

COVID-19 vaccine fact series

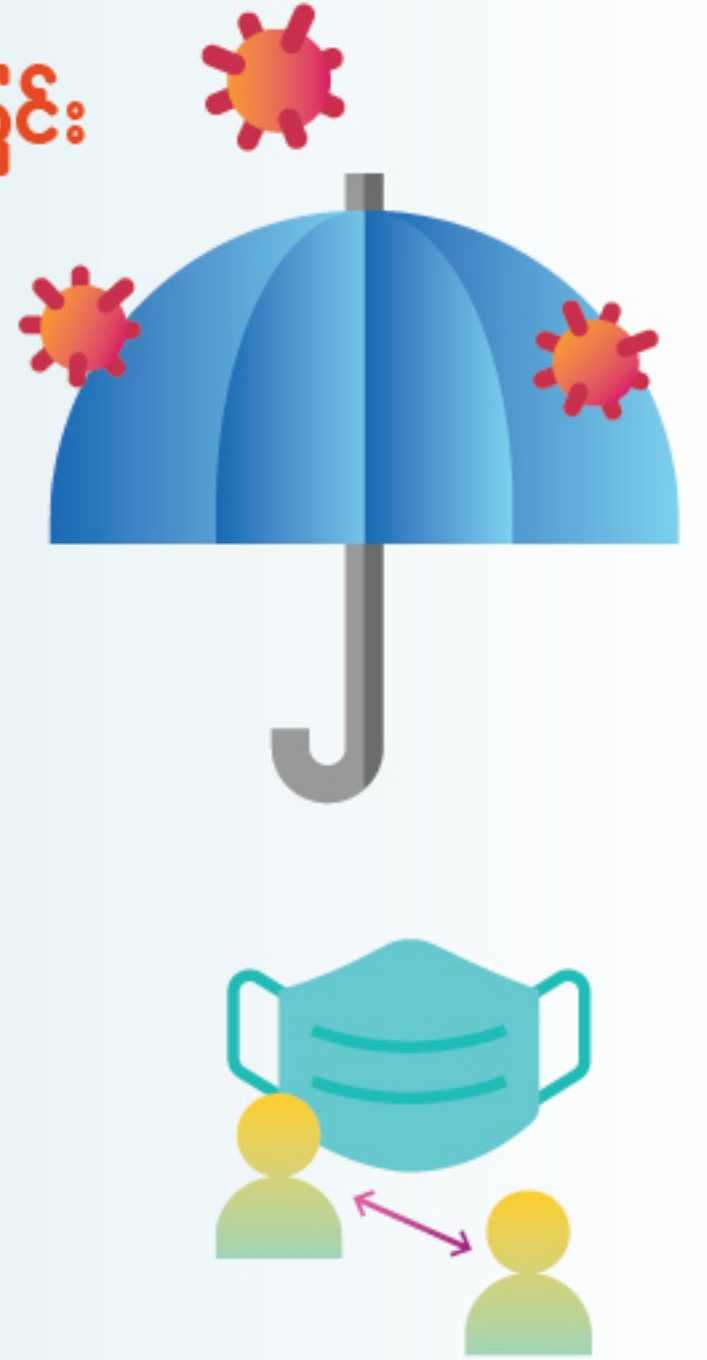


ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန၊ ပုဂ္ဂလိက၊ အများပြည်သူဆေးခန်းများမှ ထိုးနှံပေးသည့် WHO မှ အရေးပေါ်သုံးရန် ခွင့်ပြုထားသည့် စာရင်းတွင် ပါဝင်သော ကာကွယ်ဆေး အားလုံးသည် လုံခြုံစိတ်ချရပြီး ထိရောက်မှု ရှိပါသည်။



သင်ရဲ့ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို အမြင့်ဆုံး ကာကွယ်မှု ရစေရန် အကြံပြုထားသော အကြိမ်အရေအတွက် အားလုံးကို ထိုးနှံပါ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းက သင့်အား ဖျားနာခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ ပြင်းထန်သော COVID-19 ရောဂါခံစားရခြင်းနှင့် ဆေးရုံတက်ရခြင်းတို့ကို လျော့ချပေးပါသည်။



လူအများစုတွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပြီးသည့် အခါမှာ မပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး (သို့) ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး လုံးဝ မရှိခြင်းတို့တွေ့ရပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးသည့်တိုင် သင် ကိုယ်တိုင်၊ သင်၏မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းများကို ကာကွယ်ရန် ကြိုတင် ကာကွယ်မှုများကို ဆက်လက် ပြုလုပ်ပါ။



သင် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက် COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့် ဖျားနာခြင်းသည် ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော်လည်း ရှားပါးပါသည်။ သင့်ရဲ့ ရောဂါလက္ခဏာများက မပြင်းထန်ရန် အလားအလာ ပိုများပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးများသည် Delta မျိုးကွဲအပါအဝင် COVID-19 မျိုးရိုးဗီဇကွဲ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့် ပြင်းထန်စွာ ဖျားနာခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့မှ ကာကွယ်ပေးရန် အလွန် ထိရောက်ပါသည်။



ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁

အားလုံး လိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။



WHO မှ အရေးပေါ်သုံးရန် ခွင့်ပြုထားသော ကာကွယ်ဆေးများကို မည်သည့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန၊ ပုဂ္ဂလိကဆေးရုံ/ဆေးခန်း၊ အများပြည်သူဆေးခန်းများမှ ထိုးနှံပေးသည်ဖြစ်စေ လုံခြုံစိတ်ချရပြီး ထိရောက်မှုရှိပါသည်။



WHO မှ အရေးပေါ်သုံးရန် ခွင့်ပြုထားသော အောက်ဖော်ပြပါ ကာကွယ်ဆေးများသည် ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်း၊ ဆေးရုံ တက်ရောက်ကုသခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့ကို လျော့နည်းစေပါသည်။

- အက်စထရာ ဇီနီကာ/ အောက်စ်ဖို့ (AstraZeneca/Oxford vaccine)
- ဂျန်ဆင်နှင့်ဂျန်ဆင် (Johnson and Johnson)
- မိုဒါနား (Moderna)
- ဖိုင်ဇာ/ဘိုင်အိုတက်ခ် (Pfizer/BionTech)
- ဆိုင်နိုဖန်း (Sinopharm (Beijing Institute of Biological Products Co Ltd))
- ဆိုင်နိုဗက် (Sinovac)

ကာကွယ်ဆေးများသည် အခမဲ့ ဖြစ်ပြီး ကာကွယ်ဆေးထိုးခွင့်ရရှိသည်နှင့် သွားရောက် ထိုးနှံပါ။

ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁

အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။

-  ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။
-  တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။
-  ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို တပ်ဆင်ပါ။
-  နီးကပ်စွာထိတွေ့ဆက်ဆံ မိသူများကို ခြေရာကောက်ပါ။
-  သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။
-  လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။
-  ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။

သင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး နောက် ဖျားနာခြင်းသည် ဖြစ်တတ်သော်လည်း ရှားပါးပါသည်။ သင့်ရဲ့ COVID-19 ရောဂါ လက္ခဏာများက မပြင်းထန်ဖို့ ပိုများပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် COVID-19 ရောဂါ ဖြစ်ပွားမှုများသည် ခန္ဓာကိုယ်၌ အမြင့်ဆုံး ကိုယ်ခံစွမ်းအား ဖွံ့ဖြိုးမှု မဖြစ်ပေါ်ခင်တွင် ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အလွန်ထိရောက်သော ကာကွယ်ဆေးထိုးလျှင်ပင် လူအနည်းစုတွင် ဖျားနာနိုင်ပါသည်။ မည်သည့်ကာကွယ်ဆေးမဆို ဆေးထိုးသူ အားလုံး၏ ၁၀၀ ရာခိုင်နှုန်းကို ကာကွယ်မှု မပေးနိုင်ပါ။



ကာကွယ်ဆေး ထိုးခွင့်ရရှိသည်နှင့် ချက်ချင်း ကာကွယ်ဆေး သွားရောက် ထိုးနှံပါ။

ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁

အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။

- 
ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။
- 
တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။
- 
ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို တပ်ဆင်ပါ။
- 
နီးကပ်စွာထိတွေ့ဆက်ဆံမိသူများကို ခြေရာကောက်ပါ။
- 
သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။
- 
လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။
- 
ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။

WHO မှ အရေးပေါ်သုံးရန် ခွင့်ပြုထားသော ကာကွယ်ဆေးများသည် Delta မျိုးကွဲ အပါအဝင် COVID-19 မျိုးရိုးဗီဇမျိုးကွဲများကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ခံစားရမှုနှင့် သေဆုံးမှုကို ကာကွယ်ပေးနိုင်စွမ်း မြင့်မားပါသည်။



COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် Delta မျိုးစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသောရောဂါကူးစက်မှုနှင့် မပြင်းထန်သောရောဂါလက္ခဏာများဖြစ်ပွားမှုကို ကာကွယ်ပေးနိုင်စွမ်း အနည်းငယ် လျော့နည်းနိုင်သော်လည်း ပြင်းထန်သောရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှင့် သေဆုံးမှုကို ကာကွယ်ပေးနိုင်စွမ်း မြင့်မားပါသည်။ COVID-19 အချို့မျိုးကွဲများသည် အလွယ်တကူ ပိုမိုပြန့်နှံ့နိုင်ပါသည်။



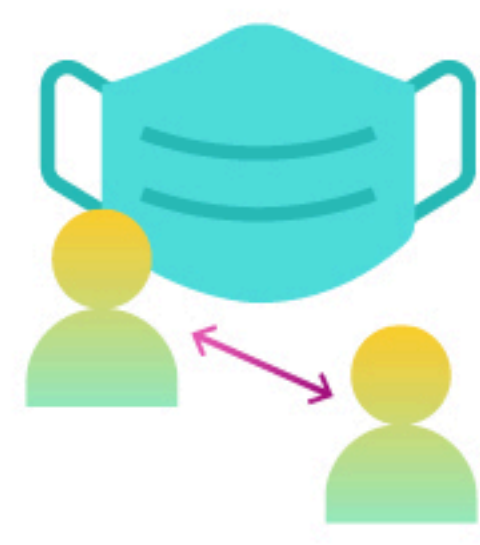
COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးထားခြင်းဖြင့် သင်၏အသက်ကို ကယ်တင်နိုင်ပြီး ပြင်းထန်သော COVID-19 ရောဂါဖြစ်ပွားမှုမှ ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁

အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။

- 
ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။
- 
တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။
- 
ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို တပ်ဆင်ပါ။
- 
နီးကပ်စွာထိတွေ့ဆက်ဆံ မိသူများကို ခြေရာ ကောက်ပါ။
- 
သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။
- 
လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။
- 
ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးသည့် တိုင်အောင် သင် ကိုယ်တိုင်၊ သင့်မိသားစု နှင့် သင့် မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများကို ကာကွယ်ရန် ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများကို ဆက်လက်လိုက်နာပါ။



COVID-19 ကာကွယ်ဆေးသည် အလွန်ဆေးစွမ်းထက်သော်လည်း ရာခိုင်နှုန်းအနည်းငယ်သော လူများတွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက် ဖျားနာခြင်းရှိနိုင်သေးသည်။ ထို့ပြင် ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသော အခြားသူများသို့ လည်း သင်မှတစ်ဆင့် မိုင်းရပ်စ်သယ်ဆောင် ပျံ့နှံ့စေနိုင်သေးသည်။

မည်သူမဆို အောက်ပါ ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများကို ဆက်လက် လိုက်နာပါ။ လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။ အပြင်ထွက်ပါက ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို မဖြစ်မနေ တပ်ဆင်ပါ။ လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် မကြာခဏ ဆေးကြောပါ။ နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးသည့်အခါတိုင်း တံတောင်ကွေးဖြင့် ကာထားပါ။ လေဝင်၊လေထွက် မကောင်းသောနေရာများကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။



ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁

အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။

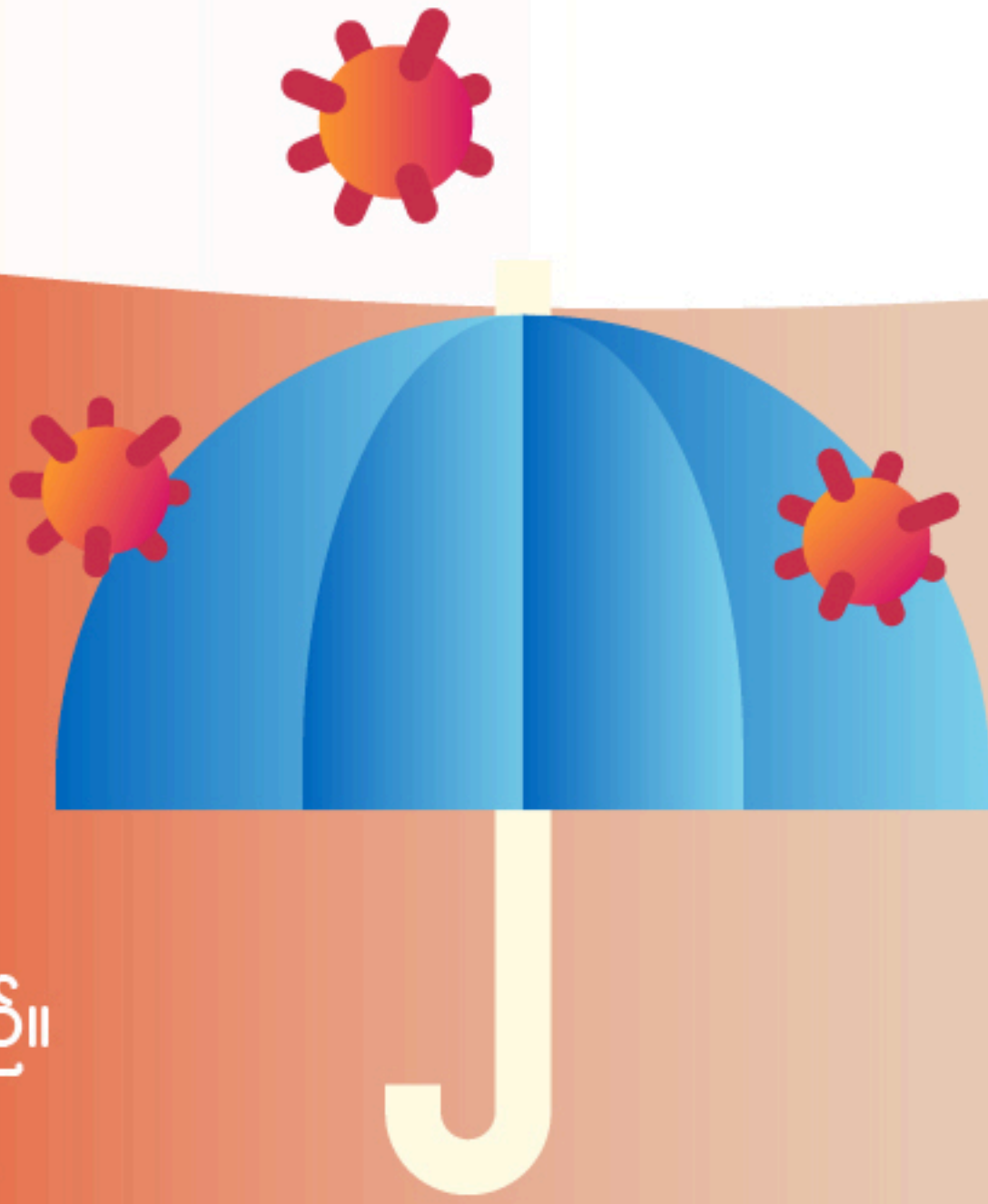
- 
ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။
- 
တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။
- 
ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို တပ်ဆင်ပါ။
- 
နီးကပ်စွာထိတွေ့ဆက်ဆံ မိသူများကို ခြေရာကောက်ပါ။
- 
သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။
- 
လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။
- 
ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးထားခြင်းဖြင့် ဖျားနာခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ပြီး၊ ရောဂါပြင်းထန်ခြင်းနှင့် ဆေးရုံတက်ရောက်ကုသမှုခံယူရခြင်းတို့ကို လျော့နည်းစေနိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် COVID-19 ရောဂါပြင်းထန်စွာ ခံစားရခြင်းနှင့် COVID-19 ရောဂါဖြင့် သေဆုံးခြင်းအစရှိသော ဘေးအန္တရာယ်များကို လျော့ချပေးနိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးပါက ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကိုယ်ပူ၍ ဖျားနာခြင်း၊ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်းစသည့် မပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ခံစားရနိုင်ပါသည်။ သို့သော် နှစ်ရက်အတွင်းတွင် အလိုလိုသက်သာသွားလိမ့်မည်။

ပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများခံစားရခြင်းအလွန် နည်းပါးပြီး အကယ်၍ ကြုံတွေ့လာပါက သင့်ရဲ့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူထံ အသိပေးအကြောင်းကြားပါ။



ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁

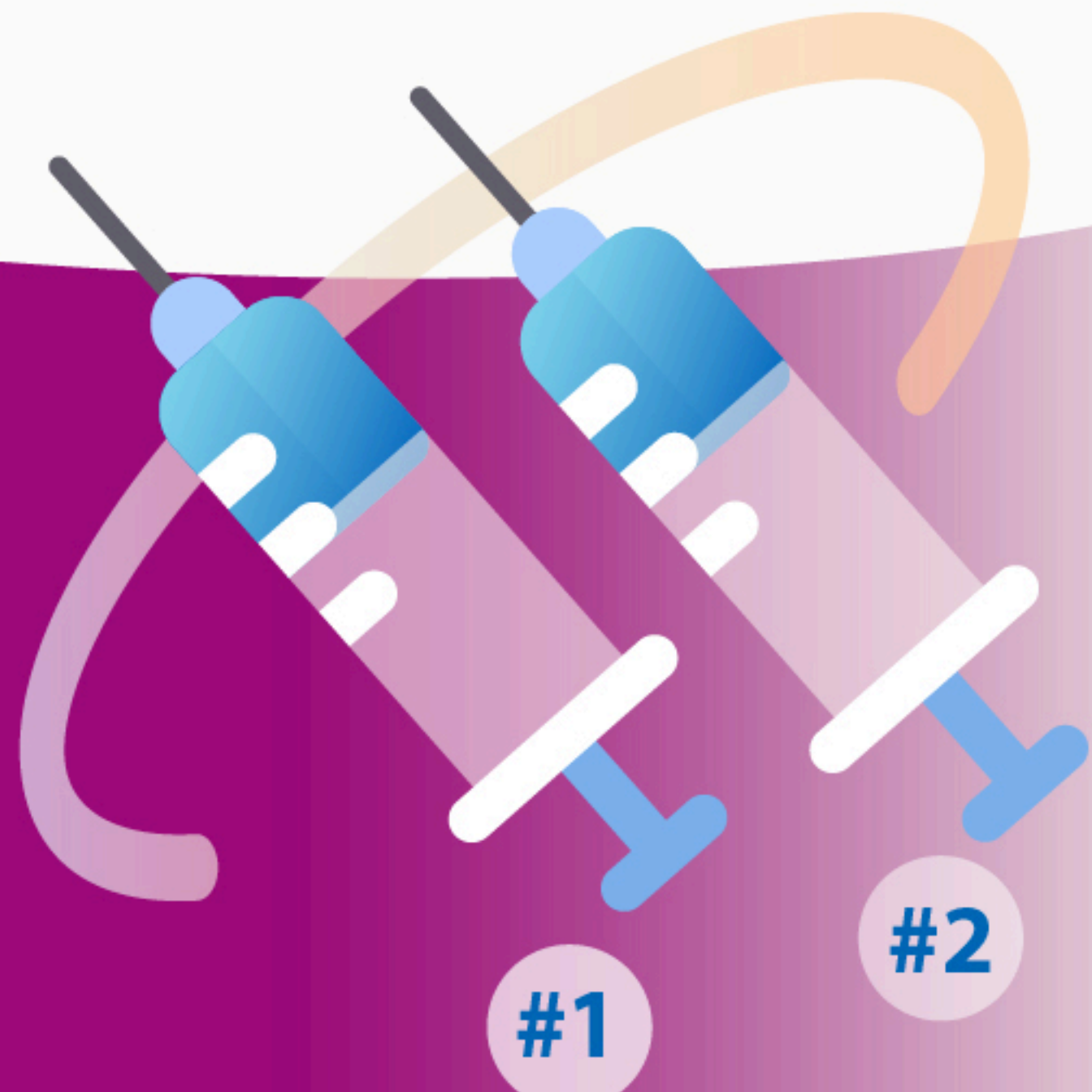
အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။

- 
ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။
- 
တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။
- 
ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို တပ်ဆင်ပါ။
- 
နီးကပ်စွာထိတွေ့ဆက်ဆံ မိသူများကို ခြေရာကောက်ပါ။
- 
သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။
- 
လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။
- 
ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအား သတ်မှတ်ထားသော အကြိမ်ရေအားလုံး ထိုးနှံမှသာ ရောဂါအား အမြင့်ဆုံး ကာကွယ်မှုရရှိမည် ဖြစ်သည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး အကြိမ်ပြည့်ထိုးနှံပြီးသော်လည်း ရက်သတ္တပတ် များစွာအထိ ရောဂါအား အမြင့်ဆုံး ကာကွယ်မှု မရရှိနိုင်သေးပါ။

ဆိုလိုသည်မှာ သင် ကာကွယ်ဆေးနှစ်ကြိမ် ထိုးနှံရမည်ဆိုပါက ဒုတိယအကြိမ်ထိုးပြီး ရက်သတ္တပတ် ၂ - ၃ ပတ် ကြာသည်အထိ သင် ခုခံအား အပြည့်အဝ မရရှိသေးပါ။



ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁

အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။

- 
ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။
- 
တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။
- 
ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို တပ်ဆင်ပါ။
- 
နီးကပ်စွာထိတွေ့ဆက်ဆံ မိသူများကို ခြေရာ ကောက်ပါ။
- 
သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။
- 
လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။
- 
ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။

လူအများတွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ထိုးပြီးနောက် မပြင်းထန်သောဘေးထွက်ဆိုးကျိုး (သို့) ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး လုံးဝ မရှိခြင်းမျိုးကြုံရပါသည်။

၂၀၂၁ ခုနှစ်၊ မေလအထိ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတွင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး သန်းပေါင်း ၁၃၅၀ ကျော်ကို လုံခြုံစိတ်ချစွာ စီမံခန့်ခွဲ၍ ထိုးနှံပေးနိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

ပုံမှန်အားဖြင့် ကြုံတွေ့နိုင်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများသည် ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ဖျားနာခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကိုက်ခဲခြင်းတို့ဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့သည် ၂ ရက်အတွင်း ပျောက်ကင်းပါသည်။ မည်သည့်စိုးရိမ်မှုမဆိုရှိလာပါက သင့်ရဲ့ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ (ဆရာဝန်)ထံ အသိပေးအကြောင်းကြားပါ။

ဩဂုတ်လ ၂၀၂၁



အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။

- 
ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။
- 
တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။
- 
ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို တပ်ဆင်ပါ။
- 
နီးကပ်စွာထိတွေ့ဆက်ဆံမိသူများကို ခြေရာကောက်ပါ။
- 
သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။
- 
လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။
- 
ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။