အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး

သိသင့်သည့်အရာများ

၁။ အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ဆိုတာ ဘာလဲ။

အသည်းယောင်အသားဝါ အေက အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး (အိတ်ချ်အေဗီ H.A.V.) ကြောင့်ဖြစ်တဲ့ ကြီးလေးတဲ့ အသည်းရောဂါပါ။ အသည်းယောင်အသားဝါ အေရှိသူတွေရဲ့ မစင်ထဲမှာ အိတ်ချ်အေဗီပိုး တွေ့ရပါတယ်။ နီးစပ်ရာက ကူးလေ့ရှိပြီး တခါတလေ အိတ်ချ်အေဗီပိုးပါတဲ့ အစာစားရာက (သို့) ရေသောက်ရာက ကူးတတ်ပါတယ်။

အသည်းယောင်အသားဝါ အေကြောင့်၊ ။

- "တုပ်ကွေး" အပျော့စားလို ဖျားနာပါတယ်။
- (အသား (သို့) မျက်လုံးတွေ) ဝါပါတယ်။
- ဝမ်းဗိုက်အကြီးအကျယ်နာပြီး ဝမ်းလျှောပါတယ်။

အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ရှိသူတွေ (၅ ယောက်မှာ ၁ ယောက်အထိ) မကြာခဏ ဆေးရုံတင်ရလေ့ရှိပါတယ်။

တခါတလေ အသည်းယောင်အသားဝါ အေကြောင့် လူ (၁၀၀၀ မှာ ၃ ယောက်က ၅ ယောက်လောက်) သေတတ်ပါတယ်။

အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ရှိသူတယောက်ဆီက ရောဂါပိုးတွေက တအိမ်တည်းနေတဲ့ တခြားသူတွေဆီကို အလွယ်တကူ ကူးနိုင်ပါတယ်။

အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးက အသည်းယောင်အသားဝါ အေကို ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။

၂။ အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ဘယ်သူထိုးရမလဲ။ ဘယ်တော့ထိုးရမလဲ။

ဘယ်သူထိုးရမလဲ။

အောက်ပါတို့လို တချို့လူတွေက အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး ပုံမှန်ထိုးရပါမယ်။ ။

- (၁၂လက ၂၃ လအထိ) အသက် ၁ နှစ်ရှိကလေး အားလုံး။
- အမေရိက အလယ်ပိုင်း၊ တောင်အမေရိက၊ မက္ကဆီကို၊ (ဂျပန်ကလွဲပြီး) အာရှ၊ အာဖရိက၊ အရှေ့ဥရောပတို့က နေရာတွေလို အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ပွားများမှု မြင့်မားရာက အတော်အတန်ရှိတဲ့ နေရာတွေကို ခရီးသွားရတဲ့ (သို့) အလုပ်လုပ်ရတဲ့ အသက် ၁နှစ်အထက် ရှိသူတွေ။ ထပ်မံအချက်အလက်ရယူချင်ရင် **www.cdc.gov/travel** မှာကြည့်ပါ။
- ရောဂါဖြစ်ပွားမှုများလို့ ကာကွယ်ဆေးပုံမှန်ထိုးပေးနေတဲ့ ပြည်နယ်တွေ (သို့) အသိုင်းအဝိုင်းတွေမှာ နေတဲ့ကလေးတွေနဲ့ အသက် ၁၈ နှစ်အထိ ဆယ်ကျော်သက်တွေ။
- ယောကျ်ားချင်း လိင်ဆက်ဆံသူတွေ။
- မူးယစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲသူတွေ။
- အသည်းရောဂါ နာတာရှည်ဖြစ်ပွားနေသူတွေ။
- သွေးခဲစေတဲ့ဆေးပြင်းပြင်းတွေနဲ့ ကုနေရသူတွေ။
- အိတ်ချ်အေဗီရောဂါပိုးကူးစက်နေတဲ့ အဆင့်မြင့်နို့တိုက်သတ္တဝါတွေနဲ့ အလုပ်လုပ်သူတွေ (သို့) သုတေသနဓာတ်ခွဲခန်းတွေမှာ အိတ်ချ်အေဗီ ကိုင်တွယ်လုပ်ကိုင်သူတွေ။

တခြားလူတွေလည်း အထူးအခြေအနေတွေမှာ အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးချင်ထိုးပါမယ်။ ။

- အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ရောဂါ ပေါ်ပေါက်နေတဲ့ အသိုင်းအဝိုင်းတွေထဲက ကလေးသူငယ်တွေ (သို့) ဆယ်ကျော် သက်တွေကို အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ အကြံပြုနိုင်ပါတယ်။

အသက် ၁နှစ်အောက်ကလေးတွေအတွက် အသည်းယောင် အသားဝါအေ ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ လိုင်စင်မရှိပါဘူး။

ဘယ်တော့ထိုးရမလဲ။

ကလေးတွေအတွက် အသက် ၁၂ လက ၂၃ သုံးလအထိ ပထမဆုံးအကြိမ် ထိုးပေးရပါမယ်။ ဆေးမထိုးရသေးတဲ့ အသက် ၂ နှစ်အောက် ကလေးတွေကို နောက်တခါဆေးခန်းသွားတဲ့အခါကျမှ ထိုးပေးနိုင်ပါတယ်။

ခရီးသွားသူတွေအတွက် အကောင်းဆုံးကာကွယ်ပေးနိုင်ဖို့ ခရီးမသွားခင် အနည်းဆုံး တလအလိုမှာ ကာကွယ်ဆေး စထိုးရပါမယ်။

> ခရီးမသွားခင် ရက် ၃၀ အောက်ပိုင်းအလိုမှ ကာကွယ်ဆေး ထိုးသူတွေကလည်း အင်မျူနိုဂလိုဗျူလင် (အိုင်ဂျီ I.G.) လို့ခေါ်တဲ့ ထိုးဆေး ထိုးနိုင်ပါတယ်။ အိုင်ဂျီက ယာယီကာကွယ်မှု ချက်ချင်း ပေးနိုင်ပါတယ်။

ကျန်လူတွေအတွက် ရောဂါပိုးကူးစက်ဖို့ အန္တရာယ်ရှိတဲ့အခါတိုင်း အသည်းယောင် အသားဝါအေ ကာကွယ်ဆေးတွေကို စထိုးနိုင်ပါတယ်။

ကာကွယ်မှု တာရှည်ခံဖို့ ကာကွယ်ဆေး နှစ်ခါထိုးဖို့ လိုပါတယ်။ ဒီဆေးတွေကို အနည်းဆုံး ၆ လခြားပြီး ထိုးရပါမယ်။

အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးကို တခြား ကာကွယ်ဆေးတွေနဲ့အတူ တပြိုင်နက် ထိုးပေးနိုင်ပါတယ်။

တဖက်သို့ . . .

၃။ တချို့လူတွေက အသည်းယောင် အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး မထိုးသင့်ပါဘူး။ (သို့) စောင့်ရပါမယ်။

- အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေး အရင်ထိုးတုန်းက မတဲ့တာ အကြီးအကျယ် (အသက်အန္တရာယ်ရှိလုနီး) ဖြစ်ဖူးရင် ထပ် မထိုးသင့်ပါဘူး။
- ကာကွယ်ဆေးထဲက တခုခုနဲ့မတဲ့တာ အကြီးအကျယ် (အသက်အန္တရာယ်ရှိလုနီး) ဖြစ်ရင် ဆေးမထိုးသင့်ပါဘူး။ အကြီးအကျယ် မတဲ့ရင် ဆရာဝန်ကိုပြောပါ။ အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးတွေ အားလုံးမှာ အလမ်(**alum**)ပါပြီး တချို့မှာ ၂–ဖီနော့စီအီသနော (2-**phenoxyethanol**) ပါပါတယ်။
- ဆေးထိုးချိန်မှာ အတော်အတန် (သို့) အကြီးအကျယ် ဖျားနေရင် နေကောင်းတဲ့အထိစောင့်သင့်ပါတယ်။ ဆရာဝန် (သို့) သူနာပြုကိုမေးပါ။ နည်းနည်းပဲဖျားသူတွေက ကာကွယ်ဆေးထိုးနိုင်လေ့ရှိပါတယ်။
- ကိုယ်ဝန်ရှိရင် ဆရာဝန်ကိုပြောပါ။ ကာကွယ်ဆေးက ကိုယ်ဝန်ဆောင်တွေအတွက် အန္တရာယ်ရှိမရှိ မသိသေးပါဘူး။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် (သို့) သန္ဓေသားအတွက် အန္တရာယ်ရှိကြောင်း အထောက်အထားမရှိပါဘူး။ ရှိခဲ့ရင်လည်း အန္တရာယ်နည်းတယ်လို့ ယူဆကြပါတယ်။

၄။ အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ်ဆေးထိုးရင် ဘယ်လိုအန္တရာယ်တွေ ရှိသလဲ။

ကာကွယ်ဆေးက တခြားဆေးတွေလိုပဲ ဆေးနဲ့မတဲ့တာလိုမျိုး ပြဿနာ အကြီးအကျယ် ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အသည်းယောင်အသားဝါ အေ ကာကွယ် ဆေးကြောင့် ကြီးမားတဲ့အန္တရာယ် ဖြစ်ဖို့ (သို့) သေဆုံးဖို့ အရမ်းနည်းပါတယ်။

အသည်းယောင်အသားဝါ အေကာကွယ်ဆေးထိုးတာက ရောဂါရတာ ထက်စာရင် အန္တရာယ် ပိုနည်းပါတယ်။

သေးငယ်သည့်ပြဿနာများ

- (*လူကြီး ၂ ယောက်မှာ ၁ ယောက်နဲ့ ကလေး ၆ ယောက်မှာ ၁ ယောက်လောက်အထိ*) ဆေးထိုးထားတဲ့နေရာမှာ နာတတ်ပါတယ်။
- (*လူကြီး ၆ ယောက်မှာ ၁ ယောက်နဲ့ ကလေး ၂၅ ယောက်မှာ ၁ ယောက်လောက်*) ခေါင်းကိုက်တတ်ပါတယ်။
- (*ကလေး ၁၂ ယောက်မှာ ၁ ယောက်လောက်*) အစားပျက်ပါတယ်။
- (*လူကြီး ၁၄ ယောက်မှာ ၁ ယောက်လောက်*) မောတတ်ပါတယ်။

ဒီပြဿနာတွေဖြစ်ရင် ၁ ရက် ၂ ရက်လောက် ကြာတတ်ပါတယ်။

ကြီးကျယ်သည့်ပြဿနာများ

- ဆေးထိုးပြီး မိနစ်ပိုင်း၊ နာရီပိုင်းအတွင်း ဆေးနဲ့မတဲ့တာ အကြီးအကျယ် ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ (*အရမ်းဖြစ်ခဲပါတယ်*)

၅။ ဆေးနဲ့မတဲ့တာ အတော်အတန် (သို့) အကြီးအကျယ် ဖြစ်ခဲ့ရင်ရော။

ဘာတွေ သတိထားရမလဲ။

- ကိုယ်အရမ်းပူတာ (သို့) အပြုအမူပြောင်းလဲတာလို ခါတိုင်းနဲ့ မတူတဲ့အခြေအနေတွေသတိထားပါ။ ဆေးနဲ့ အကြီးအကျယ်မတဲ့တဲ့ လက္ခဏာတွေထဲမှာ အသက်ရှူရခက်တာ၊ အသံကွဲတာ (သို့) ချွဲသံမြည်တာ၊ အင်ပြင်ထတာ၊ အသားဖြူဖတ်ဖြူလျော်ဖြစ်တာ၊ အားနည်းတာ၊ ရင်ခုန်မြန်တာ (သို့) ခေါင်းမူးတာတို့ ပါနိုင်ပါတယ်။

ဘာလုပ်ရမလဲ။

- ဆရာဝန်ကို ဖုန်းဆက်ပါ။ (သို့) လူနာကိုဆရာဝန်ဆီချက်ချင်း ခေါ်သွားပါ။
- ဆရာဝန်ကို ဘာဖြစ်လဲ၊ ဖြစ်တဲ့ရက်နဲ့အချိန်၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးချိန်တို့ ပြောပြပါ။
- ဆရာဝန်၊ သူနာပြု (သို့) ကျန်းမာရေးဌာနကို ကာကွယ်ဆေးမတဲ့ကြောင်း တင်ပြတဲ့ (VAERS)ပုံစံဖြည့်ပြီး ဆေးနဲ့မတဲ့ကြောင်း တိုင်ကြားခိုင်းပါ။

(သို့) မိမိကိုယ်တိုင် (VAERS) ရဲ့ဝက်ဆိုဒ် www.vaers.hhs.gov ကနေ (သို့) ဖုန်း နံပါတ် ၁–၈၀၀–၈၂၂–၇၉၆၇ ကိုဆက်ပြီး တိုင်နိုင်ပါတယ်။
(VAERS)က ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာအကြံပေးချက်တွေ မလုပ်ပါဘူး။

၆။ ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ထိခိုက်မှု နိုင်ငံတော် လျော်ကြေး အစီအစဉ်

သင်(သို့) သင့်ကလေးက ကာကွယ်ဆေးနဲ့ အကြီးအကျယ်မတဲ့တာဖြစ်ရင် အန္တရာယ်သင့်သွားသူတွေကို ကုသမှုအတွက် ကုန်ကျစရိတ်ထောက်ပံ့ပေးဖို့ နိုင်ငံတော်အစီအစဉ်တရပ် ရှိပါတယ်။

ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ထိခိုက်မှု နိုင်ငံတော် လျော်ကြေးအစီအစဉ်အကြောင်း အသေးစိတ်သိလိုရင် ၁–၈၀၀–၃၃၈–၂၃၈၂ ကိုဆက်ပါ၊ (သို့) အင်တာနက် စာမျက်နှာ www.hrsa.gov/vaccinecompensation မှာကြည့်ပါ။

၇။ အချက်အလက်ပိုသိအောင်ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။

- ဆရာဝန် (သို့) သူနာပြုကို မေးပါ။ သူတို့က ကာကွယ်ဆေးမှာပါတဲ့ စာရွက်ကလေးပေးနိုင်ပါတယ်။ (သို့) တခြားနေရာကို ညွှန်းနိုင်ပါတယ်။
- ဒေသခံ (သို့) ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနကို ဖုန်းဆက်ပါ။ 1–888–767–4687
- ရောဂါထိန်းသိမ်းကာကွယ်ရေးစင်တာ (C.D.C.) တွေကို ဆက်သွယ်ပါ။
- ၁–၈၀၀–၂၃၂–၄၆၃၆ (၁–၈၀၀–C.D.C.-I.N.F.O.) ကို ဖုန်းဆက်ပါ။
- (C.D.C.) ရဲ့ ဝက်ဆိုဒ်တွေ၊ ၊ **www.cdc.gov/hepatitis** (သို့) **www.cdc.gov/nip** တို့မှာကြည့်ပါ။

DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICE

Center for Disease Control and Prevention
National Immunization Program

Vaccine Information Statement
Hepatitis A (3/21/06) Burmese 42 U.S.C. § 300aa-26

Translation provided by the Minnesota Department of Health
DCH–0452BU

AUTH: P.H.S., Act 42, Sect. 2126.

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