ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက် ဖော်ပြချက်

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး- သင်သိထားရမည့် အကြောင်းအရာများ

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

ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက် ကြေညာချက်များစွာကို မြန်မာဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ https://www.immunize.org/vis သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးသည် **COVID-19 ရောဂါကို** ကာကွယ်နိုင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင်ဖျားနာပါက COVID-19 ရောဂါ၏ပြင်းထန်မှုကို လျှော့ချပေးနိုင်သည်။

COVID-19 သည် SARS-CoV-2 ဟုခေါ်သော ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်ကြောင့်ဖြစ်ပြီး လူမှလူ တစ်ဦးသို့ လွယ်ကူစွာ ကူးစက်ပါသည်။ COVID-19 သည် ရက်အနည်းငယ်သာ ကြာသော အပျော့စားမှ အလယ်အလတ် ဖျားနာမှုကို ဖြစ်စေနိုင်သလို ဆေးရုံတက်ရောက်ခြင်း၊ အထူးကြပ်မတ်ကုသဆောင်တွင် တင်ထားရခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူရန် အသက်ရှူစက်တပ်ရခြင်းတို လိုအပ်နိုင်သည့် ပြင်းထန်သော နာမကျန်းမှုဖြစ်စေနိုင်သည်။ COVID-19 ကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံးနိုင်သည်။

ဗိုင်းရပ်စ်နှင့် ထိတွေ့ပြီး 2 ရက်မှ 14 ရက်အကြာတွင် COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ ပေါ်လာနိုင်သည်။ လူတစ်ဦးတွင် အပျော့စား၊ အလယ်အလတ် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနိုင်သည်။

- ဖြစ်နိုင်သော လက္ခဏာများမှာ အဖျားတက်ခြင်း၊ ချမ်းခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း (မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း)၊ ကြွက်သား သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အရသာ သို့မဟုတ် အနံ့အသစ်များ ဆုံးရှုံးခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ နာရည်ယိုခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝမ်းလျှောခြင်းတို ပါဝင်သည်။
- ပိုမိုပြင်းထန်သော လက္ခဏာများတွင် အသက်ရှူကျပ်ခြင်း၊ ရင်ဘတ် အဆက်မပြတ်နာကျင်ခြင်း သို့မဟုတ် အောင့်ခြင်း၊ ဇဝေဇဝါဖြစ်ခြင်းများ၊ အိပ်ရာကမထနိုင် သို့မဟုတ် မနိုးနိုင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အရေပြားအသားအရောင်ပေါ် မူတည်၍ ဖြူဖပ်ဖြူရော်ဖြစ်ခြင်း၊ မီးခိုးရောင်သန်းခြင်းသို့မဟုတ် အသားအရေ၊ နှုတ်ခမ်း သို့မဟုတ် (အသားအရောင်ပေါ် မူတည်၍) လက်သည်းခွံများပြာနှမ်းခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်သည်။

သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် အချို့သော နောက်ခံကျန်းမာရေးအခြေအနေများ (နှလုံး သို့မဟုတ် အဆုတ်ရောဂါ သို့မဟုတ် ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့သော) ရှိသူများသည် COVID-19 ကြောင့် အလွန်ဖျားနာနိုင်ခြေ ပိုများပါသည်။

COVID-19 ကြောင့် နာမကျန်း ဖြစ်ပြီးနောက် အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များသည် 3 လ သို့မဟုတ် ယင်းထက်ပို၍ ရောဂါလက္ခဏာများ ဆက်လက်ရှိ၍ ရေရှည် နာမကျန်း ဖြစ်ခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။ COVID ရေရှည် ရောဂါ လက္ခဏာများမှာ ပိုကောင်းမွန်လာခြင်း၊ ပိုဆိုးဝါးသွားခြင်း သို့မဟုတ် ယခင်အတိုင်း ဆက်လက်ရှိနေခြင်းတို ဖြစ်နိုင်သည်။

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး အပ်ဒိတ် ထိုးနှံထားသူများသည် မထိုးနှံထားသူများ ထက် ပြင်းထန်သည့် နာမကျန်းမှုဖြစ်ခြင်း၊ ဆေးရုံတက်ရခြင်းနှင့် COVID-19 ရောဂါကြောင့် အသက်သေဆုံးခြင်းတို ဖြစ်နိုင်ခြေ နည်းပါးသည်။ ရေရှည် COVID ရောဂါကို ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းမှာ COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်း ဖြစ်သည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းကြောင့် ကိုယ်ခန္ဓာမှ ရောဂါပိုးကို ကိုယ်တိုင် ကာကွယ်နည်းကို သိရှိနိုင်ရန် ကူညီပေး၍ ပြင်းထန်သည့် နာမကျန်းမှုနှင့် ရှုပ်ထွေးမှုများကို လျှော့ချနိုင်သည်။ ထို့အပြင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် COVID-19 ရောဂါခံ့ဖူးပြီးသား သူများအတွက်ကိုလည်း COVID-19 ထပ်မံ ဖြစ်ပွားသည့်အခါ ဆေးရုံတက်ကုသရခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ခြင်းအပါအဝင် နောက်ထပ် ကာကွယ်မှု ပေးသည်။

2. COVID-19 ကာကွယ်ဆေး

နောက်ဆုံးအဆင့်မြင့်တင် ထုတ်လုပ်ထားသော (2024–2025 ဖော်မြူလာ) COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို အသက် 6 လနှင့်အထက် လူတိုင်းအတွက် အကြံပြုထားသည်။ ၎င်းတွင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်၊ နို့တိုက်ကျွေးနေသူများ၊ ကိုယ်ဝန်ရရန် လတ်တလော ကြိုးစားနေသူများ သို့မဟုတ် အနာဂတ်တွင် ကိုယ်ဝန်ရှိလာနိုင်သူများ ပါဝင်သည်။

မွေးကင်းစကလေးများနှင့် အသက် 6 လမှ 11 နှစ်အထိ ကလေးများအတွက် 2024–2025 COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို U. S. Food and Drug Administration (FDA) ၏ အရေးပေါ်အသုံးပြုမှု ခွင့်ပြုချက်အောက်တွင် ရနိုင်ပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် လက်ခံသူများနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသူများအတွက် အချက်အလက်စာစောင်များကို ဖတ်ရှုပါ။

အသက် 12 နှစ်နှင့်အထက် လူများအတွက်၊ ModernaTX, Inc. သို့မဟုတ် Pfizer, Inc. က ထုတ်လုပ်သော မွမ်းမံထားသည့် 2024–2025 COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများကို FDA က ခွင့်ပြုချက်ပေးထားသည်။

အသက် 12 နှစ်နှင့်အထက် လူများအတွက် Novavax COVID-19 Vaccine Adjuvanted (2024–2025 ဖော်မျူလာ) ကာကွယ်ဆေးအား FDA မှ အရေးပေါ် အသုံးပြုရန် ခွင့်ပြုချက်ဖြင့် ရရှိနိုင်သည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် လက်ခံသူများနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသူများအတွက် အချက်အလက်စာစောင်ကို ဖတ်ရှုပါ။

- **အသက် 6 လနှင့်အထက် ကလေးများအတွက်**FDA မှ ခွင့်ပြုထားသည့် သို့မဟုတ် 2024–2025 COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအဖြစ် အပ်ဒိတ်လုပ်၍ ခွင့်ပြုထားသည့် ၎င်းတို အသက်အရွယ်အလိုက် ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးနှံရန် အကြံပြုထားသည်။
- **အချို့သော ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအခြေအနေရှိသူများ သို့မဟုတ် ခုခံအားစနစ်ကို ထိခိုက်စေသောဆေးဝါးများသောက်သုံးနေသူများကဲ့သို အချို့သူများအနေဖြင့်** COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို နောက်ထပ်အပိုဆောင်း ထပ်ထိုးနိုင်ပါသည်။ သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူက သင့်အား အကြံဉာဏ်ပေးနိုင်ပါသည်။.

U.S. CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

3. သင့်ကျန်းမာရေး ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးပါ

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခံမည့်လူသည် အောက်ပါတို့ဖြစ်ခဲ့ဖူးပါက သင်၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးသူကို ပြောပြပါ-

- ယခင်က COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက် **ဓာတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှုရှိခဲ့ကြောင်း** သို့မဟုတ် ဆိုးရွားပြင်းထန်သည့်**အသက်အန္တရာယ်ရှိသော ဓာတ်မတည့်မှုများ ရှိခဲ့သူများ**
- **myocarditis** (နှလုံးကြွက်သားများ ရောင်ရမ်းခြင်း) သို့မဟုတ် **pericarditis** (နှလုံးအပြင်ဘက်အလွှာများ ရောင်ခြင်း)ရှိခဲ့သူများ
- **ခန္ဓာတွင်းစနစ်မျိုးစုံ ရောင်ရမ်းခြင်းရောဂါလက္ခဏာစု**(ကလေးများတွင် MIS-C နှင့် လူကြီးများတွင် MIS-A ဟုခေါ်သည်)ရှိထားသူများ

အချို့သော ဖြစ်ရပ်များတွင် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပေးသူသည် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို နောက်တစ်ကြိမ် လာရောက်ပြသမှ ထိုးပေးရန် ရွှေ့ဆိုင်းဖို့ ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။

အအေးမိခြင်းကဲ့သို အသေးစား နာမကျန်းဖြစ်နေသူများသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံနိုင်ပါသည်။ COVID-19 ရောဂါ အပါအဝင် အသင့်အတင့် သို့မဟုတ် အပြင်းအထန် နေမကောင်းသူများသည် နေပြန်ကောင်းလာသည်အထိ စောင့်သင့်သည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို အခြားသောကာကွယ်ဆေးများနှင့်အတူလည်း ထိုးပေးနိုင်ပါသည်။

4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- ဆေးထိုးပေးသည့်နေရာတွင် နာကျင်ခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်းနှင့် နီခြင်းများ၊ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် အဖျားတက်ခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း (ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း)၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ချမ်းတုန်ခြင်း၊ ကြွက်သားနာကျင်ခြင်း၊ အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပျို့ခြင်း၊ အော့အန်ခြင်းနှင့် ရောင်ရမ်းခြင်းများ ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။
- COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်Myocarditis (နှလုံးကြွက်သားများရောင်ရမ်းခြင်း) နှင့် pericarditis (နှလုံးအပြင်ဘက်အလွှာများရောင်ရမ်းခြင်း) ကို တွေ့ရခဲ့ပါသည်။ ဤအန္တရာယ်များအား အရွယ်ရောက်စနှင့် လူငယ် အမျိုးသားများတွင် မကြာခဏဆိုသလို တွေ့ရလေ့ရှိသည်။ ဤသို့ဖြစ်နိုင်ခြေ နည်းပါးပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်း အပါအဝင် ဆေးဝါးကုသမှုများအပြီးတွင် လူများသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မူးဝေလဲကျတတ်ပါသည်။ သင်မူးဝေခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် နားအူခြင်းဖြစ်ပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့်ခြင်း တုံ့ပြန်မှု၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အလွန့်အလွန်နည်းပါးသည်။

V-Safe သည် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် သင် သို့မဟုတ် သင့်မှီခိုသူ မည်သို့ခံစားရပုံကို CDC ထံ အသိပေးနိုင်သည့် ဘေးကင်းရေး စောင့်ကြည့်မှုစနစ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ vsafe.cdc.govတွင် သတင်းအချက်အလက်များအား ရှာဖွေရန်၍ V-Safe အတွက် စာရင်းသွင်းနိုင်ပါသည်။

5. ပြင်းထန်သော ပြဿနာတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံထားသူသည် ဆေးခန်းမှ ထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်သော တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။ သင်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့် တုံ့ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည်ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်း သို့မဟုတ် အားနည်းခြင်း) တို့ကို တွေ့ရှိရပါက **9-1-1** သို ခေါ်ဆိုပြီး ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံးဆေးရုံသို ပို့ပါ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ အသက်ရှူကျပ်ခြင်း သို့မဟုတ် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ တုန်လှုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် နှလုံးခုန်ခြင်း ခံစားရပါက ဆေးကုသမှုချက်ချင်း ခံယူပါ။ ၎င်းတို့သည် myocarditis သို့မဟုတ် pericarditis ၏လက္ခဏာများဖြစ်နိုင်သည်။

သင်စိတ်ပူသော အခြားလက္ခဏာများအတွက် သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ပေးသူထံ ဖုန်းခေါ်ပါ။

ဆိုးရွားသော ဓာတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှုများအား Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS၊ ကာကွယ်ဆေး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး အဖြစ်အပျက် သတင်းပို့ရန်စနစ်) သို တင်ပြသင့်သည်။ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် ပုံမှန်အားဖြင့် ဤအစီရင်ခံစာကို တင်ပြမည်ဖြစ်သည် သို့မဟုတ်ပါက သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ VAERS ဝဘ်ဆိုက် www.vaers.hhs.gov သို ဝင်ကြည့်ပါ သို့မဟုတ် **1-800-822-7967** ကို ခေါ်ဆိုပါ။ *VAERS သည် ဓါတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံရန်အတွက်သာ ဖြစ်ပြီး၊ VAERS ဝန်ထမ်းများသည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အကြံပေးခြင်းများ မပြုလုပ်ပါ.*

6. တန်ပြန်ရေးအစီအမံအဖြစ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု လျော်ကြေးငွေ အစီအစဉ်

တန်ပြန်ရေးအစီအမံအဖြစ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု လျော်ကြေးငွေ အစီအစဉ် (CICP) သည် အချို့သော ဆေးဝါးများ သို့မဟုတ် ဤကာကွယ်ဆေးအပါအဝင် ကာကွယ်ဆေးများကြောင့် အပြင်းအထန်ထိခိုက်သွားသော လူအချို့၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှုကုန်ကျစရိတ်များနှင့် အခြားသီးခြားအသုံးစရိတ်များကို ကူညီပေးချေနိုင်သည့် ဖက်ဒရယ် အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။ ယေဘုယျအားဖြင့်၊ ကာကွယ်ဆေးလက်ခံရရှိသည့်နေ့မှ (1) နှစ်အတွင်း CICP သို တောင်းဆိုချက်တင်ပြရမည်ဖြစ်သည်။ ဤပရိုဂရမ်အကြောင်းပိုမိုလေ့လာရန်၊ ပရိုဂရမ်၏ဝဘ်ဆိုဒ်သို့ကို www.hrsa.gov/cicp တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် **1-855-266-2427** သို့ခေါ်ဆိုပါ။

7. ဘယ်လိုမျိုး နောက်ထပ် လေ့လာနိုင်သလဲ။

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ပေးသူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင်၏ ဒေသန္တရ သို့မဟုတ် ပြည်နယ်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနသို ခေါ်ဆိုပါ။
- COVID-19 အချက်အလက် စာရွက်များ၊ ထည့်သွင်းထားသည့် ပက်ကေ့ချ်များအတွက် အစားအစာနှင့် ဆေးဝါး ကွပ်ကဲမှု ဦးစီးဌာန (FDA) ၏ ဝဘ်ဆိုက်တွင် ဝင်ကြည့်၍ နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် www.fda.gov/emergency-preparedness-and-response/coronavirus-disease-2019-covid-19/covid-19-vaccines တွင် ဝင်ကြည့်ပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention, CDC (ရောဂါ ကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေး ဗဟိုဌာန) သို ဆက်သွယ်ပါ-
  - ဖုန်း **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ်**
  - www.cdc.gov/covid/vaccines/index.html ရှိ CDC ၏ COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ဝဘ်ဆိုက်သို ဝင်ကြည့်ပါ။

Burmese translation provided by Immunize.org