

Live Zoster (လိုက်ပ်ဇိုက်တာ) (ရေယုန်) ကာကွယ်ဆေး - သင်သိထားရမည့် အကြောင်းအရာများ

Many Vaccine Information Statements are available in Burmese and other languages. See www.immunize.org/vis

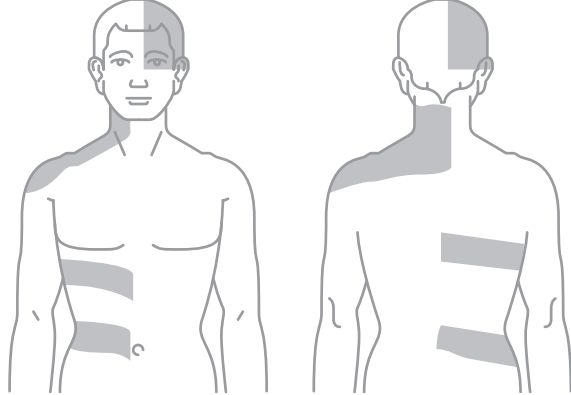
ကာကွယ်ဆေးဆိုင်ရာ အချက်အလက် ဖော်ပြချက် အများအပြားကို မြန်မာဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ www.immunize.org/vis တွင် ကြည့်ရှုပါ။

1 ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

Live zoster (လိုက်ပ်ဇိုက်တာ) (ရေယုန်) ကာကွယ်ဆေး သည်ရေယုန်အား အကာအကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ရေယုန် (ဟာပီး ဇိုက်တာ သို့မဟုတ် ဇိုက်တာ ဟုလည်း ခေါ်သည်) သည် အရည်ကြည်ဖုများထွက်တတ်ပြီး နာကျင်သည့် အရေပြား အဖုအပိန်ထွက်မှုတစ်ခု ဖြစ်သည်။ အရေပြား အဖုအပိန်များအပြင် ရေယုန်သည် အဖုတက်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကိုယ်လက်အေးစိမ့်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝမ်းဗိုက် မကောင်းခြင်းတို့ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ဖြစ်ခဲ့သော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံတွင်မူ ရေယုန် ရောဂါပိုးကူးစက်မှုသည် အဆုတ်ရောင်ရောဂါ၊ အကြားအာရုံ အခက်အခဲပြဿနာများ၊ မျက်စိကွယ်မှု၊ ဦးနှောက် ရောင်ယမ်းမှု (ဦးနှောက်ရောင်ယမ်းနာရောဂါ) သို့မဟုတ် သေဆုံးမှုအထိ ဦးတည်သွားစေနိုင်ပေသည်။

ရေယုန်နှင့်ပတ်သက်ပြီး အတွေ့ရအများဆုံးသော အခြေအနေမှာ postherpetic neuralgia (PHN) ဟု ခေါ်သည့် ရေရှည် အာရုံကြော နာကျင်ကိုက်ခဲမှု အခြေအနေတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ PHN သည် အရေပြား အဖုအပိန်များ ပျောက်ကင်းရှင်းလင်းသွားပြီးသည့် နောက်တွင်ပင်လျှင် ၎င်းရေယုန်အဖုအပိန် အနာများ ရှိခဲ့သည့် ဧရိယာများတွင် ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပေသည်။ ၎င်းသည် အရေပြားအဖုအပိန်များ ပျောက်ကွယ်သွားပြီးနောက်ပိုင်း လနှင့်ချီ၍ သို့မဟုတ် နှစ်နှင့်ချီ၍ ကြာမြင့်နိုင်ပေသည်။ PHN ကြောင့် နာကျင်မှုသည် အလွန်ပြင်းထန်၍ ချိနဲ့အားနည်းစေနိုင်ပေသည်။



ရေယုန်ဖြစ်ပွားသူ 10% မှ 18% ခန့် အထိသည် PHN အား ကြုံတွေ့နိုင်ခြေရှိပါသည်။ PHN သည် အသက်အရွယ်နှင့်လိုက်၍ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမိုများပြားလာနိုင်ပါသည်။ ရေယုန်ဖြစ်ပွားသော အသက်ပိုကြီးသူ လူကြီးတစ်ဦးသည် ရေယုန်ဖြစ်ပွားသည့် အသက်ပိုငယ်သူတစ်ဦးနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက PHN ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမိုများပြားပြီး ဖြစ်ပွားပါကလည်း ပိုမိုကြာရှည်ကာ ပိုမိုပြင်းထန်သော နာကျင်မှုကို ခံစားရနိုင်ပေသည်။

ရေယုန်များသည် ရေကျောက်အားဖြစ်ပေါ်စေသည့် တူညီသော ဝိုင်းရပ်စ်ပိုး ရေကျောက် ဇိုက်တာဝိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းဖြစ်သည်။ သင် ရေကျောက်ဖြစ်ပွားပြီးနောက် ဝိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် သင့်ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း အောင်းကျန်နေပြီး၊ နောက်ပိုင်း၌ ရေယုန်ရောဂါအား ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပေသည်။ ရေယုန်သည် တစ်ဦးမှ တစ်ဦးထံသို့ ကူးစက်နိုင်ခြင်း မရှိသော်လည်း ရေယုန်အား ဖြစ်ပွားစေသည့် ဝိုင်းရပ်စ်ပိုးမှာမူ ပျံ့နှံ့နိုင်ပြီး ရေကျောက် တစ်ကြိမ်တစ်ခါမှ မဖြစ်ဖူးသူ သို့မဟုတ် ရေကျောက် ကာကွယ်ဆေး ထိုးမထားသူတစ်ဦးအား ရေကျောက်ရောဂါ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပေသည်။

2 သက်ရှိဖိစီးရေယုန်ကာကွယ်ဆေး

သက်ရှိဖိစီးရေယုန်ကာကွယ်ဆေးသည် ရေယုန်နှင့် PHN ဖြစ်ပွားခြင်းတို့ကို အကာအကွယ်ပေးနိုင်သည်။

ရေယုန်ကာကွယ်ဆေး အခြား တစ်မျိုးဖြစ်သည့် ပေါင်းစပ်ရေယုန် ကာကွယ်ဆေးသည်

ရေယုန်အား ကာကွယ်ရန် ပိုမိုသင့်တော်သော ကာကွယ်ဆေးတစ်မျိုး ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း အချို့သော အခြေအနေများတွင်မူ သက်ရှိဖိစီးရေယုန် ကာကွယ်ဆေးအား အသုံးပြုနိုင်ပေသည်။ (ဥပမာအားဖြင့် လူတစ်ဦးသည် ပေါင်းစပ်ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးဖြင့် ဓာတ်မတည့်လျှင်သော်လည်းကောင်း၊ သက်ရှိဖိစီးရေယုန်ကာကွယ်ဆေးအား ပိုမိုနှစ်သက်လျှင်သော်လည်းကောင်း၊ ပေါင်းစပ်ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးအား မရရှိနိုင်သည့်အခြေအနေတွင်လည်းကောင်း။)

သက်ရှိဖိစီးရေယုန်ကာကွယ်ဆေးအား ရယူသည့် အသက် 60 နှင့် အထက် လူကြီးများအနေနှင့် ထိုးဆေး 1 ကြိမ် ထိုးနှံရမည်ဖြစ်သည်။

ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးအား အခြားသောကာကွယ်ဆေး များနှင့်အတူလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။

3 သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည်ဆိုလျှင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးမည့်သူထံသို့ အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ -

- ယခင်တစ်ခါ Live ရေယုန် ကာကွယ်ဆေးတစ်ကြိမ်ရယူပြီးနောက် ဓါတ်မတည့် သည့်တုန့်ပြန်မှုဖြစ်ခဲ့ဖူးခြင်း သို့မဟုတ် ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ် ချိန်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုန့်ပြန်မှုတစ်စုံတစ်ရာ ဖြစ်ခဲ့ဖူးခြင်းရှိခဲ့လျှင်။
- လက်ရှိတွင် ကိုယ်ခံအားစနစ် အားနည်းနေလျှင်။
- လက်ရှိတွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင် သို့မဟုတ် နို့တိုက်မိခင်တစ်ဦး ဖြစ်လျှင်။
- လက်ရှိတွင် ရေယုန်ရောဂါအား ခံစားနေရလျှင်။

အချို့သောအခြေအနေတွင် သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူမှ ရေယုန် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအား အခြားတစ်ရက်ရက်သို့ ရွှေ့ဆိုင်းနိုင်သည်။

အအေးမိခြင်း ကဲ့သို့ အသေးစား နာမကျန်းမှုရှိသူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အသင့်အတင့် သို့မဟုတ် အပြင်းအထန် နေမကောင်းသူများသည် သက်ရှိဖိစီးရေယုန် ကာကွယ်ဆေး မထိုးမီ နေပြန်ကောင်းလာသည့်အထိ စောင့်သင့်သည်။

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

4 ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- သက်ရှိဖိစီးရေယုန် ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးသည့်နောက်တွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသည့်နေရာတွင် နီမြန်းခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ ရောင်ကိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် ယားယံခြင်းနှင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။

ဖြစ်နိုင်ခြေနည်းသော်လည်း သက်ရှိဖိစီးရေယုန်ကာကွယ်ဆေးသည် အဖုအပိန့်ထွက်ခြင်း သို့မဟုတ် ရေယုန်အား ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း အပါအဝင် ဆေးဝါးကုသမှုများအပြီးတွင် လူတို့သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မူးဝေလဲကျတတ်ပါသည်။ သင်မူးဝေခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် နားထဲမှတစ်ဝီမြည်ခြင်းဖြစ်ပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်းထန်သောဓါတ်မတည့်ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အလွန်အလွန်နည်းပါးသည်။

5 ပြင်းထန်သောတုံ့ပြန်မှုပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ဆေးခန်းမှထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့် တုန်ပြန်မှုရရှိနိုင်သည်။ သင်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့် တုန်ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည်ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း သို့မဟုတ် အားမရှိခြင်း) တို့ကို တွေ့ ရှိရပါက 9-1-1 သို့ 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 သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပေသည်။ VAERS ၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ဖြစ်သည့် www.vaers.hhs.gov သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် 1-800-822-7967 သို့ ခေါ်ဆိုပါ။ VAERS သည် ဓာတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံရန်အတွက်သာ ဖြစ်ပြီး၊ VAERS ဝန်ထမ်းများသည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အကြံပေးခြင်းများ မပြုလုပ်ပါ။

6 ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန်

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ်ဆိုပါ။
- 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

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