COVID-19 ကာကွယ်ဆေး

သိရှိရန် အချက်အလက်များ

အခု အသက် 5+ အတွက် ရပါပြီ

သင့်ကလေးကို ကာကွယ်ပါ။ **သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကာကွယ်ပါ။**

ကလေးများနှင့် လူငယ်များသည် နောက်ဆုံးပေါ် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများထိုးထားလျှင် ဘေးကင်းစိတ်အချရဆုံးဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

ကာကွယ်ဆေးသည် ကလေးနှင့် လူငယ်များအပါအဝင် လူတိုင်းကို COVID-19 မှ ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ထို့အပြင် ကာကွယ်ဆေးသည် ကလေးနှင့် လူငယ်များ ဖျားနာပါက အပြင်းအထန် မဖျားနာစေရန် တားဆီးပေးပါသည်။

ပိုမိုလွယ်ကူစွာ ပျံ့နှံ့ပြီး ပိုမိုပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်စေနိုင်သော COVID-19 မျိုးကွဲသစ်များ ရှိပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် ရောဂါပိုးမျိုးကွဲများကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးသည်။

ကလေးများနှင့် လူငယ်များကို ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းက လူမှုအသိုင်းအဝန်းတစ်ခုလုံးကို ကာကွယ်ရာရောက်ပါသည်။

နောက်ဆုံးပေါ် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးထားသူများသည် အခြားသူများထံသို့ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပြန့်ပွားစေနိုင်မှု ဖြစ်နိုင်ခြေနည်းပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုး၍ရသော ကလေးများအား ဆေးထိုးပြီးပါက

- ကာကွယ်ဆေးမထိုးရသေးသော ၎င်းတို့၏ သူငယ်ချင်းများနှင့် မိသားစုကို ကာကွယ်သည်။
- အသက်ကြီးသူများနှင့် အချို့ ကျန်းမာရေးအခြေအနေရှိသူများသည် COVID-19 ကြောင့် ပြင်းထန်ဖျားနာနိုင်ခြေ မြင့်မားကြသည်။

ကလေးများနှင့် လူကြီးများ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးကြသောကြောင့် ကျောင်းများနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ဆက်လက်ဖွင့်ထားရန် ပိုပြီးလွယ်ကူပါလိမ့်မည်။

- အမေရိကန်၏ သမိုင်းတစ်လျှောက်တွင် ယခုဆေးကဲ့သို့ ဘေးကင်းမှုအတွက် အများအပြားစမ်းသပ်ခြင်းအား အခြားမည်သည့်ကာကွယ်ဆေးကိုမျှ မပြုခဲ့ဖူးပါ။
- ကာကွယ်ဆေးများသည် ဘေးကင်းလုံခြုံကြောင်းကို ကလေးများ၊ လူငယ်များနှင့် အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ၊ အမျိုးမျိုးသော တိုင်းရင်းသားမျိုးနွယ်၊ လူမျိုးများတွင် သက်သေပြပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် အပျို၊ လူပျိုဖော်ဝင်မှု သို့မဟုတ် အနာဂတ်တွင် သန္ဓေအောင်မှုကို မထိခိုက်စေပါ။ ကာကွယ်ဆေးများသည် သင့်ကလေးများကို နောင်တစ်ချိန်တွင် သူတို့ကိုယ်ပိုင်ကလေးများ မရရှိနိုင်စေရန် မပြုလုပ်ပါ။

လူတိုင်းအတွက် အခမဲ့

- သင်နှင့် သင့်ကလေးသည် မည်သည့်ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်ခြင်း အမျိုးအစား**immigration status**ဖြစ်ပါစေ အခမဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုးနိုင်ပါသည်။
- အခမဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် **ID ပြရန်** သို့မဟုတ် **ကျန်းမာရေး အာမခံ health insurance** ရှိရန် မလိုအပ်ပါ။

United Healthcare UNMC

For more information: vaxne.org

မျှော်လင့်ထားရမည့်အရာ

သင့်ကလေးသည် နောက်ဆုံးပေါ် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးထားပြီးပါက ကျောင်းတက်ခြင်း၊ အားကစားလှုပ်ရှားမှု ပြုလုပ်ခြင်း၊ မိတ်ဆွေများနှင့် မိသားစု အလည်အပတ်သွားခြင်းတို့ကို ပိုမိုဘေးကင်းစေပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနောက်ဆုံးပေါ် ဆိုသည်မှာ ကာကွယ်ဆေး နှစ်ကြိမ်စလုံး ထိုးထားပြီး နောက်ထပ်ရနိုင်သော နောက်ဆက်တွဲကာကွယ်ဆေးများ (booster shots) တစ်ခုခုထိုးထားပြီးခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

ချိန်းဆိုသည့်အခါ -

- သူနာပြု သို့မဟုတ် ဆရာဝန်သည် သင့်ကလေးအား ကာကွယ်ဆေးမထိုးပေးခင် ကာကွယ်ဆေးအကြောင်းကို ပြောပါလိမ့်မည်။ ကလေး၏ ကျန်းမာရေး ရာဇဝင်ကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး သင့်ဆီမှ မေးခွန်းများမေးရန်ရှိသလား မေးမြန်းပါလိမ့်မည်။
- သင့်ကလေးသည် ဆေးဓါတ်မတည့်ခြင်း မရှိကြောင်း သေချာစေရန် 15–30 မိနစ်ကြာ နေရန်လိုပါသည်။

အပျော့စား ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတို့သည် ပုံမှန်သာဖြစ်သည်။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများသည် သင့်ကလေးတွင် COVID-19 ဖြစ်သည်ဟု မဆိုလိုပါ။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများဖြစ်ခြင်းမှာ ကာကွယ်ဆေးသည် သင့်ကလေး၏ ကိုယ်ခန္ဓာအား COVID-19 ကို တိုက်ခိုက်ရန် သင်ကြားပေးနေခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအပျော့စားများတွင်

- ☐ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသည့် လက်မောင်းနေရာတွင် နာကျင်မှု သို့မဟုတ် ယောင်ရမ်းခြင်း
- ☐ ပင်ပန်းခြင်း
- ☐ ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- ☐ ကြွက်သားနာကျင်မှု
- ☐ ချမ်းတုန်ခြင်း
- ☐ အဖျားတက်ခြင်း
- ☐ ပျို့ခြင်း

ပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတို့သည် အလွန်ရှားပါးပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးများသည် ဘေးကင်းစိတ်ချရသည်။ သင့်ကလေးသည် ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ထက် COVID-19 ကြောင့် ပြင်းထန်သော ဖျားနာထိခိုက်မှုများဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုများပါသည်။

လူငယ်အနည်းစုတွင် (နှလုံးကြွက်သားရောင်ခြင်း myocarditis သို့မဟုတ် နှလုံးအပြင်အုပ်ကြွက်သာရောင်ခြင်း pericarditis ဟုခေါ်သော) နှလုံးရောင်ခြင်း သို့မဟုတ် သွေးခဲများဖြစ်ပေါ်ခြင်း စသည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကြုံတွေ့ရတတ်သည်။

- ပြင်းထန်ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများမှာ အလွန်ရှားပါးသည်
- ပြင်းထန်ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများမှာ **ကုသနိုင်ပြီး ဖြစ်ပွားသူအများစုမှာ သက်သာကြပါသည်**
- **ကာကွယ်ဆေး၏ အကျိုးကျေးဇူးက ၎င်းမှရနိုင်သည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးထက် များစွာသာလွန်ပါသည်။**

ပိုမိုသိရှိလိုပါက သင်၏ဆရာဝန်ကို မေးပါ

သင့်ကလေးတွင်ထိုးရန် လိုအပ်သည့် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများနှင့် အခြားကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း ပိုသိရန် သင့်ကလေး၏ ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သူနာပြုနှင့် စကားပြောပါ။

United Healthcare UNMC

For more information: vaxne.org