

ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါ တါလါနကြါးသုဉ်ညါ

(ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါ၊
လါအမူ၊ ကသံဉ်ပြီနါဒု)

2013-2014

တါဟုဉ်တါသုဉ်ညါနါဟါဘုဉ်လါး ကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါ တါဟ်ဖျါ
တဖဉ်အါတကူနုဉ် တါဒီးနုဉ်အါသုလါ စပုဉ်ကျိဒီးကျိအဂါတဖဉ်
သုဉ်ဖါကီးနုဉ်လါး လါကျိဖဲ - www.immunize.org/vis
Hojas de información Sobre Vacunas están
disponibles en español y en muchos otros
idiomas. Visite www.immunize.org/vis

1 ဘဉ်မနုါအယိ ဘဉ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါလဲဉ်.

တါဘဉ်သမုဉ်ဒီးတါကိာ်ထီဉ် “တါးကူတါဆါ” နုဉ် မုဉ်တါ ဆါလါအဘဉ်ကူ
ဘဉ်ကိာ်တါသုလါအဂါလါအသးလါကိာ် အဖဲဂရါကူအပူါဖဲတါဂါခါ၊
ညီနုဉ်ဖဲလါအိးကထိဘဉ်ဒီး လါမုါအဘဉ်စါနုဉ်လါး.

တါးကူတါဆါနုဉ်ကဲထီဉ်သးခိဖျါလါတါးကူဘဲရါးစံ၊ ဒီးဂရါလါအသးသုခိ ဖျါတါကူး၊
တါကဆဲး၊ တါအိဉ်ဘူးတါလိာ်သးနုဉ်လါး.

ပုါကီးဂါဒီးနုဉ်ဘဉ်တါးကူတါဆါသု၊ ဘဉ်ဆဉ် တါဘဉ်ယိဉ် အခိဉ်ကတါနုဉ်
ညီနုဉ်မုါလါဖိသုဉ်တဖဉ်အဂါလါ. တါဆါကုါပနီဉ်တဖဉ် ကကဲထီဉ်သး တဘျီယိဒီး
ကအိဉ်ဝဲဒဉ်အါသုနုဉ်လါး. တါအံါပဉ်ယုဉ်ဒီး -

- တါကိာ်ထီဉ်/တါဂါကနိး
- ကိာ်ယုဉ်ဆါ
- ယုဉ်ညဉ်တကံတကး
- လါးဘုးလါဘျါ
- ကူး
- ခိဉ်ဆါ
- နါဒုထံယုါ မုတမုါ နါဒုဘဲးတဖဉ်နုဉ်လါး.

တါးကူတါဆါနုဉ်မါဆါဘဉ်ပုါတနီါနီါအါနုဉ်ဒ်ပုါဂါသုနုဉ်လါး. ပုါတဖဉ်နုဉ်
ပဉ်ယုဉ်ဒီးဖိသုဉ်အိဉ်ဆဲးဆဲးဖိ. ပုါအသး ၆၅ နုဉ်ဆုအဖိခိဉ်ဒီး ပုါသးပုါ၊
ပုါမိာ်ဒါ၊ ဒီးပုါလါအိဉ်ဒီးတါဆါတနီါဒ်အမုါသးတါဆါ၊ ပ သိဉ် မုတမုါ
ကလုာ်တါဆါ မုတမုါ ပုါလါအနီါခိဂါတြီဆါတါဆါအဂါစုါတဖဉ်နုဉ်လါး.
ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါမုါတါလါအဂါဒိဉ်လါပုါ တဖဉ်အံါအဂါ၊
ဒီးပုါတဂါလါလါအိဉ်ဘူးလိာ်သးဒီးပုါတဖဉ်အံါအဂါနုဉ်လါး.

တါးကူတါဆါကဒုးအိဉ်ထီဉ်ပသိဉ်ဘဉ်တါစုဉ်တါဆါသု၊ ဒီးဒုးဆါနး ထီဉ်
တါဆါလါအအိဉ်ဟ်စါတဖဉ်သုနုဉ်လါး. ဒုးအိဉ်ထီဉ်တါဟါဖါလူ ဒီးတါထီဉ်
လါဖိသုဉ်တဖဉ်သုနုဉ်လါး.

ကိးနုဉ်ဒီးနုဉ် ပုါအိဉ်ဆိးလါကိာ်အဖဲဂရါကူတဖဉ်ဘဉ်သံကွဉ်ခိဖျါတါးကူ
တါဆါလါအကထိဘဉ်ကထိ, ဒီးဘဉ်ထီဉ်တါဆါဟ်အါဒ်အါဂါနုဉ်လါး.

ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါ မုါတါဒီသဒါနုဉ်လါ တါးကူတါဆါဒီး
တါဆါလါအပိာ်ထွဲထီဉ်အခံတဖဉ်နုဉ်လါး. ကသံဉ်ဒီသဒါ
တါးကူတါဆါ ကဒီသဒါစါစါကိာ် တါးကူတါ ဆါအတါဂါလါသးလါ
ပုါတဂါဆုပုါတဂါအအိဉ်နုဉ်လါး.

2 ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါလါအမူဒီးအစါ (LAIV), ကသံဉ်ဆဲးပြီနါဒုပုါ.

ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါအိဉ်ခဲကလုာ် -

နဒီးနုဉ် ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါလါအမူဒီးအစါ (တါကိးအါလါ LAIV),
လါတါဆဲးပြီနုဉ်လါအါဆုနုဉ်ဒုပုါနုဉ်လါး. “Attenuated” နုဉ်အခိပညီလါ
မါစုါလါဂါဘါနုဉ်လါး. တါဆါယါတဖဉ်လါကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါအပူါနုဉ် ဘဉ်တါမါ
စုါလါအဂါဘါအယိဒုးဆိးကူနုဉ်တါနုဉ်လါး.

“တါးကူကသံဉ်ဆဲး” လါအလါဆိတမံါအံါမုါကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါလါအ
တါဟူးတါဂါတအိဉ် ဘဉ် (တပဉ်ယုဉ်ဒီးတါဆါယါလါအမူတဖဉ်ဘဉ်) နုဉ်လါး.

Influenza (live, intranasal) VIS - Karen (7/26/13)

တါကဆဲးဟုဉ်ဘဉ်အါနုဉ်လါး. ကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါအံါတါကွဲးနုဉ်ဟါအဂါ လါဆိကွဲ
ာ်အဂါကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါအဂါအဂါတဘျီနုဉ်လါး.

ကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါနုဉ်ဘဉ်တါဟုဉ်အါကိးနုဉ်ဒီးနုဉ်လါး. ဖိသုဉ်လါ
အသးနုဉ် ၆ လါတုါလါ ၈ နုဉ်အဘဉ်စါတဖဉ်တါကြါးဆဲးဘဉ်ကသံဉ်ဒီ
သဒါတါဆါအံါခဲဘျီဖဲသုဉ်ဒီးနုဉ် ကသံဉ်အံါအခိဉ်ထံးကတါတနီဉ်နုဉ်လါး.
တါးကူအတါဆါတဖဉ်ဆိတလဲအသးထီဉ်အယိ, တါဟုဉ်ကုဉ်လါတါကဘဉ်
ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါနုဉ်လါး. ကိးနုဉ်ဒီးပုါဖဲအုဉ်ဖိတဖဉ်ကုဉ်ကျဲးစါးမါဘဉ်လိာ်
တါဆါယါလါတါတါနုဉ်အါလါကသံဉ်ဒီသဒါအပူါဒီးတါးကူလါဖျါလါအက
ကဲထီဉ်ဝဲလါနုဉ်ဝဲနုဉ်အပူါနုဉ်လါး. ဖဲကသံဉ်ဒီသဒါတါးကူတါဆါ ဒီသဒါတါးကူတါဆါ
ကိးမံါဒဲးတနုဉ်ဘဉ်အကတါနုဉ်, တါအံါကသံဉ်ဒီသဒါလါ အဂါကတါတါခါနုဉ်လါး.
ကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါ LAIV အံါဒီသဒါတါးကူအတါဆါယါ နုဉ် ၄ ကလုဉ်နုဉ်လါး.
တါဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါဝဲအလိာ်ခဲကယံာ်ဝဲ ၂ နွဲး ဒုးအိဉ်ထီဉ် တါဒီသဒါကသုနုဉ်လါး.
တါဒီသဒါအကတါနုဉ်ကယံာ်ဝဲ တနီဉ်ယုဉ်ယုဉ်နုဉ်လါး.

တါဆါတနီါနီါလါတကဲထီဉ်သးခိဖျါလါတါးကူတါဆါယါဘဉ်နုဉ် ညီနုဉ်
ဘဉ်တါဆိကမိဉ်လါအမုါတါးကူတါဆါနုဉ်လါး. ကသံဉ်ဒီသဒါ တါးကူ တါဆါနုဉ် တ
တြီဆါဝဲတါဆါတဖဉ်အံါဘဉ်နုဉ်လါး. တြီဆါဝဲ သုထဲတါးကူတါဆါနုဉ်လါး.

LAIV ကဘဉ်တါဟုဉ်အါလါပုါလါအသးနုဉ်အိဉ် ၂ နုဉ်တုါလါ ၄၅ နုဉ်တဖဉ်လါအ
တမုါပုါလါအိဉ်ဒီးဟူးသးတဖဉ်နုဉ်လါး. တါမုါဟုဉ်ယုဉ်အါတဘျီယိဒီးကသံဉ်ဒီသဒါ
တါဆါအဂါကမုါတါလါအပူါဖျါနုဉ်လါး.

တပဉ်ယုဉ်ဒီးသံဉ်မရုဉ်စါ (အုဉ်နုဉ်မရုဉ်) မုတမုါ ကိာ်ကတါယာ်ဒ်
သုတဟးဂါဘဉ်နုဉ်လါး.

3 ပုါတနီါနီါနုဉ်တကြါးဒီးနုဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါအံါဘဉ်.

ဝဲဘဉ်ပုါလါအဟုဉ်နုဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါတဂါနုဉ်လါ -

- မုါနုဉ်အိဉ်ဒီးသုဉ်တဖဉ်လိာ်လါအနးနး (လါပျါလါအတါအိဉ်မုါအဂါ), ယုဉ်ဒီးသုဉ်
တဖဉ်လိာ်ဒီးဆိဒ်တဖဉ်ဧါတကုာ်. နတါအိဉ်မုါ လါဘဉ်ယိဉ်ခိဖျါလါသုဉ်
ထံအတါတဖဉ်လိာ်ဘဉ်ဖဲနုဉ်ဒီးနုဉ်က သံဉ်ဒီသဒါအခိဉ်ထံးကတါတဘျီဝဲ, မုတမုါ
အိဉ်ဒီးသုဉ်အတါ တဖဉ်လိာ်တမံါမံါလါကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါအံါနုဉ်, နကဘဉ်တါ
ဟုဉ်ကုဉ်လါတဘဉ်ဒီးနုဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါအံါလါဘဉ်နုဉ်လါး.
- မုါနုဉ်အိဉ်ဒီးတါဆါ Guillain-Barré Syndrome (တါလါဘျု,
တါကိးအါစုါကိးလါ GBS) နုဉ်ဧါ. ပုါတနီါ လါအအိဉ်ဒီးတါစံဉ်စါ ဘဉ်ယး
GBS တဖဉ်နုဉ်တကြါးဒီးနုဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါအံါဘဉ် နုဉ်လါး. တါအံါ
ကြါးတဂါပိဉ် တဂါပိဉ်သကိးဒီးနုဉ်ကသံဉ်သရဉ်နုဉ်လါး.
- နမုါဒီးနုဉ်ဘဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါတါဆါအဂါဖဲအပူါကွဉ် ၄ နွဲး, မုတမုါ နတုာ်ဘဉ်တမုါဘဉ်နုဉ်,
အဲသုဉ်ကဟုဉ်ကုဉ်နုဉ်လါကအိဉ်ခိးဆိ, ဘဉ်ဆဉ်နုဉ်လါးဟဲကုါကဒါကုါနုဉ်လါး.



- **နကြားဒီးနွံကသံဒ်ဒီသဒါတီးကွကသံဒ်ဆဲးလၢတၢ်ဆဲးဗြဲလၢနါဒု ပူအလီၢ်ဖဲ နမ့ၢ် -**
 - ဆိၣ်ဒီးဟူးသး
 - နနီၣ်ခိတၢ်တြီ တၢ်ဆါယၢ်စၢ်
 - တၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်ချ့ဆိၣ်ယံၣ်ဆိၣ်ထၢ
 - ဖိသၣ်ဆဲးလၢဆိၣ်ဒီးတၢ်သါဆဲး မ့တမ့ၢ် ကသါသိၣ်ဝံဝံ
 - ဖိသၣ်ဆဲး မ့တမ့ၢ် ပုၤဒိၣ်တုၣ်လၢဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်ဆဲးစဲရဲလၢတၢ် ဆၢကတီၢ်ယံၣ်
 - ဆဲးကျိးဆဲးကျၢဘူးဘူးတၢ်တၢ်ဒီးပုၤတဂၤလၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်ဆဲး ထွဲကွၢ်ထွဲလီၤလီၤ
 - သးနံၣ်စၢ်နီၣ် ၂ နံၣ် မ့တမ့ၢ် အသးနံၣ်ပုၤနီၣ် ၄၉ နံၣ်တဖၣ်. (ပုၤဖိသၣ်လၢသးဆိၣ် ၆ လၢတဖၣ်ဒီးဆူအဖိခိၣ်န့ၣ် ဒီးန့ၢ်တီးကွ ကသံဒ်ဆဲးသ့န့ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်လၢအသးနံၣ်စၢ်နီၣ် ၆ လၢတဖၣ်ဒီး န့ၢ်ကသံဒ်ဒီသဒါတံၣ်ဂ့ၢ်တဖၣ်တၢ်ဆဲးလၢတသ့ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.)

ပုၤလၢအဟ့ၣ်န့ၣ်ကသံဒ်ဒီသဒါတၢ်ဆါတဂၤန့ၣ် ကဟ့ၣ်န့ၣ်အါထီၣ်န့ၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလီၤ.

4 တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒီဖျိလၢကသံဒ်ဒီသဒါအတၢ်မၤတဖၣ်

ကသံဒ်ဒီသဒါအံၤ, ဒ်ကသံဒ်အဂၤတဖၣ်, ဆိၣ်ဒီးကသံဒ်အတၢ်ဒိဘၣ် သ့န့ၣ်လီၤ. တၢ်တဖၣ်န့ၣ်ညိၣ်န့ၣ်တၢ်ဒီးကဟါမၤကွၢ်ဒ်ဒဲန့ၣ်လီၤ.

ကသံဒ်အတၢ်ဒိဘၣ်လၢအလီၤဘၣ်ယိၣ်န့ၣ်န့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်ဆိၣ်ထီၣ်သးသ့စ့ၢ်ကီး, ဘၣ်ဆၣ်ဆိၣ်စ့ၢ်ဒီးန့ၣ်လီၤ. LAIV န့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဒုးဆိၣ်ထီၣ်အီၤဒီးတၢ်ဆါ ယၢ်လၢအဂံၢ်စၢ်ဒီးတကဲထီၣ်တီးကွတၢ်ဆါဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢတဆဲးတက့ၢ်တဖၣ်လၢဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်ဒီဖျိလၢ LAIV အတၢ်ပိၣ်ထွဲတဖၣ် -

- ဖိသၣ်ဒီးပုၤသးစၢ်လၢအသးနံၣ်ဆိၣ် ၂-၁၇ နံၣ်တဖၣ် -
- နါဒုထံယုၤ, နါဒုဘဲး မ့တမ့ၢ် တၢ်ကူး
- တၢ်ကိတၢ်ထီၣ်
- ခိၣ်ဆါဒီးယုၤညၣ်ဆါ
- ကသါသိၣ်ဝံဝံ
- ဟၢဖါဆါ မ့တမ့ၢ် ဘိုး မ့တမ့ၢ် ဟၢဖါလူ

- ပုၤဒိၣ်တုၣ် ၁၈-၄၉ နံၣ်တဖၣ်-
- နါဒုထံယုၤ မ့တမ့ၢ် နါဒုဘဲး
 - ကိၢ်ယုၤဆါ
 - ကူး, လီၤခုၣ်, လီၤဘူး/ဂံၢ်စၢ်
 - ခိၣ်ဆါ

တၢ်ဂ့ၢ်ကိနးနးကလဲၣ်တဖၣ်လၢ အလူၤပိၣ်ထွဲ LAIV သ့တဖၣ်-

- သ့ၣ်တဘၣ်လီၤ နးနးကလဲၣ် ကကဲထီၣ်သးဖဲ တၢ်ဒီးန့ၢ်ကသံဒ်ဒီ သဒါတၢ်ဆါဝံၤအလီၢ်ခဲသ့ (တယၢ်ကွၢ်လၢပုၤအကကွၢ်အကျိၤန့ၣ် စ့ၢ်နီၣ် ၁၈ လၢကကဲထီၣ်သး) န့ၣ်လီၤ.

ကသံဒ်ဒီသဒါတၢ်ဆါတဖၣ်န့ၣ် တၢ်သမံးမိးကွၢ် အတၢ်ပုၤဖျဲးထီၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢကသ့ၣ်ညါအါထီၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်, လဲၤကွၢ်ဆူ - www.cdc.gov/vaccinesafety/ တက့ၢ်.

5 ကသံဒ်အတၢ်တဘၣ်လီၤအတၢ်ဒိဘၣ်မ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်နးနး ကျိၤကျိၤန့ၣ်, ပကမၤဒ်လဲၣ်

ယကဘၣ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးဒီးကွၢ်မနုၤလဲၣ်

- ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးတၢ်တမံၤလၢလီၤလၢအန့ၣ်ယိၣ်အီၤ, အဒိ သ့ၣ်အ တၢ်တဖိးလီၤလၢအနးအပနီၣ်တဖၣ်, တၢ်ကိတၢ်ထီၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်, မ့တမ့ၢ် အတၢ်ဟံၣ်သးလၢအဆိတလဲတဖၣ်.
- သ့ၣ်အတၢ်တဖိးလီၤလၢအနးအကွၢ်ပနီၣ်တဖၣ်ကပၣ်ယုၤဒီးဖဲဘၣ်သးထီၣ်ဂီၤ, မဲၣ်သ့ၣ်ဒီးကိၣ်ယုၤထီၣ်ညိး, ကသါဘၣ်ကိ, သးစံၣ်ချ့, ခိၣ်မူၤ, ဒီးလီၤဘူးန့ၣ် လီၤ. တၢ်အံၤကကဲထီၣ်သးဖဲတၢ်ဒီးန့ၢ်ကသံဒ်ဒီသဒါဝံၤအလီၢ်ခဲအမံးနးစ့ၢ်ကိၣ်ဖဲ မ့တမ့ၢ် အန့ၣ်ရဲၣ်စ့ၢ်ကိၣ်ဖဲန့ၣ်လီၤ.

ယကြားမၤမနုၤလဲၣ်.

- နမ့ၢ်ဆိကမိၣ်လၢသ့ၣ်အတၢ်တဖိးလီၤနးနးကဲထီၣ်အသး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်ဂီၤအူအဂၤလၢနခိးတၢ်ဆါကတီၢ်တသ့န့ၣ်, ကိးလီၤတဲစီနီၣ်ဂံၢ် ၉-၁-၁ မ့တမ့ၢ် လဲၤဆၢပုၤတဂၤန့ၣ်ဆူတၢ်ဆါဟံၣ်လၢအဘူးကတၢ် မ့တမ့ၢ် ကိးလီၤတဲစီဆူကသံၣ်သရၣ်အဆိၣ်တက့ၢ်.
- ဝံၤန့ၣ်, တၢ်ကဲထီၣ်သးန့ၣ်ကြားဟံၣ်ဖျိထီၣ်ဆူတၢ်မၤပုၤကသံဒ်ဒီ သဒါတဘၣ်လီၤအတၢ်ဟံၣ်ဖျိအကျိၤအကျိၤ (Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS)) န့ၣ်လီၤ. နကသံၣ်သရၣ် ကကြိၣ်ထီၣ်လိၣ်တၢ်ဟံၣ်ဖျိန့ၣ်, မ့တမ့ၢ် နကမၤအီၤလၢနကစၢ်ဒီဖျိလၢ/န့ၣ် အပုၤယဲၤသန့ www.vaers.hhs.gov, မ့တမ့ၢ် ကိး လီၤတဲစီနီၣ်ဂံၢ် ၁-၈၀၀-၈၂၂-၇၉၆၇ (1-800-822-7967) သ့စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.

VAERS မၤတၢ်ထဲလၢတၢ်ဟံၣ်ဖျိထီၣ်တၢ်ကဲထီၣ်သးဒီဖျိလၢကသံဒ်ဒီသ ဒါန့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်တဟ့ၣ်ကူၣ်တၢ်ဘၣ်ယးတၢ်ကူၣ်စါယါဘျါဘၣ်.

6 ထံကိတၢ်ဟ့ၣ်လီၤကဒါက့ၢ်ကသံဒ်ဒီသဒါတၢ်ဆါအတၢ်မၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤ

ထံကိတၢ်ဟ့ၣ်လီၤကဒါက့ၢ်ကသံဒ်ဒီသဒါတၢ်ဆါအတၢ်မၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတၢ် အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤ (The National Vaccine Injury Compensation Program) မ့ၢ်ဝဲဒၣ် ဖဲဒရၢၣ် အတၢ်ကျိၤတၢ်ကျိၤလၢ ဘၣ်တၢ်ဒုးဆိၣ်ထီၣ်အီၤလၢကဟ့ၣ်လီၤကဒါက့ၢ်ပုၤလၢအဒီးန့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒီဖျိ ကသံဒ်ဒီသဒါတၢ်ဆါအဆိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢနၢ်လၢ အဝဲသ့ၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤဘၣ်ဒိဖျိလၢကသံဒ်ဒီသဒါတၢ်ဆါန့ၣ်ကမၤလီၤသ့ၣ်ညါဘၣ်ယးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်တၢ်ထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ ကယုၤကဒါက့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤကဒါက့ၢ်အဂီၢ်န့ၣ်သ့ဒီဖျိလၢတၢ်ကိးလီၤတဲစီ နီၣ်ဂံၢ် ၁-၈၀၀-၃၃၈-၂၃၈၂ (1-800-338-2382) မ့တမ့ၢ် ယုၤကွၢ်လၢ VICP အပုၤယဲၤသန့ www.hrsa.gov/vaccinecompensation သ့န့ၣ်လီၤ.

7 ယကမၤလီၤအါထီၣ်တၢ်သ့ၣ်လဲၣ်.

- သံကွၢ်နကသံၣ်သရၣ်.
- ကိးလီၤတဲစီဆူနီၣ်ကဝီၤ မ့တမ့ၢ် နကိၢ်စဲၣ်ဆူၣ်ချ့ဝဲၤကျိၤ.
- ဆဲးကျၢတၢ်ဖိၣ်ဂၢ်ဒီးတၢ်ဒီသဒါတၢ်ဆါဖဲထၢၣ် (Centers for Disease Control and Prevention-CDC) တက့ၢ်.
 - ကိး ၁-၈၀၀-၂၃၂-၄၆၃၆ (1-800-338-2382) မ့တမ့ၢ်
 - ကွၢ်ဆူ CDC အပုၤယဲၤသန့ www.cdc.gov/flu တက့ၢ်.