

# ကာကွယ်ဆေး သတင်းအချက်အလက် ဖော်ပြချက်

## အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေး -

### သင်သိထားရမည့်အရာ

Many vaccine information statements are available in Spanish and other languages. See [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis)

ကာကွယ်ဆေး သတင်းအချက်အလက် ဖော်ပြချက်များစွာကို စပိန်ဘာသာနှင့် အခြားဘာသာစကားများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis) တွင်ကြည့်ပါ

### 1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးမှာလဲ။

အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးသည် အသည်းရောင်အသားဝါဘီကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။ အသည်းရောင်အသားဝါဘီသည် အသည်းရောဂါတစ်ခုဖြစ်ပြီး သီတင်းပတ်အနည်းငယ်ကြာအောင် အပျော့စား နာမကျန်းမှုကို ဖြစ်စေခြင်း သို့မဟုတ် ပြင်းထန်ပြီး တစ်သက်လုံးကြာသော နာမကျန်းမှုကို ဖြစ်စေခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

- နာတာရှည်မဟုတ်သော အသည်းရောင်အသားဝါဘီသည် ဖျားခြင်း၊ မောပန်းခြင်း၊ အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊ ပျို့ခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ အဝါရောင်ဖြစ်ခြင်း (အရေပြား သို့မဟုတ် မျက်လုံးများဝါခြင်း၊ ဆီးအရောင်ရင့်ခြင်း၊ ရွှံ့စေးရောင် ဝမ်းသွားခြင်းများ) နှင့် ကြွက်သားများ၊ အဆစ်များနှင့် အစာအိမ် နာခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။
- နာတာရှည် အသည်းရောင်အသားဝါဘီသည် လူတစ်ယောက်၏ ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကျန်ရှိနေပါက ဖြစ်ပွားသည့် ရေရှည်နာမကျန်းမှု တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ နာတာရှည် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ဖြစ်လာကြသော လူအများစုတွင် ရောဂါလက္ခဏာများ မရှိသော်လည်း ၎င်းသည် အလွန်ပြင်းထန်ကာ အသည်းထိခိုက်ပျက်စီးခြင်း (အသည်းခြောက်ခြင်း)၊ အသည်းကင်ဆာနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ နာတာရှည် ရောဂါကူးစက်ခံရသူများသည် ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ခံစားရခြင်း သို့မဟုတ် ဖျားနာပုံရခြင်း မရှိသည့်တိုင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ဗိုင်းရပ်စ်ကို အခြားသူများထံ ပျံ့နှံ့စေနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးပါရှိသော သွေး၊ သုက်ရည် သို့မဟုတ် အခြားကိုယ်တွင်းအရည် တစ်ခုခုက ရောဂါကူးစက်မှုအား သူ၏ ခန္ဓာကိုယ်ထဲသို့ ဝင်ရောက်သည့်အခါတွင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ပျံ့နှံ့ပါသည်။ အောက်ပါနည်းများဖြင့် ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည် -

- မွေးဖွားခြင်း (ကိုယ်ဝန်ဆောင်တစ်ဦးတွင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ရှိပါက ၎င်း၏ကလေးကို ကူးစက်လာနိုင်ပါသည်)
- ဘလိတ်စား သို့မဟုတ် သွားတိုက်တံကဲ့သို့သော ပစ္စည်းများကို ရောဂါရှိသူတစ်ဦးနှင့် မျှဝေသုံးခြင်း
- ကူးစက်ခံထားရသူ တစ်ဦး၏ သွေး သို့မဟုတ် ပွင့်နေသောအနာများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း
- ကူးစက်ခံထားရသည့် လက်တွဲဖော်နှင့် လိင်ဆက်ဆံခြင်း
- အပ်များ၊ ဆေးထိုးပိုက်များ သို့မဟုတ် ဆေးထိုးသွင်းသည့် အခြားကိရိယာများကို မျှဝေသုံးခြင်း
- အပ်စူးမိခြင်းများ သို့မဟုတ် အခြားသော ရှည်သည့်ပစ္စည်းများကြောင့် ထွက်လာသည့်သွေးကို ထိကိုင်မိခြင်း

အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူ အများစုသည် တစ်သက်လုံး ရောဂါဖြစ်ပါသည်။

### 2. အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေး

အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးကို 2၊ 3 သို့မဟုတ် 4 ကြိမ် ထိုးပေးလေ့ရှိပါသည်။

**မွေးကင်းစကလေးများသည်** အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေး ပထမအကြိမ်ကို မွေးကာစတွင် ရရှိသင့်ပြီး အသက် 6-18 လအကြာတွင် စီးရီးပြည့်လေ့ရှိမည် ဖြစ်ပါသည်။ **အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးကို မွေးကင်းစတွင် ထိုးခြင်းသည် မွေးကင်းစကလေးများတွင် ရေရှည်နာမကျန်းဖြစ်မှုနှင့် အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတွင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ပျံ့နှံ့မှုကို ကာကွယ်ခြင်းတွင် အရေးကြီးသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။**

**အသက် 59 နှစ်နှင့်အောက်ဖြစ်ပြီး** ကာကွယ်ဆေးမထိုးရသေးသူ မည်သူမဆို ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်ပါသည်။ ယခင်က ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသလို အသည်းရောင်အသားဝါဘီနှင့် ထိတွေ့နိုင်မှုအန္တရာယ် ပိုများသည့် **အသက် 60 နှစ်နှင့်အထက် လူကြီးများ** အတွက် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို တိုက်တွန်းပါသည်။ ယခင်က ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသလို အန္တရာယ်ပိုများခြင်းမရှိသည့် **အသက် 60 နှစ်နှင့်အထက် လူကြီးများ** ကိုလည်း ကာကွယ်ဆေးထိုးနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးကို ယင်းကာကွယ်ဆေး တစ်မျိုးတည်းဖြစ်စေ၊ ပေါင်းစပ်ကာကွယ်ဆေး (ဆေးတစ်ကြိမ်စာတွင် တစ်မျိုးထက်ပိုသော ကာကွယ်ဆေးများကို ပေါင်းစပ်ထားသည့် ကာကွယ်ဆေး အမျိုးအစား) တစ်မျိုး၏ အစိတ်အပိုင်းအဖြစ်ဖြစ်စေ ထိုးနိုင်ပါသည်။ အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးကို အခြားကာကွယ်ဆေးများနှင့် တစ်ချိန်တည်းတွင် ထိုးနိုင်ပါသည်။

### 3. သင့်ကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် စကားပြောပါ

ကာကွယ်ဆေး အထိုးခံမည့်သူတွင် အောက်ပါတို့ရှိပါက ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသူကို ပြောပါ -

- ယခင်က အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်ပွားဖူးခြင်း သို့မဟုတ် ပြင်းထန်ပြီး အသက်အန္တရာယ်ရှိသည့် ဓာတ်မတည့်မှု တစ်ခုခုရှိလျှင်



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

အချို့အခြေအနေများတွင် သင့်ကိုကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသူသည် နောင်တစ်ချိန် လာရောက်ပြသချိန်အထိ အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို ဆိုင်းငံ့ထားရန် ဆုံးဖြတ်ခြင်းရှိနိုင်ပါသည်။

ယခင်က ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသည့် ကိုယ်ဝန်ဆောင် သို့မဟုတ် မိခင်နို့တိုက်သူများကို ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်ပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း သို့မဟုတ် မိခင်နို့တိုက်ခြင်းသည် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရန် အကြောင်းရင်းများ မဟုတ်ပါ။

အအေးမိခြင်းကဲ့သို့သော အပျော့စား နာမကျန်းမှုများ ရှိသူများကို ကာကွယ်ဆေးထိုးနိုင်ပါသည်။ အသင့်အတင့် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်စွာ နေမကောင်းသူများသည် အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေး အထိုးမခံမီ နှလန်ပြန်ထသည်အထိ စောင့်သင့်လေ့ရှိပါသည်။

သင့်ကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသူက သတင်းအချက်အလက် ပိုပေးနိုင်ပါသည်။

#### 4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှု တစ်ခု၏အန္တရာယ်များ

- အသည်းရောင်အသားဝါဘီ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်တွင် ဆေးထိုးသည့်နေရာ၌ နာကျင်ခြင်း၊ ဖျားနာခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် မောပန်းခြင်း (နွမ်းနယ်သည်ဟုခံစားရခြင်း) တို့ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။

တစ်ခါတစ်ရံတွင် လူများသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအပါအဝင် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်မှုများပြုလုပ်ပြီးနောက် သတိလစ်ပါသည်။ သင့်တွင်မူးဝေခြင်း သို့မဟုတ် အမြင်အာရုံ အပြောင်းအလဲများရှိခြင်း သို့မဟုတ် နားအူခြင်းတို့ ခံစားရပါက ဆေးထိုးပေးသူကိုပြောပါ။

မည်သည့်ဆေးမဆို ကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးတစ်မျိုးသည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့်ခြင်း တုံ့ပြန်မှုတစ်ခု အခြားကြီးမားသော ထိခိုက်ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်ပွားနိုင်သည့်အန္တရာယ် အလွန်နည်းပါးစွာ ရှိပါသည်။

#### 5. ကြီးမားသော ပြဿနာတစ်ခုရှိလျှင် ဘာဖြစ်မလဲ။

ဓာတ်မတည့်ခြင်း တုံ့ပြန်မှုတစ်ခုသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူ ဆေးခန်းမှ ထွက်သွားပြီးနောက်တွင် ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။ ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့်ခြင်း တုံ့ပြန်မှုတစ်ခု၏ အချက်ပြများ (အင်ပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့်လည်ချောင်းတို့ ရောင်ရမ်းခြင်း သို့မဟုတ် အားနည်းခြင်း) ကို တွေ့ရှိရပါက **9-1-1** သို့ဖုန်းခေါ်ကာ နီးစပ်ရာဆေးရုံသို့ ပို့ဆောင်ပါ။

သင်စိုးရိမ်ပူပန်သည့် အခြားသောအချက်ပြများအတွက် သင့်အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို ဖုန်းခေါ်ပါ။

ဆိုးကျိုးပေးသော တုံ့ပြန်မှုများကို ကာကွယ်ဆေး၏ ဆိုးကျိုးဖြစ်ရပ်များ သတင်းပို့ခြင်းစနစ် (Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS) သို့ သတင်းပို့သင့်ပါသည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် ဤအစီရင်ခံစာကို သင့်အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူက သတင်းပို့မည်ဖြစ်ပါသည် သို့မဟုတ် သင်ကိုယ်တိုင်လည်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ VAERS ဝဘ်ဆိုက်ကို [www.vaers.hhs.gov](http://www.vaers.hhs.gov) တွင်သွားရောက်ပါ သို့မဟုတ် **1-800-822-7967** သို့ခေါ်ဆိုပါ။ VAERS သည် တုံ့ပြန်မှုများကို သတင်းပို့ရန်အတွက်သာဖြစ်ပြီး VAERS ဝန်ထမ်းအဖွဲ့ဝင်များသည် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကြံဉာဏ်ကိုမပေးပါ။

#### 6. နိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု လျော်ကြေးပေးခြင်း ပရိုဂရမ်

နိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု လျော်ကြေးပေးခြင်း ပရိုဂရမ် (National Vaccine Injury Compensation Program, VICP) သည် ဖက်ဒရယ် ပရိုဂရမ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး အချို့သောကာကွယ်ဆေးများကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူများကို လျော်ကြေးပေးရန် ဖန်တီးထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်သော ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းနှင့် ပတ်သက်သည့် လျော်ကြေးတောင်းဆိုမှုများတွင် တင်ပြခြင်းအတွက် အချိန်ကန့်သတ်ချက်ရှိပြီး ယင်းမှာ နှစ်နှစ်မျှသာ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ပရိုဂရမ်အကြောင်း ပိုမိုလေ့လာခြင်းနှင့် လျော်ကြေးတောင်းဆိုခြင်းအကြောင်း လေ့လာရန်အတွက် VICP ဝဘ်ဆိုက်ကို [www.hrsa.gov/vaccinecompensation](http://www.hrsa.gov/vaccinecompensation) တွင်သွားရောက်ပါ သို့မဟုတ် **1-800-338-2382** သို့ ခေါ်ဆိုပါ။

#### 7. မည်သို့ပိုမိုသိရှိနိုင်ပါသလဲ။

- သင့်အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသူကိုမေးပါ။
- သင့်ဒေသတွင်း သို့မဟုတ် ပြည်နယ်ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ဖုန်းခေါ်ပါ။
- ကာကွယ်ဆေးဘူးခွံတွင် ထည့်ထားသည်များနှင့် နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်အတွက် အစားအသောက်နှင့်ဆေးဝါး စီမံခန့်ခွဲရေး (Food and Drug Administration, FDA) ဝဘ်ဆိုက်ကို [www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines](http://www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines) တွင် သွားရောက်ပါ
- ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေး စင်တာများ (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) သို့ ဆက်သွယ်ပါ -
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ဝဘ်ဆိုက်ကို [www.cdc.gov/vaccines](http://www.cdc.gov/vaccines) တွင် သွားရောက်ပါ။