

ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက်များဆိုင်ရာ ဖော်ပြချက်

ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေး- သင်သိထားရမည့် အကြောင်းအရာများ

Many vaccine information statements are available in Burmese and other languages. See www.immunize.org/vis
ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက် ကြေညာချက်များကို မြန်မာဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများတို့ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ www.immunize.org/vis တွင် ကြည့်ရှုပါ။

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေးသည် ပိုလီယိုရောဂါ မဖြစ်အောင် ကာကွယ်ပေးသည်။

ပိုလီယို (သို့မဟုတ် ပိုလီယိုမိုင်အီလီတစ်) သည် မသန်စွမ်းဖြစ်စေ သလို လူတစ်ဦး၏ နှာခံကြောရိုးတွင်း ပိုးဝင်ကူးစက်မှုဖြစ်၍ လေဖြတ်စေနိုင်သည့် ပိုလီယိုမိုင်ရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်သည့် အသက်- အန္တရာယ်ပြုနိုင်သည့် ရောဂါဖြစ်သည်။

ပိုလီယိုမိုင်ရပ်စ် ကူးစက်ခံရသူ အများစုတွင် ရောဂါလက္ခဏာ မပြသလို အများအပြားသည် ရောဂါ နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများ မရှိဘဲ ပြန်ကောင်းလာပါသည်။ အချို့သောသူများက လည်ချောင်း နာခြင်း၊ ကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်း၊ အော့အန်လိုစိတ် ဖြစ်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝိုက်အောင့်ခြင်းတို့ ခံစားရနိုင် သည်။

လူဦးရေအနည်းစုက ဦးနှောက်နှင့် နှာခံကြောရိုးအား သက်ရောက်စေနိုင်သည့် ပြင်းထန်သော လက္ခဏာများ ပိုပြပါသည်။

- Paresthesia (ခြေထောက်တွင် အပိန်နှင့်ဆွသလို ခံစားရခြင်း)
- ဦးနှောက်အမြှေးရောင်ရောဂါ (ဦးနှောက်နှင့် ကျောရိုးနှာခံကြော မနှင့်/ သို့မဟုတ် ဦးနှောက်အပေါ် လွှမ်းခြုံထားသည့် တစ်ရှူးများ ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရမှု) သို့မဟုတ်
- လေဖြတ်ခြင်း (ကိုယ်ခန္ဓာ၏ အစိတ်အပိုင်းများ မလုပ်နိုင်ခြင်း) သို့မဟုတ် လက်မောင်း၊ ခြေထောက်များ သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးစလုံး တွင် အားနည်းခြင်း။

လေဖြတ်ခြင်းသည် တစ်သက်လုံး မသန်စွမ်းခြင်း နှင့် အသက်သေ ဆုံးခြင်းတို့ဖြစ်စေနိုင်သောကြောင့် ပိုလီယိုနှင့်တွဲပါနေသည့် အပြင်း ထန်ဆုံးသော လက္ခဏာများပြပါသည်။

ခြေလက်များ လေဖြတ်ရာတွင် ပြန်ကောင်းလာမှုများရှိသော်လည်း အချို့သောသူများသည် ကြွက်သား နာကျင်ခြင်း နှင့် အားနည်းခြင်းတို့မှာ 15 နှစ်မှ 40 နှစ်ကြာပြီးမှသာ ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ ၎င်းကို “ပိုလီယို - ဖြစ်ပြီးနောက်ပိုင်း ရောဂါ” ဟုခေါ်သည်။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ပိုလီယိုပပျောက်သွားပြီးဖြစ်သော် လည်း ကမ္ဘာ့အခြားနေရာများတွင် ဆက်လက်ဖြစ်ပွားဆဲရှိပါသည်။ သင့်ကိုယ်သင်ကာကွယ်ပြီး အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုကို ပိုလီယို ကင်းစင်သောနယ်မြေအဖြစ် ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးမှာ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဖြင့် လူထုအကြား ပိုလီယိုခံနိုင်ရည်အား (ကာကွယ်ခြင်း) မြင့်မားမှု ထိန်းထားရန်ဖြစ်သည်။

2. ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေး

ကလေးများသည် ပိုလီယိုကာကွယ်ဆေးကို အသက် 2 လ၊ 4 လ၊ 6-18 လနှင့် 4-6 နှစ်အရွယ်များတွင် 4 ကြိမ်တိုင်တိုင်ထိုးပေးသင့်ပါ သည်။

လူကြီးအများစုသည် ငယ်စဉ်က ပိုလီယိုကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပြီး ဖြစ်သောကြောင့် ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် မလိုအပ်ပါ။ အောက်ပါတို့ အပါအဝင် ရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုများသူ လူကြီးအချို့ သည် ပိုလီယိုကာကွယ်ဆေး ထိုးရန် ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်ပါသည်။

- ကမ္ဘာ့အချို့နေရာဒေသများသို့ ခရီးသွားလာသူများ၊
- ပိုလီယိုမိုင်ရပ်စ်ပိုးကို ကိုင်တွယ်ရနိုင်သော ဓာတ်ခွဲခန်း လုပ်သား များနှင့်၊
- ပိုလီယို ရှိနေနိုင်သော လူနာများကို ကုသရသည့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လုပ်သားများ။
- ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသောသူများ၏ ကလေးများကို ပါးစပ်မှ သောက်ရသည့် ပိုလီယိုမိုင်ရပ်စ် ကာကွယ်ဆေး ပေးသွားပါမည့် (ဥပမာ နိုင်ငံတကာမှ မွေးစားကလေးများ သို့မဟုတ် ဒုက္ခသည် များ)

ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေးကို ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုတည်းအဖြစ် ထိုး ပေးနိုင်သလို ပေါင်းစည်းကာကွယ်ဆေး (ကာကွယ်ဆေးအမျိုး အစားများစွာကို ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုတည်းအဖြစ်ပေါင်းစည်း ထားသည်) အဖြစ်လည်း ထိုးပေးနိုင်သည်။

ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေးအား အခြားသော ကာကွယ်ဆေးများနှင့်အတူလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။

3. သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့ သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည့်ဆိုလျှင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးပံ့ ပိုးမည့်သူထံသို့ အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ -

- ယခင်က ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေး ဆေးတစ်ကြိမ် ထိုးပြီးနောက် ဓါတ်မတည့်သည့် တုန်ပြန်မှု ဖြစ်ခဲ့ဖူးလျှင်သို့မဟုတ် ပြင်းထန် သော အသက်အန္တရာယ် ချိန်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုန်ပြန်မှု တစ်စုံတစ်ရာ ရှိခဲ့ဖူးခြင်း။



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

အချို့သော ဖြစ်ရပ်များတွင် သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူ သည် ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေး ထိုးမှုကို နောက်တကြိမ်ဆေးခန်း သို့လာပြသည်အထိ ရွှေ့ဆိုင်းရန် ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။

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

ကိုယ်ပန်ဆောင်သည်များ သို့မဟုတ် နို့တိုက်နေသူများအတွက် ကာကွယ်ဆေး၏ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ နှင့် ပတ်သက်၍ သိပ် မသိ ရှိရသေးပါ။ သို့သော် ကိုယ်ဝန်သည်မှာ ပိုးကူးစက်နိုင်ခြေမြင့်မားပြီး ကာကွယ်မှုချက်ချင်းလိုအပ်လျှင် ပိုလီယိုကာကွယ်ဆေး ထိုးပေးနိုင်ပါသည်။

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက် များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- ပိုလီယို ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးပြီးနောက် ဆေးထိုးသည့်နေရာ တွင် ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နီမြန်းခြင်း သို့မဟုတ် နာကျင်ခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင် သည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း အပါအဝင် ဆေးဝါးကုသမှုများအပြီးတွင် လူတို့သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မူးဝေလဲကျတတ်ပါသည်။ သင်မူး ဝေခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် နာခြင်းဖြစ်ပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်း ထန်သောဓာတ်မတည့်ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အလွန်အလွန်နည်းပါးသည်။

5. ပြင်းထန်သော တုံ့ပြန်မှု ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ် လာခဲ့လျှင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ဆေးခန်းမှ ထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်တုန်ပြန်မှုရှိနိုင်ပါသည်။ သင်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မ တည့် တုန်ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည် ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း သို့မဟုတ် အားမရှိခြင်း) တို့ကို တွေ့ ရှိရပါက 9-1-1 သို့ ဧ ခေါ်ဆိုပြီး၊ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံး ဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

အခြားသော လက္ခဏာများအတွက် စိတ်ပူပါက သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ ဖုန်းခေါ်ပါ။

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

6. ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိမှု လျော်ကြေးပေးရေး အမျိုးသား အစီအစဉ်

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

7. ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန်

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ်ဆိုပါ။
- ကာကွယ်ဆေး ပက်ကော့ချ်အတွက် Food and Drug Administration, FDA (သည် အစားအစာနှင့် ဆေးဝါး အာဏာပိုင်) ဝက်ဘ်ဆိုက်သို့ သွားရောက်ပြီးနောက်ထပ်အချက်အလက်ကို www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines မှာဖြည့်သွင်းပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention, CDC (ရောဂါ ကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေး ဗဟိုဌာန) သို့ ဆက်သွယ်ပါ-
 - ဖုန်းခေါ်ဆိုရန် 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) သို့မဟုတ်
 - CDC ၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန် www.cdc.gov/vaccines

Burmese translation provided by the Immunization Action Coalition

