

# တုပ်ကွေးရောဂါကာကွယ်ဆေး

## သင်သိရှိထားရမည့်အရာများ

(တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေး။ အသက်ရှင်။ နှာခေါင်းတွင်း ဆေးစက်ထည့်ခြင်း) **2013-2014**

ကာကွယ်ဆေးသတင်းအချက်အလက်ဖော်ပြချက်များ မြောက်မြားစွာကို စစ်ဘာသာနှင့် အခြားဘာသာစကားများဖြင့်လည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။ [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis) ကိုကြည့်ပါ။  
Hojas de información Sobre Vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis) wGifMunfh&SIYg

### 1 အဘယ်ကြောင့် ကွယ်ဆေးထိုးသနည်း။

တုပ်ကွေးရောဂါ(“တုပ်ကွေး”)သည် အလွယ်တကူ ကူးစက်တတ်သောရောဂါဖြစ်ပြီး အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတစ်ဝိုက် ဆောင်းတွင်းအချိန်တိုင်း ကူးစက်ပြန့်ပွားပြီး အောက်တိုဘာနှင့် မေလကြားတွင်ဖြစ်လေ့ရှိပါသည်။ တုပ်ကွေးသည် တုပ်ကွေး ဝိုင်းရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်ပြီး ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာချေခြင်းနှင့် နီးနီးကပ်ကပ်နေခြင်းဖြင့် ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။ မည်သူမဆို တုပ်ကွေးကူးစက်ခံရနိုင်သည် သို့သော် တုပ်ကွေး ကူးစက်နိုင်မှုအန္တရာယ်သည် ကလေးငယ်များတွင် အမြင့်မားဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများသည် ချက်ချင်းပေါ်လာပြီးရက်ပေါင်းများစွာ ကြာမြင့်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

- ကိုယ်ပူခြင်း/ ချမ်းတုန်ခြင်း
- လည်ချောင်းနာခြင်း
- ကြွက်သားများ ကိုက်ခဲခြင်း
- နှမ်းနယ်ခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- နှာရည်ယိုခြင်း သို့မဟုတ် နှာခေါင်းပိတ်ခြင်း

တုပ်ကွေးက အချို့လူများအား အခြားသူများထက်ပင် ပိုနာကျန်း ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ထိုလူအမျိုးအစားများတွင် ငယ်ရွယ်သောကလေးငယ်များ၊ အသက် ၆၅ နှစ်နှင့်အထက် ရှိသည့် လူကြီးများနှင့်ထိုသို့သောကျန်းမာရေးအခြေအနေများ-ဥပမာ နှလုံး၊ အဆုတ် သို့မဟုတ် ကျောက်ကပ်ရောဂါများ သို့မဟုတ် ခုခံအားစနစ်အားနည်းသူများတို့ကို သို့သော် အခြေအနေများရှိသည့်လူများတို့ပါဝင်ကြပါသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး သည် အထူးသဖြင့် ထိုသို့သောလူများ၊ ၎င်းတို့နှင့်နီးကပ်စွာနေသော သူများအတွက် အရေးပါပါသည်။

တုပ်ကွေးသည်လည်း နမိုးနီယားရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေနိုင်ပြီး ရှိရင်းစွဲကျန်းမာရေးအခြေ အနေများကို ပိုမိုဆိုးရွားစေပါသည်။ တုပ်ကွေးက ကလေးများတွင်ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှော နှင့်လေသင်တုန်ဖြတ်ခြင်းတို့ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ နှစ်စဉ် ထောင်ပေါင်းများ စွာသောလူများသည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် တုပ်ကွေးကြောင့် သေဆုံးကြရပြီး များစွာသောလူများသည် ဆေးရုံတက်ရောက် ကုသခြင်းခံရပါသည်။

တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေးသည် တုပ်ကွေးရောဂါနှင့် ၎င်းနောက်ဆက်တွဲထပ်တိုးလာ သော ရောဂါများမှကာကွယ်ပေးသည့် ကျွန်ုပ်တို့တွင်ရှိသည့် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည် လူမှလူသို့ တုပ်ကွေးပြန့်နှံ့ခြင်းကိုလည်း ကာကွယ်ရာတွင် အကူအညီပေးပါသည်။

### 2 အသက်ရှိပြီး နည်းအောင်ပြုလုပ်ထားသည့် - LAIV, နှာခေါင်းတွင်းထည့်သည့်ဆေး

တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ သင်သည် အသက်ရှိပြီး အားနည်းအောင် ပြုလုပ်ထားသည့် “Attenuated” တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး (LAIV ဟုလည်းခေါ် သည်) ကို နှာခေါင်းတွင်းသို့ထည့်ပေးခြင်းခံရမည်။ “Attenuated” သည်အားနည်း သည့်ကို ဆိုလိုပါသည်။ ကာကွယ်ဆေး၏ဝိုင်းရပ်စ်များသည် အားနည်းနေသည်။ ထို့ကြောင့် သင့်ကို ဖျားနာအောင်မလုပ်နိုင်ပါ။

ကွဲပြားသည့် “တုပ်ကွေးထိုးဆေး” သည် ပိုးကိုအသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ထား သော ကာကွယ်ဆေးဖြစ်သည် (အသက်ရှင်သည့်ဝိုင်းရပ်စ်ပိုးမပါပါ)။ ဆေးကို အပ်ဖြင့် ထိုးပေးသည်။ ထိုကာကွယ်ဆေးကိုသီးခြားကာကွယ်ဆေးသတင်းအချက် အလက် ဖော်ပြထားပါသည်။

တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကို နှစ်စဉ်ထိုးရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ အသက် ၆ လ မှ ၈ လအထိ ကလေးငယ်များသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်းခံရသည့် ပထမနှစ်တွင် နှစ်ကြိမ် ခံယူသင့်ပါသည်။

တုပ်ကွေးဝိုင်းရပ်စ် များသည် အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲနေသည်။ တစ်နှစ်စီ၏ တုပ်ကွေးကာ ကွယ်ဆေးကို ထိုနှစ်တွင်ရောဂါဖြစ်စေသည့် ဝိုင်းရပ်စ်များကို ကာကွယ်ရန်အတွက် ပြုလုပ်ထားသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးများသည် တုပ်ကွေးအားလုံးကို မကာကွယ် နိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် သည်အရာသည် ရောဂါကိုကာကွယ်ရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ အကောင်းဆုံးအကာအကွယ်ဖြစ်ပါသည်။ LAIV သည် တုပ်ကွေးရောဂါ ၄ မျိုးကို ကာကွယ်ပေးသည်။

ကာကွယ်ပေးနိုင်ရန်အတွက် ဆေးထိုးပြီးနောက် ၂ ပတ်ခန့်ကြာပြီး ထိုသို့ ကာကွယ် ပေးနိုင်စွမ်းသည် လပေါင်းများစွာမှ တစ်နှစ်အထိကြာမြင့်နိုင်ပါသည်။တုပ်ကွေးဝိုင်းရပ်စ်

ပိုးကြောင့် မဟုတ်သည့်နာဖျားမှုအချို့ကိုလည်း တုပ်ကွေးဟုမှားယွင်းစွာအမည်တပ် ကြသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးက ထိုနာဖျားမှုများကို ကာကွယ်မပေးနိုင်ပေ။ တုပ်ကွေး ကိုသာကာကွယ်ပေးနိုင်ပါ သည်။ LAIV ကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေသူများ မဟုတ်သော အသက် ၂ နှစ်မှ ၄၉နှစ်အထိလူများကို ပေးနိုင်ပါသည်။ ထိုဆေးကိုအခြား ကာကွယ်ဆေးများနှင့်တစ်ချိန်တည်း ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ထိုးနိုင်ပါသည်။ LAIV တွင် ထိမာရီဆာ သို့မဟုတ် အခြားသော တာရှည်ခံဆေးမပါဝင်ပါ။

### 3 အချို့လူများသည်ထိုကာကွယ်ဆေးကိုမထိုးသင့်ပေ။

အောက်ပါတို့ဖြစ်ပေါ်ပါက သင့်အား ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသူအား ပြောပြပါ။

- ဥပမာနှင့် ဓါတ်မတည့်ခြင်းများ အပါအဝင် သင့်တွင် မည်သည့် ပြင်းထန်သည့် (အသက်အန္တရာယ်ကို ခြိမ်းခြောက်သည့်) ဓါတ်မတည့်ခြင်းများရှိပါက။ တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် အသက်အန္တရာယ်ကို ခြိမ်းခြောက်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုရှိပါက သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေး၏ မည်သည့် အပိုင်းတွင်မဆို ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်းတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်ပါက ထိုဆေးကို မထိုးရန် သင့်အား အကြံပြုချက်ပေးလိမ့်မည်။
- သင့်တွင် Guillain-Barr Syndrome (ပြင်းထန်သည့် အကြောသေခြင်း၊ GBS ဟုလည်းခေါ်သည်။) ရှိပါက။ GBS ရှိကြောင်း ရာဇဝင်ရှိသူများသည် ထိုဆေးကိုမထိုးသင့်ပေ။ ထိုအကြောင်းကို သင်၏ဆရာဝန်နှင့်ဆွေးနွေးတိုင်ပင် သင့်သည်။
- သင်သည်လွန်ခဲ့သော ၄ ပတ်တွင် အခြားကာကွယ်ဆေးထိုးထားပါက (သို့) သင်နေထိုင်နေသည့်ဖြစ်နေပါက။ သူတို့စောင့်ဆိုင်းရန် အကြံပေးကောင်းပေးလိမ့်မည်။ သို့သော် သင်ပြန်လာသင့်ပါသည်။



- သင်သည် အောက်ပါတို့ဖြစ်ပါက နှာခေါင်းတွင်းဆေးထည့်မည့်အစား တုပ်ကွေးဆေးထိုးသင့်သည်။
  - ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေလျှင်
  - ခုခံအားစနစ်အားနည်းပါက
  - တာရှည်ကျန်းမာရေးပြဿနာများရှိလျှင်
  - တာရှည်အက်စပရင်ကုသမှုခံယူနေရသည့် ကလေးငယ်တစ်ဦး သို့မဟုတ် ပျို့ဘော်ဝင်သည့်အရွယ်ကလေး ဖြစ်နေလျှင်
  - တာရှည်အက်စပရင်ကုသမှုခံယူနေရသည့် ကလေးငယ်တစ်ဦး သို့မဟုတ် ပျို့ဘော်ဝင်သည့်အရွယ်ကလေး ဖြစ်နေလျှင်
  - ခုခံအားစနစ်အလွန်အားနည်းနေသည့် အထူးစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်နေသော တစ်စုံတစ်ယောက်နှင့်နီးနီးကပ်ကပ်ဆက်ဆံရသောသူဖြစ်ပါက
  - ၂ နှစ်အောက်နှင့် ၄၉နှစ် အထက် ဖြစ်နေပါက
    - (၆ လနှင့်အထက်ကလေးများ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးထိုးနိုင်သည်။)
    - (၆ လအောက် ကလေးများထိုကာကွယ်ဆေးမထိုးနိုင်ပါ။)

သင့်အား ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသူက ထိုအကြောင်းကို ပိုရှင်းပြနိုင်သည်။

**4** ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှု အန္တရာယ်များ

ကာကွယ်ဆေးများသည်လည်း အခြားဆေးများကဲ့သို့ပင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ဖြစ်စေနိုင်သည့်အခွင့်အလမ်းရှိသည်။ ထိုအရာများသည် လည်းများသောအားဖြင့် ပျော့ပြောင်းပြီး မိမိဘာသာပျောက်သွားသည်။ ပြင်းထန်သည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ လည်းဖြစ်နိုင် သည်။ သို့သော် အဖြစ်နည်း သည်။ LAIV သည် အားနည်းသော ဗိုင်းရပ်စ် ပြုလုပ်ထားပြီး ဆေးထိုးမှုများသည် တုပ်ကွေးကို မဖြစ်စေနိုင်ပါ။

ပျော့ပြောင်းသည့် ပြဿနာများ LAIV ထိုးပြီးနောက်ဖြစ်ခြင်း။ အသက် ၂ - ၁၇ နှစ်အကြား ကလေးများနှင့် ပျို့ဘော်ဝင်သည့်အရွယ်များ

- နှာစေးခြင်း၊ နှာခေါင်းပိတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ချောင်းဆိုးခြင်း
- ဖျားနာ
- ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ကြွက်သားကိုက်ခဲခြင်း
- လည်ချောင်းနာခြင်း
- ဗိုက်နာခြင်း၊ ရဲဖန်ရဲခါအောအန်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝမ်းလျှောခြင်း အရွယ်ရောက်ပြီးသော အသက် ၁၈နှစ်မှ ၄၉နှစ်
- နှာစေးခြင်း သို့မဟုတ် နှာပိတ်ခြင်း
- လည်ချောင်းနာခြင်း
- ချောင်းဆိုး၊ အအေးမိ၊ မောပန်းခြင်း၊ အားနည်းခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း

ပြင်းထန်သည့် ပြဿနာများ LAIV ထိုးပြီးနောက်ဖြစ်ခြင်း။

- ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုလက္ခဏာများသည် မည်သည့်ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးချိန်တွင်မဆို ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည် (တစ်သန်းတွင် ၁ ကြိမ်ထက်နည်းသည်)။

ကာကွယ်ဆေး၏ ဘေးကင်းရေးကိုလည်း အမြဲတမ်း စောင့်ကြည့်လေ့လာလျက် ရှိပါသည်။ ပိုမိုအသေးစိတ်သိရှိရန် [www.cdc.gov/vaccinesafety/](http://www.cdc.gov/vaccinesafety/) သို့ သွားပါ။

**5** ဆိုးရွားသောတန်ပြန်မှုရှိပါက အဘယ်သို့နည်း။

- ကျွန်ုပ်ဘာကို ရှာဖွေသင့်သနည်း။
- ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်သည့်လက္ခဏာများ၊ ကိုယ်ပူချိန် အလွန်မြင့်ခြင်း သို့မဟုတ် အမူအကျင့်ပြောင်းသွားခြင်း စသည်တို့ကဲ့သို့ သင့်အား စိုးရိမ်စေသည့် အရာများကို ရှာဖွေပါ။
- ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုလက္ခဏာများတွင် လှုပ်လှုပ်ရွရွဖြစ်ခြင်း၊ မျက်နှာနှင့်လည်ချောင်းရောင်ရမ်းခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်းနှင့် အားနည်းခြင်း စသည်တို့ပါဝင်နိုင်သည်။ ထိုအရာများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက် မိနစ်အနည်းငယ်အတွင်း သို့မဟုတ် နာရီအနည်းငယ် အတွင်းတွင် စတင်ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

- ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်သင့်သနည်း။
- သင်သည် ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုရှိပါက သို့မဟုတ် စောင့်ဆိုင်း မရသည့် အခြားအရေးပေါ်အခြေအနေများ စသည်တို့ဖြစ်ပါက ၉-၁-၁ သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် အနီးဆုံးဆေးရုံသို့ ထိုလိုကို ယူဆောင်သွားပါ။ သို့မဟုတ် သင်၏ဆရာ ဝန်အား ဆက်သွယ်ခေါ်ဆိုပါ။
  - ပြီးနောက်၊ တန်ပြန်မှုကို ကာကွယ်ဆေး ဘေးဖြစ်စေတတ်ခြင်းဖြစ်ရပ်ကို အစီရင်ခံ တင်ပြခြင်းစနစ် (VAERS) သို့ အစီရင်ခံတင်ပြသင့်သည်။ သင်၏ဆရာဝန်က ဤအစီရင်ခံတင်ပြမှုကိုဖိုင်တွဲမည်။ သို့မဟုတ် သင်က VAERS ဝက်ဘ်ဆိုဒ် [www.vaers.hhs.gov](http://www.vaers.hhs.gov) မှတစ်ဆင့် သို့မဟုတ် ဖုန်းနံပါတ် ၁-၈၀၀-၈၂၂-7967[6] သို့ ခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်နိုင်သည်။

VAERS သည် တန်ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံတင်ပြခြင်းအတွက်သာဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ ကဆေးဝါးဆိုင်ရာအကြံဉာဏ်ကို မပေးပါ။

**6** အမျိုးသားကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကြောင့် နစ်နာကြေးအစီအစဉ်

အမျိုးသားကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကြောင့် နစ်နာကြေးအစီအစဉ် (VICP) သည် ကာကွယ်ဆေးများအချို့ကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူများအား နစ်နာကြေးပေးရန် ဖန်တီး ထားသည့် နိုင်ငံတော်အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။

ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိသူများသည် ဖုန်းနံပါတ် ၁-၈၀၀-၃၃၈-၂၃၈၂ သို့ခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် သို့မဟုတ် VICP ရဲ့ဝက်ဘ်ဆိုဒ် [www.hrsa.gov/vaccinecompensation](http://www.hrsa.gov/vaccinecompensation) သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုခြင်းဖြင့် အစီအစဉ်အကြောင်းနှင့် လျော်ကြေးတောင်းခံမှုတစ်ခုကို တင်ပြခြင်းအကြောင်းကို လေ့လာနိုင်သည်။

**7** ကျွန်ုပ်မည်သို့ ထပ်လေ့လာရမည်နည်း။

- သင်၏ဆရာဝန်အား မေးမြန်းပါ။
- သင်၏ဒေသန္တရာ သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေး ဦးစီးဌာနသို့၏ ဆက်သွယ်ပါ။
- ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေး (CDC)
  - သို့ ဆက်သွယ်ပါ ဖုန်းနံပါတ် ၁-၈၀၀-၂၃၂-၄၆၃၆ (၁-၈၀၀-CDC-INFO) သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ဝက်ဘ်ဆိုက်ဒ် [www.cdc.gov/flu](http://www.cdc.gov/flu) တွင်သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ။

Vaccine Information Statement (Interim)  
 Live Attenuated Influenza Vaccine

07/26/2013      Burmese

42 U.S.C. § 300aa-26

Office Use Only

