



အထူးကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်နေသော ကလေးများနှင့် လူငယ်များ

www.doh.wa.gov/cyshcn

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး အချက်အလက်

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများအတွက် အချက်အလက်

- အထူးကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်ချက်များ (CYSHCN) ရှိသည့် ကလေးများနှင့် လူငယ်များတွင် COVID-19 ဖျားနာနိုင်ခြေ ပိုများသောကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် အထူးအရေးကြီးပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းတို့တွင် ယခင်အခါရှိသော ကျန်းမာရေးအခြေအနေများရှိနေပြီး ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများနှင့် နီးကပ်စွာ ထိတွေ့နေရသောကြောင့်ဖြစ်သည် ၎င်းတို့အတွက် နှာခေါင်းစည်းများဝတ်ဆင်ခြင်း၊ လက်ဆေးခြင်းနှင့် အခြားသူများနှင့် လုံခြုံသောအကွာအဝေးတွင် ရှိခြင်းတို့လည်း ကြိုတွေ့ရနိုင်ပါသည်။
- Pfizer COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို 5 နှစ်နှင့်အထက်လူများအတွက်ခွင့်ပြုထားသည်။
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့်ကာကွယ်ရေးစင်တာများ) နှင့် American Academy of Pediatrics တို့သည် 5 နှစ်နှင့်အထက်လူတိုင်းအတွက် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အကြံပြုထားသည်။
- အသက် 5 နှစ်နှင့်အထက်လူများသည် ၎င်းတို့၏နောက်ဆုံးကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် 5 လအကြာတွင် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေး ကိုရသင့်သည်။
- အသက် 5 နှစ်နှင့်အထက် ကိုယ်ခံအားနည်းသော လူများသည် ၎င်းတို့၏ဒုတိယအကြိမ် ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် 28 ရက်အကြာတွင် Pfizer ကာကွယ်ဆေး ထပ်မံထိုးပြီး နောက်ဆုံးတစ်ကြိမ်ပြီးသည်နှင့် အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်ပါသည်။ ဤဂရပ်ဖစ်ပုံသည် အသက်ပေါ်မူတည်၍ ကိုယ်ခံအားနည်းပြီးစွက်ခံရသူတစ်ဦး၏ စုစုပေါင်းဆေးပမာဏမည်မျှလိုအပ်သည်ကို ပြသသည်။
- ကာကွယ်ဆေးသည် ကလေးများနှင့် လူငယ်များကို COVID-19 မှ ကာကွယ်ရန်အတွက် အလွန်လုံခြုံပြီး ထိရောက်မှုရှိပါသည်။

ကလေးများ ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေး ထိုးထားသင့်သလဲ။

- ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် ကလေးများကို ကျောင်းတက်နေစဉ်၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် မိသားစုများနှင့်အတူ ဘေးကင်းစေရန် ကူညီပေးပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသည့်ကလေးများသည် COVID-19 ကူးစက်ခံရပါက အပြင်းဖျားခြင်း၊ ဆေးရုံတက်ခြင်း သို့မဟုတ် သေဆုံးနိုင်ခြေ နည်းပါးပါသည်။
- COVID-19 ကူးစက်ခံထားရသော ကလေးများသည် "COVID-19 ကြာရှည်စွာဖြစ်ခြင်း" အပါအဝင်၊ " [ရေတိုနှင့် ရေရှည်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရှုပ်ထွေးမှုများ \(အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်သာ\)](#) ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ အချို့သော ရှုပ်ထွေးသည့် ကျန်းမာရေးအခြေအနေဖြစ်သည်။ [တစ်ကိုယ်လုံး ကိုက်ခဲယောင်ရမ်းခြင်း \(MIS-C\) \(အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်သာ\)](#) မှာလည်း ပြင်းထန်ပြီး ဆေးရုံတက်ရသည်မှ သေဆုံးသည်အထိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် ကလေးများကို ကျန်းမာစေပြီး ဘေးကင်းစေရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သည်။

ပြင်းထန်သော COVID-19 ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ချေ အန္တရာယ်သည် CYSHCN တွင် ပိုများနိုင်ပါသည်။

- အထူးကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်သော သို့မဟုတ် [အချို့သောကျန်းမာရေးအခြေအနေများ \(အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်သာ\)](#) ရှိသည့် ကလေးများသည် COVID-19 ရရှိပါက ပြင်းထန်စွာနာမကျန်းဖြစ်နိုင်ချေပိုများနိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် ကလေးများအား COVID-19 မှကာကွယ်ရန် အရေးကြီးသောနည်းလမ်းဖြစ်သည်။
- ကလေးများကို ကာကွယ်ရန် အခြားနည်းလမ်းမှာ ၎င်းတို့၏အိမ်ထောင်စုရှိ အခြားသူများကို ကာကွယ်ဆေးအပြည့်ထိုးပြီး အားဖြည့်ကာကွယ်ဆေးလည်း ထိုးထားပြီးကြောင်း သေချာစေရန်ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် မိဘများနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသူများအတွက်လည်း အရေးကြီးပါသည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးသည် CYSHCN အတွက် ဘေးကင်းပါသည်။

- ရောဂါအခံကျန်းမာရေးအခြေအနေရှိသော ကလေးများနှင့် လူကြီးများသည် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးနှံရနိုင်ပါသည်။
- လူတစ်ဦးသည် ကာကွယ်ဆေးမထိုးသင့်သော တစ်ခုတည်းသောအကြောင်းရင်းမှာ [COVID-19 ကာကွယ်ဆေးရှိ ပါဝင်ပစ္စည်းများထဲမှ](#) တစ်ခုခုသည် အသက်အန္တရာယ်ဖြစ်စေသော တုံ့ပြန်မှု (ep pen လိုအပ်သော တုံ့ပြန်မှုတစ်ခု) ရှိခဲ့ပါက မထိုးသင့်ပါ။
- ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများသည် COVID-19 ရရှိနိုင်သည့် အန္တရာယ်များထက် ပိုများပါသည်။
- သင့်တွင် ကာကွယ်ဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် စိုးရိမ်မှုများရှိပါက သင့်ကလေး၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးပါ။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ

COVID-19 ကူးစက်ခံရခြင်း၏ ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်များသည် ကာကွယ်ဆေး၏ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများထက် များစွာ မြင့်မားပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးလျှင် ကလေးများတွင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတချို့ခံစားရသည်မှာ ပုံမှန်ပင်ဖြစ်သည်။ အဖြစ်အများဆုံး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများမှာ-

- လက်မောင်းနာခြင်း
- နှမ်းလျခြင်း
- ဖျားခြင်း
- ကြွက်သားများ နာကျင်ခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- ချမ်းတုန်ခြင်း

သင့်ကလေး၏ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများရှိလျှင် သင့်ကလေးအား ပိုမိုသက်တောင့်သက်သာဖြစ်စေရန် သင့်ကလေး၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို မေးမြန်းပါ။ တည်ငြိမ်သော လှုပ်ရှားမှုများဖြင့် ၎င်းတို့ကို သက်တောင့်သက်သာဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအများစုသည် တစ်ရက်မှ နှစ်ရက်အတွင်း ပျောက်ကင်းပါသည်။

သင့်ကလေးသည် အခြားကာကွယ်ဆေးများနှင့် ပြင်းထန်စွာ ဓါတ်မတည့်မှုရှိပါက ၎င်းတို့သည် COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးနှံရနိုင်သေးသည်။ ချက်ခြင်းတုံ့ပြန်မှုများကို စောင့်ကြည့်ရန် ဆေးထိုးပြီးနောက် မိနစ် 30 ခန့်စောင့်ရန် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူမှ တောင်းဆိုမည်ဖြစ်သည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအပေါ်ပြင်းထန်သော တုံ့ပြန်မှုဖြစ်နိုင်ခြေရလဒ် အလွန်နည်းပါးပါသည်။ COVID-19 ကူးစက်ပြီးနောက် ပြင်းထန်သော လက္ခဏာများ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ခြေသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ဖြစ်လာနိုင်ခြေထက် များစွာ မြင့်မားသည်။ [COVID-19 ကာကွယ်ဆေး၏ ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော ပြင်းထန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအကြောင်း ဤနေရာတွင် လေ့လာပါ။](#)

ကိုဗစ်-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် အရေးပေါ်ကျန်းမာရေးအခြေအနေတစ်ခုကို ကြိုတွေ့ရလျှင် 9-1-1 ကို ချက်ချင်းဖုန်းဆက်ပါ။

ကျွန်ုပ်၏ ကလေးကို ဘယ်လိုကာကွယ်ဆေးထိုးရမလဲ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ယူဆောင်လာပါက သင့်ကလေးအထူးကုဆရာဝန်ကို မေးမြန်းပါ။ သို့မဟုတ်ပါက၊ သင်သည် ကျွန်ုပ်တို့၏ [ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသည့်နေရာ](#) ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

နေရေးထိုင်ရေး တောင်းဆိုခြင်း။

သင် ရက်ချိန်းတစ်ခုပြုလုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးထိုးသည့်နေရာသို့ရောက်ရှိသည့်အခါ သင့်ကလေးသည် အပိုအကူအညီလိုအပ်ခြင်းရှိမရှိ ဝန်ထမ်းများအား အသိပေးပါ။ ဥပမာအားဖြင့်၊ ၎င်းတို့သည် နှာခေါင်းစည်းမတပ်နိုင်ဘဲ သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးဆေးထိုးပြီးနောက် ထိုင်စောင့်နေခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ တောက်ပသော မီးရောင်များနှင့် ဆူညံသောအခန်းများမှာလည်း ၎င်းတို့ကို အနှောက်အယှက်ဖြစ်နိုင်သည်။ သင်တောင်းဆိုနိုင်သော ပုံစံများမှာ

- ထိုင်နေမည့်အစား ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် လမ်းလျှောက်ခိုင်းခြင်း
- ဝန်ဆောင်မှုပံ့ပိုးပေးသူသည် သင့်ကလေးကို သင့်ကားထဲတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်း
- ချိန်းထားသည့်အချိန်အတွင်း သင့်ကလေး၏အနှစ်သက်ဆုံးအဖော်ကို ၎င်းတို့နှင့်အတူနေခိုင်းပါ။
- သင့်ကလေးကို လူအုပ်နှင့်ဝေးရာ တိတ်ဆိတ်သောအခန်းတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးခိုင်းခြင်း

သင့်ကလေး အိမ်မှထွက်ခွာရန် အခက်အခဲများရှိလျှင် သင့်ကလေးကို အိမ်တွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် မှီခိုခြင်း [ကာကွယ်ဆေးထိုးအဖွဲ့ \(အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့်သာ\)](#) သို့ ချိတ်ဆက်ပါ။

နောက်ထပ်အချက်အလက်တွေကို ဘယ်မှာရှာရနိုင်မလဲ။

COVID-19 အတွက် လူငယ် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဆိုင်ရာ နောက်ဆုံးအချက်အလက်များအတွက်၊ [VaccinateWA.org/Kids](https://vaccinateWA.org/Kids) သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

အခြားအရင်းအမြစ်နေရာများ-

- [ကပ်ရောဂါကာလအတွင်း CYSHCN ကို ဂရုစိုက်ခြင်း](#) အတွက် American Academy of Pediatrics မှ လမ်းညွှန်ချက်
- Lucile Packard Foundation မှ [CYSHCN အတွက် COVID-19 အရင်းအမြစ်များ](#)။
- မိသားစုများကို အကြောင်းကြားခြင်းမှ [COVID-19 အချက်အလက်နှင့် ပံ့ပိုးကူညီမှု](#)
- Department of Health ၏ [COVID-19 ကာကွယ်ဆေးဆက်သွယ်ရေးကတ်](#) နှင့် Center for Dignity in Healthcare for People with Disabilities [လူမှုရေးဆိုင်ရာဇာတ်လမ်း](#) သည် ကလေး သို့မဟုတ် လူငယ်များကို ကာကွယ်ဆေးအကြောင်း ကူညီပေးနိုင်အောင် ဆက်သွယ်ပေးပါသည်။
- မျက်မမြင်များအတွက် COVID နှင့်ပတ်သတ်သော အကူအညီ ဖုန်းလိုင်း (360-947-3330) သည် မျက်မမြင်များနှင့် အမြင်အာရုံချို့တဲ့သူများကို COVID-19 နှင့်ဆက်စပ်သော အရင်းအမြစ်များ ရရှိရန် မေးခွန်းများကို မေးနိုင်ပါသည်။ BLINDCOVID.com သည် ကာကွယ်ဆေးစမ်းသပ်မှု၊ ကာကွယ်ဆေးဆိုင်များနှင့် ကပ်ရောဂါအတွင်း နေ့စဉ်ဘဝလမ်းကြောင်းများဆိုင်ရာ အရင်းအမြစ်များနှင့် ဆက်သွယ်မှုများကို လက်ခံဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။
- CYSHCN အထူးမေးခွန်းများအတွက် ကျေးဇူးပြု၍ cyshcn@doh.wa.gov သို့ အီးမေးလ်ပို့ပါ။

ဤစာရွက်စာတမ်းကို အခြားဖောမတ်ဖြင့် တောင်းဆိုရန်အတွက် 1-800-525-0127 သို့ ခေါ်ဆိုပါ။ နားမကြားသော သို့မဟုတ် အကြားအာရုံချို့တဲ့သော သုံးစွဲသူများသည် 711 (Washington Relay) သို့ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် civil.rights@doh.wa.gov ထံ အီးမေးလ်ပေးပို့ပါ။