

အသက် ၆၀ နှစ်နှင့်အထက်ရှိသူများနှင့်၊ ရောဂါအခံရှိသူများသို့

4

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်း စတုတ္ထအကြိမ်မြောက် ထိုးနှံမှုအတွက် အသိပေးခြင်း



ထိုးနှံမှုကုန်ကျစရိတ် အခမဲ့ ပမာဏအားလုံးအခမဲ့

စတုတ္ထအကြိမ်မြောက် ထိုးနှံမှု ခံယူနိုင်ပြီဖြစ်သည်။

စတုတ္ထအကြိမ်မြောက် ထိုးနှံခြင်းဖြင့်၊ မြင့်မားသော ရောဂါပိုမိုဆိုးဝါးလာနိုင်မှု ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း အကျိုးရလဒ်ကို ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။



ထိုးနှံရန် အကျိုးဝင်သူ

လက်ရှိအချိန်တွင် ရရှိထားသော သိပ္ပံဆိုင်ရာ အသိပညာစသည်တို့အရ၊ အောက်ပါလူများကို အကျိုးဝင်သူများအဖြစ်၊ မေလလကုန်ပိုင်းတွင် စတုတ္ထအကြိမ်မြောက် ထိုးနှံခြင်းကို စတင်ပါမည်။



※ရောဂါအခံများနှင့်ပတ်သက်၍ (ဂျပန်စာသာ)

တတိယအကြိမ် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက် ၅လ ကျော်ပြီး

- ① အသက် ၆၀ နှစ်နှင့်အထက်ရှိသူများ ② အသက် ၁၈ နှစ်နှင့်အထက် ရောဂါအခံရှိသူများ
- အခြားသော ရောဂါအခြေအနေ ပိုမိုဆိုးရွားလာနိုင်သည့် အန္တရာယ်မြင့်မားသည်ဟု ဆရာဝန်မှ အသိအမှတ်ပြုထားသူများ

※ ① နှင့် ကိုက်ညီသူများမှာ နေထိုင်ရာဒေသရှိ ဒေသန္တရအစိုးရမှ စာတိုက်မှပေးပို့မည့် ဆေးထိုးလက်မှတ်ကို ထိုးနှံရမည့်နေရာသို့ ယူဆောင်လာပါ။

※ ② နှင့်ကိုက်ညီခြင်း ရှိမရှိနှင့်ပတ်သက်၍၊
ရောဂါအခံစသည်တို့ကြောင့် ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်းတွင် ဆေးစစ်ကုသနေရသူများနှင့်၊ ကြိုတင် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သော ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်း ရှိပါက၊ အဆိုပါ ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်းမှ ပါရဂူထံတွင် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ။ ကြိုတင် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သော ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်း မရှိပါက၊ ထိုးနှံရမည့်နေရာသို့ ကြိုတင်စစ်ဆေးသည့်အခါတွင် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ။ ထို့အပြင် ဆေးထိုးလက်မှတ် ဝေငှပေးပို့နည်းလမ်းအား၊ နေထိုင်ရာဒေသရှိ ဒေသန္တရအစိုးရမှ သတင်းထုတ်ပြန်ချက်ကို စစ်ဆေးအတည်ပြုပါ။

① ② နှင့် ကိုက်ညီမှုမရှိသူများအတွက် စတုတ္ထအကြိမ်မြောက် ထိုးနှံမှုနှင့်ပတ်သက်၍၊ ဆက်လက်ပြီး အမျိုးမျိုးသော သတင်းအချက်အလက်များကို စုဆောင်းလျက် စဉ်းစားသွားပါမည်။

အသုံးပြုမည့် ကာကွယ်ဆေး ပထမအကြိမ်မှ တတိယအကြိမ်မြောက်တွင် ထိုးနှံခဲ့သော ကာကွယ်ဆေးအမျိုးအစား နှင့် မသက်ဆိုင်ဘဲ၊ Pfizer ကုမ္ပဏီ သို့မဟုတ် Takeda / Moderna ကုမ္ပဏီတို့မှ ကာကွယ်ဆေးကို အသုံးပြုပါမည်။

ကိုရိုနာကာကွယ်ဆေး၏ အာနိသင်

• နိုင်ငံရပ်ခြားရှိ သုတေသနတွင်၊ တတိယအကြိမ်မြောက် ထိုးနှံပြီးသည့်နောက် ၄ လကျော် ကျော်လွန်သွားပြီးသော အသက် ၆၀ နှစ်နှင့်အထက် ရှိသူများတွင် Pfizer ကုမ္ပဏီ ကာကွယ်ဆေးကို စတုတ္ထအကြိမ်မြောက်ထိုးနှံပြီးသည့်အခါ၊ အိမ်ခံရန် ပိုမိုအမျိုးအစား ပေါ်လာချိန်တွင် ထိုးနှံပြီးနောက် ၆ ပါးတိုက် ကျော်လွန်သွားသော်လည်း ရောဂါအခြေအနေ ပိုမိုဆိုးရွားလာမှုကို ကြိုတင်ကာကွယ်သည့် အာနိသင်မှာ လျော့ကျမသွားဘဲ ၎င်းအခြေအနေအတိုင်း ဆက်ဖြစ်နေခဲ့သည်ဟု အစီရင်ခံထားသည်။
ရင်းမြစ် : Bar-On YM et al. Protection by a Fourth Dose of BNT162b2 against Omicron in Israel. NEJM. 2022.

ကိုရိုနာကာကွယ်ဆေး၏ လုံခြုံစိတ်ချရမှု

• နိုင်ငံရပ်ခြားရှိ သုတေသနတွင်၊ စတုတ္ထအကြိမ်မြောက် ထိုးနှံပြီးသည့်နောက် ၂၁ ရက်မြောက်အထိတွင် ပြင်းထန်သောဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ မတွေ့ခဲ့ရဟု အစီရင်ခံထားသည်။
□ အသက် ၁၈ နှစ်နှင့်အထက်ရှိသူများ ထိုးနှံပြီးနောက် ၂၁ ရက်မြောက်အထိတွင် ထွက်ပေါ်လာသော ရောဂါလက္ခဏာများ

50% နှင့်အထက်	နာကျင်မှု 78.8%
10-50%	ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှု 33.2% ကြွက်သားနာကျင်မှု 24.5% ခေါင်းကိုက်ခြင်း 21.5% တင်းမာခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း 12.0%
1-10%	အဆစ်အမြစ်နာကျင်ခြင်း 8.4% အဖျား 37.5 ဒီဂရီနှင့်အထက် 6.6% ပြန်ရည်ကျိတ်ရောင်ခြင်း 4.7% Erythema ၊ နီမြန်းခြင်း 8.0% အာရုံခံစားမှုထိခိုက်ခြင်း 1.5% ဓာတ်မတည့်တုံ့ပြန်မှု 1.0%

(※) သုတေသနတွင်မေးမြန်းခဲ့သူ : 274 ပါး (Pfizer ကုမ္ပဏီ : 154 ပါး၊ Moderna ကုမ္ပဏီ : 120 ပါး)
ရင်းမြစ် : Gili Regev-Yochay et al. Efficacy of a Fourth Dose of Covid-19 mRNA Vaccine against Omicron. NEJM. 2022.

⊙ နေထိုင်ခွင့် မှတ်ပုံတင်ထားသည့်နေရာ (စာရင်းသွင်းထားသည့် နေထိုင်ရာဒေသ) မဟုတ်သော အခြားနေရာတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍
 · ဆေးရုံတက်ရောက်နေဆဲ / စောင့်ရှောက်ရေးစင်တာ စသည့် ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် စင်တာများတွင် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံမည့်သူများ → ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် စင်တာများတွင် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။

· ရောဂါအခံကြောင့် ဆေးကုသမှုခံယူနေဆဲ ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်းများတွင် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံမည့်သူများ → ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်းတွင် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။

· ယခုနေထိုင်လျက်ရှိသည့်နေရာသည် နေထိုင်ခွင့် စာရင်းသွင်းထားသည့် နေထိုင်ရာဒေသနှင့် ကွဲပြားနေသူများ → အမှန်တကယ် နေထိုင်နေသော ဒေသတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံနိုင်သည့် အခါများလည်းရှိသည်။

အမှန်တကယ် နေထိုင်နေသော မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာရုံး home page တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုခြင်း သို့မဟုတ် တိုင်ပင်ခံကောင်တာတွင် ဆက်သွယ် မေးမြန်းပါ။

⊙ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံရန်အတွက် ကာယကံရှင်၏ သဘောတူညီမှု လိုအပ်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံရာတွင် ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ခြင်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုနှင့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတို့ပြန်မှု နှစ်ခုစလုံးနှင့်စပ်လျဉ်း၍ မှန်မှန်ကန်ကန် သိရှိနားလည်ပြီးမှသာ၊ ကိုယ်ပိုင်ဆန္ဒအပေါ်အခြေခံ၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှုကို ဆုံးဖြတ်ပါရန် မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။ ထိုးနှံသူ၏ သဘောတူညီမှု မပါရှိဘဲ ဆေးထိုးနှံပေးမည် မဟုတ်ပါ။

လုပ်ငန်းခွင် သို့မဟုတ် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူများမှ ဆေးထိုးရန်ဖိအားပေးခြင်း၊ ဆေးမထိုးထားသူကို ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းများ မပြုလုပ်သင့်ပါ။

⊙ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီး ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာထိခိုက်မှုအတွက် စရိတ်ခံစားခွင့်စနစ်ရှိပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းသည် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာထိခိုက်မှု (ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်း၊ မသန်စွမ်းမှုကျန်ရှိခြင်း) ဖြစ်ပွားသည်မျိုး ရှိတတ်ပါသည်။ အလွန်ရှားရှားပါးပါး ဖြစ်ပေါ်တတ်ခြင်းမျိုး ဖြစ်သော်လည်း လုံးဝ ချုပ်ငြိမ်းသွားစေရန် မလုပ်ဆောင်နိုင်သေးသည့်အတွက်၊ စရိတ်ခံစားခွင့်စနစ်ကို ထားရှိထားခြင်း ဖြစ်သည်။

လျှောက်ထားရန်လိုအပ်သောလုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ နေထိုင်ခွင့်မှတ်ပုံတင်ထားသည့် မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာရုံးနှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက်တွင်လည်း နှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်းစသည့် ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ရေးအစီအမံများကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပါရန် မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးသည် ကိုရိုနာရောဂါပိုးကူးစက်မှု ဖြစ်ပွားခြင်းကိုကာကွယ်ရာတွင် ထိရောက်မှုမြင့်မားစွာရှိကြောင်း အတည်ပြု ထားသော်လည်း၊ ၎င်း၏ထိရောက်မှုသည် 100% မဟုတ်ပါ။ ထို့အပြင် ဦးရပ်စ်အသွင်ကူးပြောင်းမှုအလိုက် သက်ရောက်မှုများလည်းရှိပါသည်။

ထို့ကြောင့် အားလုံးကို ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ရေးအစီအမံများကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရန် မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။ တိတိကျကျဆိုရလျှင် “Three Cs : (Crowded places, Closed spaces and Close-contact settings)” တို့ကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ နှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်း၊ လက်ကို ဆပ်ပြာဖြင့် ဆေးကြောခြင်းနှင့် alcohol ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်ဖြင့် ပိုးသတ်ခြင်း စသည့်အလေ့အထများကို ပြုလုပ်ရန် မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။

ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ရေးအစီအမံများကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရန် မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။



လူစုလူဝေးနေရာ



တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး နီးကပ်စွာ ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း



အလုပ်တဲနေသော နေရာ



နှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်း



လက်ကို ဆပ်ပြာဖြင့် ဆေးကြောခြင်း



Alcohol ပါဝင်သည့် လက်သန့်စင်ဆေးရည်ဖြင့် ပိုးသတ်သည့် အလေ့အထပြုလုပ်ခြင်း

“သတိ ၃ ရပ် (စုဝေးခြင်း · ထိတွေ့ခြင်း · အလုပ်တဲခြင်း)” တို့ကို ရှောင်ကြဉ်မှု

Website ကို ကြည့်ရှုမရနိုင်ပါက နေထိုင်နေသော မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာရုံး စသည်တို့ထံ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။	
COVID-19 ကာကွယ်ဆေး၏ ထိရောက်မှုနှင့် ဘေးကင်းမှုဆိုင်ရာ အသေးစိတ်အချက်အလက်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍၊ ကျန်းမာရေး၊ အလုပ်သမားနှင့် လူမှုဖူလုံရေး ဝန်ကြီးဌာန Website ရှိ " COVID-19 ကာကွယ်ဆေးနှင့်ပတ်သက်၍" page ကို ကြည့်ရှုပါ။	