ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက်များဆိုင်ရာ ဖော်ပြချက်

Recombinant Zoster (ပေါင်းစပ်ဇိုစ်တာ) (ရေယုန်) ကာကွယ်ဆေး၊ RZV - *သင်သိထားရမည့် အကြောင်းအရာများ*

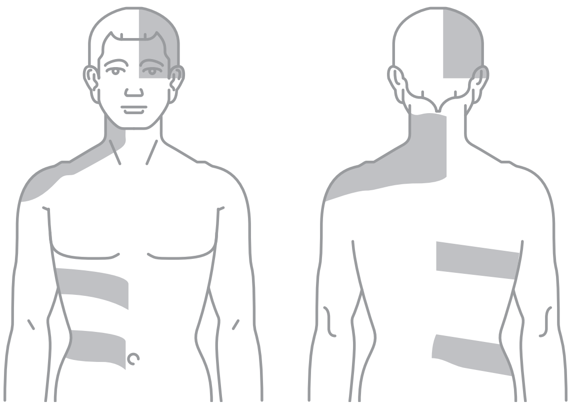
Many Vaccine Information Statements are available in Burmese and other languages. See www.immunize.org/vis

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

1. ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရသလဲ။

ပေါင်းစပ်ဇိုစတာ (ရေယုန်) ကာကွယ်ဆေးသည် **ရေယုန်များ**မှ ကြိုတင်ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ရေယုန် (ဟာပီး ဇိုစတာ သို့မဟုတ် ဇိုစတာ ဟုလည်း ခေါ်သည်) သည် အရည်ကြည်ဖုများထွက်တတ်ပြီး နာကျင်သည့် အရေပြား အဖုအပွိန်ထွက်မှုတစ်ခု ဖြစ်သည်။ အရေပြား အဖုအပိမ့်များအပြင် ရေယုန်သည် အဖျားတက်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကိုယ်လက်အေးစိမ့်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝမ်းဗိုက်ကော်မကောင်းခြင်းတို့ကိုလည်း ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဖြစ်ခဲသော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံတွင်မူ ရေယုန် ရောဂါပိုးကူးစက်မှုသည် အဆုတ်ရောင်ရောဂါ၊ အကြားအာရုံ အခက်အခဲပြဿနာများ၊ မျက်စိကွယ်မှု၊ ဦးနှောက် ရောင်ယမ်းမှု (ဦးနှောက်ရောင်ယမ်းနာရောဂါ) သို့မဟုတ် သေဆုံးမှုအထိကဲ့သို့ ထပ်တိုးရောဂါသစ်များသို့ ဦးတွည်သားစေနိုင်ပေသည်။



ရေယုန်များသည် အသက်အရွယ်နှင့်လိုက်၍ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမိုများပြားလာနိုင်သည်။ ရေယုန်နှင့်ပတ်သက်ပြီး အတွေ့ရအများဆုံးသော အခြေအနေမှာ postherpetic neuralgia (PHN) ဟု ခေါ်သည့် ရေရှည် အာရုံကြော နာကျင်ကိုက်ခဲမှု အခြေအနေတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ PHN သည် ရေယုန်အနှီကက်များ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည့် နေရာများတွင် ပေါ်လာတတ်ပြီး အနှီကက်များ ပျောက်ကင်းသွားပြီးနောက် လများစွာ သို့မဟုတ် နှစ်များစွာအထိ ကြာတတ်ပါသည်။ PHN ကြောင့် နာကျင်မှုသည် အလွန်ပြင်းထန်၍ ချိနဲ့အားနည်းစေနိုင်ပေသည်။

PHN သည် အသက်အရွယ်နှင့်လိုက်၍ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမိုများပြားလာနိုင်သည်။ ရေယုန်ဖြစ်ပွားသော အသက်ပိုကြီးသူ လူကြီးတစ်ဦးသည် အသက်ပိုငယ်သူတစ်ဦးနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက PHN ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပိုမိုများပြားပြီး ဖြစ်ပွားပါကလည်း ပိုမိုကြာရှည်ကာ ပိုမိုပြင်းထန်သော နာကျင်မှုကို ခံစားရနိုင်ပေသည်။

ကိုယ်ခံအားစနစ် ချို့ယွင်းသူများတွင် ရေယုန်များနှင့် ရောဂါမှ ထပ်တိုးဝေဒနာအသစ်များ ရရှိနိုင်ခြေ အန္တရာယ်လည်း မြင့်မားတတ်ပါသည်။

ရေယုန်များသည် ရေကျောက်အားဖြစ်ပေါ်စေသည့် တူညီသော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး varicella-ဇိုစတာ ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းဖြစ်သည်။ သင် ရေကျောက်ဖြစ်ပွားပြီးနောက် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် သင့်ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း အောင်းကျန်နေပြီး၊ နောက်ပိုင်း၌ ရေယုန်ရောဂါအား ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပေသည်။ ရေယုန်သည် တစ်ဦးမှ တစ်ဦးထံသို့ ကူးစက်နိုင်ခြင်း မရှိသော်လည်း ရေယုန်အား ဖြစ်ပွားစေသည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများမှာမူ ပျံ့နှံ့နိုင်ပြီး ရေကျောက် တစ်ကြိမ်တစ်ခါမှ မဖြစ်ဖူးသည့် သို့မဟုတ် ရေကျောက် ကာကွယ်ဆေး မည်သည့်အခါမျှ လက်ခံရရှိဖူးခြင်း မရှိသည့် တစ်စုံတစ်ဦးအား ရေကျောက်ရောဂါ ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပေသည်။

2. ပေါင်းစပ်ရေယုန်ကာကွယ်ဆေး

ပေါင်းစပ်ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးသည် ရေယုန်အား အခိုင်အမာအကာအကွယ်ပေးနိုင်သည်။ ရေယုန်ဖြစ်ပွားမှုအား ကာကွယ်ပေးခြင်းအားဖြင့် ပေါင်းစပ်ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးသည် PHN နှင့် အခြား ထပ်တိုးရောဂါသစ်များကိုလည်း ကာကွယ်ပေးနိုင်ပေသည်။

Recombinant ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးကို ဖော်ပြပါလူများအတွက် အကြံပြုထားပါသည်-

- **အသက် 50 နှစ်နှင့်အထက် လူကြီးများ**
- **အသက် 19 နှစ်နှင့် အထက်ဖြစ်ပြီး ရောဂါ သို့မဟုတ် ဆေးဝါးကုသမှုများကြောင့် ကိုယ်ခံအားစနစ် အားနည်းသူများ**

ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးကို နှစ်ကြိမ်ထိုးဆေးအတွဲအဖြစ် ထိုးနှံပါသည်။ လူအများအတွက် ဒုတိယအကြိမ် ထိုးဆေးကို ပထမအကြိမ် ထိုးနှံပြီးနောက် 2 လမှ 6 လအထိ ထိုးပေးပါသည်။ ကိုယ်ခံအားစနစ် ချို့ယွင်းနေသည့် သို့မဟုတ် ချို့ယွင်းသွားမည့် လူအချို့သည် ပထမအကြိမ် ထိုးဆေး ထိုးပြီးနောက် 1 လမှ 2 လတွင် ဒုတိယအကြိမ် ထိုးဆေးကို ထိုးနိုင်ပါသည်။ လမ်းညွှန်ချက်အတွက် သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူနှင့် တိုင်ပင်ပါ။

ယခင်က ရေယုန်များ ပေါက်ဖူးပြီး varicella (ရေကျောက်) ကာကွယ်ဆေး ထိုးဖူးသည့် လူများအား ပေါင်းစပ် ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပါရန် အကြံပြုပါသည်။ ဆေးအား အခြားရေယုန်ကာကွယ်ဆေးတစ်မျိုးဖြစ်သည့် သက်ရှိဇီဝရေယုန် ကာကွယ်ဆေးအား ရရှိထားပြီးဖြစ်သူများအတွက်လည်း ထောက်ခံအကြံပြုထားပါသည်။ ပေါင်းစပ် ရေယုန် ကာကွယ်ဆေးတွင် သက်ရှိ ဗိုင်းရပ်စ် မပါရှိပါ။

ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးအား အခြားသောကာကွယ်ဆေးများနှင့်အတူလည်း ပေးနိုင်ပါသည်။

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

3. သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ

အကယ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးမည်ဆိုလျှင် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးပံ့ပိုးမည့်သူထံသို့ အောက်ပါအချက်များအား ပြောပြပါ -

- ယခင်တစ်ခါ **ပေါင်းစပ်ရေယုန် ကာကွယ်ဆေးတစ်ကြိမ်ရယူပြီးနောက် ဓါတ်မတည့်သည့် တုံ့ပြန်မှုဖြစ်ခဲ့ဖူးခြင်း** သို့မဟုတ် ပြင်းထန်သော အသက်အန္တရာယ် **ချိန်းခြောက်သည်အထိ ဓါတ်တုံ့ပြန်မှုတစ်စုံတစ်ရာဖြစ်ခဲ့ဖူး ခြင်းရှိလျှင်**
- လက်ရှိတွင် **ရေယုန်များ ဆက်တိုက်ဖြစ်ခြင်း ခံစားနေရသည်**
- **ကိုယ်ဝန်ရှိသည်**

အချို့သောအခြေအနေတွင် သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူမှ ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအား အခြားတစ်ရက်ရက်သို့ ရွှေ့ဆိုင်းနိုင်သည်။

အအေးမိခြင်း ကဲ့သို့ အသေးစား နာမကျန်းမှုရှိသူများသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အသင့်အတင့် သို့မဟုတ် အပြင်းအထန် နေမကောင်းသူများသည် ပေါင်းစပ်ရေယုန် ကာကွယ်ဆေး မထိုးမီ နေပြန်ကောင်းလာသည့်အထိ စောင့်သင့်သည်။

သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူမှ အသေးစိတ် အချက်အလက်များ သင့်အား ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

4. ကာကွယ်ဆေးတုံ့ပြန်မှုအန္တရာယ်များ

- အနည်းငယ် သို့မဟုတ် အသင့်အတင့် လက်မောင်း နာကျင်ကိုက်ခဲမှုသည် ပေါင်းစပ်ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးရယူပြီးနောက် အွလနေ်အွတ ့ရများသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသည့် နေရာတွင် နီမြန်းမှု နှင့် ရောင်ကိုင်းမှုများလည်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။

- ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှု၊ ကြွက်သား နာကျင်မှု၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ တုန်နေခြင်း၊ အဖျားတက်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက် နာကျင်မှု နှင့် မအီမသာဖြစ်ခြင်းတို့သည် ပေါင်းစပ်ရေယုန်ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော လက္ခဏာများ ဖြစ်သည်။

ဤဘေးထွက်ဆိုးကျိုးသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူအား ပုံမှန် လုပ်ငန်းဆောင်တာများ လုပ်ခြင်းမှ ယာယီ အဟန့်အတား ဖြစ်စေခြင်း ရှိနိုင်သည်။ ရောဂါလက္ခဏာများသည် 2 ရက် မှ 3 ရက်အတွင်း အလိုလို ပျောက်ကွယ်သွားပါမည်။ ပထမအကြိမ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ဤတုံ့ပြန်မှုများထဲမှ တစ်ခုအား သင်ခံစားခဲ့ရသည့်တိုင် ပေါင်းစပ် ရေယုန်ကာကွယ်ဆေးအား ဒုတိယအကြိမ် ရယူရန်လိုအပ်ပါသည်။

ပြင်းထန်သော အာရုံကြောစနစ် ချို့ယွင်းမှုဖြစ်သည့် ကြွက်သားအားနည်းရောဂါစု (GBS) သည် ပေါင်းစပ် ဇိုစတာ (zoster) ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက် အွလန်ဖြစ်ခဲသည်ဟု သိထားရပါသည်။

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

အခြားသောဆေးဝါးများကဲ့သို့ပင် ကာကွယ်ဆေးကြောင့် ပြင်းထန်သောဓါတ်မတည့်ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ သို့မဟုတ် သေဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ခြေမှာ အွလန့်အွလန်နည်းပါးသည်။

5. ပြင်းထန်သော တုံ့ပြန်မှု ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့လျှင် မည်သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသူသည် ဆေးခန်းမှ ထွက်ခွာပြီးနောက် ဓာတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုရရှိနိုင်သည။ သင်သည် ပြင်းထန်သော ဓာတ်မတည့် တုံ့ပြန်မှု လက္ခဏာများ (အနီပြင်ထခြင်း၊ မျက်နှာနှင့် လည်ပင်းများ ဖောင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ နလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း သို့မဟုတ် အားမရှိခြင်း) တို့ကို တွေ့ ရှိရပါက **9-1-1** သို့ ခေါ်ဆိုပြီး၊ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်အား အနီးဆုံး ဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

အခြားသော လက္ခဏာများအတွက် စိတ်ပူပါက သင်၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ ဖုန်းခေါ်ပါ။

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 ခေါ်ဆိုပါ။ *VAERS သည် ဓါတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှုများကို အစီရင်ခံရန်အွတက်သာ ဖြစ်ပြီး၊ VAERS ဝန်ထမ်းအွဖဲ့ဝင်များသည် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အကြံပေးခြင်းများ မပြုလုပ်ပါ။*

6. ပိုမိုလေ့လာနိုင်ရန်

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူထံ မေးမြန်းပါ။
- သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ခေါ်ဆိုပါ။
- ကာကွယ်ဆေး ပက်ကေ့ချ်အွတက် Food and Drug Administration (FDA) ဝဘ်ဆိုက်သို့ သွားရောက်ပြီးနောက်ထပ်အချက်အလက်ကို www.fda.gov/vaccines-blood-biologics/vaccines မှာဖြည့်သွင်းပါ။
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (ရောဂါ ကာကွယ်ရေးနှင့် ထိန်းချုပ်ရေး ဗဟိုဌာန) သို့ ဆွက်သယ်ပါ-
  - ဖုန်းခေါ်ဆိုရန် **1-800-232-4636** (**1-800-CDC-INFO**) သို့မဟုတ်
  - CDC ၏ ဝဘ်ဆိုဒ်သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန်www.cdc.gov/vaccines

Burmese translation provided by Immunize.org