ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက်များဆိုင်ရာ ဖော်ပြချက်

အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး - *သင်သိထားရမည့် အကြောင်းအရာများ*

Many vaccine information statements are available in Burmese and other languages. See www.immunize.org/vis

ကွာကယ်ဆေး အချက်အလက် ဖော်ပြချက်များွစာကို စပိန်ဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ **www.immunize.org/vis** ကို ကြည့်ရှုပါ

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

အသည်းရောင် အသားဝါ အေပိုး ကာကွယ်ဆေးသည် **အသည်းရောင်အသားဝါ အေပိုးကို** ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင် အသားဝါ အေ သည် ပြင်းထန်သော အသည်းရောဂါဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ပိုးရှိသော သူများနှင့် အနီးကပ် ထိတွေ့ခြင်းမှတစ်ဆင့် သို့မဟုတ် လူတစ်ဦးသည် ရောဂါရှိသော လူတစ်ဦးမှ ဝမ်း (မစင်) အနည်းငယ်ဖြင့် ထိတွေ့သော အရာဝတ္ထု၊ အစားအစာ သို့မဟုတ် အဖျော်ယာမကာများမှ ဗိုင်းရပ်စ်များကို သိရှိလျက် သောက်သုံးသောအခါတွင် အများအားဖြင့် ပျံ့နှံ့ပါသည်။

အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ရှိသော လူကြီးအများစုတွင် မောပန်းခြင်း၊ ခံတွင်း ပျက်ခြင်း၊ အစာအိမ် နာခြင်း၊ ပျို့ခြင်းနှင့် အသားဝါခြင်း (အဝါရောင် အရေပြား သို့မဟုတ် မျက်လုံးများ၊ အမည်းရောင် ဆီး၊ ဝမ်းအရောင်ဖျော့) တို့ ပါဝင်ပါသည်။ အသက် ၆ နှစ်အောက်ငယ်သော ကလေးအများစုတွင် လက္ခဏာ မရှိပါ။

အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ရှိသော သူတစ်ဦးသည် ထိုရောဂါ လက္ခဏာ မရှိလျှင်ပင် အခြားသူများကို ရောဂါကူးစက်ပေးနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ရှိသော သူအများစုသည် အပတ်ပေါင်းများစွာ ဖျားနေနိုင်သော်လည်း သူတို့သည် လုံးဝ ပြန်ပျောက်သွားပြီး ကြာရှည် အသည်း ပျက်စီးမှု မရှိကြပါ။ ရှားပါးသော ဖြစ်ရပ်များတွင် အသည်းရောင် အသားဝါ အေ သည် အသည်းလုပ်ဆောင်ချက် ပျက်စီးခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ၎င်းသည် အသက် ၅၀ ထက်ကြီးသော သူများနှင့် အခြားအသည်းရောဂါများရှိသော သူများတွင် ပို၍ တွေ့နိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးသည် အမေရိကန်တွင် ထိုရောဂါ အတွေ့ရ အတော် နည်းအောင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော်လည်း ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသော သူများ အကြားတွင် အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုသည် ဖြစ်နေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

2. အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး

ကလေးများသည် အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ၂ လုံး လိုအပ်ပါသည် -

- ပထမအကြိမ်- အသက် ၁၂ လမှ ၂၃ လ
- ဒုတိယအကြိမ် - ပထမအကြိမ် ပြီးနောက် အနည်းဆုံး ၆ လ

အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ကို ကာကွယ်ခြင်းကို အကြံပြုသော အခါ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု ပြင်ပသို့ ခရီးသွားသော**အသက် ၆ လမှ ၁၁ လအထိ ကလေးငယ်များ**သည် အသည်းရောင် အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး တစ်ကြိမ်ကို လက်ခံရယူသင့်ပါသည်။ ဤကလေးများသည် ရေရှည် ကာကွယ်မှု အတွက် သတ်မှတ်ထားသည့် အသက်အရွယ်တွင် အပိုဆောင်း နောက်ထပ် 2 ကြိမ် ထိုးသင့်ပါသည်။

ပိုမို အသက်ကြီးသော ကလေးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များ၊ အသက် ၂ နှစ်မှ ၁၈ နှစ်အကြား ကာကွယ်ဆေး ယခင်က မထိုးရသေးသော သူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးသင့်ပါသည်။

ယခင်က ကာကွယ်ဆေးမထိုးဘူးပြီး အသည်းရောင်အသားဝါ အေကို ကာကွယ်လိုသော **လူကြီးများသည်**လည်း ကာကွယ်ဆေး ထိုးနိုင်သည်။

အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးကို အောက်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်လည်း အကြံပြုပါသည် -

- နိုင်ငံတကာ ခရီးသွားများ
- အခြားအမျိုးသားများနှင့် လိင်ထိတွေ့မှုရှိသော အမျိုးသားများ
- မူးယစ်ထိုးဆေး အသုံးပြုသော သို့မဟုတ် အသုံးမပြုသော သူများ
- ရောဂါအတွက် လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာ ဘေးအန္တရာယ်ရှိသော သူများ
- အခြားနိုင်ငံမှ ကလေးမွေးစားသူတစ်ဦးနှင့် အနီးကပ် ထိတွေ့မည်ဟု မျှော်လင့်ထားသော သူ
- အိမ်ခြေယာမဲ့ဖြစ်နေသော သူများ
- HIV ရှိသော လူများ
- နာတာရှည် အသည်းရောဂါ ဖြစ်နေသော သူများ

ထို့အပြင် အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ယခင်က မရရှိဖူးသေးဘဲ အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ရှိသော သူတစ်ဦးနှင့် တိုက်ရိုက် ထိတွေ့မှုရှိသော သူတစ်ဦးသည် ဖြစ်နိုင်သမျှ မြန်မြန် ထိတွေ့ပြီး ၂ ပတ်အတွင်း အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ထိုးသင့်ပါသည်။

အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးကို အခြားသော ကာကွယ်ဆေးများ နှင့် တချိန်တည်း ပေးနိုင်သည်။

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

3. သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည်ဆိုလျှင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးပံ့ပိုးမည့်သူထံသို့ အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ -

- ယခင်က **အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး တစ်ကြိမ်ထိုးပြီးနောက် ဓါတ်မတည့်သည့် တုန့်ပြန်မှု ဖြစ်ခဲ့ဖူးလျှင်** သို့မဟုတ် **ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ် ချိန်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုန့်ပြန်မှုတစ်စုံတစ်ရာ** ရှိခဲ့ဖူးခြင်း။

အချို့သော ဖြစ်ရပ်များတွင် သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူသည် အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ထိုးမှုကို နောက်တကြိမ်ဆေးခန်းသို့လာပြသည်အထိ ရွှေ့ဆိုင်းရန် ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။

အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ရရှိရန်အတွက် ဘေးအန္တရာယ်ရှိပါက ကိုယ်ဝန်ဆောင် သို့မဟုတ် နို့တိုက် မိခင်များကို ကာကွယ်ဆေး ထိုးသင့်ပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း သို့မဟုတ် နို့တိုက်ခြင်းသည် အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်းကို ရှောင်ရှားရန် အတွက် အကြောင်းပြချက် မဟုတ်ပါ။

အအေးမိခြင်း ကဲ့သို့ အသေးစား နာမကျန်းမှုရှိသူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အသင့်အတင့် သို့မဟုတ် အပြင်းအထန် နေမကောင်းသူများသည် အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး မထိုးမီ နေပြန်ကောင်းလာသည်အထိ စောင့်သင့်သည်။

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- ထိုးသော နေရာတွင် နာကျင်ခြင်း သို့မဟုတ် နီရဲခြင်း၊ ဖူးနာခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ မောပန်းခြင်း သို့မဟုတ် အစားအသောက်ပျက်ခြင်းသည် အသည်းရောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက်တွင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း အပါအဝင် ဆေးဝါးကုသမှုများ အပြီးတွင် လူတို့သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မူးဝေလဲကျတတ်ပါသည်။ သင်မူးဝေခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် နားခြင်းဖြစ်ပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်းထန်သော ဓါတ်မတည့်ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အလွန့်အလွန်နည်းပါးသည်။

5. ပြင်းထန်သော တုံ့ပြန်မှု ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ဆေးခန်းမှ ထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်တုန့်ပြန်မှုရရှိနိုင်သည်။ သင်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့် တုန့်ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည်ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း သို့မဟုတ် အားမရှိခြင်း) တို့ကို တွေ့ ရှိရပါက 9-1-1 သို့ ခေါ်ဆိုပြီး၊ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံး ဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

အခြားသော လက္ခဏာများအတွက် စိတ်ပူပါက သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူထံ ဖုန်းခေါ်ပါ။

ဓာတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှုများအား Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS (ကာကွယ်ဆေး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး အဖြစ်အပျက် တိုင်ကြားရန် စနစ်) သို့ တင်ပြသင့်သည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူသည် ပုံမှန်အားဖြင့် ဤအစီရင်ခံစာကို တင်ပြမည်ဖြစ်သည် သို့မဟုတ်ပါက သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပေသည်။ VAERS ၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ဖြစ်သည့် www.vaers.hhs.gov သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် **1-800-822-7967**သို့ ခေါ်ဆိုပါ။ *VAERS သည် ဓါတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံရန်အတွက်သာ ဖြစ်ပြီး၊ VAERS ဝန်ထမ်းအဖွဲ့ဝင်များသည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အကြံပေးခြင်းများ မပြုလုပ်ပါ။*

6. ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိမှု လျော်ကြေးပေးရေး အမျိုးသား အစီအစဉ်

The National Vaccine Injury Compensation Program, VICP (အမျိုးသား ကာကွယ်ဆေး ထိခိုက်ဒဏ်ရာ လျော်ကြေးပေးရေး အစီအစဉ်) သည် ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုခုကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိသူအား လျော်ကြေးပေးရန် တည်ထောင်ထားသော ပြည်ထောင်စု အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု ပြောဆိုထားသည့် ထိခိုက်မှု သို့မဟုတ် အသက်သေဆုံးမှုနှင့်စပ်လျဉ်းသော တောင်းဆိုမှုများအတွက် လျှောက်ထားရန် အချိန်အကန့်အသတ်ရှိပြီး ယင်းမှာ ၂ နှစ်အထိ လျှော့ချထားပါသည်။ အစီအစဉ်အကြောင်း လေ့လာရန်နှင့် မကျေနပ်ချက်ကို တင်ပြရန်တို့အတွက် VICP ဝက်ဘ်ဆိုဒ် ဖြစ်သည့် www.hrsa.gov/vaccinecompensation သို့သွားပါ သို့မဟုတ် 1-800-338-2382 သို့ခေါ် ဆိုပါ။

7. ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန်

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ် ဆိုပါ။
- ကာကွယ်ဆေး ပက်ကေ့ချ်အတွက် Food and Drug Administration, FDA (သည် အစားအစာနှင့် ဆေးဝါး အာဏာပိုင်) ဝဘ်ဆိုက်သို့ သွားရောက်ပြီးနောက်ထပ်အချက်အလက်ကို www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines မှာဖြည့်သွင်းပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention, CDC (ရောဂါ ကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေး ဗဟိုဌာန) သို့ ဆက်သွယ်ပါ-
  - ဖုန်းခေါ် ဆိုရန် 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ ဝဘ်ဆိုဒ်သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန်www.cdc.gov/vaccines

Burmese translation provided by the Immunization Action Coalition

OFFICE USE ONLY