This VIS translation is out of date. When you give your patient this translation, also give them the up-to-date English version of it.
To get both, and to find out what was updated, go to www.immunize.org/vis

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေး

သိသင့်သည့်အချက်များ

1 ကာကွယ်ဆေး ဘာလို့ထိုးသလဲ၊

(ဗာရီချဲလားလို့လည်းခေါ်တဲ့) ရေကျောက်က ကလေးဘဝမှာဖြစ်လေ့ရှိတဲ့ ရောဂါဖြစ်ပါတယ်။ သာမန်အားဖြင့် မပြင်းထန်ပေမဲ့ အထူးသဖြင့် မွေးကင်းစနဲ့ အရွယ်ရောက်သူတွေမှာ အန္တရာယ်ရှိနိုင်ပါတယ်။

- ရေကျောက်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးက လေထဲကနေ၊ ဒါမှမဟုတ် ရေကျောက်ရေကြည်ဖုထဲက အရည်တွေနဲ့ ထိတွေ့ပြီး တယောက်နဲ့တယောက် ကူးနိုင်ပါတယ်။
- အဖုအပိန့်ထတာ၊ ယားတာ၊ ကိုယ်အပူချိန်တက်တာနဲ့ မောတာတို့ ဖြစ်စေပါတယ်။
- အရေပြားမှာ အကြီးအကျယ် ပိုးဝင်တာ၊ အမာရွတ်တွေ၊ အဆုတ်အအေးမိတာ၊ ဦးနှောက်ထိခိုက်တာ၊ ဒါမှမဟုတ် သေတာတို့ ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။
- ရေကျောက်ပေါက်ဖူးသူဟာ နှစ်ပေါင်းများစွာကြာတဲ့အခါ ရှင်းဂဲလ်စ်လို့ခေါ်တဲ့ အင်မတန်နာကျင်တဲ့ အဖုအပိန့်တွေ ရနိုင်ပါတယ်။
- အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှာ နှစ်စဉ် လူ 12,000 လောက် ရေကျောက်နဲ့ ဆေးရုံတင်ရပါတယ်။
- ရေကျောက်ပေါက်လို့ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှာ လူ ၁၀၀ လောက် နှစ်တိုင်း သေဆုံးပါတယ်။

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးက ရေကျောက်မပေါက်အောင် ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးသူအများစုက ရေကျောက်မပေါက်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသူတယောက်မှာ ရေကျောက် *ပေါက်* ခဲ့ရင် ပြင်းထန်လေ့မရှိပါဘူး။ အစက်အပြောက် ပိုနည်းပြီး အဖျားရှိဖို့ အလားအလာ ပိုနည်းပြီး ပိုပြီး မြန်မြန် သက်သာလာပါမယ်။

2 ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေး ဘယ်သူထိုးရမလဲ၊ ဘယ်တော့ထိုးရမလဲ၊

✓ **12 လနဲ့ 18 လ အရွယ်ကြား တကြိမ်ထိုးပေးသင့်ပါတယ်၊** ဒါမှမဟုတ် အဲဒီအရွယ်နောက်ပိုင်းမှာ ကလေးတွေ ရေကျောက်တခါမှ မပေါက်ဖူးရင် ကာကွယ်ဆေး တကြိမ်ထိုးပေးသင့်ပါတယ်။

အသက် 13 နှစ် ဒါမှမဟုတ် 13 နှစ်အထက်မှ ကာကွယ်ဆေးထိုးသူတွေက 4 ပတ်က 8 ပတ် ခြား ဆေး **2 ကြိမ်** ထိုးသင့်ပါတယ်။

အသေးစိတ်အချက်အလက်တွေကို သင့်ဆရာဝန် ဒါမှမဟုတ် သူနာပြုကို မေးပါ။

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးကို တခြားကာကွယ်ဆေးတွေနဲ့ တပြိုင်နက်တည်း ထိုးပေးနိုင်ပါတယ်။

3 တချို့လူတွေက ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေး မထိုးသင့်ပါဘူး။ ဒါမှမဟုတ် စောင့်ပြီးနောက်မှ ထိုးသင့်ပါတယ်၊

- ဂျယ်လတင်၊ ပဋိဇီဝဆေး **နီယိုမိုင်စင်၊** ဒါမှမဟုတ် (ဒုတိယအကြိမ်ထိုးဖို့လိုတဲ့လူတွေအတွက်) **အရင်တကြိမ် ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးစဉ်က** အသက်အန္တရာယ်ရှိလောက်အောင် ဆေးနဲ့ မတည့်တာတွေ ဖြစ်ခဲ့ဖူးသူတွေက ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေး မထိုးသင့်ပါဘူး။
- ကာကွယ်ဆေးထိုးရမယ့်အချိန်မှာ အတော်အသင့် ဒါမှမဟုတ် အရမ်းဖျားနေသူတွေကိုတော့ နေကောင်းတဲ့အထိစောင့်ပြီးမှ ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေး ထိုးလေ့ရှိပါတယ်။
- ကိုယ်ဝန်ရှိသူအမျိုးသမီးတွေက ကလေးမွေးပြီးမှ ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်ပါတယ်။ အမျိုးသမီးတွေက ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး တလမပြည့်မီ ကိုယ်ဝန်မရှိသင့်ပါဘူး။
- တချို့လူတွေက ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်မထိုးသင့်ကို ဆရာဝန်နဲ့ အရင်စစ်ဆေးဖို့လိုပါတယ်။ ဒီအထဲမှာ
  - ကိုယ်ခံအားကိုထိခိုက်စေတဲ့ HIV/AIDS ဒါမှမဟုတ် တခြားရောဂါ တမျိုးမျိုး၊
  - 2 ပတ် ဒါမှမဟုတ် 2 ပတ်ကျော်ကြာ စတီးရွိုက်တွေလို ကိုယ်ခံအားကိုထိခိုက်စေတဲ့ ဆေးဝါးတွေနဲ့ ကုသမှုခံနေသူတွေ၊
  - ကင်ဆာရောဂါတမျိုးမျိုး ရှိသူ၊
  - ဓါတ်ရောင်ခြည်တွေ ဒါမှမဟုတ် ဆေးဝါးတွေနဲ့ ကင်ဆာကုသ မှုခံနေသူတွေလည်း ပါပါတယ်။
- မကြာခင်က သွေးသွင်းဖူးသူ ဒါမှမဟုတ် သွေးနဲ့ဆိုင်တဲ့ပစ္စည်းတမျိုးမျိုး သုံးဖူးသူတွေက ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေး ထိုးသင့်မထိုးသင့် မိမိတို့ ဆရာဝန်ကို မေးသင့်ပါတယ်။

အချက်အလက်တွေပိုသိချင်ရင် သင့်ဆရာဝန် ဒါမှမဟုတ် သူနာပြုကို မေးပါ။

4 ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးရင် ဘယ်လိုအန္တရာယ်တွေ ရှိသလဲ။

တခြားဆေးတွေလိုပဲ ကာကွယ်ဆေးဟာလည်း ဆေးနဲ့ မတည့်တာလို ကြီးမားတဲ့ ပြဿနာတွေ ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ကြီးလေးတဲ့အန္တရာယ်၊ ဒါမှမဟုတ် သေဆုံးတာတို့က အရမ်းဖြစ်ခဲပါတယ်။

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးတာက ရေကျောက်ပေါက်တာထက်စာရင် အများကြီး အန္တရာယ်ပိုကင်းပါတယ်။

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးသူအများစုမှာ ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ဘာပြဿနာမှ မဖြစ်ပါဘူး။

သေးငယ်သောအန္တရာယ်များ

- ဆေးထိုးတဲ့နေရာမှာ နာတာ ဒါမှမဟုတ် ရောင်တာ (ကလေး 5 ယောက်မှာ 1 ယောက်လောက်နဲ့ ဆယ်ကျော်သက်တွေနဲ့ အရွယ်ရောက်သူတွေ 3 ယောက်မှာ 1 ယောက်အထိ)
- ကိုယ်အပူချိန်တက်တာ (လူ 10 ယောက်မှာ 1 ယောက် ဒါမှမဟုတ် ၁ ယောက် အောက်အထိ)
- ဆေးထိုးပြီး တလအကြာအထိလောက်မှာ အဖုအပိန့် နည်းနည်းထွက်တာ (လူ အယောက် 20 မှာ 1 ယောက်လောက် ဒါမှမဟုတ် ၁ ယောက်အောက်)။ ဒီလူတွေကနေ အိမ်ကတခြားလူတွေကို ကူးနိုင်ပေမဲ့ အရမ်း ကူးခဲပါတယ်။

မပြင်းထန်သောအန္တရာယ်များ

- ကိုယ်အပူချိန်တက်လို့ တက်တာ (ကြွက်သားတွေ ရှန်းပြီး တနေရာတည်းစိုက်ကြည့်နေတာ) (လူအယောက် 1,000 မှာ 1 ယောက်အောက်)။

ပြင်းထန်သောအန္တရာယ်များ

- အဆုတ်အအေးမိတာ (အရမ်းဖြစ်ခဲပါတယ်)

ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ဦးနှောက်အကြီးအကျယ်ထိခိုက်တာနဲ့ သွေးထဲမှာ အဖြူနဲ့အနီ ကလပ်စည်းတွေပါဝင်မှု နည်းတာစတဲ့ တခြားကြီးလေးတဲ့ပြဿနာတွေ ဖြစ်တယ်လို့ ပြောကြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဖြစ်ခဲလွန်းလို့ ဒါတွေက ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်တာ ဟုတ်မဟုတ်ကို ပညာရှင်တွေက မသေချာကြပါဘူး။ ဆေးကြောင့် ဖြစ်ခဲ့ရင်လည်း အရမ်းဖြစ်ခဲပါတယ်။

5 ဆေးနဲ့ အသင့်အတင့် ဒါမှမဟုတ် အကြီးအကျယ် မတည့်ရင် ဘာလုပ်ရမလဲ။

ဘာတွေ ရှာရမလဲ။

ဆေးနဲ့ အကြီးအကျယ် မတည့်တာ၊ အဖျားကြီးတာ ဒါမှမဟုတ် အပြုအမူပြောင်းလဲတာလိုမျိုး ခါတိုင်းနဲ့ မတူတဲ့ အခြေအနေတွေ။ ဆေးနဲ့ အကြီးအကျယ် မတည့်တဲ့ လက္ခဏာတွေထဲမှာ ဆေးထိုးပြီး မိနစ်အနည်းငယ်က နာရီအနည်းငယ်အတွင်း အသက်ရှူရခက်ခဲတာ၊ အသံအက်တာ ဒါမှမဟုတ် ချွဲသလိပ်သံနဲ့အသက်ရှူတာ၊ အင်ပျဉ်ထတာ၊ ဖြူဖတ်ဖြူလျော်ဖြစ်တာ၊ အားနည်းတာ၊ နှလုံးခုန်မြန်တာ ဒါမှမဟုတ် ခေါင်းမူးတာတို့ ပါပါတယ်။ ကိုယ်ပူချိန်မြင့်တာ ဒါမှမဟုတ် တက်တာတို့ ဖြစ်ခဲ့ရင် ဆေးထိုးပြီး တပတ်က ခြောက်ပတ်အတွင်း ဖြစ်ပါမယ်။

ဘာလုပ်ရမလဲ။

- ဆရာဝန်ဆီ **တယ်လီဖုန်းဆက်ပါ။** ဒါမှမဟုတ် လူနာကို ဆရာဝန်ဆီ ချက်ချင်းခေါ်သွားပါ။
- ဘာဖြစ်သလဲ၊ ဘယ်နေ့ ဘယ်အချိန်မှာ ဖြစ်သလဲ၊ ကာကွယ်ဆေး ဘယ်တုန်းကထိုးသလဲဆိုတာ ဆရာဝန်ကို **ပြောပါ။**
- ဆရာဝန်၊ သူနာပြု ဒါမှမဟုတ် ကျန်းမာရေးဌာနကို ကာကွယ်ဆေးထိခိုက်မှုတိုင်ကြားခြင်းစနစ် (Vaccine Adverse Event Reporting System - VAERS) ပုံစံဖြည့်ပြီး ဒီလိုဖြစ်တာကို တိုင်ကြား**နိုင်းပါ။**

ဒါမှမဟုတ် VAERS ရဲ့ အင်တာနက်ဝက်ဘ်ဆိုဒ် www.vaers.org သွားပြီး ဒါမှမဟုတ် 1-800-822-7967 ကို တယ်လီဖုန်းဆက်ပြီး သင်ကိုယ်တိုင် တိုင်ကြားနိုင်ပါတယ်။

VAERS က ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကြံပေးချက်တွေ မလုပ်ပါဘူး။

6 နိုင်ငံတော် ကာကွယ်ဆေးထိခိုက်မှု လျော်ကြေးအစီအစဉ်

အရမ်းဖြစ်ခဲပေမဲ့ သင် ဒါမှမဟုတ် သင့်ကလေးဟာ ကာကွယ်ဆေးတခုခုနဲ့ မတည့်ခဲ့ရင် အန္တရာယ်ကြုံရသူတွေကို စောင့်ရှောက်လို့ ကုန်ကျစရိတ်အတွက် အထောက်အကူပေးဖို့ နိုင်ငံတော် အစီအစဉ်တရပ် ဖန်တီးထားပါတယ်။

နိုင်ငံတော် ကာကွယ်ဆေးထိခိုက်မှု လျော်ကြေးအစီအစဉ် (National Vaccine Injury Compensation Program)နဲ့ပတ်သက်ပြီး အသေးစိတ်သိလိုပါက **1-800-338-2382** ကို တယ်လီဖုန်းဆက်ပါ၊ ဒါမှမဟုတ် ဒီအစီအစဉ်ရဲ့ အင်တာနက်စာမျက်နှာ **http://www.hrsa.gov/osp/vicp** ကို ဖတ်ပါ။

7 ဒီအကြောင်း ဘယ်လို ပိုသိနိုင်မလဲ။

- သင့်ဆရာဝန် ဒါမှမဟုတ် သူနာပြုကို မေးပါ။ ကာကွယ်ဆေးဆိုင်ရာ လက်ကမ်းစာစောင် ပေးနိုင်ပါတယ်၊ ဒါမှမဟုတ် အချက်အလက်တွေ ရနိုင်တဲ့ တခြားနေရာတွေ ပြောပြနိုင်ပါတယ်။
- ဒေသခံ ဒါမှမဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနရဲ့ ကာကွယ်ဆေးအစီအစဉ်ကို တယ်လီဖုန်းဆက်ပါ။
- ရောဂါထိန်းသိမ်းရေးနှင့်ကာကွယ်ရေးဌာန (Centers for Disease Control and Prevention - CDC) ကို ဆက်သွယ်ပါ။
  - **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** ကို တယ်လီဖုန်းဆက်ပါ။
  - နိုင်ငံတော်ကာကွယ်ဆေးအစီအစဉ်ရဲ့ အင်တာနက်စာမျက်နှာ **http://www.cdc.gov/nip** မှာ ဖတ်ပါ။

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES
Centers for Disease Control and Prevention
National Immunization Program

Vaccine Information Statement
Varicella IMM-494 - Burmese (12/16/98) 42 U.S.C. § 300aa-26
Translated by Transcend, Davis, CA
www.transcend.net