



ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ဟုလည်း ခေါ်သည့် COVID-19 သည် ကမ္ဘာအနှံ့ရှိ လူအများကို နာမကျန်းဖြစ်စေပါသည်။ နှာခေါင်းစည်းများ ဝတ်ခြင်း၊ 6 ပေခွာ၍ နေခြင်းနှင့် လက်ဆေးခြင်းအပြင် **ကာကွယ်ဆေးများသည်လည်း COVID-19 ကူးစက်မှုအရှိန်ကို လျော့ချပေးနိုင်သည့် အရေးကြီးသောအရာများဖြစ်ပါသည်။** ကာကွယ်ဆေးများသည် သင့်ခန္ဓာကိုယ်နှင့်အတူ ဗိုင်းရပ်စ်ကို ကူညီတိုက်ထုတ်ပေးပြီး ဖျားနာမှုမှ ကင်းဝေးစေပါသည်။ လူများများ ကာကွယ်ဆေးထိုးလေ COVID-19 ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကို ပိုမိုမြန်ဆန်စွာ အဆုံးသတ်နိုင်လေပါ။
ဒါကတော့ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သင်သိထားရမည့် အချက်အချို့ပါ။

1. COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် သင့်ကိုဖျားနာစေသည့် ဗိုင်းရပ်စ်ကို ဘယ်လိုတိုက်ထုတ်ရမလဲဆိုတာကို သင့်ခန္ဓာကိုယ်အား သင်ပေးပါသည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများက သင့်ကို ရောဂါဝေဒနာ မဖြစ်စေနိုင်ပါ။ ကာကွယ်ဆေးများသည် သင့်ခန္ဓာကိုယ်အား အမှန်တကယ် ရောဂါမရှိဘဲ ရောဂါရှိသည်ဟု တွေးထင်မိစေပါသည်။ ဖျားနာမှုကို တိုက်ထုတ်သည့် သင့်ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သော ကိုယ်ခံအားစနစ်သည် ပဋိပစ္စည်းများကို ဖန်တီးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်ဆေးကို တုံ့ပြန်ပါသည်။ ပဋိပစ္စည်းများသည် ဗိုင်းရပ်စ်ကို မြင်သောအခါ တိုက်ထုတ်သည့် ရောဂါအလိုက် သီးခြား ပရိုတိန်းများ ဖြစ်သည်။ ယခု ရနိုင်သော ကာကွယ်ဆေးများသည် လူတစ်ဦး၏ DNA ကို မထိခိုက် သို့မဟုတ် တုံ့ပြန်လုပ်ဆောင်မှုမပြုသည့် mRNA နည်းပညာကို အသုံးပြုပါသည်။

2. လေ့လာမှုများအရ ၎င်းတို့မှာ ဘေးကင်းပြီး ထိရောက်သည်ဟု သိရသည်။

ရနိုင်သော ကာကွယ်ဆေးနှစ်မျိုးအတွက် လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုများတွင် ပါဝင်ခဲ့သူ လူ 73,000 ကျော်ထဲတွင်— Pfizer-BioNTech လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုတွင် လူ 43,000 ကျော်နှင့် Moderna လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုတွင် လူ 30,000 ကျော် ပါဝင်ခဲ့သည်။ အခြား အရွယ်ရောက်ပြီးသူများနှင့် အသားအရောင်ရှိသည့် အသိုက်အဝန်းများ အပါအဝင် လူအမျိုးမျိုးသည် လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုများတွင် ပါဝင်ခဲ့ကြသည်။ ကာကွယ်ဆေးနှစ်မျိုးစလုံးမှာ ဘေးကင်းပြီး 94% အထိ ထိရောက်မှုရှိသည်။

ကာကွယ်ဆေးများကို ဆေးဝါးလက်တွေ့ စမ်းသပ်မှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး အရေးပေါ် အသုံးပြုရန် ယူအက်စ် အစားအသောက်နှင့် ဆေးဝါးကွပ်ကဲရေးက အတည်ပြုပေးခဲ့ပြီး နိုင်ငံအဝှမ်းနှင့် ဤဗားမောင့်ရှိ ဆေးဝါးနှင့် ပြည်သူ့ ကျန်းမာရေး ကျွမ်းကျင်သူများက အကြံပြုထားသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများကဲ့သို့ ကာကွယ်ဆေးကို အရေးကြီး လိုအပ်သောအခါ သူတေသီများသည် အတည်ပြု လုပ်ငန်းစဉ်ကို အရှိန်မြှင့်ရန် အဆင့်ဆင့်များကို ပေါင်းစည်းလိုက်သည်။ ထိုသို့လုပ်ခြင်းက ၎င်းတို့သည် အရေးကြီး အဆင့်များကို ကျော်သွားခဲ့သည်ဟု မဆိုလိုပါ။ သို့သော် လုပ်ငန်းစဉ်ကို ပိုမိုမြန်ဆန်စွာ ပြီးစီးနိုင်စေရန် ကူညီပေးပါသည်။

Pfizer-BioNTech နှင့် Moderna COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများတွင် ပါဝင်ပစ္စည်းများသည် အခြား ကာကွယ်ဆေးများတွင် တွေ့ရသည့် အရာများနှင့် အလားတူဖြစ်ပြီး နှစ်မျိုးစလုံးတွင် mRNA ပရိုတိန်း၊ အဆီများ၊ ဆားများနှင့် သကြားများ ပါဝင်သည်။ ၎င်းတို့တွင် သန္ဓေသား တစ်ရှူး၊ တိရစ္ဆာန် ထွက်ကုန်များ၊ ဥများ၊ ဂီလာတင်၊ ကြက်ပေါင်စေး သို့မဟုတ် တာရှည်ခံပစ္စည်းများ မပါဝင်ပါ။

3. ဆယ်စုနှစ်ကြာ သုတေသန လုပ်ပြီးနောက် ကာကွယ်ဆေးများကို ဖန်တီးခဲ့သည်။

COVID-19 ဖြစ်စေသည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်တစ်မျိုးသည် နှိုင်းယှဉ်ချက်အရ အသစ်တစ်မျိုး ဖြစ်သော်လည်း သိပ္ပံပညာရှင်များသည် အခြား ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်များအတွက် ကာကွယ်ဆေးများကို ဆယ်စုနှစ်ကြာ လေ့လာခဲ့ကြသည်။ ပြင်းထန်သောအဆုတ်ရောင်ရောဂါ (SARS) ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကာလအတွင်း 2003 ခုနှစ်တွင် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးဆိုင်ရာ လေ့လာမှုများ စတင်ခဲ့ပြီး အရှေ့အလယ်ပိုင်း အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ရောဂါ (MERS) ကပ်ရောဂါအတွင်း 2012 ခုနှစ်တွင် ဆက်လက်၍ လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။ COVID-19 ကို ရှာဖွေသိရှိခဲ့ချိန်တွင် များပြားလှသော ရန်ပုံငွေများပါဝင်သည့် ဤကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်အသစ် တိုက်ဖျက်ရေးဆိုင်ရာ ကမ္ဘာ့အနှံ့ အလေးပေးဆောင်ရွက်မှုက ဘေးကင်းပြီး ထိရောက်သော ကာကွယ်ဆေး ဖန်တီးရန် သုတေသနလုပ်ငန်းကို မြန်ဆန်စေခဲ့သည်။

4. COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများကို 21 သို့မဟုတ် 28 ရက်ခြား၍ နှစ်ကြိမ်ထိုးနှံရမည်။

ကာကွယ်ဆေးနှစ်မျိုးစလုံးအတွက် ဆေးနှစ်လုံးထိုးပေးရမည်။ Pfizer-BioNTech ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံမှုများကို 21 ရက်ခြား၍ ထိုးပေးပြီး Moderna ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံမှုများကို 28 ရက်ခြား၍ ထိုးနှံပေးသည်။

5. ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများသည် ကာကွယ်ဆေး အလုပ်လုပ်သည်ဟု ဆိုလိုသည်။

ကာကွယ်ဆေးနှစ်မျိုးစလုံးအတွက် လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုများတွင် ပါဝင်သူအချို့၌ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများဖြစ်လာစေသည့် အားကောင်းသော ကိုယ်ခံအား တုံ့ပြန်မှုကို မြင်တွေ့ခဲ့ရသည်။ ကာကွယ်ဆေးနှစ်မျိုးစလုံးအတွက် ဒုတိယအကြိမ်ထိုးဆေးက ပထမထိုးဆေးထက် ပိုအားကောင်းသော ကိုယ်ခံအားတုံ့ပြန်မှုကို ဖြစ်စေ၍ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးပိုများစေနိုင်သည်။ ၎င်းမှာ ပုံမှန်ဖြစ်ပြီး သင့်ခန္ဓာကိုယ်က COVID-19 ကို တိုက်ထုတ်ဖို့ လေ့လာသည့် နည်းလမ်းပါ။ အဖြစ်အများဆုံးသော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးလေးမျိုးမှာ ဆေးထိုးသည့်နေရာတွင် နာကျင်မှု၊ ပင်ပန်းနွမ်းလျမှု၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ကြွက်သားနာခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့က ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ပျောက်သွားပါမည်။ လူအချို့တွင်သာ ကာကွယ်ဆေးနှင့် ဓာတ်မတည့်၍ တုံ့ပြန်မှု ရှိခဲ့သော်လည်း၊ ယင်းမှာ အလွန်ဖြစ်ခဲပါသည်။

6. ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ရောဂါဝေဒနာများရှိသည့် လူအများစုကလည်း ကာကွယ်ဆေးထိုးရပါမည်။

လက်တွေ့လေ့လာမှုများတွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ရောဂါဝေဒနာများ ရှိသည့် မရှိသည့်လူများအတွက် ထိရောက်မှုရှိပါသည်။ အမှန်တကယ်တော့ ရောဂါဝေဒနာရှိသူအချို့သည် COVID-19 ဖြစ်ပါက ပိုများနာနိုင်ခြေရှိသောကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းက ပို၍ပင် အရေးကြီးနိုင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်၊ မသင့်ကို သင်သေချာမသိလျှင် သင့်တွင်ရှိသည့် ရောဂါဝေဒနာများနှင့် ပတ်သက်၍ သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် တိုင်ပင်ပါ။ သင့်တွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ မရှိပါက သင့်အနီးနားရှိ ဆေးခန်းနှင့် ချိတ်ဆက်ရန် 2-1-1 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

7. ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက် COVID-19 ကို ကာကွယ်တားဆီးရန် လိုအပ်သော အဆင့်ဆင့်များကို ဆက်လက်လိုက်နာရမည်။

ကာကွယ်ဆေးက သင့်ခန္ဓာကိုယ်အား COVID-19 ကို တိုက်ဖျက်နည်း သင်ကြားပေးဖို့ အချိန်ယူရပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ သင်၏ ဒုတိယအကြိမ် ထိုးဆေးထိုးပြီးနောက် ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်အထိ ကာကွယ်ဆေးက သင့်ကို ကာကွယ်မပေးနိုင်သေးခြင်း ရှိနိုင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် အမှုမဲ့အမှတ်မဲ့ အခြားလူများထံ ရောဂါကူးစက်နိုင်စေခြင်း ရှိ၊ မရှိကို မသိရသေးပါ။ လူလုံလုံလောက်လောက် ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီး ကျွန်ုပ်တို့

ပိုမိုသိရှိပြီးသည့် အချိန်အထိ နှာခေါင်းစည်းများ ဝတ်ခြင်း၊ 6 ပေခွာနေခြင်းနှင့် လက်များကို ဆေးကြောခြင်းကဲ့သို့ ဘေးကင်းရေး လမ်းညွှန်ချက်အားလုံးကို လိုက်နာရမည်။

8. သင်က ကာကွယ်ဆေးအတွက် ယခု သတ်မှတ်ချက်မီ၊ မမီနှင့် သတ်မှတ်ချက်မီပါက ထိုးရမည့်နေရာကို သင်ရှာဖွေသိရှိနိုင်သည်။

ကျန်းမာရေးဌာန ဝတ်ဆိုင်တွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအတွက် ဘယ်သူတွေက ယခု သတ်မှတ်ချက်မီပြီး နောက်တစ်ကြိမ်တွင် ဘယ်သူတွေ သတ်မှတ်ချက်မီမလဲဆိုတာအတွက် အချက်အလက်များ ရှိပါသည်။ သင်က သတ်မှတ်ချက်မီသောအခါ ကာကွယ်ဆေး ရက်ချိန်းအတွက် စာရင်းသွင်းနိုင်ပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ဝတ်ဆိုင်၊ လူမှုမီဒီယာနှင့် သတင်းများတွင် အချက်အလက်အသစ်များကို မျှဝေသွားပါမည်။

9. COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများမှာ အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။

သင့်တွင် ကျန်းမာရေး အာမခံ မရှိလျှင်ပင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများကို ဗားမောင့်တွင်နေထိုင်သူများအတွက် အခမဲ့ထိုးပေးပါသည်။ သင်၏ ကာကွယ်ဆေးပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူသည် သင့်အာမခံသို့ စီစံခန့်ခွဲစရိတ် တောင်းခံနိုင်သည်။ သို့သော် သင်က အဖိုးအခ မပေးရဘဲ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးရနိုင်သည်မှာ သေချာပါသည်။

နောက်ထပ် အချက်အလက်ကို healthvermont.gov/COVID19vaccine တွင် ဝင်ကြည့်ပါ