ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက်များဆိုင်ရာ ဖော်ပြချက်

Tdap (မေးခိုင်၊ ဆုံဆို့၊ ကြက်ညှာ) 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။

Tdap **ကာကွယ်ဆေး**သည် **မေးခိုင်၊ ဆုံဆို့နာ နှင့်** ကြက်ညှာချောင်းဆိုး ရောဂါများမဖြစ်အောင် ကာကွယ်ပေးသည်။

ဆုံဆို့နာနှင့် ကြက်ညှာချောင်းဆိုးရောဂါပိုးသည် လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ပြန့်ပွားသည်။ မေးခိုင်ပိုးသည် ရှရာများသို့မဟုတ် အနာများမှတဆင့် ကိုယ်ထဲသို့ ဝင်ရောက်ပါသည်။

- **မေးခိုင်ရောဂါ** (TETANUS, T) သည် ကြွက်သားများကို တောင့်တင်းနာကျင်စေသည်။ မေးခိုင်ရောဂါသည် ပါးစပ်မဟနိုင်ခြင်း၊ အစာမျိုရခက်ခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း သို့မဟုတ် အသက်သေဆုံးခြင်းအပါအဝင် ဆိုးရွားလေးနက်သော ပြဿနာများဖြစ်စေနိုင်သည်။
- **ဆုံဆို့နာရောဂါ** (DIPHTHERIA, D) သည် အသက်ရှူရခက်ခြင်း၊ နှလုံးဖောက်ခြင်း၊ လေဖြတ်ခြင်းသို့မဟုတ် အသက်သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်စေနိုင်သည်။
- **ကြက်ညှာချောင်းဆိုး** (PERTUSSIS, aP) တစ်ဖြစ်လည်း "whooping cough" သည်အသက်ရှူရခက်သော၊ အစာစားရခက်သော သို့မဟုတ် သောက်ရခက်သော အဆက်မပြတ်ထိန်းမရအောင် ပြင်းထန်စွာ ချောင်းအလွန်ဆိုးခြင်းဖြစ်သည်။ ကြက်ညှာချောင်းဆိုးသည် အလွန်ဆိုးရွားပြင်းထန်နိုင်ပြီး အထူးသဖြင့် ကလေးငယ်များနှင့် ကလေးများတို့တွင် နမိုးနီးယား၊ အကြောဆွဲခြင်း၊ ဦးနှောက်ပျက်စီးခြင်း သို့မဟုတ် အသက်သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ လူကြီးများနှင့် ဆယ်ကျော်သက်ရွယ်များတွင် ၎င်းက ကိုယ်အလေးချိန်ကျဆင်းခြင်း၊ ဆီးအိမ်ထိန်းချုပ်မှုဆုံးရှုံးခြင်း၊ ဆီးမထိန်းနိုင်ခြင်း နှင့် ပြင်းထန်စွာချောင်းဆိုးခြင်းကြောင့် နံရိုးများအက်ကြေခြင်းတို့ ဖြစ်စေနိုင်သည်။

2. Tdap ကာကွယ်ဆေး

Tdap ကာကွယ်ဆေးမှာ အသက် 7 နှစ်နှင့်အထက်၊ လူပျို/အပျိုဖော်ဝင်စအရွယ်နှင့် လူကြီးများအတွက်သာဖြစ်သည်။

အပျို/လူပျိုဖော်ဝင်စအရွယ်များ သည် Tdap ကာကွယ်ဆေးကို အသက် 11 နှစ် သို့မဟုတ် 12 နှစ်၌ တစ်ကြိမ်ထိုးနှံသင့်ပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်သည်များသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်သည့်အကြိမ်တိုင်းအတွင်း Tdap ကာကွယ်ဆေးတစ်ကြိမ်ထိုးသင့်ပါသည်၊ မွေးကင်းစကလေးမှာ ကြက်ညှာချောင်းဆိုးမဖြစ်စေရန် ကာကွယ်သည့်အနေဖြင့် ကိုယ်ဝန်လပတ် တတိယ လပတ်စဉ်စဝင်သည့်အခါ ထိုးလျှင် ပိုကောင်းသည်။ မွေးကင်းစကလေးငယ်များသည် ကြက်ညှာချောင်းဆိုးကြောင့် ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ်ရှိသော ရောဂါများဖြစ်နိုင်သည်။

လူကြီးများ အနေဖြင့် Tdap ကာကွယ်ဆေးတစ်ကြိမ်မျှမထိုးသူများသည် Tdap ကာကွယ်ဆေးကို တစ်ကြိမ်တော့ ထိုးသင့်သည်။

ထို့အပြင်**လူကြီးများသည် ခုခံအားမြင့်တင်ပေးသည့် Tdap သို့မဟုတ် Td** (မေးခိုင်နှင့် ဆုံဆို့အားကာကွယ်ပေးသော်လည်း ကြက်ညှာချောင်းဆိုးကို မကာကွယ်ပေးသည့် မတူသော ကာကွယ်ဆေးတစ်မျိုး) **ကို 10 နှစ်တစ်ကြိမ်** ဖြစ်စေ ပြင်းထန်သော သို့မဟုတ် ညစ်ပေး အနာ သို့မဟုတ် လောင်ကျွမ်းမှုဖြစ်ပွားသည့်အခါ 5 နှစ်ခြား၍တစ်ကြိမ်ဖြစ်စေ ထိုးနှံပေးသင့်သည်။

Tdap ကို အခြားသော ကာကွယ်ဆေးများ နှင့် တချိန်တည်း ပေးနိုင်သည်။

3. သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည့်ဆိုလျှင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးပံ့ပိုးမည့်သူထံသို့ အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ -

- ယခင်က **မေးခိုင်၊ ဆုံဆို့ သို့မဟုတ် ကြက်ညှာချောင်းဆိုး ကာကွယ်ဆေး ဆေးတစ်ကြိမ် ထိုးပြီးနောက် ဓါတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်ခဲ့ဖူးလျှင်** သို့မဟုတ် **ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ် ရှိန်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုံ့ပြန်မှုတစ်စုံတစ်ရာ** ရှိခဲ့ဖူးခြင်း။
- ကိုမာရှိခဲ့ခြင်း၊ **သတိမေ့မျောခြင်း သို့မဟုတ် ကြက်ညှာချောင်းဆိုး ကာကွယ်ဆေး (DTP, DTaP, သို့မဟုတ် Tdap) ထိုးပြီးနောက် 7 ရက်ကြာအတွင်း တက်ခြင်း။**
- **တက်ခြင်းများ သို့မဟုတ် အခြား အာရုံကြောစနစ် ပြဿနာရှိခဲ့ဖူးခြင်း။**
- **Guillain-Barré Syndrome ဂီလိမ်-ဘာရေး ရောဂါလက္ခဏာစု** (GBS ဟုလည်းခေါ် ဆိုသော) အခြေအနေတစ်ရပ် ရှိခဲ့ဖူးခြင်း။
- **မေးခိုင် သို့မဟုတ် ဆုံဆို့နာရောဂါမဖြစ်အောင် ကာကွယ်ပေးသည့် ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုခုထိုးခဲ့ပြီးနောက် ဆိုးရွားသော နာကျင်ခြင်း သို့မဟုတ် ရောင်ရမ်းခြင်း။**

အချို့သော ဖြစ်ရပ်များတွင် သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူသည် Tdap ကာကွယ်ဆေး ထိုးမှုကို နောက်တကြိမ်ဆေးခန်းသို့လာပြသည်အထိ ရွှေ့ဆိုင်းရန် ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။

အအေးမိခြင်း ကဲ့သို့ အသေးစား နာမကျန်းမှုရှိသူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အသင့်အတင့်

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

သို့မဟုတ် အပြင်းအထန် နေမကောင်းသူများသည် Tdap ကာကွယ်ဆေး မထိုးမီ နေပြန်ကောင်းလာသည်အထိ စောင့်သင့်သည်။

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသည့်နေရာတွင် နာကျင်ခြင်း၊ နီမြန်းခြင်း သို့မဟုတ် ရောင်ရမ်းခြင်းဖြစ်နိုင်ပြီး Tdap ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်တွင် ဖျားခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အော့အောခြင်း၊ အော့အန်လိုစိတ်ဖြစ်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်း သို့မဟုတ် ဗိုက်နာခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်သည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း အပါအဝင် ဆေးဝါးကုသမှုများအပြီးတွင် လူတို့သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မူးဝေလဲကျတတ်ပါသည်။ သင်မူးဝေခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် နာခြင်းဖြစ်ပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်းထန်သောဓါတ်မတည့်ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အလွန့်အလွန်နည်းပါးသည်။

5. ပြင်းထန်သော တုံ့ပြန်မှု ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ဆေးခန်းမှ ထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်တုန့်ပြန်မှုရရှိနိုင်သည်။ သင်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့် တုန့်ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နာနှင့် လည်ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ နလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း သို့မဟုတ် အားမရှိခြင်း) တို့ကို တွေ့ ရှိရပါက **9-1-1** သို့ ခေါ် ဆိုပြီး၊ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံး ဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

အခြားသော လက္ခဏာများအတွက် စိတ်ပူပါက သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ ဖုန်းခေါ် ပါ။

ဓာတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှုများအား Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS (ကာကွယ်ဆေး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး အဖြစ်အပျက် တိုင်ကြားရန် စနစ်) သို့ တင်ပြသင့်သည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူသည် ပုံမှန်အားဖြင့် ဤအစီရင်ခံစာကို တင်ပြမည်ဖြစ်သည် သို့မဟုတ်ပါက သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပေသည်။ VAERS ၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ဖြစ်သည့် **www.vaers.hhs.gov** သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် **1-800-822-7967** သို့ ခေါ် ဆိုပါ။ *VAERS သည် ဓါတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံရန်အတွက်သာ ဖြစ်ပြီး၊ VAERS ဝန်ထမ်းအဖွဲ့ဝင်များသည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အကြံပေးခြင်းများ မပြုလုပ်ပါ။*

6. ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိမှု လျော်ကြေးပေးရေး အမျိုးသား အစီအစဉ်

အမျိုးသား ကာကွယ်ဆေး ထိခိုက်ဒဏ်ရာ လျော်ကြေးပေးရေး အစီအစဉ် (National Vaccine Injury Compensation Program, VICP) သည် ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုခုကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိသူအား လျော်ကြေးပေးရန် တည်ထောင်ထားသော ပြည်ထောင်စု အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု ပြောဆိုထားသည့် ထိခိုက်မှု သို့မဟုတ် အသက်သေဆုံးမှုနှင့်စပ်လျဉ်းသော တောင်းဆိုမှုများအတွက် လျှောက်ထားရန် အချိန်အကန့်အသတ်ရှိပြီး ယင်းမှာ ၂ နှစ်အထိ လျှော့ချထားပါသည်။ အစီအစဉ်အကြောင်း လေ့လာရန်နှင့် မကျေနပ်ချက်ကို တင်ပြရန်တို့အတွက် VICP ဝက်ဘ်ဆိုဒ် ဖြစ်သည့် **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** သို့သွားပါ သို့မဟုတ် **1-800-338-2382** သို့ခေါ် ဆိုပါ။

7. ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန်

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ် ဆိုပါ။
- ကာကွယ်ဆေး ပက်ကေ့ချ်အတွက် Food and Drug Administration, FDA (သည် အစားအစာနှင့် ဆေးဝါး အာဏာပိုင်) ဝက်ဘ်ဆိုက်သို့ သွားရောက်ပြီးနောက်ထပ်အချက်အလက်ကို **www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines** မှာဖြည့်သွင်းပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention, CDC (ရောဂါ ကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေး ဗဟိုဌာန) သို့ ဆက်သွယ်ပါ-
  - ဖုန်းခေါ် ဆိုရန် **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန် **www.cdc.gov/vaccines**

Burmese translation provided by the Immunization Action Coalition