

COVID-19 ကသံဉ်ဒီသဒါ- တၢ်လၢနကဘၣ်သ့ၣ်ညါ

ယလဲၤဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါက
သုလၢတၢ်လီၤဖဲလဲၣ်.



ယကဘၣ်မၤတၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသီဒိ
လဲၣ်.



<p>နပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ</p>	<p>ကိးနပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ မ့တမ့ၢ် မၤတၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသီလၢ အ့ထၢနဲးအဖီခိၣ်</p>
<p>ကမျၢၢ်ဆူၣ်ချ့ကသံဉ်ဒါးတဖၣ်</p>	<p>ကွၢ်ဖဲပဟ့ၣ်ယဲၤသန့-vaccinelocator.doh.wa.gov/</p>
<p>လီၤကဝီၤကသံဉ်ကျးတဖၣ်</p>	<p>မ့တမ့ၢ် ကိး 1-800-525-0127, ဝံၤဒီးစံၢ်လီၤ #. တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤအိၣ်လၢတၢ်တဲကျိၣ်ထံန့ၢ်တၢ်န့ၢ်လီၤ.</p>
<p>ကသံဉ်ဒါးတဖၣ်လၢအသးလီၤသးကျဲၣ်ညါ</p>	<p>တၢ်အံၤအိၣ်အကလုာ်ကလုာ်လီၤ. နကန့ၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ်ဃးဒီးကသံဉ်ဒါးလၢတံၤသကိး မ့တမ့ၢ် ကမျၢၢ်တၢ်ဆဲးကျိးကျိၤကျဲၣ် (social media) န့ၢ်လီၤ. သံကွၢ်အဝဲသ့ၣ်လၢကဆဲးလီၤမံၤဒဲလဲၣ်တက့ၢ်.</p>

ယကြၢးဟဲၣ်တၢ်မနုၤဖဲယတၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါ တၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသီလဲၣ်.

ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကသံကွၢ်နတၢ်လၢလၢာ်,
ဘၣ်ဆၣ်နတလိၣ်
ဟ့ၣ်လီၤတၢ်သ့ၣ် တဖၣ်န့ၢ်ဘၣ်-

- နီၢ်ကစၢ်တၢ်အုၣ်သး
- တၢ်အုၣ်ကီၤခးကွ
- ပုၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢနီၣ်ဂံၢ်



✗ တလိၣ်နကဲ U.S.
ထံဖဲကီၢ်ဖဲလၢနကဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါအဂီၢ်ဘၣ်န့ၢ်လီၤ.
အဝဲသ့ၣ်တသံကွၢ်နၤနတၢ်န့ၢ်လီၤအိၣ်ဆိးကီၢ်အပတီၢ်ဘၣ်န့ၢ်လီၤ.
တၢ်ကစူးနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖျိၣ်
ထဲလၢတၢ်စူးကါကမျၢၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ပညိၣ်
ကွၢ်စိတဖၣ်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.

ကသံဉ်ဒီသဒါအပူၤလီၤလၢထဲလဲၣ်.

နဆဲးဘၣ်ကသံဉ်ဒီသဒါလၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အ
ပူၤဘၣ်န့ၢ်လီၤ. တၢ်တကြၢးဃုနတၢ်အပူၤ
မ့တမ့ၢ် မၤန့ၢ်ကဒဲစရိဘၣ်န့ၢ်လီၤ.



မ့ၢ်ယလိၣ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါခံၣ်ပျၢၣ်တပျၢၣ်ဒါ.



ကသံဉ်ဒီသဒါတနီၤန့ၢ်နကဘၣ်ဆဲး 2-3
ဘျီန့ၢ်လီၤ. တၢ်အံၤကယံာ်ခံၣ်ဃုာ်ဃုာ်
ဖဲနဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါပုၤပုၤဝံၤအလီၢ်ခဲ
လၢတၢ်ဒီသဒါအါ တက့ၢ်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.
ပုၤတနီၤနီၤကဘၣ်ဆဲးမၤဆူၣ်ထီၣ်ကသံဉ်ဒီသဒါ
ဂံၢ်ဘါ (ဘူးစထၢနဲးကသံဉ်ဆဲး) 1-2 ဘျီန့ၢ်လီၤ.

ဝံသးစူၤ လဲၤဖး [COVID-19 ကသံဉ်ဒီသဒါ](#)
[ဘူးစထၢနဲးကသံဉ်ဆဲးတဖၣ်](#) ဒ်သိးကသ့ၣ်ညါဘၣ်
တၢ်ကစီၣ်ဂ့ၢ်ကျိၤအဂၤတဖၣ်အဂီၢ်န့ၢ်တက့ၢ်.

Pfizer-BioNTech	သးန့ၢ် 6 လါ - 4 န့ၢ် - 3 ဘျီ, 21 သီဖဲအိၣ်ထံးတဘျီအဝံၤ, 56 သီဖဲ ခံဘျီတဘျီအဝံၤ သးန့ၢ် 5 န့ၢ်ဒီးအဖီခိၣ် - 2 ဘျီ, 21 သီလၢအဘၢနဲးစၢၤ
Moderna	သးန့ၢ် 6 လါဒီးအဖီခိၣ် - 2 ဘျီ, 21 သီလၢအဘၢနဲးစၢၤ
Novavax	သးန့ၢ် 12 န့ၢ်ဒီးအဖီခိၣ် - 2 ဘျီ, 21 သီလၢအဘၢနဲးစၢၤ
Johnson & Johnson	သးန့ၢ် 12 န့ၢ်ဒီးအဖီခိၣ် - 2 ဘျီ

လၢကမၤန့ၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်



ကွၢ်ဖဲ- COVIDVaccineWA.org မ့တမ့ၢ် DOH.WA.GOV/Coronavirus
Call: 1-800-525-0127, ဝံၤဒီး စံၢ်လီၤ #. တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤအိၣ်လၢတၢ်တဲကျိၣ်ထံန့ၢ်တၢ်န့ၢ်လီၤ.



ကသံဉ်အတၢ်ဒိဘၣ်တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

နကမၤန့ၢ်ကသံဉ်အတၢ်ဒိဘၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
ကသံဉ်အတၢ်ဒိဘၣ်တဖၣ်န့ၣ် ညီန့ၢ်ယံၣ်ဝဲတသီ မ့တမ့ၢ်
ခံသီန့ၣ်လီၤ.

လၢနနီၤခိမိၢ်ပုၤဒိတဂၤညါ-

- တၢ်လီၤဘျးလီၤဘျး
- တၢ်ခိၣ်ဆါ
- ညၣ်ထူၣ်ပျၢ်ဆါ
- တၢ်ဂီၢ်တၢ်ကံ
- တၢ်လီၤကိၢ်
- တၢ်သးကလဲၤ တၢ်အဲၣ်ဒီးဘျး



လၢနစုၤအဖီခိၣ် ဖဲနဆဲးကသံဉ်အလီၢ်-

- တၢ်ဆါ
- တၢ်ဂီၤပြုထီၣ်
- တၢ်ညိးထီၣ်



ကသံဉ်ဒိသဒါလၢဘၣ်ဆဲးခံဘျီအဂီၢ်,
ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကသံဉ်အတၢ်ဒိဘၣ်ကနး
ဖဲဆဲးကသံဉ်ခံဘျီတဘျီ ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.

ကိး 911
ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်တဘၣ်လိာ်ဒီးသ့ၣ်တၢ်ဒိဆါအခါန့ၣ်တက့ၢ်.
နဆဲးလီၤမံၤလၢ V-safe အဂီၢ်လၢကဟံၣ်ဖျါထီၣ်
ကသံဉ်အတၢ်ဒိဘၣ်တမံၤ လၢလၢ်သ့- vsafe.cdc.gov.

မ့ၢ်ကသံဉ်ဒိသဒါတခါအံၤဂ့ၤန့ၢ်အဂၤတဖၣ်ဒါ.

ပဟ့ၣ်ကူၣ်လၢ နကဆဲး mRNA ကသံဉ်ဒိသဒါ COVID-19
တၢ်ဆါ (Pfizer-BioNTech မ့တမ့ၢ် Moderna)
လၢကသံဉ်ဒိသဒါဆဲးတဖျၢၣ် Johnson & Johnson (J&J)
အလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

နမ့ၢ်ဘၣ်သး ဃုထာဆဲး J&J ကသံဉ်ဒိသဒါန့ၣ် သ့ဒီးဝဲန့ၣ်လီၤ.
နမ့ၢ်သးလီၤတၢ်အဂၤတမံၤန့ၢ် နဆဲးသ့စ့ၢ်ကိး Novavax လၢ
mRNA ကသံဉ်ဒိသဒါအလီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ပိၣ်သကိးတၢ်ဒီး
နကသံဉ်သရၣ်ဘၣ်ပးနတၢ်ဃုထာအကျဲတဖၣ်တက့ၢ်.



COVID-19 ကသံဉ်ဒိသဒါန့ၣ် မၤတၢ်မနုၤလဲၣ်.



COVID-19 ကသံဉ်ဒိသဒါ သိၣ်လိနနီၤခိမိၢ်ပုၤ
ကသ့ၣ်ထီၣ်တၢ်တြီဆါဒိသဒါတၢ်ဆါ
လၢနတဆိးက့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံဉ်ဒိသဒါတဖၣ်ပူၤဖျဲးဒါ.

မ့ၢ်. တၢ်မၤကွၢ်ကသံဉ်ဒိသဒါတဖၣ်လၢ ပုၤအဂၤအကထိကလးတဖၣ်
န့ၣ်လီၤ.

တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒုးန့ၣ်လၢ ပူၤဖျဲးလၢ စၢၤသ့ၣ်ကလုာ်ဒုၣ်အါကလုာ်
ဒီး ပုၤလၢအိၣ်ဒီး တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကီတၢ်ခဲ ဒိအမ့ၢ်
တၢ်ဘီၣ်တလၢ, တၢ်ဆံၣ်ဆါ, သးတၢ်ဆါ, သ့ၣ်တၢ်ဆါ, ဒီး HIV
န့ၣ်လီၤ.



Department of Health
(တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဝဲၤကျိၤ) သမံသမိးတၢ်ပူၤဖျဲး
တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဘိ
လၢကမၤလီၤတၢ်တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢတၢ်ပူၤဖျဲး
တအိၣ်နီတမံၤဘၣ်န့ၣ် လီၤ.

ဘၣ်မနုၤအယိယကြးဆဲးကသံဉ်ဒိသဒါလဲၣ်?

မ့ၢ်လၢနဆဲးကသံဉ်ဒိသဒါအယိ ကမၤစၢၤန့ၢ်လၢနကအိၣ်ပူၤပူၤဖျဲးဖျဲး
ဖဲတၢ်မၤဒီး ဟးလိာ်ကွဲသကိးဒီးနတံၤသကိးဒီး
ဟံၣ်ဖိယိဖိကဒီးန့ၣ်လီၤ.

ဒီးနတဆါထီၣ်နးနးကလဲာ်, ဘၣ်ထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်, မ့တမ့ၢ် သံလၢ
COVID-19 အယိ ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

