September 2021, Burmesisk

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး

– Spikevax (Moderna)

ဤကာကွယ်ဆေးကို သင့်အားထိုးပေးရန် ကမ်းလှမ်းခံရပါက သိထားရမည့် အချက်အလက်

နိုဗယ် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်သည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ကူးစက်ရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေသည်။ လူအများအပြားသည် ရောဂါလက္ခဏာများကို အပျော့စားမှသည် လုံးဝမတွေ့ရှိရသည်အထိ ကြုံတွေ့ရပြီး အချို့မှာမူ ဆိုးရွားပြင်းထန်သည့် နာမကျန်းဖြစ်မှုကို ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါသည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် အချို့သော အခြားရောဂါအခံရှိထားပြီးသူများမှာ ပြင်းထန်သည့် ရောဂါဖြစ်ပွားမှု သို့မဟုတ် သေဆုံးရနိုင်သည့် အလားအလာအများဆုံးရှိပါသည်။ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးသည် ကိုဗစ်-19 ရောဂါကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။ အဓိက ရည်မှန်းချက်မှာ အသက် နှင့် ကျန်းမာရေးကို ကာကွယ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ကို ဘယ်သူတွေ ထိုးသင့်သလဲ။

- အမျိုးသား ကာကွယ်ဆေးထိုး အစီအစဉ်မှ ကမ်းလှမ်းသော ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးများသည် နော်ဝေးတွင် နေထိုင်နေသောသူများအတွက် ဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးသည် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး မိမိဆန္ဒအလျောက်သာ ထိုးနှံရန် ဖြစ်သည်။
- ကာကွယ်ဆေးသည် အခမဲ့ဖြစ်ပြီး မိမိဆန္ဒအလျောက်သာ ထိုးနှံရန် ဖြစ်သည်။ ၎င်းကို နော်ဝေနိုင်ငံရှိ ပြည်သူများအတွက် ပေးကမ်းသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးကို ဘယ်လိုရယူနိုင်မှာလဲ။

သင့်မြူနီစီပယ်ဌာန၏ ဝဘ်ဆိုက်ဒ်သို့ သွားရောက်ပြီး ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံရန် ပေးကမ်းခံသူများ၊ ကာကွယ်ဆေး ဆေးချိန်များကို မည်သို့ စုစည်းဆောင်ရွက်ပြီး မည်သည့်အချိန်တွင် ပြုလုပ်ရမည့်အကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ စစ်ဆေးကြည့်ရှုပါ။

ကာကွယ်ဆေးကို ဘယ်လိုပေးမှာလဲ။

ကာကွယ်ဆေးကို လက်မောင်းအထက်ပိုင်းသို့ ထိုးနှံပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးမထိုးမီ သင်နေထိုင်ကောင်းမကောင်း နှင့် အခြားကာကွယ်ဆေးများထိုးစဉ်က ဆေးမတည့်မှုများရှိခဲ့ဖူးခြင်း ရှိမရှိ မေးမြန်းခံရပါလိမ့်မည်။ သင်တွင် ကိုဗစ်-19 ဖြစ်ဖူးလျှင် သို့မဟုတ် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားဖူးလျှင်၊ ကိုယ်ဝန်ရှိလျှင်၊ ဓာတ်မတည့်ခြင်းရှိလျှင်၊ စွဲသောက်နေရသော ဆေးများ သို့မဟုတ် အခြားကျန်းမာရေး ပြဿနာများကို ပြောပြဖို့ သတိရပါ။ သင့်အုပ်စုအတွက် ဆေးထိုးရမည့် အကြိမ်ရေ နှင့် ကြားကာလအတွက် လမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာပါ။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသော စင်တာများက ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင့်ကို ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ ဆေးကို ထိုးရမည့်အချိန်တွင် ထိုးရန် အရေးကြီးပါသည်။ ရုတ်တရက် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်ခြင်း နှင့် ကိုယ်ပူချိန် 38°C ထက်တက်နေပါက ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို ရက်ရွှေ့လေ့ရှိပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် အနည်းဆုံး မိနစ် 20 ခန့် ကာကွယ်ဆေးထိုးသည့် နေရာတွင် စောင့်ဆိုင်းခိုင်းပါလိမ့်မည်။

ကာကွယ်ဆေးက ဘယ်လို အလုပ်သလဲ။

ကာကွယ်ဆေးတွင် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပေါ်မှ ဆူးချွန်များအတွက် ညွှန်ကြားချက် (အချက်ပေး RNA) ပါဝင်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်သည် ကိုယ်ခံအားစနစ်က လက်တွေ့အသုံးပြုနိုင်သည့် အန္တရာယ်မရှိသော အဆိုပါ ဆူးချွန်များကို ပုံစံတူများကို ပွားပေးပါသည်။ ဤနည်းဖြင့် ကိုယ်ခံအားစနစ်သည် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်၏ ဆူးချွန်များကို မှတ်မိသိရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်သည် ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ခံလာရသည့်အခါ ၎င်းကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။ အချက်ပေး RNA ကို ခန္ဓာကိုယ်က လျင်မြန်စွာ ပြိုကွဲသွားစေပြီး ၎င်းသည် မျိုးဗီဇပစ္စည်းအပေါ် သက်ရောက်မှုမရှိပါ။

ကာကွယ်ဆေးတွင် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးရှင်မပါရှိသဖြင့် COVID-19 ရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေခြင်းမရှိပါ။ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးသည် ရောဂါကို ကာကွယ်ရန် လုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။ ၎င်းသည် ဖြစ်ပွားဆဲ နာမကျန်းဖြစ်မှုကို ကုသပေးနိုင်ခြင်းမရှိပါ။

ဤသို့ ကာကွယ်ဆေးထုတ်လုပ်သည့်နည်းလမ်းကို လူသားများတွင် ကူးစက်တတ်သည့် ရောဂါများအတွက် ယခင်က အသုံးမပြုရသေးသော်လည်း နည်းပညာကို သိရှိထားကြပြီး ကင်ဆာကုသမှုတွင် အသုံးပြုကြပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးက ဘယ်လို လုပ်ဆောင်သလဲ။

ကာကွယ်ဆေးသည် နိုဗယ် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်သည့် ရောဂါကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ပထမ နှင့် ဒုတိယအကြိမ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ပြင်းထန်သော ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်းကို ပိုမိုကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ခံရခြင်းကို ကောင်းမွန်စွာ

ကာကွယ်ရန် ဆေးနှစ်ကြိမ်ထိုးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကာကွယ်မှုသည် မည်မျှအထိ ကြာရှည်ခံမည်ကို ကျွန်ုပ်တို့ မသိရှိကြသေးပါ။ ကာကွယ်ပေးနိုင်မှုသည် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ လျော့နည်းလာပါက အားဖြည့်ဆေးထိုးရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် ရောဂါပိုးပျံ့နှံ့ခြင်းကို အပြည့်အဝ မကာကွယ်ပေးနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် လက်ရှိ ကူးစက်မှုထိန်းချုပ်ရေးအကြံပြုချက်ကို ဆက်လက်လိုက်နာရန် အရေးကြီးပါသည်။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအများစု သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ဖြစ်ပွားလေ့ရှိပါသည်။ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးသည် အခြားကာကွယ်ဆေးများထက် သာမန်ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ပိုခံရစေပါသည်။ လက္ခဏာများသည် သာမန်အားဖြင့် အလွန်ပျော့ပျော့မှ အတန်အသင့်အထိရှိပြီး ရက်အနည်းငယ်ကြာလျှင် သူ့အလိုလိုပျောက်သွားတတ်သော်လည်း အချို့မှာမူ ပြင်းထန်သော လက္ခဏာများ ရှိတတ်ပါသည်။ လူကြီးများထက်စာလျှင် လူငယ်များတွင် ပိုမိုပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ခံရတတ်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခံသူအများစုမှာ ဆေးထိုးထားသည့်နေရာတွင် နာခြင်း နှင့် ရောင်ရမ်းခြင်းများရှိတတ်ပါသည်။ အခြား အဖြစ်များသော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများတွင် လူနုန်းခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကြွက်သားများနှင့် အဆစ်အမြစ်များနာကျင်ခြင်း၊ ချမ်းတုန်ခြင်း၊ ပျို့ခြင်း/အန်ခြင်း၊ ချိုင်းအကျိတ်ရောင်ရမ်းခြင်း နှင့်နာခြင်း နှင့် ကိုယ်ပူခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများသည် ဒုတိယအကြိမ် ဆေးချိန်ထိုးနှံပြီးနောက်ပိုင်းတွင် အတွေ့ရများပါသည်။

ပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများမှာ အလွန်ရှားပါသည်။ ရှားပါးသော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများတွင် နှလုံးရောင်ရမ်းခြင်း (နှလုံးကြွက်သားရောင်ရမ်းခြင်း နှင့် နှလုံးအကာ ရောင်ရမ်းခြင်း)တို့ ပါဝင်ပါသည်။ ၄င်းတို့သည် အများအားဖြင့် 2 ကြိမ်မြောက်ဆေးထိုးပြီးချိန်တွင် တွေ့ရပြီး ဆယ်ကျော်သက် နှင့် လူငယ်လူရွယ်များတွင် ပိုဖြစ်တတ်ပါသည်။ ပြင်းထန် ဓာတ်မတည့်မှု နှင့် နှလုံးရောင်ရမ်းခြင်းကဲ့သို့သော ရှားပါးသော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ခံရပါက ကုသလို့ ရနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် အခြား မသိသေးသော ရှားပါးသော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ သို့မဟုတ် ဆေးထိုးပြီး အကြာကြီးနေမှဖြစ်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ မရှိဟု မပြောနိုင်ပါ။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေရလာရင် ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်ရမလဲ။

သင့်တွင် မမျှော်လင့်ထားသော ပြင်းထန်သော သို့မဟုတ် ကြာရှည်ခံစားရသော လက္ခဏာများကို ခံစားရပါက သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် အခြား ကျန်းမာရေး လုပ်သားထံသွားပြီး စစ်ဆေးခံပြီး အကြံဉာဏ်ရယူပါ။ ၄င်းတွင် သင်ခံစားနေရသည်များသည် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ဖြစ်သည် သို့မဟုတ် မဟုတ်ဟု ယုံကြည်လျှင်လည်း အကြံပေးသည့်အတိုင်း လိုက်နာပါ။ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်သားများအနေဖြင့် ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်ပွားသည်ဟု သံသယရှိသော ဆိုးရွားပြင်းထန်သည့် သို့မဟုတ် မျှော်လင့်မထားသည့် တုန့်ပြန်မှုတိုင်းကို တင်ပြရန် တာဝန်ရှိပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် helsenorge.no မှတဆင့်လည်း အသိပေးချက်ကို ကိုယ်တိုင်ပေးပို့နိုင်ပါသည်။

အခြေအနေအရ ထောက်ခံခွင့်ပြုချက်

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးကို လူထောင်ချီအား ကာကွယ်ဆေးပေး၍ ပြုလုပ်သည့် ကြီးမားသော စမ်းသပ်လေ့လာမှုများအတွင်း စမ်းသပ်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ လေ့လာမှုများကို အခြား ကာကွယ်ဆေးများအတွက် လုပ်ဆောင်ရသည့်နည်းလမ်းများအတိုင်း လုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီးဖြစ်သော်လည်း စူစမ်းလေ့လာချိန်မှာ ပိုမိုတိုတောင်းသည်။ ဆေးဝါးထိန်းကြောင်းကွပ်ကဲရေးအာဏာပိုင်များက ကာကွယ်ဆေးကို အခြေအနေအရ ထောက်ခံခွင့်ပြုချက်ပေးအပ်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ၎င်းက ကာကွယ်ဆေး၏ အကျိုးကျေးဇူးသည် ရရှိနိုင်သည့် ဘေးအန္တရာယ်ထက်ပိုမိုအလေးသာကြောင်း ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ရန် လုံလောက်သည့်ဒေတာရှိသော်လည်း ကာကွယ်ဆေးထုတ်လုပ်သည့်ကုမ္ပဏီသည် လေ့လာမှုများကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ဒေတာများရရှိလာသည့်အခါ ဆေးဝါးထိန်းကြောင်းကွပ်ကဲရေးအာဏာပိုင်များထံ အဆက်မပြတ် ပေးပို့ရမည်ဟုဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်ရရှိထားသည့် ကာကွယ်ဆေးက ဘာကာကွယ်ဆေးလဲ။

သင့်အား ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေး ပေးသည့်အချိန်တွင် သင့်ကို နော်ဝေကာကွယ်ဆေးမှတ်ပုံတင်စနစ် (Norwegian Immunisation Registry) ၊ SYSVAK အတွင်း မှတ်ပုံတင်မည်ဖြစ်သည်။ သင့်အချက်အလက်များကို helsenorge.no.

တွင် ဝင်ကြည့်နိုင်ပါသည်။ ပိုမိုသိရှိလိုပါသလား။

သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် အခြား ကျန်းမာရေးလုပ်သား ကိုမေးမြန်းပါ သို့မဟုတ် နော်ဝေး ကျန်းမားရေးဌာန၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်ဒ် fhi.no/cip တွင်ဝင်ကြည့်ပါ။

FHI