ကာကွယ်ဆေးသတင်း အချက်အလက်ရှင်းတမ်း

တုပ်ကွေးရောဂါကာကွယ်ဆေး

သင်သိနားလည်ရန်လိုအပ်ချက်

(လူပ်ရှားမှုမရှိတော့သည့် (သို့မဟုတ်) ပြန်လည်ပေါင်း စည်းထားသောတုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေး)

၂၀၁၄-၂၀၁၅

Many Vaccine Information Statements are available in Burmese and other languages. See www.immunize.org/vis
များစွာသောကာကွယ်ဆေးသတင်း အချက်အလက်ရှင်းတမ်းများ ကို စမိန်နှင့် အခြားဘာသာများဖြင့်ရရှိနိုင်သည်။ www.immunize.org/vis

1 ဘာကြောင့်ကာကွယ်ဆေးထိုးရမှာလဲ။

တုပ်ကွေးရောဂါ ("တုပ်ကွေး") သည် ကူးစက်တတ်သောရောဂါ တစ်မျိုးဖြစ်ပြီး အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုအတွင်းနှစ်စဉ် ဆောင်းရာသီဖြစ်သည့် အောက်တိုဘာလနှင့် မေလအတွင်းပုံမှန် ပျံ့နှံ့ ဖြစ်ပွားလေ့ရှိသည်။

တုပ်ကွေးရောဂါသည် တုပ်ကွေး ဗိုင်းရပ်ကြောင့် ဖြစ်ရပြီး၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နာချေခြင်းနှင့် အနီးကပ် ထိတွေ့မှုများကြောင့် အဓိက ပျံ့နှံ့ ကူးစက်ပါသည်။

မည်သူမဆို တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်နိုင်သော်လည်းကလေးများတွင် ဖြစ်နိုင်ချေ ပိုမိုမြင့်မားသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများ ရုတ်တရက်ဖြစ်ပြီး၊ ရက်များစွာကြာတတ် ပါသည်။ ယင်းလက္ခဏာများမှာ

- အဖျားတက်ခြင်း/ချမ်းတုန်ခြင်း
- လည်ချောင်းတွင်းနာခြင်း
- အကြောအချဉ်များကိုက်ခဲခြင်း
- မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- နာရည်ယိုခြင်း(သို့) နာခေါင်းပိတ်ခြင်း

တုပ်ကွေးသည် အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များကို အခြားသူများထက်ပိုမို၍ နေထိုင်မကောင်းဖြစ်စေပါသည်။ ယင်းပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတွင် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများ၊ အသက် ၆၅-နှစ် နှင့် အထက်အရွယ်များ၊ ကိုယ်ဟန်ဆောင်များ၊ အချို့ ရောဂါသည် များ-ဥပမာ၊ နလုံး၊ အဆုပ်၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါ ရှိသူများ၊ အာရုံကြော ပုံမှန်မဟုတ်သူများ၊ သို့မဟုတ် ကိုယ်ခံအားစံနစ် မကောင်းသူများ။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များ အပြင်၊ ယင်းပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ရသူ မည်သူမဆို အတွက် တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ဆေးသည် အရေးကြီးပါသည်။

တုပ်ကွေးသည် နမိုးနီးယား အဆုတ်ရောင်ရောဂါဖြစ်စေနိုင်ပြီး၊ လက်ရှိကျန်းမာရေးချို့တဲ့သူများ၏ အခြေအနေကိုဆိုးရွားစေပါသည်။ တုပ်ကွေးသည် ကလေးများတွင် ဂျစ်လျောခြင်း၊ နှင့်ရုတ်တရက် ဖျားနာ စေတတ်သည်။

နှစ်စဉ် **တုပ်ကွေးကြောင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ထောင်ပေါင်းများစွာသော သူများ သေဆုံးကြပြီး** နှင့်အများစု မှာ ဆေးရုံတက်ကြရသည်။

တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည်တုပ်ကွေးနှင့်ယင်းနှင့် ဆက် စပ်သော အခြေအနေဆိုးများကို ကာကွယ်ရန်အကောင်းဆုံးဖြစ်၏။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည် လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ပျံ့နှံခြင်းမရှိစေရန် ကူညီကာကွယ်ပေးသည်။

2 သွက်လက်မှုမရှိတော့သည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးနှင့် ပြန်လည်ပေါင်းစည်းထားသော တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး

သင်သည်တုပ်ကွေးကာကွယ်ထိုးဆေးတစ်မျိုးမျိုး "**လူပ်ရှားမှု မရှိတော့သည့်**" **သို့မဟုတ်** "**ပြန်လည်ပေါင်းစည်းထားသော**" ကာကွယ်ဆေးကို ရရှိမည်ဖြစ်သည်။ ဤကာကွယ်ဆေးများတွင် ရှင်လျက်ရှိသော ဗိုင်းရပ်စ်များ မပါဝင်ပါ။ ၎င်းတို့ကို ဆေးထိုးအပ်ဖြင့်သွင်းရပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံ "တုပ်ကွေးထိုးဆေး" ဟုလည်းခေါ် သည်။

ကွာခြားမှုရှိသော၊ **အရွယ်** ၊ **နဲ့ လူများသော** (အားပျော့သော) တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး ကိုနာခေါင်းပေါက်များအတွင်းသို့ ဖျန်းပေးရသည်။ *ဤကာကွယ်ဆေးအကြောင်းကို သီးခြားကာကွယ်ဆေးစာတမ်းတွင် ရှင်းလင်းထားပါသည်။*

တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကို နှစ်စဉ် ရယူရန်တိုက်တွန်းပါသည်။ အသက် ၆ လ မှ ၈ နှစ်အထိ ကလေးအချို့သည် တစ်နှစ်အတွင်းကာကွယ်ဆေး နှစ်ကြိမ် လိုအပ်သည်။

တုပ်ကွေး ဗိုင်းရပ်စ် များသည် အစဉ်ပြောင်းလဲနေသည်။ သက်ဆိုင်ရာနှစ်တွင် တုပ်ကွေးဖြစ်စေသောဗိုင်းရပ်စ် ၃ (သို့မဟုတ်) ၄ မျိုး ကို စူးစမ်းပြီး ၊ ၎င်းတို့နှင့် သင့်သည့် ကာကွယ်ဆေးကို ယင်းနှစ်အတွက် ထုတ်လုပ်သည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည် တုပ်ကွေးကြောင့်ဖြစ်ရသည့် ကိစ္စအားလုံးကို ကာကွယ်မှု မပြုနိုင်သော်လည်း၊ ၎င်းသည်ရောဂါ ကို ခုခံရန်အကောင်းဆုံးဖြစ်၏။

ကာကွယ်ဆေးရယူပြီး နှစ်ပတ်ခန့် ကြာသော် သက်ဝင်မှု ရှိပြီး၊ လပေါင်းများစွာ မှ တစ်နှစ်အထိ ကာကွယ်ပေးသည်။

အချို့သောနာမကျန်းမှုများသည်တုပ်ကွေး ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ရသည်မဟုတ်ပဲ ၊ တုပ်ကွေးဟုထင်မှတ်မှားကြသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည် ၎င်း နာမကျန်းမှုများကို မကာကွယ် နိုင်ပေ။ ၎င်းသည် တုပ်ကွေးရောဂါ တစ်မျိုးတည်းသာ ကာကွယ်ပေးသည်။

အချို့သော သွက်လက်မှုမရှိသည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး တွင် သီမီရိဆားလ်ဟုခေါ်သော ပြဒါးအခြေခံတာရှည်ခံပစ္စည်းအလွန် နည်းစွာပါဝင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးတွင်ပါဝင်သော သီမီရိဆားလ်သည် ဥပါဒိမဖြစ်ကြောင်းလေ့လာမှုများအရ သိရှိရသော်လည်း၊ တာရှည်ခံပစ္စည်းပါဝင်ခြင်းမရှိသည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးလည်းရရှိနိုင်ပါသည်။

3 အချို့သော သူများ ဤကာကွယ်ဆေးကို မသုံးသင့်

သင့်အားကာကွယ်ဆေးပေးသူအားပြောပါရန်။

- **အကယ်၍ သင့်မှာပြင်းထန်သော၊ အသက်ကိုအန္တရာယ်ပြုသော ဆေးမတည့်ခြင်းဓေဒနာရှိလျှင်** အကယ်၍ သင်သည်တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးတစ်ကြိမ်သုံးဖူး၍ အသက်အန္တရာယ်ဖြစ်လောက်သော ဆေးမတည့်ခြင်းဓေဒနာကို ခံစားဖူးလျှင် သော်လည်းကောင်း၊ ဤကာကွယ်ဆေး၏ အစိပ်အ ပိုင်းတစ်ခုခု ကြောင့် ပြင်းထန်သော ဆေးမတည့်ခြင်းဓေဒနာကို ခံစားဘူးလျှင် သော်လည်းကောင်း၊ အခြား (ဥပမာ) ဂျယ်လတင်၊ ပင်္ကီဂဏဆေး (သို့မဟုတ်) ဥ ကြောင့် မတည့်ခြင်းဓေဒနာခံစားရ လျှင်၊ ကာကွယ်ဆေးကို မသုံးရပါ။ အများအားဖြင့်၊ ကာကွယ်ဆေး တို့တွင် ဥပရိတင်းအနည်းငယ် ပါဝင် သော်လည်းသို့သော်အားလုံးမဟုတ်ပါ။
- **သင့်တွင် Guillain-Barre' ရောဂါ လက္ခဏာ** (GBS ဟု လည်းခေါ်သော ပြင်းထန်သည့် သွက်ချာပါဒဓေဒနာ) ရှိခဲ့လျှင်။ GBS ရောဂါ ဓေဒနာ သမိုင်းရှိသော သူများမှ ဤ ကာကွယ်ဆေးကို မသုံးရပါ။ ဤကိစ္စကို သင်၏ ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးရပါမည်။
- **အကယ်၍ သင်နေထိုင်မကောင်းလျှင်** သင်နည်းနည်းနေထိုင်မကောင်းလျှင် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး ကို သာမန်အားဖြင့် သုံးနိုင်သော်လည်း၊ နေထိုင်ကောင်းသည်အထိ စောင့်သင့်ပါသည်။ နေထိုင်ကောင်းလာသည့် အခါသင်ပြန်လာရပါမည်။

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

4 ကာကွယ်ဆေးတုန့်ပြန်မှု တစ်ခုဖြစ်ခဲ့ပါက ဘာတွေ လုပ်သင့်သလဲ။

ကာကွယ်ဆေးသည်၊ အခြားမည်သည့်ဆေးများကဲ့သို့ပင် ဘေးထွက် ဆိုးကျိုး ရှိနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် သာမန် အားဖြင့် အားပျော့ပြီး သူဖာသာနှင့်သူ ပျောက်ကွယ်သွားပါလိမ့်မည်။

မည်သည့် ကာကွယ်ဆေးကို မဆိုသုံးစွဲပြီးနောက် ဖြစ်နိုင်သည့် ပြဿနာများ။

- ကာကွယ်ဆေးအပါအဝင် မည်သည့်ဆေးဝါးကို မဆိုသွင်းပြီး နောက် အနည်းငယ် မူးဝေနောက်ကျိခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ ၁၅-မိနစ်ခန့်ထိုင်နေခြင်းသို့မဟုတ် လဲလျောင်းနေခြင်းဖြင့် မူး ဝေနောက်ကျိခြင်းနှင့် လဲကျခြင်းတို့မှ ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။ အကယ်၍ သင်သည် မူးဝေလျှင် သို့မဟုတ်အမြင်အာရုံဝေဝါး ပြောင်းလဲလျှင် သို့မဟုတ် နားတွင်အသံဗလံများ မြည်နေလျှင်၊ သင်၏ ဆရာဝန်အားပြောပါ။
- ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသော လက်နှင့် ပုခုံးတို့တွင် အလွန်နာပြီး မလှုပ်ရှားချင် လောက်အောင်ခံစားရတတ်သော်လည်းအလွန်ဖြစ် ခဲလှပါသည်။
- ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ပြင်းထန်သည့် ဆေးမတည့်ဝေဒနာသည် အလွန်ဖြစ်ခဲပြီး၊ ဆေးအကြိမ်တစ်သန်းတွင် တစ်ခါထက်နည်းစွာ သာ ဖြစ်နိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းပါသည်။ အကယ်၍ တစ်ခါဖြစ်သည့်တိုင် ၎င်းသည်ကာကွယ်ဆေးသုံးပြီး မိနစ်ပိုင်းအတွင်းမှ နာရီပိုင်းအတွင်းသာဖြစ်သည်။

အပျော့စားပြဿနာများ သွက်လက်မှု မရှိတော့သည့် တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက်-

- ဆေးထိုးထားသည့် နေရာတွင် နာခြင်း၊နီခြင်း(သို့မဟုတ်) ရောင်ခြင်း
- အသံတိမ်ဟင်ခြင်း
- မျက်လုံးများနာခြင်း၊ နီခြင်း၊ ယားယံခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- အဖျားရှိခြင်း
- ကိုက်ခဲခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- ယားယံခြင်း
- စိတ်ပန်းလူပန်းဖြစ်ခြင်း

၎င်းပြဿနာများသည် ဆေးထိုးပြီး မကြာမီတွင်ဖြစ်ပေါ်တတ်ပြီး ၁ (သို့မဟုတ်) ၂-ရက်ကြာတတ်သည်။

အတန်အသင့် ပြဿနာများ သွက်လက်မှု မရှိတော့သည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်

- ငယ်ရွယ်သော ကလေးများ သည် လူပ်ရှားမှုမရှိတော့သည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးနှင့် အဆုပ်ရောင်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး (PCV13) တို့ကို တစ်ချိန်တည်းထိုးခဲ့ပါက အဖျားတက်ခြင်းကြောင့် လေသင်ခုန်းဖြတ်ခြင်းဝေဒနာဖြစ်နိုင်ချေမြင့်သည်။ ပိုမိုပြည့်စုံသောသတင်းအချက်အလက်များကို သင်၏ဆရာဝန် အားမေးပါ။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးထိုးခံမည့် ကလေးသည် လေသင် ခုန်းဖြတ်ဖူးပါက သင်၏ဆရာဝန်သို့ကြိုပြောပြပါ။

သွက်လက်မှုမရှိတော့သည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးတွင် ရှင်လျှက်ရှိသော တုပ်ကွေး ဗိုင်းရပ်စ်မပါဝင်သောကြောင့် **ဤကာကွယ်ဆေးကြောင့် သင့်တွင် တုပ်ဓကွေးမဖြစ်နိုင်ပါ**

အခြားမည်သည့် ဆေးဝါးနှင့် အတူ ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုကြောင့် ပြင်းထန်သော အနာတရဖြစ်မှု သို့မဟုတ် သေဆုံးမှု ဖြစ်နိုင်ချေ အလွန်နည်းသည်။

ကာကွယ်ဆေးများ၏ လုံခြုံစိတ်ချရမှုကို အမြဲတမ်းစောင့်ကြည့်လျက်ရှိသည်။ ပိုမိုသော သတင်းအချက်အလက်များကို ကြည့်ရန် **www.cdc.gov/vaccinesafety/**

5 အကယ်၍ ပြင်းထန်သောတုန့်ပြန်မှု ရှိခဲ့သော်၊

ကျန်ပ်ဘာကို ကြည့်ရမလဲ၊

- သင့်တွင်ပြင်းထန်သည့် ဆေးမတည့်ခြင်းတုံ့ပြန်မှုလက္ခဏာများ အလွန်အမင်းများနာခြင်းသို့မဟုတ် အမူအကျင့် ပြောင်းခြင်းများ

  ပြင်းထန်သည့် ဆေးမတည့်ခြင်းတုံ့ပြန်မှုလက္ခဏာများတွင် အဖုအပိန့်များထွက်ခြင်း၊ မျက်နာနှင့် လည်ပင်းရောင်ကိုင်းခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ မူးနောက်ခြင်းနှင့် အား လျော့ခြင်းတို့ပါဝင်သည်။ ဤအရာများသည် ကာကွယ်ဆေးသုံးစွဲပြီးနောက် မိနစ် အနည်းငယ်မှ နာရီအနည်းငယ်အတွင်းစတင်ဖြစ်ပေါ်သည်။

ကျန်ပ် ဘာလုပ်ရမလဲ၊

- အကယ်၍ ဤအရာသည်ပြင်းထန်သည့် ဆေးမတည့် ခြင်းတုံ့ပြန်မှု ဖြစ်သည် သို့မဟုတ် မစောင့်ဆိုင်းနိုင်သော အရေးပေါ် ကိစ္စဟု သင်ယူဆလျှင်၊ ၉-၁-၁ ကို ခေါ်ဆို၍ လူနာကို အနီးကပ် ဆုံးဆေးရုံသို့ပို့ဆောင်ပါ။ နောက်တစ်နည်းမှာသင်၏ ဆရာဝန်ကိုခေါ်ပါ။
- ပြီးနောက် ဖြစ်သည့်အရာကို ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်ပျက်သည့် ကိစ္စသတင်းပို့စနစ် (VAERS) သို့ သတင်းပို့ပါ။ ဤဖြစ်ပျက်သည့် ကိစ္စကို သင်၏ ဆရာဝန်က သတင်းပို့မည် (သို့မဟုတ်) သင်ကိုယ်တိုင် VAERS သို့ Web site **www.vaers.hhs.gov မှ တဆင့်** သို့မဟုတ် ဖုန်း **1-800-822-7967 သို့ ဆက်သွယ်ပါ**

VAERS သည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာအကြံပြုမည် မဟုတ်ပါ

6 အမျိုးသားကာကွယ်ဆေးဒဏ်ရာအတွက် လျော်ကြေး အစီအစဉ်

အမျိုးသားကာကွယ်ဆေးဒဏ်ရာအတွက် လျော်ကြေးအစီအစဉ် (VICP) သည် ဝဟိုအစိုးရ အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး အချို့သော ကာကွယ်ဆေးများကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိသူများ အားလျော်ကြေးပေး နိုင်ရန် တီထွင်ထားပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုခု ကြောင့် မိမိတွင် ဒဏ်ရာရရှိသည်ဟု ယုံကြည်သူများသည် အစီအစဉ်ကိုလေ့လာနိုင်ရန် နှင့် အလျော် တောင်းခံနိုင်ရန်အတွက် ဖုန်း**1-800-338-2382 သို့ ဆက်ပါ** သို့မဟုတ် VICP Wedsite **www.hrsa.gov/vaccinecompensation သို့ ဝင်ကြည့်ပါ** လျော်ကြေးတောင်းခံရန်အတွက် အချိန်ကန့်သတ်မှုရှိသည်။

7 ကျန်ပ် အဘယ်သို့ပို၍သိရှိနိုင်မည်နည်း၊

- သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူကိုမေးပါ။ 1-888-767-4687
- သင့်ဒေသ သို့မဟုတ် အစိုးရ ကျန်းမာရေးဌာနကိုဖုန်းခေါ်ပါ။
- ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးစင်တာများ(CDC) သို့ ဆက်သွယ်ပါ
  - ဖုန်းခေါ်ရန် **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ website ဝင်ကြည့်ရန် **www.cdc.gov/flu**

DCH-0457BU
AUTH: P.H.S., Act 42, Sect. 2126.

Translation provided by the Immunization Action Coalition

Vaccine Information Statement (Interim)

Inactivated Influenza Vaccine

08/19/2014 Burmese

Office Use Only

42 U.S.C. § 300aa-26

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားတဲ့အခြေအနေ၊ ကာကွယ်ဆေး စိစစ်ချက်နဲ့ နောင်မှာ ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်တဲ့အချိန်တို့ကို ဆရာဝန်(တွေ)က တိုတိုကျကျရနိုင်အောင် (Michigan Care Improvement Registry) မစ်ရှီဂင် ကုသမှု တိုးတက်ကောင်းမွန်ရေး စာရင်းကို အချက်အလက်တွေ ပို့လိုက်ပါမယ်။
ကာကွယ်ဆေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်တွေကို ဒီစာရင်းကို ပို့မပေးဖို့ ဆရာဝန်တွေကို တောင်းဆိုပိုင်ခွင့် လူပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ရှိပါတယ်။