

# မိဘများအတွက် ဆယ်ကျော်သက် ဝင်ခါစနှင့် ဆယ်ကျော်သက် အတွက် HPV ကာကွယ်ဆေး လမ်းညွှန်

အသက် ၁၁-၁၂ နှစ်အရွယ်တွင် HPV ကာကွယ်ဆေး ဘာကြောင့်ထိုးသလဲ။

- 1 အသက်အရွယ်ကြီးသူများနှင့်နှိုင်းယှဉ်လျက် ငယ်ရွယ်သူများအား ကာကွယ်ဆေးပေးခြင်းက ကာကွယ်ဆေးမှ ကူးစက်မှုကိုတိုက်ဖျက်ရာတွင် ပိုမိုခံနိုင်စွမ်းရှိသည်။
- 2 HPV ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် တစ်တစ်အားအားထပ်ထပ်ဆင့်ဆင့်လိုင်မှုကိစ္စစတင်ပိုဆေးပမာဏ သုံးလုံးတိုက်ကျွေးပေးထားလျှင် ရောဂါနှင့် ကင်ဆာကာကွယ်ခြင်းကို ပိုမိုထိရောက်စေသည်။
- 3 အမေရိကန် အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများသည် ၎င်းတို့၏ ဘဝတစ်သက်တာတွင် လိုင်မှုကိစ္စများမှ တစ်တစ်အားအား အနည်းဆုံး HPV အမျိုးအစားတစ်မျိုး ကူးစက်နိုင်သည်။
- 4 HPV သည် လိုင်မှုကိစ္စဆောင်ရွက်စဉ်အတွင်း အရေပြား ချင်းထိစပ်မှုဖြင့် လွယ်ကူစွာကူးစက်ပျံ့နှံ့နိုင်သည်။ တစ်တစ်အားအား လိုင်ဆက်ဆံမှုမပြုခဲ့လျှင်ပင် HPV ကူးစက်နိုင်ခြေရှိသည်။
- 5 လူတစ်ဦးတည်းကိုသာ ရာသက်ပန်လိုင်ဆက်ဆံဖက်အဖြစ် ရွေးချယ်သူလူများတွင်လည်း ၎င်းတို့၏လိုင်ဆက်ဆံဖက်မှ အခြားရောဂါရှိသည့်ယခင်အဖော်နှင့်ဆက်ဆံခဲ့ပါက ယင်းမှတစ်ဆင့် HPV ကူးစက်နိုင်ဆဲ ဖြစ်သည်။
- 6 HPV ကာကွယ်ဆေးများအား ကမ္ဘာတဝှမ်းရှိလူထောင်ပေါင်းများစွာကို စမ်းသပ်ခဲ့ပြီး မည်သည့်ပြင်းထန်သည့်ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများမှမရှိကြောင်း အတည်ပြုပြီးဖြစ်သည်။
- 7 HPV ကာကွယ်ဆေးများသည် ကင်ဆာရောဂါအကြီးအခြေအနေများကို ၁၀၀% နီးပါး ကာကွယ်မှုပေးသည်။ ကာကွယ်ဆေး နှစ်မျိုးတို့သည် လိုင်အင်ကြွက်နို့ရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်သည်။

# သားအိမ်ခေါင်း ကင်ဆာဖြစ်စေသည့်ပိုင်းရပ်စ် (HPV)



## HPV ဆိုတာဘာလဲ။

HPV ရောဂါသည် အများအားဖြင့် မိသားစုပိုင်းရပ်စ်(စ်) ဖြစ်ပြီး အရေပြားပေါ် သို့မဟုတ် ကိုယ်ခန္ဓာ၏ နေရာအနှံ့အပြားရှိ အချွဲအကျိများ အမြွှေးများတွင်ကူးစက်မှုဖြစ်ပွားတတ် သည်။ မတူညီသော HPV အမျိုးအစား ၁၀၀ ကျော် ရှိသည်။ မတူညီသော HPV အမျိုးအစားများသည် ကိုယ်ခန္ဓာ၏ မတူညီသော နေရာများတွင်ကူးစက်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် အချို့ HPV အမျိုးအစားများသည် လိုင်အင်ဝန်းကျင်တွင် ကြွက်နို့များဖြစ်စေ၍ အခြားအမျိုးအစားများသည် သားအိမ်ခေါင်း၊ မိန်းမကိုယ်အင်္ဂါအဝ၊ စအို၊ ယောက်ျားလိင်တံ၊ ပါးစပ်နှင့် လည်ချောင်း စသည့်နေရာများတွင် ပုံမှန်မဟုတ်သော ဆဲလ်များ ဖြစ်ပွားမှုကို ဦးတည်နေပြီး တစ်တစ်အားအား ကင်ဆာဖြစ်စေသည်။

## HPV ဘယ်လိုအဖြစ်များသလဲ။

HPV သည် အလွန်အလွန် အဖြစ်များသည်။ ရောဂါကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေးစင်တာ (CDC) အရ လိုင်မှုကိစ္စပြုသည့် အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးများသည် ၎င်းတို့၏ဘဝတွင် လိုင်မှုပြုခြင်းမှ အနည်းဆုံး HPV အမျိုးအစားတစ်မျိုး ကူးစက်နိုင်သည်။ လက်ရှိတွင် ခန့်မှန်းခြေ အမေရိကန် ပြည်သူလူထု ၇၉ သန်းတို့တွင် HPV ပိုး ကူးစက်ထားပြီး ၁၄ သန်းခန့်တို့သည် နှစ်စဉ် ကူးစက်ခံနေရသည်။ ရလဒ်အနေဖြင့် HPV သည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုအတွင်း လိုင်မှုတစ်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုအများဆုံး ရောဂါပိုးအဖြစ် သတ်မှတ်ခံရသည်။

## HPV က ဘယ်လိုစိုးရိမ်ရသလဲ။

HPV သည် အလွန် စိုးရိမ်ရသည်။ နှစ်စဉ် HPV ပိုးကြောင့်ဖြစ်ပွားသည့် ကင်ဆာရောဂါ ကူးစက်ခံရသူ အမျိုးသမီး ၁၇၅၀၀ နှင့် အမျိုးသား ၉၃၀၀ ဦးတို့ ရှိသည်။ HPV သည် အမျိုးသမီးများတွင် သားအိမ်ခေါင်း ကင်ဆာအားလုံးနီးပါးတို့၏ အဓိက ဖြစ်ပွားမှုအကြောင်းအရင်းဖြစ်သည်။ အမေရိကန်နိုင်ငံအတွင်း သားအိမ်ခေါင်း ကင်ဆာ အသစ်ကူးစက်ခံရသူပေါင်း ၁၂,၀၀၀ ဝန်းကျင်ရှိပြီး နှစ်စဉ် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာဖြင့် သေဆုံးသူ ၄,၀၀၀ ရှိနေသည်။

## HPV က ဘယ်လိုကူးစက်ပြန့်ပွားသလဲ။

HPV ကူးစက်မှုဖြစ်ပွားမှုအများဆုံးနည်းလမ်းများက ရောဂါကူးစက်သူနှင့် ယောနီ သို့မဟုတ် စအိုနှင့် လိုင်ဆက်ဆံမှု မှဖြစ်သော်လည်း ၎င်းက HPV ကူးစက်နိုင်သည့် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းမဟုတ်ပါ။ ကူးစက်မှုသည် ပါးစပ် ဖြင့်လိုင်ဆက်ဆံခြင်းနှင့် HPV ရောဂါဖြစ်နေသည့်နေရာနှင့် အရေပြားချင်းထိစပ်ခြင်းမှလည်း ကူးစက်နိုင်သည်။ လတ်တလောလေ့လာမှုအရ ၄၆% အမျိုးသမီးပါဝင်သူများသည် ယောနီနှင့်လိုင်ဆက်ဆံမှု မတိုင်မီ HPV ကူးစက် ခံရသည်။ ၎င်းသည် HPV ရရှိနိုင်ခြေရှိပြီး ၎င်းကိုမသိရှိခြင်းဖြစ်ပြီး၊ ယင်းတို့ ကြောင့် တစ်တစ်အားအား HPV ကို အခြားသူတစ်ဦး ထံ မသိရှိဘဲကူးစက်ပျံ့နှံ့နေနိုင်သည်။ သန့်စင်ခန်း ထိုင်ခုံများ၊ ဖွေဖက်ခြင်း၊ လက်ကိုင်ခြင်း၊ ရေကူးကန်များ (သို့) ရေပူ ကန်များတွင် ရေကူးခြင်း၊ အစားအစာ (သို့) အသုံးအဆောင်များ မျှဝေသုံးစွဲခြင်း (သို့) လိုင်ဆက်ဆံခြင်းကဲ့သို့ HPV သို့မဟုတ် ကူးစက်မှုပေးခြင်း မဟုတ်ပါ။



# HPV ရောဂါကူးစက်မှုကို ကုသနိုင်သလား။

HPV ရောဂါကူးစက်မှုအတွက် ကုသမှုမရှိပါ။ HPV ကြောင့်ပေါက်နိုင်သည့် လိင်အင်္ဂါကြွက်နွမ်း သားအိမ်ခေါင်း ပြောင်းလဲခြင်းများနှင့် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာတို့ကို ကျန်းမာရေးပြဿနာများအတွက်သာလျှင် ကုသမှုများ ရရှိနိုင်ပါသည်။ အချို့ ကိစ္စရပ်များတွင် ခန္ဓာကိုယ်က ဝိုင်းရပ်စ်အား သဘာဝအားဖြင့် တွန်းလှန်တိုက်ဖျက်ပစ်သည်။ ဝိုင်းရပ်စ်အား သဘာဝအားဖြင့် တွန်းလှန်တိုက်ဖျက်ရန် မဖြစ်နိုင်သည့်ကိစ္စရပ်များတွင် ကိုယ်ခန္ဓာမှာ ကင်ဆာကဲ့သို့သော ဘေးအန္တရာယ်စိုးရိမ်မှုများ ရှိလာသည်။ HPV သည် မည်သည့်အတွက် ဖြစ်ပွားမှုအများဆုံးဖြစ်နေသည်ကို မသိရှိရသေးသော်လည်း ဖြစ်ပွားမှုအားလုံးတွင် မဟုတ်ပါ။ မည်သည့် လူသားများသည် ကင်ဆာ (သို့) အခြား ကျန်းမာရေး ပြဿနာများ ဖြစ်ပွားမည်ကို သိရှိနိုင်မည့် နည်းလမ်းမရှိပါ။

## HPV ကာကွယ်ဆေးဆိုတာ ဘာလဲ။

အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတွင် HPV ဆိုင်ရာ ကင်ဆာရောဂါ ဖြစ်ပွားမှု၏ ၇၅% နီးပါးတို့သည် ရောဂါကာကွယ်ဆေးတွင် တွေ့ရှိရသည့် HPV အမျိုးအစားများကြောင့် ဖြစ်ပွားကြသည်။ HPV ကာကွယ်ဆေးများကို အမေရိကန် ပြည်ထောင်စု အစားအစာနှင့် ဆေးဝါးစီမံခန့်ခွဲမှု (FDA) က လိုင်စင်ခွင့်ပြုထားပြီး CDC မှ ထောက်ခံထားသည်။ HPV ကာကွယ်ဆေးကို ၆ လ ကျော်အတွင်း သုံးကြိမ်ထိုးပြီး အကောင်းဆုံး အကာအကွယ်ရရှိရန် ကာကွယ်ဆေး သုံးကြိမ်စလုံးကို ရယူထားရန်အရေးကြီး သည်။

## ဘယ်အချိန်တွင် ကျွန်ုပ်၏ ကလေးသည် HPV ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးနိုင်ပါသလဲ။

HPV ကာကွယ်ဆေး သုံးကြိမ်ဖြင့် ပုံမှန် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို အသက် ၁၁ နှစ် နှင့် ၁၂ အရွယ်ရှိ ယောက်ျားလေးများ နှင့် မိန်းကလေးများအတွက် အကြံပြုထောက်ခံပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးကို အသက် ၉ နှစ်အစောပိုင်းမှ စ၍ထိုးနိုင်ပါသည်။ မိန်းကလေးများ အတွက် လက်လှမ်းမီသောအသက်အရွယ်မှာ ၁၃ နှစ်မှ ၁၆ နှစ်ဖြစ်၍ ယောက်ျားလေးများအတွက် မှာ ၁၃ နှစ်မှ ၂၁ နှစ်ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ သင့်သား သို့မဟုတ် သမီးသည် သတ်မှတ်ထားသော အသက်အရွယ်တွင် ကာကွယ်ဆေးမထိုးဖြစ်ခဲ့ လျှင် ၎င်းတို့သည် ဆေးထိုးရန် သင့်တော်လျက်ရှိသေးသည်။

HPV ကာကွယ်ဆေး အကောင်းဆုံး အလုပ်လုပ်နိုင်ရန်အတွက် မည်သည့်လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်မှုမစတင်မီ ဆေးအကြိမ် ရေအားလုံး သုံးကြိမ်ကို ကောင်းမွန်စွာ ရရှိခြင်းသည် ဆယ်ကျော်သက် ဝင်ခါစများအတွက် အလွန်ကောင်းသည်။ အကယ်၍ ၎င်းတို့ လိင်ဆက်ဆံမှုမပြုသေးသော်လည်း ပထမဦးဆုံးအကြိမ် အခြားလူတစ်ဦးနှင့် လိင်အင်္ဂါချင်း ထိတွေ့မှုလျှင် HPV ကူးစက်မှုခံရနိုင်ခြေရှိပါသည်။ ဆယ်ကျော်သက် အရွယ်နုစဉ် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် ဆယ်ကျော်သက် အရွယ်နှောင်းနှင့် နနယ်သည့် အရွယ်ရောက်စဉ်တို့တွင် ဆေးထိုးခြင်းထက် ကူးစက်မှုကို ပိုမိုထိရောက်စွာ ခုခံတိုက်ခိုက်နိုင်ပါသည်။

## ကာကွယ်ဆေးများသည် ဘေးကင်းမှု နှင့် ထိရောက်မှုရှိပါသလား။

ကင်ဆာများဖြစ်စေသည့် HPV အမျိုးအစားများကို ဆန့်ကျင်ကာကွယ်ခြင်း၌ မြင့်မားသော အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိသည်ဟု ကာကွယ်ဆေးကပြသလျက်ရှိပါသည်။ အချက်အလက်အားဖြင့် ၂၀၀၆ တွင် ကာကွယ်ဆေးကို မိတ်ဆက်ပြီးမှစ၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသော အသက် ၁၄-၁၉ နှစ်အရွယ် ဆယ်ကျော်သက် မိန်းကလေးများအတွင်း HPV ရှင် ရာခိုင်နှုန်း လျော့ကျသွားသောကိစ္စကိုမကြာမီက ထုတ်ဝေခဲ့သော လေ့လာမှုတစ်ခုဖြစ်သည့် ကူးစက် ရောဂါများဆိုင်ရာဌာနတွင် ပြသထားသည်။

အမေရိကန်တွင်အသုံးပြုခဲ့သော ကာကွယ်ဆေးအားလုံးသည် ၎င်းတို့ကို FDAမှ လိုင်စင်ထုတ်ပေးမှု ရှိသည့်လျားသော နှစ်များ ကိုဖြတ်ကျော်ရန် ဘေးကင်းမှုဆိုင်ရာစစ်ဆေးခြင်း ကိုလိုအပ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမှုစနစ် သုံးမျိုး အားဖြင့် ၎င်းတို့၏ ဘေးကင်းမှု နှင့် ထိရောက်မှုတို့အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ်စောင့်ကြည့် စစ်ဆေးလျက်ရှိပါသည်။ ထိုစနစ် များသည် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ဖြစ်လာမည့်ဘေးထွက် ဆိုးကျိုးအဖြစ်အပျက်များကို ကြိုတင်သိကာ စောင့်ကြည့် စစ်ဆေးနိုင်သကဲ့သို့ ကြိုတော်ကြိုခဲ အဖြစ်အပျက်များကိုပါ ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်ပါသည်။

၂၀၀၆ ခုနှစ်မှစ၍ ခန့်မှန်းခြေအားဖြင့် HPV ကာကွယ်ဆေးပမာဏ ၇၆ သန်းခန့် ကို အမေရိကန်တွင်ဖြန့်ဖြူးလျက်ရှိပါသည်။ ၂၀၀၇ တွင် အမေရိကန်၌ ပုံမှန်အသုံးပြုမှုအတွက်ထောက်ခံချက်ကြောင့် ပြင်းထန်သော ဘေးကင်းမှုဆိုင်ရာပြဿနာများကို တွေ့ရှိခြင်းမရှိပါ။ အများအားဖြင့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအမျိုးအမည်တွင် ဆေးထိုးခံရသောနေရာ နာကျင်ခြင်း၊ အဖျားရှိခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ဖျို့အန်

သင့်ကလေးကို HPV ကူးစက်မှုကာကွယ်ရန်အတွက် ယနေ့ပင် သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူနှင့်ပြောဆိုပါ။



**“HPV စတင်ကူးစက်ခံရသူ လူအများစုသည် ကူးစက်ခံနေခြင်းကို သိတောင် မသိရှိပါ။”**

အချက်အလက် ထပ်မံလိုအပ်ပါက ...

သင်၏ ကျန်းမာရေးပံ့ပိုးစောင့်ရှောက်သူ သို့မဟုတ် အစိုးရကျန်းမာရေးဌာနသို့ ဆက်သွယ်ပါ။

မီချီဂန် လူမှုဝန်ဆောင်ရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဌာန

[www.michigan.gov/immunize](http://www.michigan.gov/immunize)

မီချီဂန် လူမှုဝန်ဆောင်ရေးနှင့် ကျန်းမာရေးဌာန

[www.michigan.gov/teenvaccines](http://www.michigan.gov/teenvaccines)

ရောဂါကာကွယ် ထိန်းချုပ်ရေးစင်တာများ

[www.cdc.gov/vaccines](http://www.cdc.gov/vaccines)

ကာကွယ်ဆေးဆိုင်ရာ ပညာရေးစင်တာ

[www.chop.edu/vaccine](http://www.chop.edu/vaccine)

ကလေးများပရိုဂရမ်အတွက် ကာကွယ်ဆေးများ

[www.cdc.gov/vaccines/programs/vfc/index.html](http://www.cdc.gov/vaccines/programs/vfc/index.html)

### ရည်ညွှန်းချက်များ

သားဖွားဆရာဝန် အိုဂျီများဆိုင်ရာ အမေရိကန် ကွန်ဂရက်။ HPV ရင်းမြစ်များ လွှမ်းမိုးသွားသည့်ချက်။ <http://www.acog.org/Womens-Health/Human-Papillomavirus-HPV>. Accessed 4/6/15.

ရောဂါကာကွယ် ထိန်းချုပ်ရေးစင်တာများ (CDC)။ HPV နှင့် ကင်ဆာရောဂါ။ <http://www.cdc.gov/hpv/cancer.html>. Updated 1/22/15. Accessed 3/30/15.

CDC။ HPV ကာကွယ်ဆေး- မေးခွန်းများနှင့် အဖြေများ။ <http://www.cdc.gov/vaccines/vpd-vac/hpv/vac-faqs.htm>. Updated 8/6/14. Accessed 3/30/15.

CDC။ သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ စာရင်းအင်းများ <http://www.cdc.gov/cancer/cervical/statistics/>. Updated 9/2/14. Accessed 3/30/15.

အမေရိကန် ကင်ဆာရောဂါ အဖွဲ့အစည်း။ HPV နှင့် ကင်ဆာရောဂါ။ <http://www.cancer.org/cancer/cancercauses/othercarcinogens/infectiousagents/hpv/hpv-and-cancer-info>. Updated 2/2/15. Accessed 4/6/15.

Shew, ML, et al. အမျိုးသမီးများတွင် ပထမဆုံးအကြိမ် လိင်ဆက်ဆံမှုမပြုမီ ယောက်ျားလေးအတွင်း လူသားများ သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ ဖြစ်ပွားစေသည့် ဝိုင်းရပ်စ်စိုးရိမ်စွမ်း တွေ့ရှိမှုဖြင့်များခြင်းသည် ဒေါင်လိုက် အစုတစ်ခုတွင် ထည့်သွင်းထားသည်။ J Infect Dis. 2013 Mar