

# ថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR (កញ្ជ្រើល ក្រឡាទែន និងស្លូច) : តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ

Many Vaccine Information Statements are available in Khmer and other languages. See [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis)  
សន្លឹកព័ត៌មានស្តីពីថ្នាំវ៉ាក់សាំងជាច្រើនអាចរកបានជាភាសាខ្មែរ និងភាសាផ្សេងទៀត។ ចូលមើល [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis)

## 1 ហេតុអ្វីត្រូវចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង?

កញ្ជ្រើល ក្រឡាទែន និង ស្លូច គឺជាប្រភេទជំងឺមេរោគដែលអាចមានផលវិបាកធ្ងន់ធ្ងរ។ មុនពេលចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងជំងឺទាំងនេះកើតជាទូទៅនៅសហរដ្ឋអាមេរិកជាពិសេសក្នុងចំណោមកុមារ។ ហើយក៏ជារឿងធម្មតានៅតំបន់ជាច្រើននៃពិភពលោក។

### កញ្ជ្រើល

- វីរុសកញ្ជ្រើលបង្ករោគសញ្ញាដែលអាចមានដូចជាក្រិនក្តៅ ក្អក ហៀរសំបោរ និងឡើងក្រហម ហូរទឹកភ្នែក ជាទូទៅមានអាការៈកន្ទួលដែលគ្របដណ្តប់ពេញរាងកាយទាំងមូល។
- កញ្ជ្រើលអាចបណ្តាលឱ្យមានជំងឺចៀកឆ្លង រាក និងឆ្លងមេរោគក្នុងសួត (ជំងឺរលាកសួត)។ កញ្ជ្រើលកម្រប៉ះពាល់ដល់ខួរក្បាល ឬស្លាប់ណាស់។

### ក្រឡាទែន

- វីរុសក្រឡាទែនបណ្តាលឱ្យក្រិនក្តៅ ឈឺក្បាល ឈឺសាច់ដុំ អស់កំលាំង បាត់បង់ចំណង់អាហារ ហើម និងចេញក្រពេញទឹកមាត់នៅក្រោមត្រចៀកម្ខាង ឬទាំងពីរ។
- ក្រឡាទែនអាចបណ្តាលឱ្យឆ្លង ហើមខួរក្បាល និង/ឬ គ្របដណ្តប់ខួរក្បាលខ្លះ (រលាកខួរក្បាល ឬរលាកស្រោមខួរ) ការហើមឈឺចាប់ពងស្នាម ឬអ្វីហើមកម្រដល់ថ្នាក់ស្លាប់ណាស់។

### ស្លូច (ឬហៅថាកញ្ជ្រើលអាឡឺម៉ង់)

- វីរុសស្លូចបណ្តាលឱ្យក្រិនក្តៅ ឈឺពងក កន្ទួល ឈឺក្បាល និងរលាកភ្នែក។
- ស្លូចអាចបណ្តាលឱ្យរលាកសន្លាក់បានរហូតដល់ពាក់កណ្តាលនៃយុវវ័យ និងស្ត្រីពេញវ័យ។
- ប្រសិនបើស្ត្រីណាដែលកើតស្លូចនៅពេលមានផ្ទៃពោះនោះ អាចរលូតកូន ឬទារកកើតមកមានពិការភាពពាក់ព័ន្ធនឹងជំងឺ។

ជំងឺទាំងនេះអាចឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សទៀតយ៉ាងងាយស្រួល។ កញ្ជ្រើលមិនមែនទាំងស្រុងនៃការចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងទេ។ អ្នកអាចកើតកញ្ជ្រើលដោយចូលក្នុងបន្ទប់អ្នកដទៃដែលបានចេញពីបន្ទប់រហូតដល់ 2 ម៉ោងមុន។

ថ្នាំវ៉ាក់សាំង និងអត្រាខ្ពស់នៃការចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងបានធ្វើឱ្យជំងឺទាំងនេះមិនសូវកើតមានច្រើននៅសហរដ្ឋអាមេរិកទេ។

## 2 ថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR

- កុមារ គួរចាក់ថ្នាំបង្ការរោគ MMR 2 ដងជាទូទៅ៖
- ដូសទីមួយ៖ អាយុ 12 ខែ ដល់ 15 ខែ
- ដូសទីពីរ៖ អាយុ 4 ឆ្នាំ ដល់ 6 ឆ្នាំ

ទារកដែលធ្វើដំណើរចេញពីសហរដ្ឋអាមេរិកនៅពេលមានអាយុពី 6 ខែ ដល់ 11 ខែ គួរទទួលការចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR មុនពេលធ្វើដំណើរ។ ការចាក់វ៉ាក់សាំងអាចផ្តល់ការការពារជាបណ្តោះអាសន្នពីការឆ្លងមេរោគកញ្ជ្រើល ប៉ុន្តែមិនផ្តល់ភាពស្ថិតស្ថេរអចិន្ត្រៃយ៍ទេ។ កុមារនៅតែទទួលបាន 2 ដូសនៅអាយុដែលបានណែនាំសម្រាប់ការការពារយូរអង្វែង។

**មនុស្សពេញវ័យ** ក៏ប្រហែលជាត្រូវការវ៉ាក់សាំង MMR ផងដែរ។ មនុស្សពេញវ័យអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅអាចនឹងឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រើល ក្រឡាទែន និងស្លូចដោយមិនដឹងខ្លួន។ អាចប្រើថ្នាំបង្ការរោគ MMR ដូសទីបីចំពោះស្ថានភាពជំងឺស្លូចមួយចំនួន។ គេពុំដឹងពីហានិភ័យចំពោះការទទួលថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR ក្នុងពេលដំណាលគ្នានឹងថ្នាំវ៉ាក់សាំងដទៃទៀតឡើយ។

មានថ្នាំបង្ការរួមគ្នាដែលហៅថា **MMRV** ដែលមានទាំងវ៉ាក់សាំងការពារជំងឺអុតស្វាយ និង MMR ។ MMRV គឺជាជម្រើសមួយសម្រាប់កុមារមួយចំនួនអាយុ 12 ខែរហូតដល់អាយុ 12 ឆ្នាំ។ មានសន្លឹកព័ត៌មានស្តីពីថ្នាំវ៉ាក់សាំង (Vaccine Information Statement) សម្រាប់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMRV ។ អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់លោកអ្នកអាចផ្តល់ព័ត៌មានបន្ថែមដល់លោកអ្នកបាន។

## 3 មនុស្សមួយចំនួនមិនគួរទទួលថ្នាំវ៉ាក់សាំងនេះ។

- ប្រាប់អ្នកផ្តល់វ៉ាក់សាំងរបស់អ្នក ប្រសិនបើបុគ្គលនោះទទួលវ៉ាក់សាំង៖
- **មានបញ្ហាអាឡាគីស៊ីតូស៊ីស** ដែលកំរាមដល់អាយុជីវិត។ អ្នកធ្លាប់មានប្រតិកម្មអាឡាគីស៊ីតូស៊ីសដែលកំរាមកំហែងដល់អាយុជីវិត បន្ទាប់ពីបានទទួលថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR ម្តង ឬមានបញ្ហាអាឡាគីស៊ីតូស៊ីសធ្ងន់ធ្ងរចំពោះធាតុផ្សំណាមួយនៃថ្នាំវ៉ាក់សាំងនេះ លោកអ្នកមិនគួរចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងនេះឡើយ។ សូមសួរនាំអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់លោកអ្នក ប្រសិនបើលោកអ្នកចង់បានព័ត៌មានអំពីធាតុផ្សំនៃថ្នាំវ៉ាក់សាំង។
- **មានផ្ទៃពោះ ឬគិតថាអាចមានផ្ទៃពោះ**។ ប្រសិនបើមានផ្ទៃពោះក្នុងរយៈពេលទទួលវ៉ាក់សាំង MMR រហូតទាល់តែពួកគេលែងមានផ្ទៃពោះ។ ប្រសិនបើមានផ្ទៃពោះរយៈពេលយ៉ាងតិច 1 ខែ បន្ទាប់ពីចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR។
- **មានប្រព័ន្ធភាពសុំខ្សោយ** ដោយសារជំងឺ (ដូចជាមហារីក ឬអេដស៍/ជំងឺអេដស៍) ឬការព្យាបាលជម្រុញសាស្ត្រ (ដូចជាថ្នាំសម្រុះស៊ីតូតិក) ឬការព្យាបាលដោយប្រើគីមី។
- **ឪពុកម្តាយ បង/ប្អូនប្រុស ឬបង/ប្អូនស្រីដែលធ្លាប់មានបញ្ហាប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ**។
- **ធ្លាប់ជួបស្ថានភាពដែលធ្វើឱ្យងាយមានស្នាមជាំ ឬងាយហូរឈាម**។
- **ថ្មីៗនេះមានការបញ្ចូលឈាម ឬទទួលបានផលិតផលឈាមដទៃទៀត**។ អ្នកប្រហែលជាអាចពន្យារពេលចាក់វ៉ាក់សាំង MMR រយៈពេល 3 ខែ ឬលើសពីនេះ។
- **មានជំងឺរបេង**។
- **ទទួលវ៉ាក់សាំងផ្សេងទៀតក្នុងរយៈពេល 4 សប្តាហ៍**។ ទទួលវ៉ាក់សាំងផ្ទាល់ជាប់គ្នាពេកអាចនឹងមិនមានប្រសិទ្ធភាពផងដែរ។
- **មិនមានអារម្មណ៍ល្អ**។ ជំងឺស្រាល ដូចជាជំងឺផ្តាសាយ ជាទូទៅមិនជាមូលហេតុនៃការពន្យារពេលទទួលចាក់វ៉ាក់សាំងទេ។ អ្នកដែលមានជំងឺល្មម ឬធ្ងន់ធ្ងរក្នុងរយៈពេល 4 សប្តាហ៍របស់លោកអ្នកអាចផ្តល់យោបល់លោកអ្នក។



**4 ហានិភ័យកើតប្រតិកម្មថ្នាំវ៉ាក់សាំង**

ដូចថ្នាំដទៃទៀតដែរ វ៉ាក់សាំងថ្នាំវ៉ាក់សាំង ឱកាសនៃការទទួលរងផលរំខាន អាចកើតមាន។ ជាធម្មតា ផលរំខានទាំងនេះ មានកម្រិតស្រាល ហើយបាត់ទៅវិញដោយខ្លួនឯង ប៉ុន្តែប្រតិកម្មធ្ងន់ធ្ងរអាចកើតឡើងផងដែរ។

ការទទួលវ៉ាក់សាំង MMR គឺមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់កញ្ជ្រើល ក្រឡាទែន ឬស្លូត។ មនុស្សភាគច្រើន ដែលទទួលថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR ពុំមានបញ្ហាជាមួយនឹងថ្នាំវ៉ាក់សាំងនេះទេ។

បន្ទាប់ពីការទទួលវ៉ាក់សាំង MMR បុគ្គលនោះអាចជួបប្រទះ៖

**ស្ថានភាពតូចៗ៖**

- ឈឺដៃដោយសារការចាក់
- គ្រុនក្តៅ
- ក្រហម ឬកន្ទួលលើកន្លែងចាក់ថ្នាំ
- ហើមក្រពេញនៅលើថ្ពាល់ ឬក

ប្រសិនបើស្ថានភាពទាំងនេះកើតឡើង ជាធម្មតាចាប់ផ្តើមក្នុងរយៈពេល 2 សប្តាហ៍បន្ទាប់ពីការចាក់។ វាកើតឡើងកាន់តែតិចជាងមុនបន្ទាប់ពីដូសទីពីរ។

**ស្ថានភាពមធ្យម៖**

- ប្រកាច់ (ទាញសរសៃ ឬធ្វើភ្នែកស្លើរ) ច្រើនតែពាក់ព័ន្ធជាមួយនឹងគ្រុនក្តៅ
- ឈឺចាប់បណ្តោះអាសន្ន និងឡើងវិងនៅក្នុងសន្លាក់ដែលភាគច្រើនលើស្ត្រីជំទង់ ឬស្ត្រីពេញវ័យ
- ចំនួនប្លាកែតទាបបណ្តោះអាសន្នដែលអាចបណ្តាលឱ្យមានការហូរឈាម ឬស្នាមជាំខុសធម្មតា
- កន្ទួលគ្រប់កន្លែង

**កម្រកើតមានករណីធ្ងន់ធ្ងរ៖**

- ថ្លង់
- ប្រកាច់យូរ សន្លប់ចាត់ស្លាតិ ឬស្លាប់តិចយូរ
- ខូចខ្វះក្បាល

**បញ្ហាដទៃទៀតដែលអាចកើតឡើង បន្ទាប់ពីចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងនេះ៖**

- ពេលខ្លះ មនុស្សសន្លប់ បន្ទាប់ពីដំណើរការវេជ្ជសាស្ត្រមុនទាំងការចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង។ ការអង្គុយ ឬដេកប្រហែល 15 នាទីបន្ទាប់ពីចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងអាចជួយបង្ការការសន្លប់ និងរបួសដោយសារដួលបាន។ សូមប្រាប់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់លោកអ្នក ប្រសិនបើលោកអ្នករលមុខ ឬច្រកញាណផ្លាស់ប្តូរ ឬព្យួរឡើងវិងក្នុងក្រចៀក។
- មនុស្សមួយចំនួនឈឺស្នា ដែលអាចកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ និងកើតឡើងរយៈពេលយូរ ជាងការឈឺចាប់ធម្មតាក្រោយពេលចាក់ថ្នាំ។ ករណីនេះកម្រកើតឡើងណាស់។
- ថ្នាំណាក់ដោយ អាចបង្កប្រតិកម្មអាឡាក់ស៊ីធ្ងន់ធ្ងរ។ ប្រតិកម្មដោយសារតែថ្នាំវ៉ាក់សាំង ដែលតាមការប៉ាន់ប្រមាណមានប្រហែល 1 ក្នុងមួយលានដូស ហើយនឹងកើតឡើងក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មាននាទី ទៅប៉ុន្មានម៉ោង បន្ទាប់ពីចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង។

ដូចថ្នាំផ្សេងទៀតដែរ ថ្នាំវ៉ាក់សាំងកម្រនឹងបង្ករបួសធ្ងន់ធ្ងរ ឬធ្វើឱ្យស្លាប់ចាត់បង់ជីវិតណាស់។

សុវត្ថិភាពនៃថ្នាំវ៉ាក់សាំង តែងតែស្ថិតក្រោមការតាមដាន។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅ៖ [www.cdc.gov/vaccinesafety/](http://www.cdc.gov/vaccinesafety/)

**5 ចុះបើមានបញ្ហាធ្ងន់ធ្ងរ?**

**តើខ្ញុំគួរប្រយ័ត្នចំពោះអ្វីខ្លះ?**

- សូមប្រយ័ត្នចំពោះអ្វីដែលធ្វើឱ្យលោកអ្នកព្រួយបារម្ភ ដូចជាសញ្ញាបង្ហាញពីប្រតិកម្មអាឡាក់ស៊ីធ្ងន់ធ្ងរ គ្រុនក្តៅខ្លាំង ឬភ្នែកវិលបែកខុសធម្មតា។

សញ្ញាបង្ហាញពីប្រតិកម្មអាឡាក់ស៊ីធ្ងន់ធ្ងរ អាចរួមបញ្ចូលកន្ទួល ហើមមុខ និងបំពង់ក ពិបាកដកដង្ហើម ចង្កាក់បេះដូងញាប់ វិលមុខ និងកម្លាំងចុះខ្សោយ។ បញ្ហាទាំងនេះនឹងចាប់ផ្តើមកើតឡើងរយៈពេលប៉ុន្មាននាទីទៅប៉ុន្មានម៉ោងប៉ុណ្ណោះបន្ទាប់ពីការចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង។

**តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ?**

- ប្រសិនបើលោកអ្នកគិតថា វាក៏ជាប្រតិកម្មអាឡាក់ស៊ីធ្ងន់ធ្ងរ ឬស្ថានភាពរាងកាយផ្សេងៗបន្ទាន់ដទៃទៀតដែលមិនអាចរង់ចាំបាន សូមទូរស័ព្ទទៅ 9-1-1 ឬទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យដែលជិតបំផុត។ បើមិនដូច្នោះទេ សូមទូរស័ព្ទទៅអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។

Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS) (ក្រោយមក ប្រតិកម្មក្នុងរយៈពេលវែងទៅប្រព័ន្ធរាយការណ៍ផលអាគ្រោះនៃថ្នាំវ៉ាក់សាំង)។ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកអាចដាក់បញ្ជូនរបាយការណ៍នេះ ឬលោកអ្នកអាចរាយការណ៍ដោយផ្ទាល់តាមរយៈគេហទំព័រ VAERS នៅ [www.vaers.hhs.gov](http://www.vaers.hhs.gov) ឬតាមរយៈហៅទូរស័ព្ទមក 1-800-822-7967។

VAERS មិនផ្តល់យោបល់វេជ្ជសាស្ត្រទេ។

**6 កម្មវិធីជាតិបង់សំណងរបួសដោយសារថ្នាំវ៉ាក់សាំង**

National Vaccine Injury Compensation Program (VICP) គឺជាកម្មវិធីរបស់រដ្ឋសហព័ន្ធ ដែលបានបង្កើតឡើងដើម្បីបង់សងអ្នកទាំងឡាយដែលអាចរងរបួសដោយសារតែថ្នាំវ៉ាក់សាំងមួយចំនួន។

បុគ្គលដែលជឿជាក់ថា ខ្លួនអាចធ្លាប់រងរបួសដោយសារថ្នាំវ៉ាក់សាំងមួយ អាចធ្វើការសិក្សាអំពីកម្មវិធី និងអំពីការដាក់ពាក្យទាមទារសំណង ដោយទូរស័ព្ទមក 1-800-338-2382 ឬចូលទៅវេបសាយ VICP នៅ [www.hrsa.gov/vaccinecompensation](http://www.hrsa.gov/vaccinecompensation)។ មានរយៈពេលកំណត់សម្រាប់ការដាក់ពាក្យទាមទារសំណង។

**7 តើខ្ញុំអាចសិក្សាបន្ថែមទៀតដោយរបៀបណា?**

- សូមសួរអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់លោកអ្នក។ គាត់អាចផ្តល់ឯកសារក្នុងកញ្ចប់ថ្នាំវ៉ាក់សាំង ឬប្រាប់ប្រគល់ព័ត៌មានផ្សេងដល់លោកអ្នក។
- សូមទូរស័ព្ទទៅក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋ ឬនៅមូលដ្ឋានរបស់លោកអ្នក។
- សូមទាក់ទង Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (មជ្ឈមណ្ឌលទប់ស្កាត់ និងបង្ការជំងឺ)៖  
- ទូរស័ព្ទមកលេខ 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) ឬ  
- ចូលទៅវេបសាយ CDC នៅ [www.cdc.gov/vaccines](http://www.cdc.gov/vaccines)



Cambodian

ដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យអ្នកផ្តល់ការព្យាបាលសុខភាពស្នើសុំនូវព័ត៌មានអំពីការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគពេញលក្ខណ៍ត្រឹមត្រូវ, ការពិនិត្យមើលនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគ ហើយនិងការតម្រូវដាក់ពេលវេលា សំរាប់ចាក់ថ្នាំបង្ការរោគនៅអនាគត, ព័ត៌មានអំពីការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគនឹងផ្ញើទៅមន្ទីរ Michigan Care Improvement Registry ។ បុគ្គលទាំងឡាយមានសិទ្ធិស្នើសុំអោយអ្នកផ្តល់ការព្យាបាលសុខ ភាពមិនអោយបញ្ជូនព័ត៌មានអំពីការចាក់ថ្នាំ បង្ការរោគនេះទៅឱ្យកន្លែងទុកសំណុំរឿងបាន។