

ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက်များဆိုင်ရာ ဖော်ပြချက်

MMRV ကာကွယ်ဆေး (ဝက်သက်၊ ပါးချိုတ်ရောင်နာ၊ ဂျာမန် ဝက်သက်၊ ရေကျောက်ရောဂါ) - သင်သိထားရမည့် အကြောင်း အရာများ

Many vaccine information statements are available in Burmese and other languages. See www.immunize.org/vis

ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက် ကြေညာချက်များကို မြန်မာဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများတို့ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ www.immunize.org/vis တွင် ကြည့်ရှုပါ။

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

MMRV ကာကွယ်ဆေးသည် (ဝက်သက်၊ ပါးချိုတ်ရောင်နာ၊ ဂျာမန်ဝက်သက်၊ ရေကျောက်ရောဂါ) တို့မဖြစ်အောင် ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

- **ဝက်သက်ရောဂါ (MEASLES, M)** သည် ကိုယ်ပူခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ နှင့် မျက်လုံးများ နီမြန်းပြီး မျက်ရည်ထွက်ခြင်း အပါအဝင် ရောဂါ လက္ခဏာများကို ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကို အဖုအပိန်ထွက်ကိခြင်းများ ကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ၎င်းသည် လေသင်တုန်းဖြစ်ခြင်း (ကိုယ်အပူချိန်တက်လေ့ရှိသည်)၊ နားထဲပိုးဝင်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်းနှင့် အဆုတ်ရောင်ရောဂါ (နမိုးနီးယား) တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ဝက်သက်ရောဂါကြောင့် ဦးနှောက်ပျက်စီးခြင်း သို့မဟုတ် သေဆုံးမှုများကို ရှားရှားပါးပါး ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။
- **ပါးချိုတ်ရောင်ရောဂါ (MUMPS, M)** သည် ကိုယ်ပူခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကြွက်သားများကိုက်ခဲခြင်း၊ မောပန်းခြင်း၊ ခံတွင်းပျက်ခြင်း နှင့် နားရွက်အောက်ရှိ တံတွေး အကြိတ်များ ရောင်ခြင်းနှင့် နာကျင်ခြင်းများကို ဖြစ်ပေါ် စေပါသည်။ ၎င်းသည် နားပင်းခြင်း၊ ဦးနှောက် နှင့်/သို့မဟုတ် ကျောရိုးနာရီကြောဖုံး အမြှေးပါးရောင်ခြင်း၊ နာကျင်သော ပွေးစေ့ သို့မဟုတ် သားဥအိမ် ရောင်ခြင်း နှင့် အလွန်ရှားပါးစွာ သေဆုံးခြင်းကို ဖြစ်ပေါ် စေနိုင်ပါသည်။
- **ဂျာမန်ဝက်သက်ရောဂါ (RUBELLA, R)** သည် ကိုယ်ပူခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ အဖုအပိန်ထွက်ကိခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း နှင့် မျက်စိ ယားယံခြင်း များကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ၎င်းသည် ထက်ဝက်ခန့်သော ဆယ်ကျော်သက် သို့မဟုတ် အရွယ်ရောက်သော အမျိုးသမီးများတွင် အဆစ်ရောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ လူတစ်ဦးသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်ဂျာမန်ဝက်သက်ရောဂါ ဖြစ်ခဲ့ပါက ကိုယ်ဝန် ပျက်ကျခြင်း သို့မဟုတ် ပြင်းထန်သော မွေးရာပါ ချို့ယွင်းချက်များဖြင့် ကလေးမွေးဖွားခြင်းများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
- **ရေကျောက် (VARICELLA, V)** ကို “chickenpox” ဟုလည်းခေါ်ပြီး ကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ အစာစားလိုစိတ်မရှိခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းအပြင် ယားယံသော အဖုထခြင်းတို့ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းသည် အရေပြား ရောဂါကူးစက်မှုများ၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါ (နမိုးနီးယား)၊ သွေးကြော ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ဦးနှောက် နှင့်/သို့မဟုတ် ကျောရိုးနာရီကြောဖုံး အမြှေးပါးရောင်ခြင်း၊ နှင့် သွေး၊ အရိုးများ သို့မဟုတ် အဆစ်များ ကူးစက်မှုရောဂါ များကို သို့ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ရေကျောက်ရောဂါ အချို့သမျှသည် နှစ်အတော်ကြာပြီးနောက် (ရေယုန် ရောဂါပိုး ဟာပီး ဇိုစ်တာဟုလည်း သိရှိထားကြသည့်) “shingles” ဟု ခေါ်ဆိုသော အလွန်နာကျင်ခံစားရသည့် အဖုအပိန်များကို ရရှိတတ်ကြသည်။

MMRV ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသောသူ အများစုမှာ တစ်သက်လုံးစာ ကာကွယ်ပေးပြီးသားဖြစ်သည်။ ကာကွယ်ဆေးများနှင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှုန်းမြင့်မားခြင်းတို့ကြောင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် အဆိုပါရောဂါများ ဖြစ်ပွားလေ့ မရှိတော့ပါ။

2. MMRV ကာကွယ်ဆေး

MMRV ကာကွယ်ဆေးကို အသက် 12 လမှ 12 နှစ်အတွင်း ရှိသည့်ကလေးများကို ထိုးပေးနိုင်ပါသည်။

- ပထမအကြိမ်ကို အသက် 12 လမှ 15 လအတွင်းထိုးပေးသည်။
- ဒုတိယအကြိမ်ကို အသက် 4 နှစ်မှ 6 လအတွင်းထိုးပေးသည်။

MMRV ကာကွယ်ဆေးအား အခြားသောကာကွယ်ဆေးများနှင့်အတူလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။ MMRV အစား အချို့ကလေးများသည် MMR (ဝက်သက်၊ ပါးချိုတ်ရောင်နာနှင့် ဂျာမန်ဝက်သက်) (measles, mumps, and rubella) နှင့် ရေကျောက်ရောဂါ (varicella) အတွက် သီးခြား ဆေးကိုလည်း ထိုးနှံပေးနိုင်ပါသည်။ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

3. သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည်ဆိုလျှင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးပံ့ပိုးမည့်သူထံသို့ အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ -

- ယခင်က MMRV, MMR သို့မဟုတ် Varicella ကာကွယ်ဆေး ဆေးတစ်ကြိမ် ထိုးပြီးနောက် ဓါတ်မတည့်သည့် တုန်ပြန်မှု ဖြစ်ခဲ့ဖူးလျှင် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ် ချိန်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုန်ပြန်မှုတစ်ခုတည်း ရှိခဲ့ဖူးခြင်း။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်သည်ဖြစ်လျှင် သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်ရှိနေကြောင်းထင်နေလျှင်— ကိုယ်ဝန်သည်များက MMRV ကာကွယ်ဆေး မထိုးသင့်ပါ။
- အားနည်းသော ရင်အားစနစ်ရှိလျှင် သို့မဟုတ်မျိုးရိုးလိုက်သော သို့မဟုတ် မွေးရာပါ ရင်အားစနစ် ပြဿနာများရှိသော မိဘ၊ အကို သို့မဟုတ် ညီမ အမတို့ရှိလျှင်
- မိမိတို့အား အလွယ်တကူ သွေးခြေခြင်း သို့မဟုတ် သွေးထွက်ခြင်း ဖြစ်စေသည့် အခြေအနေ ရှိခဲ့လျှင်။
- တက်ခြင်းသို့မဟုတ် မိဘ၊ ညီအစ်ကို၊ သို့မဟုတ် ညီအစ်မ တစ်ဦးဦး တက်ခြင်း ရာဇဝင် ရှိခဲ့လျှင်။
- ဆယ်လီဗီလိတ် (အက်စပရင် ကဲ့သို့သော) ဆေးဝါးသုံးဆောင်နေခြင်း သို့မဟုတ် သုံးဆောင်ရန်စီစဉ်နေခြင်း
- မကြာသေးခင်က သွေးသွင်းခြင်း သို့မဟုတ် အခြားသော သွေးနှင့်စပ်ဆိုင်သည့် အရာများအား လက်ခံရယူခဲ့ခြင်း ရှိလျှင်။
- တီဘီရောဂါ ရှိလျှင်။
- ပြီးခဲ့သည့် 4 ပတ်တာ ကာလအတွင်း အခြားသော ကာကွယ်ဆေး တစ်ခုခုအား ရယူခဲ့ဖူးခြင်း ရှိလျှင်။



MMRV အစား အချို့ကလေးများသည် MMR (ဝက်သက်၊ ပါးချိတ်ရောင်နာနှင့် ဂျာမန်ဝက်သက်) (measles, mumps, and rubella) နှင့် ရေကျောက်ရောဂါ (varicella) အတွက် သီးခြား ဆေးကိုလည်း ထိုးနှံပေးနိုင်သည်။

အအေးမိခြင်း ကဲ့သို့ အသေးစား နာမကျန်းမှုရှိသူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အသင့်အတင့် သို့မဟုတ် အပြင်းအထန် နေမကောင်းသော ကလေးများ သည် MMRV ကာကွယ်ဆေး မထိုးမီ နေပြန်ကောင်းလာသည်အထိ စောင့်သင့်သည်။

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသည့်နေရာတွင် လက်မောင်း နာကျင်ခြင်း၊ နီမြန်းခြင်း သို့မဟုတ် အဖုထခြင်းဖြစ်နိုင်ပြီး MMRV ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်တွင် ကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။
- MMRV ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ပါးနှင့် လည်ပင်းတို့ရှိ ဂလင်းများ ရောင်ရမ်းခြင်း သို့မဟုတ် တခါတရံ၌ အဆစ်များ ယာယီနာကျင်ခြင်း၊ တင်းနေခြင်းတို့ဖြစ်တတ်သည်။
- MMRV ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ကိုယ်အပူချိန်မြင့်တက်ပြီး က်တတ်ပါသည်။ တက်ခြင်းဖြစ်နိုင်ခြေသည် MMR နှင့် ရေကျောက် ကာကွယ်ဆေးများကို ဆက်တိုက်ထိုးမည့် ပထမ အကြိမ် သီးသန့်စီ ထိုးခြင်းထက် MMRV ထိုးပြီးနောက်တွင် ဖြစ်နိုင်ချေ ပိုများသည်။ သင့်ကလေးအတွက် သင့်လျော်မည့် ကာကွယ်ဆေးကို သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ပံ့ပိုးသူမှ သင့်အား အကြံဉာဏ်ပေးနိုင်ပါသည်။
- ပုံမှန် မဟုတ်သော သွေးယိုမှု သို့မဟုတ် အနာတရဖြစ်စေသည့် သွေးခဲကလာပ် စည်း အရေအတွက် ယာယီနည်းပါးခြင်း အပါအဝင် ပိုဆိုးနိုင်သော တုံ့ပြန်မှုများ မှား ဖြစ်လေ့မရှိပါ။
- လေးနက်သော ခုခံအားစနစ် ပြဿနာရှိသောသူများတွင် ဤကာကွယ်ဆေးသည် အသက်အန္တရာယ်ခြိမ်းခြောက်သော ဝှေးဝမ်းမူများဖြစ်နိုင်သည်။ လေးနက်သော ခုခံအားစနစ် ပြဿနာရှိသောသူများသည် MMRV ကာကွယ်ဆေးမထိုးသင့်ပါ။

MMRV ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် လူတစ်ဦးက အဖုအပိန် ထလျှင် ယင်းမှာ ကာကွယ်ဆေးပါ ဝက်သက် သို့မဟုတ် ရေကျောက်အစိတ်အပိုင်းအား တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်နိုင်သည်။ varicella ကာကွယ်ဆေးဗိုင်းရပ်စ်သည် အခြား မကာကွယ်ထားသောသူထံသို့ ကူးစက်နိုင်သည်။ အဖုအပိန်ထွက်သူ မည်သူမဆိုသည် အဖုအပိန်များ ပျောက်ကွယ်သွားချိန်အထိ ကိုယ်ခံအားစနစ် အားနည်းသည့် သူများ၊ ကာကွယ်ဆေးမထိုးရသေးသည့် မွေးကင်းစများတို့ထံမှ အဝေးတွင် နေသင့်ပေသည်။ ပိုမိုလေ့လာရန် သင့် ကျန်းမာရေးစောင့် ရှောက်မှုပံ့ပိုးသူနှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသောသူအချို့သည် ရေယုန် (herpes zoster) ကို အသက်ကြီးလာသည့်နောက်ပိုင်းတွင် ဖြစ်တတ်သည်။ ၎င်းမှာ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်ထက် ရေကျောက်ဖြစ်ထားသည့်နောက်ထက် တွေ့ရလေ့မရှိပါ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း အပါအဝင် ဆေးဝါးကုသမှုများအပြီးတွင် လူတို့သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မူးဝေလျော့ပါးတတ်ပါသည်။ သင့်မူးဝေခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် နာခြင်းဖြစ်ပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်းထန်သောဓာတ်မတည့်ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အလွန်အလွန်နည်းပါးသည်။

Burmese translation provided by the Immunization Action Coalition

5. ပြင်းထန်သော တုံ့ပြန်မှု ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ဆေးခန်းမှ ထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်တုန့်ပြန်မှုရှိနိုင်သည်။ သင့်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့် တုန့်ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည်ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း သို့မဟုတ် အားမရှိခြင်း) တို့ကို တွေ့ ရှိရပါက 9-1-1 သို့ ခေါ်ဆိုပြီး၊ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံး ဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

အခြားသော လက္ခဏာများအတွက် စိတ်ပူပါက သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ ဖုန်းခေါ်ပါ။

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 ခေါ်ဆိုပါ။ VAERS သည် ဓာတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံစာအတွက်သာ 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 သို့ခေါ်ဆိုပါ။

7. ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန်

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ်ဆိုပါ။
- 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။
 - ဖုန်းခေါ်ဆိုရန် 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) သို့မဟုတ်
 - CDC ၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန် www.cdc.gov/vaccines

