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 မြန်မာ ဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများတို့ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ www.immunize.org/vis တွင် ကြည့်ရှုပါ။

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရ သလဲ။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးသည် ခွေးရူးပြန်ရောဂါကို ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါသည် အမြဲလိုလို သေဆုံးစေသည့် ပြင်းထန်သော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။

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

ဥပမာအားဖြင့် ကူးစက်ခံထားရသော တိရစ္ဆာန်၏ အကိုက်ခံရသည့်နေရာ သို့မဟုတ် ခြစ်ရာမှတစ်ဆင့် ၎င်း၏တံတွေး သို့မဟုတ် အာရုံကြောတစ်သျှူးနှင့် 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 ရောဂါထိတွေ့မဖြစ်ပွားပြီးနောက် 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 ရောဂါနှင့်ထိတွေ့မဖြစ်ပွားပြီးနောက် 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

- **ကလိုရိုကှငျး သို့မဟုတျ ကလိုရိုကှငျးနှငျ့ ဆကျစပျနသေော ဆေးကို သောကျနရေခွငျး ရ၊ မရ သို့မဟုတျ သောကျရနျစဉျးစားနခွေငျး ရ၊ မရ**
- **ယခငျက ခှေးရူးပွနျရောဂါ ကာကှယျဆေးကို ထိုးနခဲ့ဖူးခွငျးရ၊ မရ** (ယခငျက ခှေးရူးပွနျရောဂါ ကာကှယျဆေး ထိုးနထားသညျ့အခါနြေ ကို သငျ၏ကနြျးမာရေးစောငျ့ရှောကျမပေးသူကသိရနျ လိုအပျပါ လိမျ့မညျ)

အခိုျ့သောကိစ်စမြားတှငျ၊ သငျ့ကနြျးမာရေး စောငျ့ရှောကျပေးသူက ပုံမနျ ခှေးရူးပွနျ ကာကှယျဆေးထိုးရမညျ့အခါနြေ (ရောဂါနှငျ့ထိတှေ့မမ ဖွစျမီအခါနြေ) ကို နောကျတစျကွိမျပွသရမညျ့အခါနြေအထိရှဆိုငျးရနျ ဆုံးဖွတျနိုငျပါသညျ။ သို့မဟုတျ သငျ့ကနြျးမာရေး စောငျ့ရှောကျပေးသူ သညျ ခှေးရူးပွနျရောဂါကာကှယျဆေးမထိုးပေးမီ သို့မဟုတျ ထိုးပေး အပွီးတှငျ ခှေးရူးပွနျရောဂါအတှကျ သငျ၏ ခုခံအားအဆငျ့ကို ဆုံးဖွတျ ရနျ သှေးစစျနိုငျပါသညျ။

အအေးမိခွငျးကဲ့သို့၊ အသေးစား နာမကနြျးဖွစျသူမြားသညျ ကာကှယျဆေး ထိုးနနိုငျပါသညျ။ အတနျအသငျ့ သို့မဟုတျ ပွငျးထနျ စှာ နာမကနြျးသူမြားသညျ ပုံမနျခှေးရူးပွနျရောဂါ ကာကှယျဆေးမထိုး နမီ (ရောဂါနှငျ့ထိတှေ့မမဖွစျမီ) ၎င်းငျးတို့ ပွနျလညျနကောငျးလာ သညျအထိ စောငျ့ရလေ့ရှိပါသညျ။ **အကယျ၍ သငျသညျ ခှေးရူးပွနျ ရောဂါပိုငျးရပျစျနှငျ့ ထိတှေ့မိပါက၊ ယခုဖွစျနသေော ရောဂါမြား၊ ကိုယျဝနျရခွငျး၊ နို့တိုကျနရေခွငျး သို့မဟုတျ ခုခံအားစနစျ အားနညျး နခွေငျးတို့ကို မတှေးတော့ဘဲ၊ ကာကှယျဆေးထိုးနထားသငျ့ပါသညျ။**

သငျ့ကနြျးမာရေး စောငျ့ရှောကျပေးသူက သငျ့အား နောကျထပျ အခကြျအလကျမြားကို ပေးနိုငျပါသညျ။

4. ကာကှယျဆေးကွောငျ့ တုံ့ပွနျမ ဖွစျ နိုငျခွမေြား

- ခှေးရူးပွနျရောဂါ ကာကှယျဆေးထိုးနပွီးနောကျ ဆေးထိုးနထားသညျ့ နရော၌ နာကငြျခွငျး၊ နီခွငျး၊ ရောငျရမျးခွငျး သို့မဟုတျ ယားယံခွငျး နှငျ့ ခေါငျးကိုကျခွငျး၊ ပို့အြနျခွငျး၊ ဝမျးဗိုကျနာကငြျခွငျး၊ ကွှကျသား ကိုကျခဲခွငျး၊ သို့မဟုတျ မူးဝခွေငျးတို့ ဖွစျတတျပါသညျ။
- အားမွငျ့ဆေး ထိုးပွီးနောကျ အငျပဉြျထခွငျး၊ အဆစျအမွစျမြား နာကငြျခွငျး သို့မဟုတျ အဖြားတကျခွငျးမြားသညျ တစျခါတစျရံ တှငျ ဖွစျတတျပါသညျ။

ကာကှယျဆေးထိုးနခွငျး အပါအဝငျ ဆေးဝါးကုသမမြားအပွီးတှငျ လူ မြားသညျ တစျခါတစျရံတှငျ မူးဝလေဲကတြတျပါသညျ။ သငျမူးဝေ ခွငျး၊ အမွငျအာရုံ ပွောငျးလဲခွငျး သို့မဟုတျ နားအူခွငျးဖွစျပါက သငျ့ ဆရာဝနျအား ပွောပွပါ။

အခွားသောဆေးဝါးမြားကဲ့သို့ပငျ ကာကှယျဆေးကွောငျ့ ပွငျးထနျသော ဓာတျမတညျ့ခွငျး တုံ့ပွနျမ၊ ပွငျးထနျသော ဒဏျရာ သို့မဟုတျ သဆေုံး ခွငျးတို့ ဖွစျနိုငျခွမေ အလှနျ့အလှနျနညျးပါးသညျ။

5. ပွငျးထနျသော ပွနာတစျခု ဖွစျ ပျေါလာခဲ့လြှငျ မညျသို့ ဆောငျရှကျ ရမညျနညျး။

ကာကှယျဆေးထိုးနထားသူသညျ ဆေးခနျးမ ထှကျခှာပွီးနောကျ ဓာတျ မတညျ့သော တုံ့ပွနျမ ဖွစျပှားနိုငျပါသညျ။ သငျသညျ ပွငျးထနျသော ဓာတျမတညျ့ တုံ့ပွနျမ လက်ခဏာမြား (အနီပွငျထခွငျး၊ မကြျနှာနှငျ့ လညျပငျးမြား ဖောငျးလာခွငျး၊ အသကျရှူရခကျခဲခွငျး၊ နှလုံးခုနျမွနျ ခွငျး၊ မူးဝခွေငျး သို့မဟုတျ အားနညျးခွငျး) တို့ကို တှေ့ရှိရပါက **9-1-1** သို့ ခေါျဆိုပွီး ၎င်းငျးပုဂ်ဂိုလျအား အနီးဆုံးဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

သငျစိတျပူသော အခွားလက်ခဏာမြားအတှကျ သငျ့ကနြျးမာရေး စောငျ့ရှောကျပေးသူထံ ဖုနျးခေါျပါ။

ဆိုးရှားသော ဓာတျမတညျ့သညျ့ တုံ့ပွနျမမြားအား Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS၊ ကာကှယျဆေး ဘေးထှကျဆိုး ကြိုးအဖွစျအပကြျ သတငျးပို့ရနျ စနစျ) သို့ တငျပွသငျ့သညျ။ သငျ့ ကနြျးမာရေး စောငျ့ရှောကျမပေးသူသညျ ပုံမနျအားဖွငျ့ ဤအစီရငျခံစာ ကို တငျပွမညျဖွစျသညျ သို့မဟုတျပါက သငျကိုယျတိုငျ လုပျဆောငျ နိုငျပါသညျ။ VAERS ၏ ဝကျဘျဆိုကျဖွစျသညျ့ **www.vaers.hhs.gov** သို့ သှားရောကျကွညျ့ရပါ သို့မဟုတျ **1-800-822-7967** သို့ ခေါျဆိုပါ။ *VAERS သညျ တုံ့ပွနျမမြားကို အစီရငျခံရနျအတှကျသာဖွစျပွီး၊ VAERS ဝနျထမျးမြားသညျ ဆေးဘကျဆိုငျရာ အကွံဉာဏျမြား မပေးပါ။*

6. ကျွနြုျပျမညျကဲ့သို့ နောကျထပျ လေ့လာနိုငျသနညျး။

- သငျ့ကနြျးမာရေး စောငျ့ရှောကျပေးသူထံ မေးမွနျးပါ။
- သငျ့ဒသေနျ်တရ သို့မဟုတျ ပွညျနယျဆိုငျရာ ကနြျးမာရေးဌာနသို့ ခေါျဆိုပါ။
- ကာကှယျဆေး ပကျကေ့ခြောထိုးနမအတှကျ Food and Drug Administration (FDA၊ အစားအသောကျနှငျ့ ဆေးဝါး ကှပျကဲရေးဌာန) ဝကျဘျဆိုကျသို့ သှားရောကျပွီး နောကျထပျအခကြျအလကျကို **www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines** တှငျ လေ့လာပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC၊ ရောဂါ ကာကှယျရေးနှငျ့ ထိနျးခုပျြရေး ဗဟိုဌာန) သို့ ဆကျသှယျပါ-
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** သို့ ခေါျဆိုပါ သို့မဟုတျ
  - CDC ၏ခှေးရူးပွနျရောဂါဝကျဘျဆိုကျ **www.cdc.gov/rabies** သို့ သှားရောကျပါ

Burmese translation provided by Immunize.org