

သင် ကျောင်းမပြီးခင် ကာကွယ်ဆေးထိုးပါ



လက်ကို အရမ်းလှုပ်ခါလိုက်ရင်
ကာကွယ်ဆေးအာနိသင်
ပျက်နိုင်သည်။

သင် ကျောင်းမပြီးခင် ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အရေးကြီးသည်။
ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဒီမှာ ကြည့်ပါ-



အဆောင်၊ လုပ်ငန်းခွင် သို့မဟုတ် စာသင်ခန်းများ၊
အများသုံး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး၊ ပါတီများနှင့်
အားကစားလုပ်ဆောင်ခြင်း စသည့်
ပတ်ဝန်းကျင်များသည် ရောဂါအလွယ်တကူ
ကူးစက်စေနိုင်သည်။



ကလေးများအတွက် အခမဲ့ကာကွယ်ဆေး (VFC)
ပရိုဂရမ်သည် အသက် ၁၈ နှစ်အထိအတွင်း
အာမခံထားရှိထားသော၊ အာမခံ မထားရှိထားသောသူ
အားလုံးအတွက်အကျိုးဝင်သည်။



သင့်မိဘများ သို့မဟုတ် အုပ်ထိန်းသူများမှတစ်ဆင့်
အာမခံရှိနေစဉ်တွင် အကျိုးရှိရှိအသုံးချပါ။



ကျောင်းဝင်းတွင်းကားမရှိခြင်းက
ဆရာဝန်များထံသွားရန် ခဲရာခဲဆစ်ဖြစ်နိုင်သည်
(ဘတ်စ်ကား သို့မဟုတ် စက်ဘီးကိုစဉ်းစားပါ)



ကောလိပ်၊ ကုန်သွယ်ရေးကျောင်း သို့မဟုတ်
အလုပ်မှရှေ့ပြောင်းသည်ဖြစ်စေ အနီးတဝိုက်ရှိ
သင်၏ဒေသဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး

ပံ့ပိုးစောင့်ရှောက်သူနှင့် တွေ့ပါ။



အလုပ်အကိုင်များ သို့မဟုတ် ကောလိပ်များက
ဝင်ခွင့်မဖြေဆိုမှီ သင်သည်ကာကွယ်ဆေးထိုးထားရန်
လိုအပ်သည်။



အပြည့်အဝကာကွယ်မှုရရန် ကာကွယ်ဆေးအချို့သည်
တိုးချဲ့ကာလအတွင်း အဆင့်ဆင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရန်
လိုအပ်သည်။ အဆင်မပြေမှုမစတင်မှီကာကွယ်ဆေးကိုရယူရန် ယခု
အချိန်ကိုအသုံးပြုလိုက်ပါ။

MATH လုပ်ဆောင်ပါ။
မျှတတဲ့ A ကာကွယ် ဖြစ်စေရန်
ဆေးကိုပြည့်အောင် ထိုးသလား?

M

ဦးနှောက်အမြှေးရောင်ရောဂါကာကွယ်ဆေး (MCV
MenB)

A ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တွင် အချိန်မီ
ထိုးရန်ကာကွယ်ဆေးများ

T မေးခိုင်၊ ဆုံဆို့၊ ကြက်ညှာရောဂါ ကာကွယ်ဆေး (Tdap)

H သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာရောဂါ ကာကွယ်ဆေး (HPV)

အသေးစိတ်အတွက် နောက်ကျောဖက်ကိုကြည့်ပါ။



၈၅% 

မိချိကန်ရှိ အသက် ၁၆-၁၈ နှစ်ရှိပြီး ၎င်းတို့လိုအပ်သည့်
ကာကွယ်ဆေးအားလုံးကို ထိုးရန်အခွင့်အရေးမရရှိသူများ
(MCIR ဒေတာ၊ ဖေဖော်ဝါရီ ၂၀၁၄)

၄၆% 

ပုံမှန်လိင်ဆက်ဆံမှုမရှိသေးမီအရေပြားထိတွေ့မှုမှတစ်ဆင့် HPV
ကူးစက်ခံရသူ အမျိုးသမီးများ (J Infect Dis, မတ်လ ၂၀၁၃)

၂၀% 

အကြားအာရုံဆုံးရှုံးခြင်း၊ ဦးနှောက်ပျက်စီးမှု သို့မဟုတ်
ကိုယ်လက်အင်္ဂါ ဆုံးရှုံးမှုတို့ကဲ့သို့ အလုံးစုံဖြစ်ပွားသည့်
ဦးနှောက်အမြှေးရောင်ရောဂါမှ ပြန်လည်ကောင်းမွန်လွတ်က
င်းသူများ (စီအီပန်းရောင်စာအုပ်၊ မေလ ၂၀၁၂)

* VFC သည် ဆေးဝါးအကူအညီပေးမှု စီမံကိန်းတွင် အမေရိကန် အိန္ဒိယ/အလစကား ဒေသခံနှင့် ဆယ်ကျော်သက်များ အကျိုးဝင်သည်။ www.michigan.gov/vfc သို့
ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ သို့မဟုတ် သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူနှင့် ပြောဆိုပါ။



ဦးနှောက်A မြှေးရောင် ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး (MCV)	ဆယ်ကျော်သက်A ရွယ်တွင် A ချိန်မီ ထိုးရန်	မေးခိုင်း၊ ဆုံဆို့၊ ကြက်ညှာရောဂါ ကာကွယ်ဆေး (Tdap)	သားA° မိခင်ကင်ဆာရောဂါ ကာကွယ်ဆေး (HPV)
ကာကွယ်ဆေး ၂ ကြိမ်	A ဆင့်ဆင့်ထိုးသည့် ကာကွယ်ဆေး	ကာကွယ်ဆေး ၁ ကြိမ်	ကာကွယ်ဆေး ၃ ကြိမ်
<p>MCV ကာကွယ်ဆေးသည် သင့်အား ဦးနှောက်နှင့်ကျောရိုးA မြှေးကို ထိခိုက်နိုင်သည့် ဦးနှောက်A မြှေးရောင်ရောဂါမှ ကာကွယ်သည်။</p> <p>ဦးနှောက်A မြှေးရောင်ရောဂါရပါက ဦးနှောက်ပျက်ယွင်းခြင်းနှင့် ပြင်းထန်စွာ မသန်မစွမ်းဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ် သေဆုံးနိုင်ပါသည်။</p> <p>A ဖြစ်များသည့် ရောဂါလက္ခဏာ များတွင် A ဖျားတက်ခြင်း၊ မိတ်ထခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ဇာတ်ကြောတက်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။</p> <p>၎င်းသည် ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နမ်းရှုပ်ခြင်းနှင့် A စားA စာ သို့မဟုတ် ရေမျှဝေသောက်သုံးခြင်းတို့ ကဲ့သို့မှ ရောဂါရှိသူနှင့် နီးကပ်စွာနေထိုင်ခြင်းမှတစ်ဆင့် ပျံ့နှံ့နိုင်ပါသည်။</p> <p>ဤရောဂါသည် ကောလိပ်ဝန်းကျင်တွင် လွယ်ကူစွာပျံ့နှံ့နိုင်ပါသည်။</p> <p>ပထမကာကွယ်ဆေးကို A သက် ၁၁-၁၂ နှစ် A ရွယ်တွင်ထိုးသင့်ပြီး ဒုတိယကာကွယ်ဆေးကို A သက် ၁၆ နှစ်တွင် ထိုးသင့်ပါသည်။ သင့်တွင်ဤကာကွယ်ဆေးမထိုးထားလျှင် သင်၏ဒီပလိုမာကိုမယူမီ တစ်လုံးထိုးရန် သေချာစေပါ။</p>	<p>သင့်အား ရာသက်ပန်ရောဂါ ကာကွယ်စေရန် ကလေးဘဝA တွင် ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးကြပါသည်။</p> <p>၎င်းက ပါကာကွယ်ဆေးများကို သင် မထိုးရသေးလျှင် A ချိန် နောက်မကျသေးပါ။</p> <p>A သည်းရောင်A သားဝါ ဘီ ကာကွယ်ဆေး ၃ ကြိမ် (Hep B)</p> <p>A သည်းရောင်A သားဝါ A ကာကွယ်ဆေး ၂ ကြိမ် (Hep A)</p> <p>ဝက်သက်၊ ပါးချိတ်ရောင်နား၊ ရှုဘီလာကာကွယ်ဆေး ၂ ကြိမ် (MMR)</p> <p>ဗယ်ရီဗီလာ (ရေကျောက်) ကာကွယ်ဆေး ၂ ကြိမ်</p> <p>ပိုလီယိုကာကွယ်ဆေး A နည်းဆုံး ၃ ကြိမ် (IPV သို့မဟုတ် OPV)</p> <p>နှစ်စဉ် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး</p> <p>A ထူးသဖြင့် သင်ခရီးသွားရန်စီစဉ်ပါက ဤကာကွယ်ဆေးများသည် A ရေးကြီးသည်။ A ပြည့်A ဝ ကာကွယ်မှုရရန် ဆေးA ကြိမ်ရေ A ဘေးလုံးထိုးရန်လိုအပ်ပါသည်။</p>	<p>Tdap ကာကွယ်ဆေးက သင့်အား ပါတပ်စစ် (ကြက်ညှာချောင်းဆိုး)၊ ဆုံဆို့နှင့် မေးခိုင်းရောဂါတို့မှ ကာကွယ်ပါသည်။</p> <p>မေးခိုင်းရောဂါသည် ကြက်သားတင်းကြပ်နာကျင်စေပြီး A လွန်စိုးရိမ်ရပါသည်။ ၎င်းကို မြေကြီးတွင်တွေ့ရှိရပြီး ခန္ဓာကိုယ်A တွင်းသို့ ပြတ်ရခြင်း သို့မဟုတ် ဒဏ်ရာမှတစ်ဆင့် ဝင်ရောက်ပါသည်။</p> <p>ဆုံဆို့နာသည် သင့်အား A သက်ရှုခက်ခဲစေခြင်း သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်A စိတ်A ပိုင်းများ ရွေ့လျားမှု ကို ခက်ခဲစေပါသည်။ ၎င်းသည် ချောင်းဆိုးခြင်း သို့မဟုတ် နှာချေခြင်းမှ ပျံ့နှံ့နိုင်ပါသည်။</p> <p>ကြက်ညှာချောင်းဆိုးရောဂါသည် ပြင်းထန်စွာ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ သီးခြင်းဖြစ်နိုင်ပြီး သင့်အား A သက်ရှုခက်ခဲအင်္ဂါ ၁၇ သို့မဟုတ် စားသောက်ရခက်ခဲစေပါသည်။ ၎င်းသည် ချောင်းဆိုးခြင်း သို့မဟုတ် နှာချေခြင်း သို့မဟုတ် ရောဂါရှိသူနှင့် A နီးကပ်နေထိုင်ခြင်းမှ ပျံ့နှံ့နိုင်ပါသည်။</p> <p>Tdap ကာကွယ်ဆေးA ဘေး A သက် ၁၁-၁၂ နှစ်A ရွယ်တွင် A မြဲလိုလိုထိုးကြပါသည်။ သို့သော်လည်း Tdap ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသူ မည်သူမဆို တစ်ကြိမ်ထိုးရန် လိုအပ်ပါသည်။</p>	<p>HPV ကာကွယ်ဆေးသည် A များသမီးများတွင်ဖြစ်သည့် သားA° မိခင်ကင်ဆာရောဂါနှင့် A မျိုးသားများတွင် လိင်A ဂါကြွက်နို့ကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ၎င်းက A ခြားကင်ဆာA မျိုးမျိုးမှလည်း ကာကွယ်ပါသည်။ *</p> <p>HPV သည် လိင်မှုကိစ္စA တွင် A ရေပြားချင်းထိစပ်ခြင်းမှ A များဆုံးကူးစက်ပျံ့ပွားပါသည်။ သင် လိင်မဆက်ဆံလျှင်တောင်မှ HPV ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။ HPV ကူးစက်မှုသည် တခါတရံ မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာမှ မပြသဘဲ သင့်တွင်ရှိနေနိုင်ပြီး မသိရှိနိုင်ပါ။</p> <p>HPV ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် A ကောင်းဆိုးA ချိန်သည် လိင်မှုကိစ္စရပ်များ ကောင်းစွာမလုပ် ဆောင်မီ A သက် ၁၁-၁၂ နှစ် A ရွယ်A တွင်ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်လည်း ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ပျက်ကွက်ခဲ့သော်လည်း A သက် ၂၆ နှစ် A ရွယ်A ထိ ကာကွယ်ဆေးထိုးနိုင်သေးပါသည်။</p> <p>ဤ ကာကွယ်ဆေးသည် HPV A မျိုးA စားများစွာကို ထိရောက်စွာကာကွယ်နိုင်ပြီး ကာကွယ်ဆေး သုံးကြိမ်A ဘေး ကြိုတင်ထိုးထားလျှင် A ကောင်းဆိုးA လုပ်လုပ်ပါသည်။</p>

*A ခြားကင်ဆာများတွင် ပါဝင်သည်များမှာ- စA°၊ လိင်A ဂါ၊ သားA° မိလမ်းကြောင်းနှင့် မိန်းမA ဂါ။