ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက်များဆိုင်ရာ ဖော်ပြချက်

HPV (ရေယုန်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးတစ်မျိုး) ကာကွယ်ဆေး- သင်သိထားရမည့် အကြောင်းအရာများ

Many vaccine information statements are available in Burmese and other languages. See www.immunize.org/vis

ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက် ကြေငြာချက်များကို မြန်မာဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာစကားများတို့ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ www.immunize.org/vis တွင် ကြည့်ရှုပါ။

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

HPV (ရေယုန်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးတစ်မျိုး) ကာကွယ်ဆေးသည် အချို့သောရေယုန်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးအမျိုးအစား ကူးစက်မှုကို တားဆီးကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။

HPV ကူးစက်မှုများသည် အောက်ဖော်ပြပါတို့အပါအဝင် အချို့သော ကင်ဆာအမျိုးအစားများကို ဖြစ်စေနိုင်သည်-

- အမျိုးသမီးများတွင် သားအိမ်ခေါင်း၊ သားအိမ်လမ်းကြောင်းနှင့် ယောနိကင်ဆာ
- အမျိုးသားများတွင် ဖြစ်သော လိင်တံကင်ဆာရောဂါ
- အမျိုးသမီးနှင့်အမျိုးသားတို့နှစ်ဦးစလုံးတွင်ဖြစ်သော စအိုကင်ဆာ
- အမျိုးသမီးနှင့်အမျိုးသားတို့နှစ်ဦးစလုံးတွင်ဖြစ်သော အာသီးကင်ဆာ၊ လျှာခင် နှင့် လည်မျို (oropharyngeal ကင်ဆာ) ကင်ဆာ

HPV ပိုးကူးစက်မှုသည် လိင်တန်ဆာတွင်ကြွက်နို့များထွက်ခြင်းကိုလည်းဖြစ်စေနိုင်သည်။

HPV ကာကွယ်ဆေးသည် HPV ကြောင့်ဖြစ်သည့် ကင်ဆာများ၏ 90% ကိုကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။

HPV သည်အထိအတွေ့များသည့် အရေပြားမှ-အရေပြားသို့တဆင့်ဖြစ်စေ လိင်ဆက်ဆံမှုကြောင့်ဖြစ်စေ ပြန့်ပွားသည်။ HPV ကူးစက်မှုများမှာ အဖြစ်များလွန်းသဖြင့် လူတိုင်းအားလုံးလိုလိုသည် ၎င်းတို့၏ ဘဝသက်တမ်းတလျှောက်တွင် အနည်းဆုံး HPV အမျိုးအစားတစ်ခုခုကူးစက်ခံရလေ့ရှိသည်။ HPV ကူးစက်မှုများမှာ 2 နှစ်အတွင်း ၎င်းဘာသာ ပျောက်သွားလေ့ရှိသည်။ သို့သော် တခါတရံ၌ HPV ကူးစက်မှုမှာ ပိုကြာရှည်တတ်ပြီး အသက်ကြီးလာသည့်အခါ ကင်ဆာများဖြစ်စေနိုင်သည်။

2. HPV ကာကွယ်ဆေး

HPV ကာကွယ်ဆေးကို ပုံမှန်အားဖြင့် အပျို/လူပျိုဖော်ဝင်စအရွယ် အသက် 11 သို့မဟုတ် 12 နှစ်ရှိသူများအတွက် အကြံပြုထားပြီး သူတို့က ဗိုင်းရပ်စ်နှင့်ထိတွေ့မှုမဖြစ်မီ သေချာကာကွယ်ပေးထားရန် ဖြစ်ပါသည်။ HPV ကာကွယ်ဆေးကို အသက် 9 နှစ်မှစတင်၍ စထိုးပေးနိုင်ပြီး အသက် 26 နှစ်အတွင်းရှိသူတိုင်းအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ အကြံပြုပါသည်။

HPV ကာကွယ်ဆေးကို အသက် 27 မှ 45 နှစ်အရွယ်ရှိ လူကြီးများကို ထိုးပေးနိုင်သည်မှာ လူနာနှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ပံ့ပိုးသူတို့ကြား ဆွေးနွေးမှုအရအခြေခံပါသည်။

အသက် 15 နှစ်မပြည့်မီ ပထမအကြိမ်ကာကွယ်ဆေးထိုးသည့် ကလေးအများစုကို HPV ကာကွယ်ဆေး 2 ကြိမ်ထိုးပေးဖို့ လိုသည်။ အသက် 15 နှစ်ပြည့်ပြီးမှ သို့မဟုတ် ထို့နောက်ပိုင်းမှ ပထမအကြိမ်ကာကွယ်ဆေးထိုးသောသူများနှင့် အချို့သော အဆုပ်မကောင်းသည့် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများသည် ကာကွယ်ဆေးကို 3 ကြိမ်ထိုးဖို့လိုအပ်သည်။ သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ်အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

HPV ကာကွယ်ဆေးအား အခြားသောကာကွယ်ဆေးများနှင့်အတူလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။

3. သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည်ဆိုလျှင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးပံ့ပိုးမည့်သူထံသို့ အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ -

- ယခင်က HPV **ကာကွယ်ဆေး ဆေးတစ်ကြိမ် ထိုးပြီးနောက် ခါတ်မတည့်သည့် တုန့်ပြန်မှု ဖြစ်ခဲ့ဖူးလျှင်** သို့မဟုတ် **ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ် ချိန်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုန့်ပြန်မှု တစ်စုံတစ်ရာ** ရှိခဲ့ဖူးခြင်း။
- **ကိုယ်ဝန်ဆောင်သည်ဖြစ်လျှင်**— ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှု မပြီးမချင်း အထိ HPV ကာကွယ်ဆေးကို အကြံမပြုထားပါ

အချို့သော ဖြစ်ရပ်များတွင် သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူသည် HPV ကာကွယ်ဆေး ထိုးမှုကို နောက်တကြိမ်ဆေးခန်းသို့လာပြသည်အထိ ရွှေ့ဆိုင်းရန် ဆုံးဖြတ်နိုင်သည်။

အအေးမိခြင်း ကဲ့သို့ အသေးစား နာမကျန်းမှုရှိသူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အသင့်အတင့် သို့မဟုတ် အပြင်းအထန် နေမကောင်းသူများသည် HPV ကာကွယ်ဆေး မထိုးမီ နေပြန်ကောင်းလာသည်အထိ စောင့်သင့်သည်။

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- HPV ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးပြီးနောက် ဆေးထိုးသည့်နေရာတွင် ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နီမြန်းခြင်း သို့မဟုတ် နာကျင်ခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်သည်။
- HPV ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ခေါင်းကိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် ကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း အပါအဝင် ဆေးဝါးကုသမှုများအပြီးတွင် လူတို့သည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် မူးဝေလဲကျတတ်ပါသည်။ သင်မူးဝေခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် နာခြင်းဖြစ်ပါက သင့်ဆရာဝန်အား ပြောပြပါ။

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်းထန်သောဓါတ်မတည့်ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အလွန့်အလွန်နည်းပါးသည်။

5. ပြင်းထန်သော တုံ့ပြန်မှု ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ဆေးခန်းမှ ထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်တုန့်ပြန်မှုရရှိနိုင်သည်။ သင်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့် တုန့်ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည်ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း သို့မဟုတ် အားမရှိခြင်း) တို့ကို တွေ့ ရှိရပါက **9-1-1** သို့ ခေါ် ဆိုပြီး၊ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံး ဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

အခြားသော လက္ခဏာများအတွက် စိတ်ပူပါက သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ ဖုန်းခေါ် ပါ။

ဓာတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှုများအား Vaccine Adverse Event Reporting System, VAERS (ကာကွယ်ဆေး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး အဖြစ်အပျက် တိုင်ကြားရန် စနစ်) သို့ တင်ပြသင့်သည်။ သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူသည် ပုံမှန်အားဖြင့် ဤအစီရင်ခံစာကို တင်ပြမည်ဖြစ်သည် သို့မဟုတ်ပါက သင်ကိုယ်တိုင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပေသည်။ VAERS ၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ဖြစ်သည့် **www.vaers.hhs.gov** သို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် **1-800-822-7967** သို့ ခေါ် ဆိုပါ။ *VAERS သည် ဓါတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံရန်အတွက်သာ ဖြစ်ပြီး၊ VAERS ဝန်ထမ်းအဖွဲ့ ဝင်များသည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အကြံပေးခြင်းများ မပြုလုပ်ပါ။*

6. ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိမှု လျော်ကြေးပေးရေး အမျိုးသား အစီအစဉ်

အမျိုးသား ကာကွယ်ဆေး ထိခိုက်ဒဏ်ရာ လျော်ကြေးပေးရေး အစီအစဉ် (National Vaccine Injury Compensation Program, VICP) သည် ကာကွယ်ဆေးတစ်ခုခုကြောင့် ဒဏ်ရာရရှိသူအား လျော်ကြေးပေးရန် တည်ထောင်ထားသော ပြည်ထောင်စု အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု ပြောဆိုထားသည့် ထိခိုက်မှု သို့မဟုတ် အသက်သေဆုံးမှုနှင့်စပ်လျဉ်းသော တောင်းဆိုမှုများအတွက် လျှောက်ထားရန် အချိန်အကန့် အသတ်ရှိပြီး ယင်းမှာ ၂ နှစ်အထိ လျှော့ချထားပါသည်။ အစီအစဉ်အကြောင်း လေ့လာရန်နှင့် မကျေနပ်ချက်ကို တင်ပြရန်တို့အတွက် VICP ဝက်ဘ်ဆိုဒ် ဖြစ်သည့် **www.hrsa.gov/vaccinecompensation** သို့သွားပါ သို့မဟုတ် **1-800-338-2382** သို့ခေါ် ဆိုပါ။

7. ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန်

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ် ဆိုပါ။
- ကာကွယ်ဆေး ပက်ကေ့ချ်အတွက် Food and Drug Administration, FDA (သည် အစားအစာနှင့် ဆေးဝါး အာဏာပိုင်) ဝဘ်ဆိုက်သို့ သွားရောက်ပြီးနောက်ထပ်အချက်အလက်ကို **www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines** မှာဖြည့်သွင်းပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention, CDC (ရောဂါကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေး ဗဟိုဌာန) သို့ ဆက်သွယ်ပါ-
  - ဖုန်းခေါ် ဆိုရန် **1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)** သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ ဝဘ်ဆိုဒ်သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန် **www.cdc.gov/vaccines**

Burmese translation provided by the Immunization Action Coalition