

အသက်အရွယ်တိုင်းအတွက် COVID-19 အားဖြည့် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှု ညွှန်းကိန်းလမ်းညွှန်



သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများကို ပြင်းထန်သောဖျားနာမှု၊ ဆေးရုံတက်ကုသခြင်းနှင့် COVID-19 ကြောင့် သေဆုံးခြင်းတို့ကို ပင် ကာကွယ်ရန်အတွက် သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးအား COVID-19 ကာကွယ်ဆေး၏ အဓိက ထိုးဆေးတွဲ တစ်ခုကို ထိုးနှံထားပါသည်။ လေ့လာမှုများအရ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် ထိရောက်မှုရှိသော်လည်း၊ ၎င်းတို့သည် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ကာကွယ်မှု ကျဆင်းခြင်းနှင့် ဆက်စပ်နေကြောင်း လေ့လာမှုများက ဖော်ပြသည်။

ယခု အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းသည် ဤကာကွယ်မှုကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရန် အထိရောက်ဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်နေဆဲဖြစ်သည်။

သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးတစ်ခု သို့မဟုတ် တစ်ခုထက်ပိုသော အားဖြည့်ဆေးများ အတွက် ကျန်းမာရေးစံနှုန်း ပြည့်မီခြင်း ရှိ၊ မရှိ ကြည့်ရှုရန် အောက်ပါဇယားကို စစ်ကြည့်ပါ။*

	ဘယ်သူတွေ ကျန်းမာရေးစံနှုန်း ပြည့်မီလဲ။	မည်သည့်အချိန်တွင် အားဖြည့်ဆေးတစ်လုံးကို ထိုးသင့်ပါသနည်း။	ကျွန်ုပ် ဒုတိယအကြိမ် အားဖြည့်ကာကွယ်ထိုးဆေး ရနိုင်ပါသလား။	မည်သည့် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးကို အသုံးပြုနိုင်ပါသလဲ။
Pfizer ထိုးနှံထားပါက...	အသက် 5 နှစ် နှင့် အထက် လူတိုင်းသည် ၎င်းတို့၏ အားဖြည့်ထိုးဆေးကို နောက်ဆုံးပေါ် ဖြစ်စေသင့်သည်။	Pfizer ကာကွယ်ဆေး၏ အဓိကဆေးတွဲကို နောက် အနည်းဆုံး 5 လ အကြာ။	အသက် 50 နှင့်အထက် လူတိုင်းသည် ပထမအကြိမ် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးကို လက်ခံရရှိပြီးနောက် အနည်းဆုံး 4 လအကြာ ဒုတိယအကြိမ် အားဖြည့် ကာကွယ်ဆေး ရရှိသင့်သည်။	အရွယ်ရောက်ပြီးသူ 18 နှစ်နှင့်အထက် သည် မည်သည့် mRNA COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကိုမဆို အားဖြည့်ဆေး အနေဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ အသက် 5-17 နှစ် ကလေးများ Pfizer အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး ရရှိသင့်သည်။
Moderna ထိုးနှံထားပါက...	အရွယ်ရောက်ပြီးသူ 18 နှစ်နှင့် အထက်သည် ၎င်းတို့၏ အားဖြည့်ထိုးဆေးကို နောက်ဆုံးပေါ် ဖြစ်စေသင့်သည်။	Moderna ကာကွယ်ဆေး၏ အဓိကဆေးတွဲကို ပြီးမြောက်ပြီးနောက် အနည်းဆုံး 5 လအကြာ။	အသက် 50 နှင့်အထက် လူတိုင်းသည် ပထမအကြိမ် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးကို လက်ခံရရှိပြီးနောက် အနည်းဆုံး 4 လအကြာ ဒုတိယအကြိမ် အားဖြည့် ကာကွယ်ဆေး ရရှိသင့်သည်။	mRNA COVID-19 ကာကွယ်ဆေး တစ်ခုခု၏ အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး ပမာဏတစ်ခု။
Johnson & Johnson ထိုးနှံထားပါက...	အရွယ်ရောက်ပြီးသူ 18 နှစ်နှင့် အထက်သည် ၎င်းတို့၏ အားဖြည့်ထိုးဆေးကို နောက်ဆုံးပေါ် ဖြစ်စေသင့်သည်။	J&J ကာကွယ်ဆေး၏ အဓိကဆေးတွဲကို ပြီးမြောက်ပြီးနောက် အနည်းဆုံး 2 လအကြာ။	အသက် 50 ကျော်သူတိုင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ မူလဆေးနှင့် အားဖြည့်ဆေးပမာဏအတွက် J&J ကာကွယ်ဆေးကို လက်ခံရရှိသူများသည် ပထမအကြိမ် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးကို လက်ခံရရှိပြီးနောက် 4 လအကြာတွင် အနည်းဆုံး ဒုတိယအကြိမ် အားဖြည့် ကာကွယ်ဆေး ရရှိသင့်ပါသည်။	mRNA ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုခု၏ အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုကို ပထမအကြိမ် အတွက် J&J ထက် ပို ဦးစားပေးပါသည်။ ဒုတိယအကြိမ် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးသည် mRNA COVID-19 ကာကွယ်ဆေး တစ်ခုခုဖြစ်သင့်သည်။

အကယ်၍ သင်သည် အတန်အသင့် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်စွာ ခုခံအားကျဆင်းမှု ရှိပါက၊ လမ်းညွှန်ချက်များ ကွဲပြားလိမ့်မည်။

*မကြာသေးမီက SARS-CoV-2 ကူးစက်ခံထားရသူများသည် လက္ခဏာစတင်ခြင်း သို့မဟုတ် ရောဂါပိုးရှိကြောင်း စစ်ဆေးမှု ရလဒ်မှစပြီး ၎င်းတို့၏ ပထမ သို့မဟုတ် ဒုတိယ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအား တိုးမြှင့် ထိုးခြင်းအား 3 လ ရွှေ့ဆိုင်းရန် စဉ်းစားနိုင်သည် (ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရပါက ရောဂါလက္ခဏာမပြပါက)။ လေ့လာမှုများအရ (အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်) ရောဂါပိုးကူးစက်ခြင်းနှင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကြား အချိန်တို လာခြင်းသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအတွက် ခုခံအားတုံ့ပြန်မှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေကြောင်း ပြသထားသည်။ ထို့အပြင် ကူးစက်ခံရပြီးနောက် ရက်သတ္တပတ်များမှ လများအတွင်း ပြန်လည်ကူးစက်နိုင်ခြေ နည်းပါး ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။ COVID-19 ဖြစ်နိုင်ခြေ ပြင်းထန်သောရောဂါ (အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်)၊ COVID-19 အသိုင်းအဝိုင်းအဆင့် (အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်) သို့မဟုတ် ထင်ရှားသော SARS-CoV-2 အမျိုးအစား၏ ဝိသေသလက္ခဏာများသည် ကူးစက်ပြီးနောက် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် နှောင့်နှေးခြင်းရှိမရှိ ဆုံးဖြတ်ရာတွင် ထည့်သွင်းစဉ်းစားသင့်သည်။

COVID-19 အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး ပမာဏများနှင့် ပက်သက်၍ အမေးများသော မေးခွန်းများ

အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး ပမာဏသည် အဘယ်ကြောင့် အရေးကြီးသနည်း။

အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး ပမာဏသည် ပြင်းထန်သောရောဂါများကို ဆက်လက်ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။ ပြင်းထန်သော COVID-19 ကူးစက် နိုင်ခြင်း မြင့်မားသော လူဦးရေအတွက်သာ ယခင်က အားဖြည့်ထိုးဆေးများ ကို အကြံပြုခဲ့သော်လည်း COVID-19 ဖျားနာမှုကို ကာကွယ်မှုတိုးမြှင့်လာ စေရန် Pfizer မူလဆေးအတွက် ရရှိပြီးသော အသက် 5 နှစ် နှင့် အထက် လူ တိုင်းပါဝင်ရန် အကြံပြုချက်တွင် တိုးခဲ့ထားသည်။ အတန်အသင့်မှ ပြင်းထန် စွာ ခုခံအားကျဆင်းသွားသူများကဲ့သို့သော အချို့သောလူဦးရေသည် ခုခံအား တိုးစေရန် ထပ်မံထိုး၍ လိုအပ်နိုင်သည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတစ်ဝှမ်း တွင် COVID-19 ကူးစက်မှုမျိုးကွဲများနှင့် ရောဂါဖြစ်ပွားမှု ပိုမိုများပြားလာ ခြင်းကြောင့် ၎င်းသည် အထူးအရေးကြီးပါသည်။

အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးများ လိုအပ်လာခြင်းက ကာကွယ်ဆေးများ အလုပ်မလုပ်ဟု ဆိုလိုပါသလား။

မဟုတ်ပါ။ အမျိုးအစားကွဲများဖြစ်သည့်တိုင် ပြင်းထန်ဖျားနာခြင်း၊ ဆေးရုံ တက်ခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့ကို ကာကွယ်ရန် အမေရိကန်တွင် လက်ရှိကျွန်ုပ် တို့၏ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် ကောင်းမွန်စွာလုပ်ဆောင်လျက်ရှိ သည်။ သို့ရာတွင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ကျွမ်းကျင်သူများသည် အပျော့စားနှင့် အလယ်အလတ်ဖြစ်သော COVID-19 ဖျားနာမှုကို အထူးသဖြင့် ဖြစ်နိုင်ခြေ များသော လူဦးရေများကြားတွင် ကာကွယ်မှုအား လျှော့ချလာသည်ကို တွေ့ မြင်နေရသည်။

အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ချိန်းဆိုမှုသို့ ဘာတွေ ယူဆောင်လာရမလဲ။

သင်၏/သင့်ကလေး၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးကတ် အား တိုးမြှင့်ဆေးရက်ချိန်း သို့ ယူဆောင်သွားခြင်းဖြင့် ကနဦးကာကွယ်ဆေးအတွဲ ပြီးကြောင်းကို ဝန်ဆောင်မှုပေးသူမှ ဦးစွာအတည်ပြုနိုင်မည်။ ကတ်ပျောက်ဆုံးသွားပါက ဝန်ဆောင်မှုပေးသူက သင့်မှတ်တမ်းကို ရှာဖွေနိုင်ပါသည်။

ထပ်ဆောင်းကာကွယ်ဆေးထိုးဆေးနှင့် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးကြား ကွာခြားချက်ကဘာလဲ။

ထပ်ဆောင်းကာကွယ်ဆေးထိုးဆေး သည် mRNA ကာကွယ်ဆေးစီးရီး (Pfizer သို့မဟုတ် Moderna) ကို 2 ကြိမ် ပြီးမြောက်ခဲ့သော်လည်း လုံလောက်သော ခုခံအားတုံ့ပြန်မှုမရရှိသော ခုခံအားကျဆင်းမှုကူးစက်ခံထား ရသည့် လူနာများအတွက် အတွက်ဖြစ်သည်။

ကနဦးကာကွယ်ဆေးအတွဲများ အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ လျော့သွားပြီးနောက် ကာကွယ်ရေးနှင့်/သို့မဟုတ် ကိုယ်ခံစွမ်းအား ကို မြှင့်တင်ရန် သို့မဟုတ် ပြန်လည်ထူထောင်ရန် အားဖြည့်ကာ ကွယ်သည့်ဆေးကို ပေးပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးအမှတ်တံဆိပ်သည် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးအတွက် အရေးကြီးပါသလား။

အကယ်၍ သင်သည် အသက် 18 နှစ် ပြည့်ပြီးသူ ဖြစ်ခဲ့လျှင်သင်ထိုးထားခဲ့သော ပင်မစီးရီး အပြင် အားဖြည့်ဆေးအတွက် တခြား ကာကွယ်ဆေးကိုလည်း ထိုးနိုင် ပါသည်။ Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေး စင်တာများ) သည် (Moderna, Johnson & Johnson၊ ရောဂါပိုးသေဆေးများ) မှ နောက်ဆုံး ဒေတာများကို သေချာစွာ လေ့လာပြီး အားဖြည့်ဆေးနှင့်ပတ်သက်ပြီး ဘက်ပေါင်းစုံမှ ဆွေးနွေး မှုများကို ပြုလုပ်ပြီးမှ သူတို့၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ချမှတ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ **Pfizer ပင်မဆေးအတွက် ရရှိပြီးသော အသက် 17 နှစ်အောက် လူငယ်များသည် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး အတွက် Pfizer ဆေးကိုသာ ရရှိနိုင်မည်။**

ကာကွယ်ဆေး အပြည့်အဝထိုးပြီးမပြီး အောက်ပါအတိုင်းစဉ်းစားပါသည်။

သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် ကာကွယ်ဆေးအပြည့်ထိုးထားပြီးသော လူ တစ်ဦး အနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း၏ အဓိကစီးရီးတွင် အကြံပြုထားသော ဆေးများအားလုံးကို ထိုးထားပြီးနောက် နှစ်ပတ် အကြာတွင် ရနိုင်ပါသည်။

သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် ကျန်းမာရေး စံနှုန်း ပြည့်မီ၍ မူလ ကာကွယ်ဆေးအတွဲများနှင့် အကြံပြုထားသော အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးများ အားလုံး (အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်) ကို အချိန်နှင့်တပြေးညီ ထိုးထားပြီး ဖြစ်သည်။

တုပ်ကွေးကဲ့သို့ အခြားသော ကာကွယ်ဆေးများနှင့် အားဖြည့် ကာကွယ်ဆေးကို အတူထိုးနိုင်ပါသလား။

ထိုးနိုင်ပါသည်။ သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် အခြားကာကွယ်ဆေးများ ကို ထိုးနှံချိန်တွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကိုလည်း တစ်ပြိုင်နက်တည်း ထိုးနှံနိုင်ပါသည်။ သင့်ကလေး၏ လိုအပ်သော ကျောင်းတွင်းကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်း (အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်) သို့မဟုတ် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး မှ သီးခြားအကြံပြုထားသော အခြားကာကွယ်ဆေးများကို အချိန်ဇယား ဆွဲရန် မလိုအပ်ပါ။ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ရက်ချိန်းသည် ၎င်း တို့၏ အခြား တိုက်တွန်းအကြံပြုထားသော ကာကွယ်ဆေးများကိုထိုးရန် အခွင့်အလမ်းကောင်းတစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါသည်။

ထပ်မံသိရှိလိုသော မေးခွန်းများ လည်ပတ်ရန်- doh.wa.gov/covidbooster

