# ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း နှင့်

# ကိုဗစ် - ၁၉ ကာကွယ်ဆေးများ

**သင်ကိုယ်တိုင်နဲ့ သင့်ကလေးကို ကာကွယ်ပါ၊ ကိုဗစ် - ၁၉ ကာကွယ်ဆေး ထိုးပါ။**

## သင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေပါသလား သို့မဟုတ် လောလောလတ်လတ် ကလေးမွေးထားပါသလား။

### ကျွန်ုပ် ဘာကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်ပါသလဲ။

- ကိုယ်ဝန်ဆောင် နှင့် လောလောလတ်လတ် ကိုယ်ဝန်ရှိသွားသည့် လူနာများသည် ကိုဗစ် - ၁၉ ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် နာမကျန်းဖြစ်ရန် အလားအလာရှိပါသည်
- ကာကွယ်ဆေးက ဘေးအန္တရာယ် ကင်းပါသည်
- ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် CDC၊ ACOG* နှင့် SMFM*တို့က တိုက်တွန်းအကြံပြုပါသည်
- ကိုဗစ် - ၁၉ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းက သင့်အား ကိုဗစ် -၁၉ ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် နာမကျန်းဖြစ်ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်ပြီး သင့်ကလေး၏ ကျန်းမာရေးကိုလည်း ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်

### သင် ကိုဗစ် – ၁၉ ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးယူစဉ် အောက်ပါတို့ကိုလည်း ရယူနိုင်ပါသည် –

- တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ဆေး
- Tdap ကာကွယ်ဆေး

### ကျွန်မ ကလေးနို့တိုက်နေပါတယ်။ ကျွန်မ ကာကွယ်ဆေးထိုးရင် ကလေးအတွက် ဘေးကင်းပါ့မလား။

အစီရင်ခံစာများအရ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသော ကလေးနို့တိုက်ကျွေးနေသည့် မိခင်များသည် ၎င်းတို့၏နို့ရည်အတွင်း ကာကွယ်ပေးနိုင်သည့် ပဋိပစ္စည်းများ ရှိနေပြီး ယင်းက ကလေးအတွက် ထပ်ဆောင်းအကာအကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

*ရောဂါထိန်းချုပ်ရေး နှင့် ကာကွယ်ရေးစင်တာ၊ အမေရိကန် သားဖွားနှင့် မီးယပ်ပညာရှင်များ ကောလိပ်၊ နှင့် မိခင် နှင့် ကလေး ဆေးဝါးအဖွဲ့အစည်း

### ကျွန်ုပ် ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ် ကိုဗစ် – ၁၉ ရောဂါ ရှိခဲ့ပါက ဘာဖြစ်ပါမလဲ။

အောက်ပါတို့ကို သင်တွေ့ကြုံရနိုင်ပါသည် -

- ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများရနိုင်ခြေအန္တရာယ် မြင့်မားမှုရှိသည်
- အောက်ဆီဂျင် အထောက်အကူများများယူရန် လိုအပ်ချက်ရှိသည်
- ICU တွင်း ချက်ချင်းတက်ရောက်ရန် လိုအပ်ချက်ရှိသည်
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ် ကိုဗစ် - ၁၉ ကူးစက်ခြင်းခံရသည့် လူနာများသည် လမစေ့မီကလေးမီးဖွားရန် အလားအလာပိုများပြီး ၎င်းတို့၏ကလေးများတွင် ရလဒ်မကောင်းခြင်း ဖြစ်ဖို့များပါသည်

### ကာကွယ်ဆေးဆိုင်ရာ တိုက်တွန်းအကြံပြုချက်များ

ကိုဗစ် - ၁၉ ကာကွယ်ဆေးကို အောက်ပါလူများအားလုံးအတွက် အကြံပြုပါသည် -

- ကိုယ်ဝန်ဆောင်
- နို့တိုက်မိခင်
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရန် ကြိုးစားနေသူ
- ကိုယ်ဝန်ရှိလာနိုင်သူ

### ကျွန်မ ကိုယ်ဝန်ယူဖို့ ကြိုးစားနေပါတယ်။ ကိုဗစ် – ၁၉ ကာကွယ်ဆေး ကျွန်မထိုးသင့်ပါသလား။

ကိုဗစ် - ၁၉ ကာကွယ်ဆေးအပါအဝင် မည်သည့်ကာကွယ်ဆေးမဆိုက မျိုးပွားမှုဆိုင်ရာ ပြဿနာရပ်များဖြစ်စေသည်ဟူသော သက်သေအထောက်အထား တစ်ခုမှမရှိပါ။

Kentucky Public Health

Prevent. Promote. Protect.

**သင့်အနီးအနားတွင် ကာကွယ်ဆေးရှာဖွေရန်**

**vaccine.ky.gov ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ**