ကာကွယ်ဆေးအချက်အလက် ထုတ်ပြန်ချက်

ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး- *သင်သိထားရမည့် အကြောင်းအရာများ*

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

ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက် ကြေငြာချက်များကို မြန်မာဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများတို့ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ www.immunize.org/vis တွင် ကြည့်ရှုပါ။

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးသည် ခွေးရူးပြန်ရောဂါကို ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါသည် အမြဲလိုလို သေဆုံးစေသည့် ပြင်းထန်သော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် ဗဟိုအာရုံကြောစနစ်သို့ ကူးစက်ရောက်ရှိသွားသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများသည် ဗိုင်းရပ်စ်နှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက် ရက်ပေါင်းများစွာမှသည် နှစ်ပေါင်းများစွာကြာသည်အထိ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး ထိုရောဂါလက္ခဏာများတွင် သတိမေ့မြောခြင်း နှင့် သေဆုံးခြင်းတို့မဖြစ်မီ၊ ကယောင်ကတမ်းဖြစ်ခြင်း (စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်း)၊ ပုံမှန်မဟုတ်သော အမူအရာ၊ အမြင်မှားခြင်း၊ ရေအကြောက်လန့်ခြင်း (ရေကြောက်ခြင်း) နှင့် ကောင်းစွာအိပ်မပျော်ခြင်း (အိပ်ရခက်ခြင်း) တို့ ပါဝင်ပါသည်။

ဥပမာအားဖြင့် ကူးစက်ခံထားရသော တိရစ္ဆာန်၏ အကိုက်ခံရသည့်နေရာ သို့မဟုတ် ခြစ်ရာမတစ်ဆင့် ၎င်း၏တံတွေး သို့မဟုတ် အာရုံကြောတစ်သျှူးများနှင့် ထိတွေ့မိပြီးနောက် ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးအပါအဝင် သင့်လျော်သော ဆေးကုသမှုကို မခံယူပါက ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

2. ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး

ရောဂါကူးစက်ထားနိုင်ခြေရှိသော တိရစ္ဆာန်များနှင့် အလုပ်လုပ်ရသော သူများကဲ့သို့ ခွေးရူးပြန်ရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေ မြင့်မားသော လူအချို့တွင် ခွေးရူးပြန်ရောဂါဖြစ်ပွားမှုကို ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် ရောဂါနှင့်ထိတွေ့မဖြစ်ပွားသည်နှင့် ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အကြံပြုထားပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ဗိုင်းရပ်စ်နှင့် ထိတွေ့နိုင်ခြေ မြင့်မားပါက-

- ထိတွေ့မစတင်ဖြစ်ပွားသည့်နေ့ 0 ရက်မြောက်နေ့နှင့် 7 ရက်မြောက်နေ့တွင် ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး 2 လုံးထိုးသင့်ပါသည်။
- သင်၏ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေအဆင့်ပေါ် မူတည်၍၊ သင့်အား တစ်ကြိမ်နှင့်အထက်သွေးစစ်ရန် သို့မဟုတ် ပထမ 2 ကြိမ် ထိုးပြီးနောက် 3 နှစ်အတွင်း အားမြှင့်ဆေးတစ်လုံး ထိုးရန် အကြံပြုခံရနိုင်ပါသည်။ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ပေးသူက အသေးစိတ် အချက်အလက်များကို ပြောပြပေးနိုင်ပါသည်။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါနှင့်ထိတွေ့ပြီးမှ ထိုးလျှင်လည်း ကာကွယ်ဆေးသည် ခွေးရူးပြန်ရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ ခွေးရူးပြန်ရောဂါနှင့် ထိတွေ့ပြီးနောက် သို့မဟုတ် ထိတွေ့မဖြစ်နိုင်ခြေ ဖြစ်ပွားပြီးနောက်အနာနေရာကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် သေချာစွာဆေးကြောသင့်ပါသည်။ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ပေးသူ သို့မဟုတ် ဒေသန္တရ ကျန်းမာရေးဌာနက ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အကြံပြုလျှင် ရောဂါထိတွေ့မဖြစ်ပြီးနောက် တတ်နိုင်သမျှအမြန်ဆုံး ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးသင့်သော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာများ မစတင်မီ ထိုးခြင်းသည် အချိန်မရွေး ထိရောက်မှုရှိနိုင်ပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများစတင်လာသည်နှင့်အမျှ ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးသည် ခွေးရူးပြန်ရောဂါကို ကာကွယ်ရန်အတွက် အထောက်အကူမဖြစ်တော့ပါ။

- ယခင်က ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး မထိုးရသေးလျှင် ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး 4 လုံးကို 2 ပတ်အတွင်း (ထိတွေ့မစတင်ဖြစ်သည့်ရက် 0 ရက်မြောက်နေ့၊ 3 ရက်မြောက်နေ့၊ 7 ရက်မြောက်နေ့နှင့် 14 ရက်မြောက်နေ့တွင်) ထိုးပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ပထမအကြိမ်ထိုးသည့်နေ့တွင် သို့မဟုတ် သိပ်မကြာခင်တွင် ခွေးရူးပြန်ရောဂါပဋိပစ္စည်းဟုခေါ်သော အခြားဆေးကိုလည်း ထိုးသင့်ပါသည်။
- အကယ်၍ သင်သည် ယခင်က ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးထားဖူးပါက ရောဂါနှင့်ထိတွေ့မဖြစ်ပြီးနောက် ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး 2 ကြိမ်ထိုးရန်သာ လိုအပ်ပါသည်။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးအား အခြားသော ကာကွယ်ဆေးများနှင့် အတူလည်း ထိုးနိုင်ပါသည်။

3. သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ပေးသူ နှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည်ဆိုလျှင် သင့်အား ကာကွယ်ဆေး ထိုးပေးမည့်သူကို အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ-

- ယခင်က **ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက် ဓါတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်ခဲ့ဖူးခြင်း** သို့မဟုတ် **ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ် ခြိမ်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုံ့ပြန်မှု တစ်စုံတစ်ရာ**ရခဲ့ဖူးခြင်း
- **ကိုယ်ခံအားစနစ် အားနည်းခြင်း**

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

- **ကလိုရိုကွင်း သို့မဟုတ် ကလိုရိုကွင်းနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဆေးကို သောက်နေရခြင်း ရှိ၊ မရှိ သို့မဟုတ် သောက်ရန်စဉ်းစားနေခြင်း ရှိ၊ မရှိ**
- **ယခင်က ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးနှံခဲ့ဖူးခြင်းရှိ၊ မရှိ** (ယခင်က ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံထားသည့်အချိန်ကို သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကသိရန် လိုအပ်ပါလိမ့်မည်)

အချို့သောကိစ္စများတွင်၊ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူက ပုံမှန် ခွေးရူးပြန် ကာကွယ်ဆေးထိုးရမည့်အချိန် (ရောဂါနှင့်ထိတွေ့မှုမဖြစ်မီအချိန်) ကို နောက်တစ်ကြိမ်ပြသရမည့်အချိန်အထိ ရွှေ့ဆိုင်းရန် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် ခွေးရူးပြန်ရောဂါကာကွယ်ဆေးမထိုးပေးမီ သို့မဟုတ် ထိုးပေးအပြီးတွင် ခွေးရူးပြန်ရောဂါအတွက် သင်၏ ခုခံအားအဆင့်ကို ဆုံးဖြတ်ရန် သွေးစစ်နိုင်ပါသည်။

အအေးမိခြင်းကဲ့သို့၊ အသေးစား နာမကျန်းဖြစ်သူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံနိုင်ပါသည်။ အတန်အသင့် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်စွာ နာမကျန်းသူများသည် ပုံမှန်ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးမထိုးနှံမီ (ရောဂါနှင့်ထိတွေ့မှုမဖြစ်မီ) ၎င်းတို့ ပြန်လည်နေကောင်းလာသည်အထိ စောင့်ရလေ့ရှိပါသည်။ **အကယ်၍ သင်သည် ခွေးရူးပြန်ရောဂါဗိုင်းရပ်စ်နှင့် ထိတွေ့မိပါက၊ ယခုဖြစ်နေသော ရောဂါများ၊ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း၊ နို့တိုက်နေရခြင်း သို့မဟုတ် ခုခံအားစနစ် အားနည်းနေခြင်းတို့ကို မတွေးတောဘဲ၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံထားသင့်ပါသည်။**

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူက သင့်အား နောက်ထပ် အချက်အလက်များကို ပေးနိုင်ပါသည်။

4. ကာကွယ်ဆေးကြောင့် တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်နိုင်ခြေများ

- ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက် ဆေးထိုးနှံထားသည့် နေရာ၌ နာကျင်ခြင်း၊ နီခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း သို့မဟုတ် ယားယံခြင်း နှင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်နာကျင်ခြင်း၊ ကြွက်သား ကိုက်ခဲခြင်း၊ သို့မဟုတ် မူးဝေခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်ပါသည်။
- အားမြှင့်ဆေး ထိုးပြီးနောက် အင်ပျဉ်ထခြင်း၊ အဆစ်အမြစ်များ နာကျင်ခြင်း သို့မဟုတ် အဖျားတက်ခြင်းများသည် တစ်ခါတစ်ရံ တွင် ဖြစ်တတ်ပါသည်။

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

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

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 တွေ့ရပါက **9-1-1** သို့ ခေါ်ဆိုပြီး ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံးဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

သင်စိတ်ပူသော အခြားလက္ခဏာများအတွက် သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူထံ ဖုန်းခေါ်ပါ။

ဆိုးရွားသော ဓာတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှုများအား Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS၊ ကာကွယ်ဆေး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအဖြစ်အပျက် သတင်းပို့ရန် စနစ်) သို့ တင်ပြသင့်သည်။ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူသည် ပုံမှန်အားဖြင့် ဤအစီရင်ခံစာကို တင်ပြမည်ဖြစ်သည် သို့မဟုတ်ပါက သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ VAERS ၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်ဖြစ်သည့် www.vaers.hhs.gov သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် **1-800-822-7967** သို့ ခေါ်ဆိုပါ။ *VAERS သည် တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံရန်အတွက်သာဖြစ်ပြီး၊ VAERS ဝန်ထမ်းများသည် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကြံဉာဏ်များ မပေးပါ။*

6. ကျွန်ုပ်မည်ကဲ့သို့ နောက်ထပ် လေ့လာနိုင်သနည်း။

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဒေသန္တရ သို့မဟုတ် ပြည်နယ်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ်ဆိုပါ။
- ကာကွယ်ဆေး ပက်ကေ့ချ်ထိုးနှံမှုအတွက် Food and Drug Administration (FDA၊ အစားအသောက်နှင့် ဆေးဝါး ကွပ်ကဲရေးဌာန) ဝက်ဘ်ဆိုက်သို့ သွားရောက်ပြီး နောက်ထပ်အချက်အလက်ကို **www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines** တွင် လေ့လာပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC၊ ရောဂါ ကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေး ဗဟိုဌာန) သို့ ဆက်သွယ်ပါ-
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ခွေးရူးပြန်ရောဂါဝက်ဘ်ဆိုက် **www.cdc.gov/rabies** သို့ သွားရောက်ပါ

Burmese translation provided by Immunize.org