளில் ஒரு குழந்தையைப் பாதிக்கிறது. இந்தச் சிக்கல்களில் காது, மார்பு மற்றும் மேல் காற்றுப்போக்கில் தொற்று, பேதி, வலிப்பு மற்றும் அரிதாக மூளைவீக்கம் மற்றும் மூளைச் சிதைவு போன்றவை அடங்கும். மிகவும் மோசமான நிகழ்வுகளில், தட்டம்மை ஆளைக் கொல்கிறது. ஆராக்கியமான குழந்தைகளும் கூட தட்டம்மையால் உயிரிழக்கின்றன.

**தட்டம்மை எவ்வாறு பரவுகிறது?**

மிகவேகமாக தொற்றி பரவக்கூடிய நோய்களில் தட்டம்மை ஒரு நோயாகும்.

ஒருவர் இருமும்போது அல்லது தும்மும்போது அதன் மூலம் தட்டம்மைக்கிருமி பெரும் பகுதிக்கு பரவக்கூடும். இது மிகவேகமாக தொற்றிப் பரவக்கூடியது என்பதால், உங்கள் குழந்தை பாதுகாக்கப்படவில்லையென்றால் உங்கள் குழந்தைக்கு தட்டம்மை நோய் தொற்றக்கூடிய வாய்ப்புகள் உள்ளன.

## புட்டாலம்மை (மம்ஸ்) என்பது என்ன?

காய்ச்சல், தலைவலி மற்றும் முகம், கழுத்து மற்றும் தாடைப் பகுதியில் சுரப்பிகளில் வலியுடன் வீங்குதல் போன்றவற்றை ஏற்படுத்தக்கூடிய ஒரு கிருமியால் புட்டாலம்மை உண்டாகிறது. இதன் விளைவாக நிரந்தர காதுகேளாமை, மூளை மேலுறை வீக்கம் மற்றும் மூளைவீக்கம் போன்ற பாதிப்புகள் ஏற்படலாம். ஆண்களில் வலியுடன் கூடிய விரைவீக்கம் மற்றும் பெண்களில் சூற்பை வீக்கம் அரிதாக ஏற்படலாம். புட்டாலம்மை ஏழு முதல் பத்து நாட்கள் வரை நீடிக்கக்கூடும்.

## புட்டாலம்மை எவ்வாறு பரவுகிறது?

தட்டம்மை பரவுவது போலவே அதே வகையிலேயே புட்டாலம்மையும் பரவுகிறது. இது ஃபுளு காய்ச்சலைப் போன்றே தொற்றிப்பரவக்கூடியது.

## ரூபெல்லா என்றால் என்ன?

ரூபெல்லா (ஜெர்மானிய தட்டம்மை) என்பது, ஒரு வைரஸ் கிருமியால் உண்டாகிறது. சாதாரணமாக குழந்தைகளுக்கு இது மிதமாக வரக்கூடும். நோய் வந்தது தெரியாமல் போய்விடலாம். இது, தோன்றிமறையும் சொறி, சுரப்பி வீக்கம் மற்றும் தொண்டைவலி ஆகிவற்றை உண்டாக்குகிறது. பிறக்கும் நிலையிலிருக்கும் குழந்தைகளுக்கு ரூபெல்லா மிகவும் மோசமான பாதிப்பை ஏற்படுத்தக்கூடும். அவர்களின் கண்பார்வை, காதுகேட்டல், இருதயம் மற்றும் மூளையை இது மோசமாக பாதிக்கக்கூடும். கருவுற்ற முதல் மூன்று மாதங்களுக்குள் ரூபெல்லாநோய் தொற்றுமானால், அது, பிறக்க இருக்கும் பத்தில் ஒன்பது குழந்தைகளுக்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. இந்நிலை உடன்பிறந்த ரூபெல்லா நோய் அறிகுறிநிலை எனப்படும் (CRS). பல நேரங்களில், கருவுற்ற பெண்கள், தங்களது சொந்த அல்லது நண்பர்களின் பிள்ளைகள் மூலம் ரூபெல்லா தொற்றைப்பெறுகிறார்கள்.

## ரூபெல்லா எவ்வாறு பரவுகிறது?

தட்டம்மை அல்லது புட்டாலம்மை பரவுவது போலவே ரூபெல்லாவும் பரவுகிறது. இது ஃபுளு காய்ச்சல் போன்றே இதுவும் தொற்றிப் பரவக்கூடியது.

# எம்எம்ஆர் தலைநகர சிறப்பு செயல்திட்டம்

## தடுப்பூசி மருந்து

### எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி மருந்து என்றால் என்ன?

எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி மருந்தில், உயிருள்ள தட்டம்மை, புட்டாலம்மை மற்றும் ரூபெல்லா ஆகியவற்றின் பலவீனப்படுத்தப்பட்ட நுண்ணுயிரிகள் அடங்கியுள்ளன. விஷக்கிருமிகள் பலவீனப்படுத்தப்பட்டுள்ளதால், இத்தடுப்பூசி மருந்து கொடுக்கப்பட்டவர்களிடமிருந்து மற்றவர்களுக்கு நோய் தொற்றாது.

### தடுப்பூசி மருந்து எப்படி கொடுக்கப்படுகிறது?

கரத்தின் மேல்பகுதி தசைக்குள் தடுப்பூசி மருந்து உட்செலுத்தப்படுகிறது.

### எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி மருந்து எவ்வளவு செயல்திறன் வாய்ந்தது?

எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி மருந்து மிகவும் செயல்திறன் வாய்ந்தது. இது 1988 - ல் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டதிலிருந்து மூன்று நோய்களை ஏறக்குறைய அடியோடு ஒழித்துக்கட்டுவதற்கு முக்கிய காரணமாக இருந்தது.

### தடுப்பூசி மருந்தினால் ஏற்படும் பக்கவிளைவுகள் என்ன?

தடுப்பூசி மருந்தில் உள்ள வெவ்வேறுபட்ட மூன்று நுண்ணுயிரிகள் வெவ்வேறு சமயங்களில் செயல்படுகின்றன. இவை பின்வரும் பின்விளைவுகளை ஏற்படுத்தலாம்.

- தடுப்பூசி மருந்து கொடுத்த ஆறு முதல் பத்து நாட்கள் கழித்து சில குழந்தைகளுக்கு காய்ச்சல் வரலாம். (இது பத்து குழந்தைகளில் ஒரு குழந்தைக்கு நிகழ்கிறது). சிலருக்கு தட்டம்மை போன்று தடிப்பு சிலருக்கு வரக்கூடும். மருந்தின் தட்டம்மை பகுதி செயல்படத்தொடங்கும்போது அவர்களுக்கு உணவருந்த முடியாதுபோகும்.

- தடுப்பூசி மருந்து கொடுக்கப்பட்ட 1000 குழந்தைகளில் ஒரு குழந்தைக்கு காய்ச்சலால் ஏற்படும் வலிப்பு வரக்கூடும். இது “காய்ச்சல் இழுப்பு” எனப்படும். ஆனால் அநேக குழந்தைகள் இதில் பாதிக்கப்படாமல் தப்பிவிடுவர். எனினும், ஒரு குழந்தைக்கு தடுப்பூசி மருந்து கொடுக்கப்படாத நிலையில், தட்டம்மை வருமானால், இந்த குழந்தைக்கு வலிப்பு ஏற்படுவதற்கு ஐந்து மடங்கு அதிக வாய்ப்பு இருக்கிறது.

- தடுப்பூசி மருந்து கொடுத்து மூன்று வாரம் கழித்து புட்டாலம்மை தொடர்பான தடுப்பூசி மருந்து வேலைசெய்யத் தொடங்கும்போது, அரிதாக குழந்தைகளுக்கு புட்டாலம்மை போன்ற அறிகுறிகள் (காய்ச்சல், சுரப்பிவீக்கம்) ஏற்படலாம்.

- குழந்தைகளுக்கு தடுப்பூசி மருந்து கொடுக்கப்பட்ட ஆறுவாரத்தில் கருப்பு திட்டு வேனிற்கட்டி வரலாம். இது புட்டாலம்மை அல்லது ரூபெல்லாசார்ந்த தடுப்பூசி மருந்தால் ஏற்படுகிறது. இது போன்ற புள்ளிகளை பார்த்தால், உங்கள் குழந்தையை மருத்துவரிடம் அழைத்துச்செல்லவும். இந்தப் பிரச்சனைக்கு என்ன செய்யலாம் என்று மருத்துவர் ஆலோசனை வழங்கி உங்கள் குழந்தையை எதிர்காலத்தில் பாதுகாப்பார்.

- எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி மருந்து கொடுத்த பின்பு பத்து லட்சத்தில் ஏதோ ஒரு குழந்தைக்கும் குறைவான வீதத்தில் மூளை வீக்கம் ஏற்படுவதாகக் கூறப்படுகிறது. தடுப்பூசி மருந்தினால் தான் மூளை வீக்கம் வந்தது என்பதற்கு போதிய ஆதாரம் இல்லை. எனினும், ஒரு குழந்தைக்கு புட்டாலம்மை தொற்றுப்பரவுமானால் மூளை வீக்கம் வரும் வாய்ப்பு 200 - ல் ஒரு மடங்கிற்கும் மற்றும் 5000 - ல் ஒரு மடங்கிற்கும் இடைப்பட்ட நிலையில் இருக்கிறது.

எம்எம்ஆரால் தற்புனைவு  
மனநிலை பாதிப்பு ஏற்படும்  
இடர் இருக்கிறது என்று  
இதுவரை எந்த ஆய்வும்  
வெளிப்படுத்தவில்லை.

எம்எம்ஆர் - ஆல் தற்புனைவு  
மனநிலை பாதிப்பு ஏற்படுகிறதா?

இல்லை. வயிற்று குடல்  
பிரச்சினைகளையும் கூடுதலாக கொண்ட,  
12 தற்புனைவு மனநிலை பாதிக்கப்பட்ட  
குழந்தைகள் பற்றி 1998 - ல் சில  
அறிவியலறிஞர்கள் ஒரு கட்டுரை  
வெளியிட்டபோது, எம்எம்ஆர் தடுபூசி  
மருந்துக்கும் தற்புனைவு மனநிலை  
பாதிப்புக்கும் தொடர்பு இருப்பதாக பேச்சு  
அடிப்படத்தொடங்கியது.  
மனநிலைபாதிப்புக்கும், எம்எம்ஆர்  
மருந்துக்கும் எந்த தொடர்பும் இருப்பதாக  
உறுதிப்படுத்தப்படவில்லை என்று  
அறிவியலறிஞர்கள் தெளிவாக  
தெரிவித்திருந்தபோதிலும், அதைத்  
தொடர்ந்து வந்த செய்தி விளம்பரத்தினால்  
இரண்டிற்கும் தொடர்பு இருப்பதாக ஒரு  
எண்ணம் உருவாகியது.

தற்புனைவு மனநிலை பாதிப்பு இருக்கிறது  
என்று நோய் அறியப்பட்ட குழந்தைகளின்  
எண்ணிக்கை பல ஆண்டுகளாக அதிகரித்து  
வந்துள்ளது. எம்எம்ஆர் மருந்தே இந்த  
அதிகரிப்புக்கு காரணம் என்று சிலர்  
இதனால் கருத்துக்கொண்டனர்.

எம்எம்ஆரினால் தற்புனைவு மனநிலை  
பாதிப்பு ஏற்படுகிறது என்று எந்த ஒரு  
ஆய்வும் சொல்லவில்லை. ஆனால்,  
இரண்டிற்கும் தொடர்பு இல்லை  
என்பதற்கு பல ஆய்வுகள் உள்ளன.  
எம்எம்ஆரினால் தற்புனைவு  
மனநிலைபாதிப்பு இல்லை என்று  
அறிவியல் சான்று வலுவாக  
உறுதிப்படுத்துகிறது.

எனது குழந்தைக்கு எம்எம்ஆர்  
கொடுக்கக்கூடாது என்பதற்கு  
ஏதேனும் காரணங்கள்  
உள்ளனவா?

தடுப்பூசிமருந்து கொடுக்கப்படக்கூடாத  
குழந்தைகள் ஒரு சிலரே உள்ளனர்.  
அவற்றுள் மிகவும் முக்கிய காரணங்கள்  
பின்வருமாறு :

- உங்கள் குழந்தைக்கு, எம்எம்ஆர்  
மருந்து ஏற்கனவே கொடுத்ததையடுத்து  
ஒவ்வாமை எதிர்வினை  
இருக்குமானால். (கீழே பார்க்கவும்)  
அல்லது
- உங்கள் குழந்தையின் நோய் எதிர்பு  
அமைப்பு  
கட்டுப்படுத்தப்பட்டிருக்குமானால்,  
(எடுத்துக்காட்டிற்கு, மாற்று அறுவை  
சிகிச்சை அல்லது புற்றுநோய் போன்ற  
ஒரு மோசமான நிலைக்கு அவர்கள்  
சிகிச்சை பெற்றுவருவதால்), இது  
போன்ற நேரங்களில் மருத்துவரோ  
அல்லது செவிலியரோ குழந்தை நல  
மருத்துவ நிபுணரின் ஆலோசனையை  
நாடிப்பெறவேண்டும்.

உங்கள் குழந்தைக்கு எம்எம்ஆர் தடுப்பூசி  
குத்துவதற்கு முன் குறிக்கப்பட்ட  
நேரத்திற்கு செல்ல தவறியிருப்பீரானால்,  
உங்கள் மருத்துவமனையில் அல்லது  
கிளினிக்கில் மற்றொரு நேரம் குறிக்கப்  
பெறலாம்.

ஒவ்வாமைகள்

முட்டைக்கு ஒவ்வாத எதிர்வினையுடைய  
குழந்தைக்கும் கூட (முகம் மற்றும் உடலில்  
கட்டி, தழுமல், வாய் மற்றும் தொண்டை  
வீக்கம், சுவாச பிரச்சனை மற்றும் அதிர்ச்சி)  
எம்எம்ஆர் தடுப்பூசிமருந்து கொடுக்கலாம்.  
இந்தச் சூழ்நிலையில், உங்கள்  
மருத்துவரிடமோ அல்லது பள்ளிக்கூட  
செவிலியரிடமோ தெரிவிக்கவும். உங்கள்  
குழந்தைக்கு தடுப்பூசி மருந்து  
கொடுப்பதற்கு அவர்கள் பிரத்யேக  
ஏற்பாடுகளைச் செய்வார்கள்.

**எம்எம்ஆர் குறித்து கூடுதல் தகவலை நான்  
எங்கு பெறமுடியும்?**

[www.mmrthefacts.nhs.uk](http://www.mmrthefacts.nhs.uk) அல்லது

[www.immunisation.nhs.uk](http://www.immunisation.nhs.uk) என்ற வலைதளத்தை பார்க்கவும்.

உங்களது பள்ளிக்கூட செவிலியர், மருத்துவர் அல்லது

பணியாற்றும் செவிலியரிடம் பேசவும் அல்லது என்எச்எஸ்

டைரக்ட் - இடம் 0845 4647 என்ற எண்ணில் தொடர்பு

கொள்ளவும்.