

တၢ်ဆဲး ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါ လၢ COVID-19 အဂီၢ်



တၢ်ခိၣ်ဆူၤဝဲတၢ်ဆါသတြီၣ် မ့ၢ်တၢ်ကီၢ်ခဲဒိၣ်ဝဲလီၤ ဘၣ်ဆၢၣ်
ခဲအံၤပအိၣ်ဒီး ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါလၢ တြီၣ်ပဒီပဝဲ ဆူ COVID-19 န့ၣ်လီၤ.



ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါအံၤဘၣ်တၢ်ဆဲးအိၣ်အဆူၤကလီၢ်အိၣ်လီၤ

ကီၢ်စၢ်ဖျိၣ်ပဒိၣ်ကဟ့ၣ်န့ၢ်ဝဲဒၣ်နဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါအတၢ်လၢကးလၢကးစ့န့ၣ်လီၤ. ပုၤတကြၢၤဃုနၤ ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါ အပူၤဘၣ်န့ၣ်
လီၤ. နကသံၣ်သရၣ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်ကိးတကြၢၤဃုနၤ



သံကွၢ်ဘၣ်မ့ၢ်န့ၣ်လိၣ်ဘၣ်ဆဲးဆူၤဖျါလဲၣ်တက့ၢ်.

လၢနဆဲးဘၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါအဖီခိၣ်ဒီး နကလိၣ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ် 1 ဖျါၣ် ဒီး 3 ဖျါၣ်အဘၢၣ်စၢၤ န့ၣ်လီၤ.
သမံထံကွၢ်ဘၣ်ဒီးနကသံၣ်သရၣ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ် မ့ၢ်န့ၣ် မ့တမ့ၢ် နဖိကဘၣ်ဆဲးဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီ သဒါပုၤဖျါလဲၣ်န့ၣ်လီၤ. နၤ မ့တမ့ၢ်
နဖိကလိၣ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးတဖျါၣ်ဖျါၣ် ဖဲနဆဲးဘၣ် ဝဲဒၣ်ဂံၢ်ခိၣ်ထံးကသံၣ်ဒီသဒါဝံ 2-6 လါအလီၢ်ခဲန့ၣ်လီၤ.



ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးတဖၣ်အံၤ အဂ့ၤဒိၣ်မးလၢတၢ်ဒီသဒါအဂီၢ်န့ၣ် COVID-19 လီၤ. ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးတဖၣ်အံၤ

မ့ၢ်တၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျၢၤအီၤလဲၣ် မ့တမ့ၢ် ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်စိစ့ၣ်ကမီၤအီၤ လၢ U.S. Food and Drug Administration (FDA,
တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ဒီးကသံၣ် ကသီတၢ်ပၤဆူၤရဲၣ်ကျဲၤ တၢ်) လၢဂ့ၢ်ဂီၢ် အူအဂီၢ်ဒီး — စံးတၢ်န့ၣ် FDA တထံၣ်န့ၢ်ဝဲတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ်
ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်လၢကသံၣ်တၢ် ပူၣ်ဖျါးတၢ်ဖၣ်န့ၣ်လီၤ.



ပုၤလၢအသးန့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ် 6 လါဒီးဆူဖီခိၣ်တဖၣ်ဆဲးဘၣ်ဝဲကသံၣ်ဒီ သဒါသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးန့ၢ်ဝဲဒၣ်ပုၤလၢအသးန့ၣ်အိၣ် 6 လါဒီးဆူဖီခိၣ်တဖၣ် COVID-19 ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးန့ၣ်လီၤ. လဲၣ်အိၣ်သကိး
VaccineLocator.doh.wa.gov လၢကဃုထံၣ်န့ၢ်ဒီးသ့ၣ်န့ၢ်ဖးသီဝဲဒၣ်တၢ်တၢ်ထံၣ် လိာ်သးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နကိးဘၣ်ဝဲဒၣ်လီၤတဲစိ ဆူ
1-800-525-0127 သ့ဝဲဒီးစံးလီၤဘၣ် # တက့ၢ်. လၢတၢ်ကျိၣ်ထံတၢ်အဂီၢ်စံးလီၤန့ၣ်အံၤဖဲ တၢ်စံးဆၢဝဲန့ၣ်လီၤတဲစိကတီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.



နကတူၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ် တၢ်ဒိ ဘၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဒ်ကသံၣ်ဒီ သဒါဆဲးအဂ့ၤဂၢၢ်တၢ်မၤသးညီန့ၢ်အသိး နကတူၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်စုဒုၣ်တီၤအတကံ, တၢ်ကီၢ်ထီ, ခိၣ်သၣ်ဃံဆါ, မ့တမ့ၢ်တၢ်သ့ၣ်
လီၤဘၣ်သးလီၤတီၤဖဲ နဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးဝံအ လီၢ်ခဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်ပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤအခိပညီစံးတၢ်န့ၣ်
မ့ၢ်ကသံၣ်အတၢ်မၤတၢ်န့ၣ်လီၤ.



အိၣ်ပူၤဖျါးဖျါး.

ဖဲန ဆဲးဘၣ်ဝဲ ဒၣ်ကသံၣ်ဒီ သဒါဆဲး ဝံအလီၢ် ခဲန့ၣ် ထီဘၣ် တၢ်ကၤ ဘၢမဲၣ်, အိၣ်စီၤ စုၤလိာ်သး ဃုခိၣ်ယီၢ် (ခဲ မံးထၢၣ်)
ဒီးအိၣ်ရိဖျိၣ်လိာ် သး ပုၤကညီနီၢ်ဂံၢ်စ့ၤဖိတက့ၢ်.

တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်? လဲၣ်အိၣ်သကိးဘၣ်: www.CovidVaccineWA.org

တၢ်ဆဲး ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါ လၢ COVID-19 အဂီၢ်

ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးအိၣ်ဒၣ်အကလုာ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်?

ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးအိၣ်ဒၣ်လွံၣ်ကလုာ်န့ၣ်လီၤ -Pfizer, Moderna, Novavax, ဒီး Johnson & Johnson.

ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးတဖၣ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျါအီၤလဲၣ် မ့တမ့ၢ် ဘၣ်တၢ် ဟ့ၣ်စိစ့ၣ်ကမီၤအီၤလၢ U.S. Food and Drug Administration (FDA) လၢဂၢၢ်ဂီၢ် အူအဂီၢ်ဒီး — စံးတၢ်န့ၣ် FDA တထံၣ်န့ၣ်ဝဲတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ် ဒိၣ်မ့ၢ်မုၢ်လၢကသံၣ် တၢ်ပူၣ် ဖျဲးတၢ်ဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

မတၢ်သ့ၣ် တဖၣ် ကြၢးဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ် COVID-19 ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးလီၤ?

တၢ်ဆဲးဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးအံၤမ့ၢ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်တၢ်ယုထၢန့ၣ်လီၤ.နမ့ၢ်ဆၢတံာ် လီၤနသးလၢနကဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးဒီးနကဘၣ် စံးဘၣ်ဝဲဒၣ်န ကသံၣ်သရၣ် ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါဆဲး ဖဲနမ့ၢ်:

- အိၣ်ဒီးတၢ်ခိၣ်ဆၢၣ်ကျၢတၢ်တဖျဲးလိာ်သးအတၢ်စံၣ်စိနးနးကလဲာ်
- အိၣ်ဒီးတၢ်တၢ်လီၤကီၢ်
- အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်လီၤလူတဘၣ်လီၤဘၣ်စး မ့တမ့ၢ် ဘၣ်အိၣ်ဒၣ် ကသံၣ်မၤလီၤတဖျဲးသ့ၣ်လၢအကကီၢ်လိာ်ထီၣ်တဖၣ်
- မ့ၢ်ဝဲဒၣ်နီၣ်ခိၣ်ဂံၢ်တြီဆၢတဘၣ်လီၤဘၣ်စး မ့တမ့ၢ် ဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ် ကသီတဖၣ် လၢအမၤဘၣ်ဒိဝဲဒၣ်နီၣ်ခိၣ်ဂံၢ်တြီ ဆၢအကျါအကျဲ တဖၣ်န့ၣ်လီၤ
- မ့ၢ်ပုၤမိၢ်ဒါတဖၣ်, တၢ်တီၢ်ကျဲအိၣ်လၢကဟံၣ်ဖိ, မ့တမ့ၢ် ဒူးအိၣ်ဖိဆဲး န့ၣ်ဒီးမိၢ်န့ၣ်ထံ
- ဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ် COVID-19 ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးအဂၤတမံၤ

နတကြၢးဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးဘၣ် ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ခိၣ်ဆၢတၢ် တဖျဲးလိာ်လၢနးနးကလဲာ်တဖၣ် ဖဲနဆဲးဝဲဒၣ် COVID-19 ကသံၣ် ဒီသဒါလၢ အပူၤကွဲာ်တဖျဲးမ့တမ့ၢ် တဖျဲးလိာ်သးဒီးကသ့ၣ် ဒီသဒါတၢ်ပုၤဟံၣ်တခါ ခါန့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါအံၤဟံၣ်ဟ့ၣ်ဒီး တၢ်ပုၤဟံၣ်လၢအဟူးဂဲၤဒီး, တၢ်သိ, အံၤသ့ၣ် , ဒီးအံၤသ့ၣ်ဆၢလၢအကဒီသဒါဘၣ်ဝဲဒၣ် ကသံၣ်ဒီသဒါဒီးမၤစၢၤနမိၢ်ပုၤဒ် သိးကဟူးဂဲၤဒ်ထီၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

လၢနကန့ၢ်ဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ် Pfizer- BioNTech မ့တမ့ၢ် Moderna ကသံၣ်ဒီ သဒါဆဲးအဂီၢ်နသးန့ၣ် ကဘၣ်အိၣ်အစ့ၤကတၢ် 6 လၢ, 12 နံၣ် မ့တမ့ၢ် ဆူဖီခိၣ်လၢကန့ၢ်ဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ် Novavax ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးအံၤအဂီၢ်, ဒီး 18 နံၣ် မ့တမ့ၢ် ဆူဖီခိၣ်လၢကန့ၢ်ဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ် Johnson & Johnson ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်လၢအဒိဘၣ်က့ၤတၢ်တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်?

ဖဲနဆဲးကသ့ၣ်ဒီသဒါအံၤအလီၢ်ခံ နတူၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီ သဒါဆဲးအတၢ် ဒိဘၣ်တဖၣ်န့ၣ် မ့ၢ်တၢ်မၤသးညီန့ၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဒိဘၣ်ညီန့ၢ်လၢအကဲထီၣ် သးတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်ဘၣ်သး, ထူၣ်ညါတဖၣ်ဆါတကံ, စုဒုၣ်တီၤလိာ်တကံ ဖဲနဆဲးလီၤကသံၣ်အလီၢ်, တၢ်ကီၢ်ထီၣ်, ခိၣ်ဆါ, စုဒုၣ်ကမံာ်တဖၣ်တကံ, တၢ်ဂီၢ်ကနိး, အဲၣ်ဒီးဘၣ်, မ့တမ့ၢ် ဘၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. နတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ် အံၤမ့ၢ်တၢ်မၤဘၣ်ဒီး ဆဲးကျိးဘၣ်နကသံၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်ဒီးတ က့ၢ်.

နကြၢးခိးဘၣ်ဝဲဒၣ်မံးနံး 15 တုၤ 30 မံးနံၤတဖျဲးဒီးလၢနဟးထီၣ်ဝဲဒၣ် လၢ တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးအလီၢ်ဒီး လၢတၢ်န့ၣ်အယိနကသံၣ်သရၣ်ဆဲး ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးန့ၣ် အမၤစၢၤနသ့ဝဲလဲၤ နမ့ၢ်တဘၣ်လိာ်ဒီးကသံၣ်ဒီ သဒါဆဲး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒိဘၣ်အဂၤအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲနမိးတၢ်ဆၢကတီၢ် န့ၣ်နဆဲးလီၤဘၣ်နမံၤလၢ v-safe သ့ဝဲဒၣ်လၢနကဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဘၣ်ဝဲဒၣ် တၢ် ဒိဘၣ်တမံၤမံး: vsafe.cdc.gov (အိၣ်လၢအဲကလံာ်ကျိၣ်).

နမ့ၢ်တမ့ၢ်နကသံၣ်သရၣ်ဆဲးန့ၣ်နကသံၣ်ဒီ သဒါဆဲးတဂၤန့ၣ် ဟံၣ်ဖျါထီၣ် ဝဲဒၣ်ကသံၣ်တၢ်ဒိ ဘၣ်တဖၣ် သ့ဝဲဒၣ်စ့ၢ်ကီၢ်ဆူ Vaccine Adverse Event Reporting System (VAERS, တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါ အတၢ်မၤတံာ်တၢ်တၢ်အကျါကျဲ): vaers.hhs.gov/reportevent.html (အိၣ်လၢအဲကလံာ်ကျိၣ်).

နဟးထီၣ်ကွဲာ်လၢကသံၣ်ဒါဒိးနမ့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်တဖျဲးလိာ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ် မံၤမံးဒီးဆဲးကျိးဘၣ် 911 တက့ၢ်. တၢ်တဖျဲးလိာ်အတၢ်ဟံၣ် ပနီၣ်တဖၣ်န့ၣ် ဟံၣ်ဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်: တၢ်ကသါကီၢ်ခဲ, နမံာ်ကဖိထီၣ်ဒီးကီၢ်ယုာ်ဆါ, သးစံးချ့, လိာ် သးထီၣ်ဒိတဂၤလၢနလီၤ, ခိၣ်မူ, ဒီးဂံၢ်စၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

နဆဲးဘၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါမ့ၢ်ဝဲဒၣ်ဒီးတၢ်မနုၤကကဲထီၣ်သးလဲၣ်?

နမ့ၢ်တမ့ၢ်နမ့ၢ်ဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါဆဲးလၢအမ့ၢ်ခဲဖျါ မ့တမ့ၢ်သၢ ဖျါန့ၣ်သ့ၣ်နံၤဖသီလၢအသီတဖျါအဂီၢ်တက့ၢ်. နကဘၣ်ဟဲဆဲးကဒါ က့ၤကသံၣ်ဒီသဒါအသီတဖျါလၢ 3-8 န့ၣ်အကတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ယးဒီး တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါတၢ်ကဆၢကတီၢ်အဂီၢ်, ဝံသးစူၤ လဲၤအိၣ်သကိးဘၣ် doh.wa.gov/covidbooster

ဖဲနဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီ သဒါဝဲဒၣ်အလီၢ်ခံန့ၣ် လၢအကဒီသဒါဝဲ တၢ်ဆါ ကန့ၢ်လၢပုၤပုၤအဂီၢ် အကယံာ်ဝဲဒၣ်လၢခဲန့ၣ်ယုာ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အုၣ် ကီၢ်စ့ၢ်ကီၢ်ဝဲဒၣ်လၢ တၢ်ကဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ်ဘူထၢလၢခဲလၢ တုၤယုၤလၢက တီၢ်ပူၤ လၢအကကၢၤဟံၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဒီသဒါအဂ့ၢ်ဘါန့ၣ်လီၤ.



DOH 348-782 December 2022 Karen

လၢကယုထီၣ်လံာ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးနီၣ်ဘါတၢ်လၢအက့ၢ်ပနီၣ်ဒိအဂၤအဂီၢ်, ကိး 1-800-525-0127. ပုၤစူးကါတၢ်မၤစၢၤ လၢအနံၤတအၢ မ့တမ့ၢ် န့ၢ်ဟူတၢ်ကီတဖၣ်အဂီၢ်, ဝံသး စူၤကိး 711 (Washington Relay) မ့တမ့ၢ် ဆၢ အ့မ့ၢ်(လ) ဆူ civil.rights@doh.wa.gov.