



တၢ်ဂ့ၢ်ဟံၣ်ဖျါလၢပုၤကနၢ်ပၢ်ချ့ချ့တဖၣ်- COVID-19 ကသံၣ်ဒိသဒါ ဒီးတၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသး

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအတဘၣ်ဘၣ်န့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်ဒိဒ့ၣ်ဒိထၢဘၣ်ဃးဒီး COVID-19 ကသံၣ်ဒိသဒါ ဒီးတၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသးန့ၣ်လီၤ.

မံၤပကဟံးထီၣ်ဖိၣ်ထီၣ်သကိး တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတနီၤလၢပသ့ၣ်ညါဘၣ်အီၤလံၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

COVID-19 ကသံၣ်ဒိသဒါတဖၣ်န့ၣ် ပူၤဖျါဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ် တချုးဒီးလၢအိၣ်ဒီးဟူးသး, ဖဲအိၣ်ဒီးဟူးသးအဆၢကတီၢ်, ဒီးအိၣ်ဖျါဖိၣ်ဝဲအလီၢ်ခဲန့ၣ်လီၤ.

American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG, အမဲရကၤကသံၣ်သရၣ်ကွၢ်ထွဲမိၢ်ဒါဒီးအိၣ်ဖျါဖိၣ်ညါ ဒီးမိၢ်ဒါတၢ်ဆါခိလ့ၣ်က့ၢ်) ဒီး Centers for Disease Control and Prevention (CDC, တၢ်ကၤယၢ်ဒီးတၢ်ဒိသဒါတၢ်ဆါလီၢ်ခၢၣ်သး) န့ၣ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲလၢ ပုၤအိၣ်ဒီးဟူးသးတဖၣ် ကဆဲးဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒိသဒါတၢ်ဆါ လၢအကၤတြီဆာဝဲဒၣ် COVID-19 တၢ်ဆါဆူၣ်ဆူၣ်နးနးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤအိၣ်ဒီးဟူးသး လၢအဒီးန့ၢ်ဘၣ် COVID-19 တၢ်ဆါသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်လၢ ကဆူးဆါနးနးကလီၢ် ဒီးတၢ်ဆါအတၢ်ဟံၣ်ထွဲထီၣ်အခံတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးဟူးသးတဖၣ် မုၢ်ဆူးမုၢ်ဆါလၢ COVID-19 တၢ်ဆါဖဲအဒါအခါ မ့တမ့ၢ် ဖဲအအိၣ်ဖျါဖိၣ်ဝဲအလီၢ်ခဲန့ၣ် ကအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်လၢ ကဘၣ်ထီၣ်တၢ်ဆါ ဟံၣ်တုၤလၢကဘၣ်ကသါဝဲဒၣ်တၢ်ကသါဒါ, တၢ်ဆါအတၢ်ဂီၢ်ဟံၣ်ထွဲထီၣ်အခံ ဖဲအိၣ်ဒီးအဟူးသးအခါ, အိၣ်ဖျါဆိအခါ, မ့တမ့ၢ် ဖဲအအိၣ်ဖျါဖိၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အုၣ်သးတအိၣ်နီတမံၤလၢ အဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢ COVID-19 တၢ်ဆါအံၤအဒူးကဲထီၣ်ဝဲဒၣ် ဖိသ့ၣ်အိၣ်ဖျါ တလၢပုၤဒီးကွၢ်ဂီၤ, ဖိလီၤတော်, အိၣ်ဖျါဆိ, အိၣ်ဖျါဝဲအဖၢမုၢ်, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်ကိအဂုၤအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

သနၢ်က့, တၢ်ဂ့ၢ်ကိဟံၣ်ထွဲထီၣ်အခံသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ဟဲကဲထီၣ်အသးခိဖျါ COVID-19 တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအယိၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲဒုးအိၣ်ဖျါဖိၣ်ထံအကတီၢ်န့ၣ် နမ့ၢ်ဆဲးဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒိသဒါန့ၣ် အပူၤဖျါဝဲဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ်န့ၣ်လီၤ.

န့ၣ်ထံန့ၣ်ကတီၢ်ခိဝဲဒၣ် နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢကဲတဖၣ်ဆူၣ်ဖိအအိၣ် ဒ်သိးကဒိသဒါ ခိၣ်ဆာဝဲဒၣ် COVID-19 အတၢ်ဘၣ်ကဲတုၤ အဝဲသ့ၣ်ဆဲးဝဲဒၣ် ကသံၣ်ဒိသဒါသ့ဝဲတစု ဖဲအအိၣ်ဝဲဒၣ် 6 လါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်ယၢၤအဂီၢ်ထံး-

- [COVID-19 ကသံၣ်ဆဲးဒိသဒါဖဲအိၣ်ဒီးဟူးသးအကတီၢ် မ့တမ့ၢ် ဒုးအိၣ်ဖျါအကတီၢ် \(cdc.gov\)](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/pregnancy.html) | <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/pregnancy.html> (ထဲ အဲကလံးကျိၢ်, စပုၣ်ကျိၢ်, ခိးရံယါကျိၢ်, ဘၣ်ယဲၣ်န့ၣ်ကျိၢ်, ဒီး တရူးကျိၢ်)
- [ပုၤအိၣ်ဒီးဟူးသးဒီး ပုၤလၢအိၣ်ထီၣ်ဒီးဟူးသးသိ | CDC](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnant-people.html) | <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnant-people.html> (အဲကလံးကျိၢ်)
- [COVID-19 ကသံၣ်ဒိသဒါ ဒီးတၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသး- တၢ်လၢနကဘၣ်သ့ၣ်ညါ | Johns Hopkins Medicine](https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/the-covid19-vaccine-and-pregnancy-what-you-need-to-know) | <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/the-covid19-vaccine-and-pregnancy-what-you-need-to-know> (ထဲလၢအဲကလံးကျိၢ်)



DOH 825-049 July 2022 Karen

လၢကယုထီၣ်လံၣ်တီၢ်လံၣ်မိအံၤ လၢကွၢ်ဂီၤအဒိအဂၤတမံၤအဂီၢ်, ကိး 1-800-525-0127 တက့ၢ်. ပုၤစူးကါတၢ်မၤစၢၤလၢအနၢ်တအါ မ့တမ့ၢ် နၢ်ဟူတၢ်ကိတဖၣ်အဂီၢ်, ဝံသးစူၤကိး 711 (Washington Relay) မ့တမ့ၢ် ဆုၢ်အ့မ့(လ) ဆူ civil.rights@doh.wa.gov တက့ၢ်.

