

ကသံဉ်ဒီသဒါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတၢ်ဟံၤဖျါ

တိးကူ (တၢ်ခုၣ်ဘၣ်) ကသံဉ်ဒီသဒါ (အသံ မ့တမ့ၢ် ဒံၣ်အံၣ်အုၣ်ဟံၣ်ဖျိၣ်) - တၢ်လၢနကြးသ့ၣ်ညါ

ကသံဉ်ဆဲးဒီသဒါတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါတက့ၢ်တဖၣ်တၢ်မၤ
န့ၢ်အါလၢစပုၣ်ကျိၣ်ဒီးကျိၣ်အဂၤအပူၤသ့ၣ်ညါ. ကွၢ်
www.immunize.org/vis

Hojas de información sobre vacunas están
disponibles en español y en muchos otros
idiomas. Visite www.immunize.org/vis

၁. ဘၣ်မနုၤအဃိယဘၣ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါလဲၣ်.

တိးကူကသံဉ်ဒီသဒါ ဒီသဒါ တိးကူတၢ်ဆါ (တိးကူ) သ့ၣ်ညါ.

တိးကူမ့ၢ်ဝဲ တၢ်ဆါဘၣ်ကလၢအရၤလီၤအသးလၢကီၢ်အမဲရကၤဝဲဝဲဒီးနံၣ်ဒီး
• ညိန့ၢ်ဖဲလါအိးကထိဘၣ်ဒီးလါမုၢ်အဘၣ်စၢၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤကိးဂၤဒီးဘၣ်တိး
ကူသ့, ဘၣ်ဆၣ်တၢ်ဆါလီၤဘၣ်ယိၣ်
အါလၢပုၤတနီၤအဂီၢ်လီၤ. ပုၤဖိသ့ၣ်ဆဲးဖိဒီးပုၤဖိသ့ၣ်သးစၢ်တဖၣ်,
ပုၤလၢအသးအိၣ် ၆၅ နံၣ်ဒီးသးပုၤန့ၢ်အန့ၣ်. ပုၤအိၣ်ဒီးဟူးသး.
ဒီးပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ် မ့တမ့ၢ် နီၣ်ခိၣ်တြီ
ဆၢအကျါအကျဲတဂ့ၢ်တဖၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အိၣ်ကတၢ်ဒီးတိးကူ
တၢ်ဆါသဘၣ်ဘၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပသိၣ်တၢ်ခုၣ်ဘၣ်, ကလံၤကျိၤညိး, နါဒုတၢ်ဆါဘၣ်ကတဖၣ် ဒီး နၢ်တၢ်ဆါ
ဘၣ်ကတဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲတိးကူတၢ်ဆါဘၣ်ထွဲအဒိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးက
သံဉ်ကသိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ခဲတဖၣ်ဒ်အမ့ၢ် သးဖျါတၢ်ဆါ, ခဲစၢၤ
ၣ်

မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆံၣ်ဆါတဖၣ်န့ၣ်, တိးကူတၢ်ဆါမၤနးထီၣ်တၢ်အံၤသ့ၣ်ဒ်န့ၣ်လီၤ.

တိးကူတၢ်ဆါဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်လီၤကီၢ်ဒီးတၢ်ဂီၢ်တၢ်ဂံၢ်, ကီၢ်ယုၤဒိဆါ, ထူၣ်ပျါယု
ၣ်ညါဆါတကံ, တၢ်သ့ၣ်လီၤဘၣ်သးလီၤတီၤ, တၢ်ကူ, ခိၣ်ဆါ, ဒီးနါဒုအုၣ်ထံ
ယုၤ မ့တမ့ၢ် နါဒုတၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤတနီၤကဘိးဒီးအဟၢၤဖါကလူ, ဖဲတၢ်အံၤ
ကဲထီၣ်အါလၢပုၤဖိသ့ၣ်အကျါအါန့ၢ်ဒီးပုၤနီၣ်တဖၣ်ဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

လၢတၢ်ထီၣ်ယူတနံၣ်အတီၢ်ပူၤ, ပုၤအကထိတဖၣ်အကထိကီၢ်အမဲရကၤအပူၤ
သံဒီးတိးကူတၢ်ဆါ, ဒီးပုၤအါဂၤဘၣ်ထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်န့ၣ်လီၤ. တိးကူကသံဉ်
ဒီသဒါ ဒီသဒါပုၤလၢအဆိးကုလၢအကကွၢ်ဒီးတၢ်ဆါလၢအဘၣ်ထွဲဒီးတိးကူ
တၢ်ဆါလၢအလဲထီၣ်လီၤသးဒီးကသံဉ်သရၣ် ကိးနံၣ်ဒီးန့ၣ်လီၤ.

၂. တိးကူကသံဉ်ဆဲးဒီသဒါ

CDC ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဒ် ပုၤကိးဂၤဒီးလၢအသးအိၣ် ၆ လါဒီးသးပုၤန့ၢ်အန့ၣ်
လၢကဆဲးတိးကူကသံဉ်ဒီသဒါဖဲတိးကူကဲထီၣ်အကတီၢ်ကိးဘျိးန့ၣ်လီၤ.

ပုၤဖိသ့ၣ်လၢအသး

အိၣ် ၆ လါတုၤ ၈ နံၣ် ကလိၣ်ဘၣ်ဝဲတၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါ ၂ ဘျိလၢတိးကူ
တၢ်ဆါကဲထီၣ်အကတီၢ်တဘျီစုၣ်စုၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤအဂၤတဂၤလၢလံာ်
ကလိၣ်ဆဲးဝဲဒ်ထဲ ၁ ဘျိမိလၢတိးကူကဲထီၣ်အကတီၢ်တဘျီစုၣ်စုၣ်
န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤကယံၣ်ဝဲ ၂ နံၣ်ယၣ်လၢတၢ်ဒီသဒါကအိၣ်ထီၣ်ဝဲတၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီ
သဒါဝဲလီၤန့ၣ်လီၤ.

Influenza (inactivated or recombinant) VIS - Karen (8/6/21)

တိးကူဘဲရး(စ)အိၣ်ဝဲအကလုာ်ကလုာ်, ဒီးတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဆိတလဲအသး
ထီၣ်န့ၣ်လီၤ. တနံၣ်စုၣ်စုၣ်တိးကူကသံဉ်ဒီသဒါအသိတဖၣ်ဒီသဒါဝဲဒ်
ဘဲရး(စ)သၢ မ့တမ့ၢ် လွံၢ်ခါလၢကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါသ့ၣ်ညါ
တိးကူကဲထီၣ်အကတီၢ်လၢတယံၣ်လၢဘၣ်ကမၤအသးန့ၣ်လီၤ. ဖဲကသံဉ်
ဒီသဒါအံၤတဘၣ်လီၤဒီးဘဲရး(စ)တဖၣ်အံၤဒ်လဲၣ်, တၢ်အံၤကဟ့ၣ်လီၤ
ဒီးတၢ်ဒီသဒါတနီၤန့ၣ်လီၤ.

တိးကူကသံဉ်ဒီသဒါ တဒုးအိၣ်ထီၣ်တိးကူတၢ်ဆါဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကဆဲးန့ၢ်တိးကူကသံဉ်ဒီသဒါတဘျီယိးကသံဉ်ဒီသဒါ
အဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

၃. တဲသကိးတၢ်ဒီးနပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤ

တဲဘၣ်ပုၤလၢအဆဲးန့ၢ်န့ၢ်ကသံဉ်ဒီသဒါဖဲပုၤတဂၤအံၤမ့ၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ဆဲးကသံဉ်
ဒီသဒါ -

- အိၣ်တုၤဒီး တၢ်တဘၣ်လီၤဒီးသ့ၣ်တၢ်ခိဆါ ဖဲဆဲးတိးကူကသံဉ်ဒီသဒါ
အပူၤကွၢ်တဖျါဝဲအလီၢ်ခံ, မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်တဘၣ်လီၤဒီးသ့ၣ်တုၤ
လၢတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢသးသမ့, လၢအနးနးကလဲၣ်တမံၤလၢလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.
- အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်အသးခိဖျါန့ၢ်ဘိဆါတဖၣ် (Guillain-
Barré Syndrome) (တၢ်ကိးစုၢ်ကိးအီၤလၢ GBS) န့ၣ်လီၤ.

လၢတၢ်ဂ့ၢ်တနီၤအပူၤ, နပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤက
ဆၢတၢ်လၢကသုးယံၤထီၣ်တၢ်ဆဲးတိးကူကသံဉ်ဒီသဒါဆူၣ်ခါဆူၣ်ညါတၢ်လဲၤထီၣ်
လီၤသးတဘျီန့ၣ်လီၤ.

တိးကူကသံဉ်ဒီသဒါတၢ်ဆါန့ၣ် ကဘၣ်တၢ်ပၤဆူၢ်ရဲၣ်ကျဲၤအီၤတဘျီလၢလံာ်
ဖဲတၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသးအကတီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢအိၣ်ဒီးဟူးသး မ့တမ့ၢ် ကအိၣ်
ဒီးဟူးသးဖဲတိးကူတၢ်ဆါကဲထီၣ်အကတီၢ်န့ၣ် ကြးဆဲးတိးကူကသံဉ်ဒီသ
ဒါလၢအသးန့ၣ်လီၤ.

ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဆဲးတက့ၢ်တဖၣ်, ဒ်အမ့ၢ် တၢ်ခုၣ်ဘၣ်န့ၣ်, ဘၣ်
သ့ၣ်သ့ၣ်ကဘၣ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါန့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါဖဲ
အဘၣ် မ့တမ့ၢ် နးနးကလဲၣ်တဖၣ် အါတက့ၢ်ကြးအိၣ်ခိးဝဲတုၤလၢအဘျီတစု
တချုးလၢအမၤန့ၢ်တိးကူကသံဉ်ဆဲးဒီသဒါတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

နပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤ ဟ့ၣ်အါထီၣ်နၤတၢ်ဂ့ၢ်
တၢ်ကျိၤသ့ၣ်ညါ.



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention

၄. တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ယးဒီးကသံၣ်ဆဲးဒီးသဒၢတၢ်ခီဆၢ

- တၢ်ဆါအုၣ်ထူး, တၢ်ဂီၤပြုထီၣ်, ဒီးတၢ်ညးထီၣ်ဖဲတၢ်ဆဲးန့ၣ်ကသံၣ်အလီၤ, တၢ်လီၤကီၢ်, ညၣ်ထူၣ်ပျါဆါ, ဒီးခိၣ်ဆါကထီၣ်အသးသ့ဖဲတၢ်ဆဲးတီးကွၢ်ကသံၣ်ဒီးသဒၢဝံၤအလီၤခံန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်အိၣ်အိၣ်တဆဲးတက့ၢ်ဒီးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်အသးခီဖျါန့ၣ်ဘိဆါတဖၣ် (**Guillain-Barré Syndrome**) (တၢ်ကိးစ့ၢ်ကိးအီၤလၢ **GBS**) ဖဲတၢ်ဆဲးတီးကွၢ်ကသံၣ်ဒီးသဒၢလၢအသံ (ဆဲးတီးကွၢ်ကသံၣ်ဒီးသဒၢ) ဝံၤအလီၤခံန့ၣ်လီၤ.

ပုၤဖိသံၣ်သးစၢ်လၢအဆဲးဘၣ်တီးကွၢ်ကသံၣ်ဒီးသဒၢ (**PCV13**) ယုၣ်ဒီး ပသိၣ်တၢ်ခုၣ်ဘၣ်ကသံၣ်ဒီးသဒၢ ဒီး/မ့တမ့ၢ် **DTaP**ကသံၣ်ဒီးသဒၢဖဲတၢ်ဆါကတီၢ်တဘျီယီၣ်န့ၣ် ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကထီၣ်အီၤခီဖျါလၢတၢ်လီၤကီၢ်အယီၣ်န့ၣ်လီၤ. တဲဘၣ်န့ၣ်ပုၤဟ့ၣ်လီၤကသံၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤ ဖဲပုၤဖိသံၣ်လၢအဆဲးတီးကွၢ်ကသံၣ်ဒီးသဒၢအံၤတၢ်မ့ၢ်ထီၣ်တ့ၢ်အီၤတဘျီလၢလၢန့ၣ်တက့ၢ်.

တဘျီတခါပုၤတနီၤအမဲၣ်ကခံးသ့တယုၣ်ဖဲဆဲးကသံၣ်ဒီးသဒၢဝံၤအလီၤခံ, ပၣ်ယုၣ်ဒီးတဆဲးကသံၣ်ဒီးသဒၢန့ၣ်လီၤ. တဲဘၣ်န့ၣ်ပုၤဟ့ၣ်လီၤကသံၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤဖဲန့ၣ်တုၤဘၣ်လၢန့ၣ်ခိၣ်မူၤခိၣ်တယုၤ မ့တမ့ၢ် ဖဲၣ်ချဲတၢ်ထီၣ်ဆိတလဲ မ့တမ့ၢ် န့ၣ်သိၣ်ဝံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

ဒ်ကသံၣ်ကသီအဂၤတမံၤလၢလၢအသိး. တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်အိၣ်စ့ၢ်ဒိၣ်မးလၢကသံၣ်ဆဲးဒီးသဒၢကဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်တဘၣ်လီၤသ့ၣ်တၢ်ခီဆၢလၢအနးနးကလဲၣ်, တၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးနးနးကလဲၣ်အဂၤတဖၣ်, မ့တမ့ၢ် တုၤလၢတၢ်သံန့ၣ်လီၤ.

၅. တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲနးနးကလဲၣ်မ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်တခီလဲၣ်.

တၢ်တဘၣ်လီၤသ့ၣ်တၢ်ခီဆၢ အိၣ်ထီၣ်သ့ဖဲပုၤလၢအဆဲးကသံၣ်ဒီးသဒၢပးထီၣ်လၢတၢ်ဆါဟံၣ်ကသံၣ်ဒီးသဒၢဝံၤအလီၤခံန့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်ထံၣ်တၢ်တဘၣ်လီၤသ့ၣ်တၢ်ခီဆၢနးနးကလဲၣ်အပနီၣ်တဖၣ် (တၢ်ဖဲးဘၣ်ကပြုထီၣ်, ဖဲဒီးကီၢ်ဘိညးထီၣ်, တၢ်ကသါကီၢ်, သးစံၣ်ချ့, ခိၣ်မူၤခိၣ်တယုၤ, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂံၢ်ဘါစၢ်) န့ၣ်, ကိး ၉-၁-၁ ဒီးမၤပုၤဆုၢ်န့ၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်အဘူးကတၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်ပနီၣ်အဂၤလၢန့ၣ်ယိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်, ကိးပုၤလၢအဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤန့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်တဘၣ်လီၤဒီးသ့ၣ်တၢ်ခီဆၢတဖၣ်တၢ်ကြးပၢ်ဖျါထီၣ်ဆူ တၢ်ပၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်တဘၣ်လီၤဒီးသ့ၣ်တၢ်ခီဆၢတၢ်မၤအကျဲသန့ (**VAERS**) န့ၣ်လီၤ. နပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤအါတက့ၢ်ကတီၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်ပၢ်ဖျါအံၤ, မ့တမ့ၢ် နမၤတၢ်အံၤလၢန့ၣ်ကစၢ်ဒ်န့ၣ်လီၤ. လဲၤကွၢ်ဖဲ **VAERS** ပုၤယဲၤသန့ဖဲ www.vaers.hhs.gov မ့တမ့ၢ် ကိး ၁-၈၀၀-၈၂၂-၇၉၆၇ န့ၣ်တက့ၢ်. **VAERS** န့ၣ်ထဲၣ်လၢတၢ်ပၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်တဘၣ်လီၤတၢ်ခီဆၢတဖၣ်အဂီၢ်ဒီး, ဒီး **VAERS** ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်တဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်ကသံၣ်ကသီတၢ်ဟ့ၣ်ကွၢ်တဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

Karen translation of the Inactivated Influenza Vaccine VIS provided by St. Peter's Health Partners, Albany, NY

ကသံၣ်ဒီးသဒၢတၢ်ဂီၢ်တၢ်ကျိၤတၢ်ပၢ်ဖျါ

တီးကွၢ် (တၢ်ခုၣ်ဘၣ်) ကသံၣ်ဒီးသဒၢ လၢအတမူ

၆. ထံကီၢ်ကသံၣ်ဆဲးဒီးသဒၢတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်မၤစၢၤတၢ်တီၢ်ကျဲၤ

ထံကီၢ်ကသံၣ်ဆဲးဒီးသဒၢတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်မၤစၢၤတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (**VICP**) မ့ၢ်ဖဲဖဲဒ်ရဲၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢဘၣ်တၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်အီၤလၢကဟ့ၣ်မၤစၢၤပုၤလၢဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးလၢတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီးသဒၢလီၤတၢ်လီၤဆဲးတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. လဲၤကွၢ်ဖဲ **VICP** ပုၤယဲၤသန့ဖဲ www.hrsa.gov/vaccinecompensation မ့တမ့ၢ် ကိး ၁-၈၀၀-၃၃၈-၂၃၈၂ လၢကမၤလိဘၣ်ယးဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဒီးဘၣ်ယးဒီးတၢ်ပၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်ယုၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ. အိၣ်ဒီးတၢ်ပၢ်ပနီၣ်တၢ်ဆါကတီၢ်လၢကပၢ်ဖျါထီၣ်တၢ်ယုၣ်ထီၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်မၤစၢၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

၇. ယမၤလိအါထီၣ်တၢ်အံၤကသုၣ်လဲၣ်.

- သံကွၢ်န့ၣ်ပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤ.
- ကိးန့ၣ်လီၤကဝီၤ မ့တမ့ၢ် ကီၢ်စဲၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဖဲကျိၤန့ၣ်တက့ၢ်.
- လဲၤကွၢ်တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤဒီးကသံၣ်ကသီတၢ်ပၢ်တၢ်ဆုၢ် (**Food and Drug**

Administration (FDA)) အပုၤယဲၤသန့လၢ ကသံၣ်ဒီးသဒၢလၢတၢ်ထၢန့ၣ်ပၢ်အီၤဒီးတၢ်ဂီၢ်တၢ်ကျိၤအဂၤတဖၣ်ဖဲ

www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines.

- ဆဲးကျဲၤ တၢ်ဖိၣ်ဂၢ်တၢ်ဆါဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဒီးသဒၢဖဲထၢၣ် (**Centers for Disease Control and Prevention (CDC)**)-
 - ကိး ၁-၈၀၀-၂၃၂-၄၆၃၆ (**1-800-CDC-INFO**) မ့တမ့ၢ်
 - လဲၤကွၢ်ဖဲ **CDC** အပုၤယဲၤသန့ www.cdc.gov/flu