

# တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး သင်သိရှိထားရမည့်အရာ

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

ကာကွယ်ဆေးသတင်းအချက်အလက်ဖော်ပြချက်များ မြောက်မြားစွာကို  
စိမ့်နာသာသနာနှင့် အခြားဘာသာစကားများဖြင့်လည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။  
တတတ.ကာကွယ်ဆေးဌာန။သမိ။လေ့။ကိုကြည့်ပါ။  
Hojas de información Sobre Vacunas están  
disponibles en español y en muchos otros  
idiomas. Visite <http://www.immunize.org/vis>

## 1 အဘယ်ကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးသနည်း။

တုပ်ကွေးရောဂါ(“တုပ်ကွေး”) သည် အလွယ်တကူကူးစက်တတ်သောရောဂါဖြစ်ပြီး အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတစ်ဝိုက် ဆောင်းတွင်းအချိန်တိုင်း ကူးစက်ပြန့်ပွားပြီး အောက်တိုဘာနှင့် မေလကြားတွင်ဖြစ်လေ့ရှိပါသည်။

တုပ်ကွေးသည်တုပ်ကွေးဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်ပြီး ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာချေခြင်းနှင့် နှိုးနှိုး ကပ်ကပ်နေခြင်းဖြင့် ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။

မည်သို့မဆို တုပ်ကွေးကူးစက်ခံရနိုင်သည် သို့သော် တုပ်ကွေးကူးစက်နိုင်မှုအန္တရာယ် သည်ကလေးငယ်များတွင်အမြင့်ဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများသည်ချက်ချင်း ပေါ်လာပြီး ရက်ပေါင်းများစွာ ကြာမြင့်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

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

တုပ်ကွေးက အချို့လူများအား အခြားသူများထက်ပင် ပို၍နာကျန်း ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ လူအချို့အစားများတွင် ငယ်ရွယ်သောကလေးငယ်များ၊ အသက် ၆၅ နှစ်နှင့်အထက်ရှိ သည့် လူကြီးများနှင့် ထိုသို့သောကျန်းမာရေးအခြေအနေများ- ဥပမာ နှလုံး၊ အဆုတ် သို့မဟုတ် ကျောက်ကပ်ရောဂါများ သို့မဟုတ် ခုခံအားစနစ်အားနည်းသူများတို့ကဲ့သို့

သောအခြေအနေများရှိသည့်လူများတို့ ပါဝင်ကြပါသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည် အထူးသဖြင့် ဤသို့သောလူများ၊ ၎င်းတို့နှင့်နီးကပ်စွာနေသောသူများအတွက် အရေးပါ သည်။

တုပ်ကွေးသည်လည်း နှမိုးနီယားရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေနိုင်ပြီး ရှိရင်းစွဲ ကျန်းမာရေး အခြေ အနေများကို ပိုမိုဆိုးရွားစေသည်။ တုပ်ကွေးက ကလေးများတွင် ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောနှင့် လေသင်တုန်းဖြတ်ခြင်းတို့ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

နှစ်စဉ်ထောင်ပေါင်းများစွာသောလူများသည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် တုပ်ကွေး ကြောင့် သေဆုံးကြရပြီးများစွာသောလူများသည် ဆေးရုံတက်ရောက်ကုသခြင်းခံရ သည်။

တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေးသည် တုပ်ကွေးရောဂါနှင့် ၎င်း၏ နောက်ဆက်တွဲထပ်တိုး လာသောရောဂါများမှ ကာကွယ်ပေးသည့် ကျွန်ုပ်တို့တွင်ရှိသည့် အကောင်းဆုံးဖြစ် သည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည် လူမှလူသို့ တုပ်ကွေးပြန့်နှံ့ခြင်းကိုလည်း ကာကွယ်ရာတွင် အကူအညီပေးပါသည်။

## 2 ပိုးကို အသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး

တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

သင်သည် မည်သည့်သက်ရှိတုပ်ကွေးဗိုင်းရပ်စ်ပိုးမျှမပါသည့် ပိုးကို အသေကဲ့သို့ ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသော တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကို ထိုးပေးခြင်းခံရမည်။ ဆေးကို အပ်ဖြင့်ထိုးပေးရပြီး များသောအားဖြင့် “တုပ်ကွေးထိုးဆေး” ဟု ခေါ်ကြသည်။

ကွဲပြားသော၊ အသက်ရှိသည့်၊ ပျော့သည့် (အားနည်းအောင် ပြုလုပ်ထားသည့်) တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကို နှာခေါင်းပေါက်မှ ထည့်ရသည်။ ထိုကာကွယ်ဆေးကို

သီးခြားကာကွယ်ဆေးသတင်းအချက်အလက် ဖော်ပြထားပါသည်။

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

တုပ်ကွေးဗိုင်းရပ်စ်များသည် အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲနေပါသည်။ တစ်နှစ်စီ၏ တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေးကို ထိုနှစ်တွင်ရောဂါဖြစ်စေသည့် ဗိုင်းရပ်စ်များကို ကာကွယ်ရန်အတွက် ပြုလုပ်ထားသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးများသည် တုပ်ကွေးအားလုံးကို မကာကွယ် နိုင်ပေ။ ထို့ကြောင့် သည်အရာသည် ရောဂါကိုကာကွယ်ရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ အကောင်းဆုံးအကာအကွယ်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုးကို အသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသော တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးက တုပ်ကွေးဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ၃ မျိုး၊ ၄ မျိုးကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။

ကာကွယ်ပေးနိုင်ရန်အတွက် ဆေးထိုးပြီးနောက် ၂ ပတ်ခန့်ကြာပြီး ထိုသို့ကာကွယ်ပေး နိုင်စွမ်းသည် လပေါင်းများစွာမှ တစ်နှစ်အထိ ကြာမြင့်နိုင်ပါသည်။

တုပ်ကွေးဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့် မဟုတ်သည့် နာဖျားမှုအချို့ကိုလည်း တုပ်ကွေးဟုမှားယွင်း စွာအမည်တပ်ကြသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးက ထိုနာဖျားမှုများကို ကာကွယ်ပေး နိုင်ပေ။ တုပ်ကွေးကိုသာ ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

“ဆေးအပြင်း” တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကို အသက် ၆၅ နှစ်နှင့်အထက် လူကြီးများ အတွက်ရရှိနိုင်ပါသည်။ သင့်အား ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသူကထိုအကြောင်းကို ပိုရှင်းပြ နိုင်ပါသည်။

အချို့သော ပိုးကိုအသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးတွင် ထိမာဂိုဆာ ဟုခေါ်သော မာကျူရီကိုအခြေခံသည့် ပမာဏအလွန်နည်းသောတာရှည်ခံ ဆေးတစ်မျိုးပါရှိပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများတွင်ပါသည့် ထိမာဂိုဆာသည်အန္တရာယ် မဖြစ်ကြောင်း လေ့လာချက်များအားဖြင့် သိရှိရပါသည်။ သို့သော် ထိုတာရှည်ခံဆေးမပါ သည့် ကာကွယ်ဆေးများလည်း ရှိပါသည်။

## 3 အချို့လူများသည် ဤကာကွယ်ဆေးကို မထိုးသင့်ပေ။

အောက်ပါတို့ဖြစ်ပေါ်ပါက သင့်အား ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသူအား ပြောပြပါ။

- ဥများနှင့် ဓါတ်မတည့်ခြင်းများ အပါအဝင် သင့်တွင် မည်သည့် ပြင်းထန်သည့် (အသက်အန္တရာယ်ကို ခြိမ်းခြောက်သည့်) ဓါတ်မတည့်ခြင်းများရှိပါက။ တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် အသက်အန္တရာယ်ကို ခြိမ်းခြောက်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုရှိပါက သို့မဟုတ် ထိုကာကွယ်ဆေး၏ မည်သည့် အပိုင်းတွင်မဆိုပြင်းထန် သည့်ဓါတ်မတည့်ခြင်းတစ်ခုဖြစ်ပွားပါက ထိုဆေးကိုမထိုးရန်သင့်အား အကြံပြုချက်ပေး လိမ့်မည်။
- သင့်တွင် **Guillain-Barré Syndrome** (ပြင်းထန်သည့်အကြောသေခြင်း၊ **GBS** ဟုလည်းခေါ်သည်။) ရှိပါက။ **GBS** ရှိကြောင်း ရာဇဝင်ရှိသူများသည် ထိုဆေးကိုမထိုးသင့်ပေ။ ထိုအကြောင်းကို သင်၏ဆရာဝန်နှင့်ဆွေးနွေးတိုင်ပင်သင့် သည်။
- သင်နေထိုင်မကောင်းပါက။ သင်နေထိုင်သည်အထိစောင့်ရန် အကြံပြုနိုင်ပါသည်။ သို့သော် သင်ပြန်လာသင့်ပါသည်။



4

ကာကွယ်ဆေးတန်ပြန်မှု အန္တရာယ်များ

ကာကွယ်ဆေးများသည်လည်း အခြားဆေးများကဲ့သို့ပင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ဖြစ်စေနိုင်သည့်အခွင့်အလမ်းရှိသည်။ ထိုအရာများသည်လည်း များသောအားဖြင့် ပျော့ပြောင်းပြီး မိမိဘာသာ ပျောက်သွားသည်။

ပြင်းထန်သည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများလည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ သို့သော် အဖြစ်နည်းသည်။ ပိုးကို အသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသောတုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးတွင် အသက်ရှင်သည့်တုပ်ကွေးဗိုင်းရပ်စ်ပိုး မပါဝင်ပါ။ ထို့ကြောင့် ထိုကာကွယ်ဆေးမှ တုပ်ကွေးမဖြစ်ပါ။

တိုတောင်းသော အားနည်းမှုခွဲခြားနှင့် ဆက်စပ်သည့်လက္ခဏာများ (တုန့်ဆိုင်းသည့်လှုပ်ရှားမှုကဲ့သို့) သည်လည်း ကာကွယ်ဆေးအပါအဝင် မည်သည့်ဆေးဝါးကုသမှုအပြီးတွင်မဆို ဖြစ်နိုင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ၁၅ မိနစ်ခန့် ထိုင်နေခြင်း သို့မဟုတ် လဲလျောင်းနေခြင်းဖြင့် မူးဝေခြင်းနှင့် ချော်လဲခြင်းကြောင့်ထိခိုက်ဒါဏ်ရာများ ဖြစ်ခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်သည်။ မူးဝေခြင်း သို့မဟုတ် ခေါင်းမိုက်ခနဲဖြစ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အမြင်အာရုံပြောင်းခြင်း သို့မဟုတ် နားအူခြင်း တို့ဖြစ်ပါက သင်၏ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

ပျော့ပြောင်းသည့် ပြဿနာများ ပိုးကို အသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့်တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်ခြင်းများ။

- ဆေးထိုးသည့်နေရာတွင် နာကျင်ခြင်း၊ နီမြန်းခြင်း၊ သို့မဟုတ် ရောင်ရမ်းခြင်း
- အသံဝင်ခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ မျက်စိနီခြင်း သို့မဟုတ် ယားယံခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း
- ကိုယ်ပူခြင်း
- ကိုက်ခဲခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- ယားယံခြင်း
- နှမ်းနယ်ခြင်း

သို့သော် ပြဿနာများဖြစ်ပါက များသောအားဖြင့် ဆေးထိုးပြီး မကြာမီ စဖြစ်တတ်ပြီး ၁ ရက် သို့မဟုတ် ၂ ရက်ကြာနိုင်သည်။

အသင့်အတင့်ပြဿနာများ ပိုးကို အသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့်တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်ခြင်းများ။

- ဤကာကွယ်ဆေးနှင့် နှမ်းနီးယားဖြစ်စေသည့်ရောဂါကာကွယ်ဆေး (PCV13) ကို တစ်ချိန်တည်းတွင် ပူးတွဲထိုးပေးသည့် ကလေးငယ်များသည် ကိုယ်ပူဖျားခြင်းကြောင့် လေသင်တုန်းဖြတ်ခြင်းဖြစ်ရန် အန္တရာယ်မြင့်မားသည်။ ပိုမိုအသေးစိတ်သိရှိရန် သင်၏ဆရာဝန်အား မေးမြန်းပါ။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးထိုးမည့်ကလေးတွင် လေသင်တုန်းဖြတ်ခြင်း ဖြစ်ပွားပါက သင်၏ ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

ပြင်းထန်သည့် ပြဿနာများ ပိုးကို အသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့်တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်ခြင်းများ။

- ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုလက္ခဏာများ သည် မည်သည့်ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးချိန်တွင်မဆို ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည် (တစ်သန်းတွင် ၁ ကြိမ်ထက်နည်းသည်။)
- ပိုးကို အသေကဲ့သို့ဖြစ်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး **Guillain-Barré Syndrome (GBS)** နှင့် ဆက်စပ်နေနိုင်သည့်အလားအလာရှိသည်။ သို့သော် ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသူ တစ်သန်းတွင်မှ ၁ ဦး သို့မဟုတ် ၂ ဦးထက်မပိုပါ။ ထိုအရာသည် ကုသနေစဉ် တုပ်ကွေးမှထပ်တိုးလာသည့် ပြင်းထန်သော ရောဂါအသစ်များဖြစ်ခြင်း အန္တရာယ်ထက် မြောက်မြားစွာ ပိုနည်းပါသည်။ ထိုအရာသည် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးဖြင့်ကာကွယ်နိုင်သည့်အရာလည်း ဖြစ်သည်။

ကာကွယ်ဆေး၏ ဘေးကင်းရေးကိုလည်း အမြဲတမ်းစောင့်ကြည့်လေ့လာလျှက်ရှိပါသည်။ ပိုမိုအသေးစိတ် သိရှိရန် [www.cdc.gov/vaccinesafety/](http://www.cdc.gov/vaccinesafety/) သို့သွားပါ။

5

ဆိုးရွားသောဓါတ်မတည့်ခြင်းရှိပါက အဘယ်သို့နည်း။

ကျွန်ုပ်ဘာကို ရှာဖွေသင့်သနည်း။

- ပြင်းထန်သည့်ဓါတ်မတည့်သည့်လက္ခဏာများ၊ ကိုယ်ပူချိန်အလွန်မြင့်ခြင်း သို့မဟုတ် အမူအကျင့်ပြောင်းသွားခြင်း စသည်တို့ကဲ့သို့ သင့်အား စိုးရိမ်စေသည့်အရာ များကို ရှာဖွေပါ။

ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုလက္ခဏာများတွင် လှုပ်လှုပ်ရွရွဖြစ်ခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည်ချောင်းရောင်ရမ်းခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်းနှင့်အားနည်းခြင်းစသည်တို့ပါဝင်နိုင်သည်။ ထိုအရာများသည်ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် မိနစ်အနည်းငယ်အတွင်း သို့မဟုတ် နာရီအနည်းငယ်အတွင်းတွင် စတင်ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်သင့်သနည်း။

- သင်သည် ပြင်းထန်သည့် ဓါတ်မတည့်ခြင်း တန်ပြန်မှုရှိပါက သို့မဟုတ် စောင့်ဆိုင်းမရသည့် အခြားအရေးပေါ်အခြေအနေများ စသည်တို့ဖြစ်ပါက ၉-၁-၁ သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် အနီးဆုံးဆေးရုံသို့ ထိုလူကိုယူဆောင်သွားပါ။ သို့မဟုတ် သင်၏ဆရာဝန်အားဆက်သွယ်ခေါ်ဆိုပါ။
- ပြီးနောက်၊ တန်ပြန်မှုကို ကာကွယ်ဆေး ဘေးဖြစ်စေတတ်ခြင်းဖြစ်ရပ်ကို အစီရင်ခံတင်ပြခြင်းစနစ် (VAERS) သို့ အစီရင်ခံတင်ပြသင့်သည်။ သင်၏ဆရာဝန်က ထိုအစီရင်ခံတင်ပြမှုကိုဖိုင်တွဲမည်။ သို့မဟုတ် သင်က VAERS ဝက်ဘ်ဆိုဒ် [www.vaers.hhs.gov](http://www.vaers.hhs.gov) မှတစ်ဆင့် သို့မဟုတ် ဖုန်းနံပါတ် ၁-၈၀၀-၈၂၂-၇၉၆၇ [၆] သို့ ခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်နိုင်သည်။

VAERS သည် တန်ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံတင်ပြခြင်းအတွက်သာ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့က ဆေးဝါးဆိုင်ရာအကြံဉာဏ်ကို မပေးပါ။

6

အမျိုးသားကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကြောင့် နစ်နာကြေးအစီအစဉ်

အမျိုးသားကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကြောင့် နစ်နာကြေးအစီအစဉ် (VICP) သည် ကာကွယ်ဆေးများအချို့ကြောင့် ထိခိုက်ဒါဏ်ရာရသူများအား နစ်နာကြေးပေးရန် ဖန်တီးထားသည့် နိုင်ငံတော်အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်သည်။

ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ထိခိုက်ဒါဏ်ရာရရှိသူများသည် ဖုန်းနံပါတ် ၁-၈၀၀-၃၃၈-၂၃၅ သို့ ခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် သို့မဟုတ် VICP ဝက်ဘ်ဆိုဒ် [www.hrsa.gov/vaccinecompensation](http://www.hrsa.gov/vaccinecompensation) သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုခြင်းဖြင့် အစီအစဉ်အကြောင်းနှင့် လျော်ကြေးတောင်းခံမှုတစ်ခုကို တင်ပြခြင်းအကြောင်းကို လေ့လာနိုင်သည်။

7

ကျွန်ုပ်မည်သို့ လေ့လာရမည်နည်း။

- သင်၏ဆရာဝန်အား မေးမြန်းပါ။
- သင်၏ဒေသန္တရာ သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေး ဦးစီးဌာနသို့ ဆက်သွယ်ပါ။
- ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့်ကာကွယ်ရေး (ဃီဃ)သို့ ဆက်သွယ်ပါ။
  - ဖုန်းနံပါတ် ၁-၈၀၀-၂၃၂-၄၆၃၆ (1-800-CDC-INFO) သို့ ခေါ်ဆိုပါ။ သို့မဟုတ်
  - CDC ဝက်ဘ်ဆိုဒ် [www.cdc.gov/flu](http://www.cdc.gov/flu) တွင် တွင်သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ။

Vaccine Information Statement (Interim) Inactivated Influenza Vaccine

07/26/2013

Burmese

42 U.S.C. § 300aa-26

Office Use Only

