



ကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း ဆွေးနွေးရအောင်

ထုတ်ဝေမှု ၁၃ကြိမ်မြောက်၊ ကျန်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံး
ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပညာပေးသတင်းစာစဉ်

ကာကွယ်ဆေးများသည် ရောဂါပိုးများကို မည်သို့ခုခံကာကွယ်ရန်နှင့် အသက်အန္တရာယ်ရှိသော ရောဂါများကို ကာကွယ်ရန် ခုခံအားစနစ်ကို တွန်းအားပေးပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးတို့သည် သင်၏သဘာဝခုခံအားစနစ် တည်ဆောက်ရာတွင် သင့်အားကူညီထောက်ပံ့ပေးပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် အကြံပြုထားသည့် အသက်အရွယ်တွင် ကလေးများနှင့် အရွယ်ရောက်ပြီးသူများလက်ခံရရှိရန် ဘေးကင်းပြီး ထိရောက်မှုရှိမရှိ သေချာစေရန် စမ်းသပ်ထားပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးများ၏အရေးကြီးပုံ

ကာကွယ်ဆေးသည် ရောဂါမရရှိရန် ကာကွယ်ပေးသောဆေးဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း င်သည် ဘေးအကင်းဆုံးသော ကာကွယ်ဆေးရှောက်မှု အစီအမံများထဲမှ တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးဆေးအဖြစ် ပေးလေ့ရှိသော်လည်း အချို့ကိုမူ ပါးစပ်သို့မဟုတ် နှာခေါင်းတို့မှတစ်ဆင့် ဖြန့်ဆေးဖြင့်ရရှိနိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် အသက်အန္တရာယ်ရှိသော ရောဂါများအပါအဝင် ဖျားနာမှုကိုတိုက်ဖျက်နိုင်စွမ်းရှိသောကြောင့် အရေးကြီးပါသည်။ ရောဂါတစ်မျိုးကို ခံနိုင်ရည်ရှိသည်ဆိုသည်မှာ ဖျားနာမှုမရှိပဲ ထိတွေ့နိုင်မှုကိုဆိုလိုပါသည်။ မတူညီသောကာကွယ်ဆေးများသည် မတူညီသောနည်းလမ်းများဖြင့် လုပ်ဆောင်သော်လည်း ကာကွယ်ဆေးတိုင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ခုခံအားစနစ်မှ ပိုးမွှားများတိုက်ဖျက်နည်းကို လေ့လာရန် ကူညီပေးပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် ရောဂါကို အပြည့်အဝကာကွယ်ရန် ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်ကြာလေ့ရှိသော်လည်း ယင်းကာကွယ်မှုသည် လ သို့မဟုတ် နှစ်အထိကြာရှည်နိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် မွေးကင်းစကလေးများ၊ ကလေးငယ်များနှင့် လူကြီးများကိုပင် ပြင်းထန်စွာအန္တရာယ်ဖြစ်စေသည့် သို့မဟုတ် သေစေနိုင်သည့်အဖြစ်များသည့် ရောဂါများကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။



ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားပါက ကလေးများသည် ဝက်သက်နှင့် ကြက်ညှာချောင်းဆိုးကဲ့သို့ ကလေးဘဝရောဂါများကြောင့် အပြင်းဖျားခြင်း သို့မဟုတ် သေဆုံးနိုင်ခြေရှိပါသည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအနေဖြင့် ကာကွယ်ဆေးများကို အချိန်နှင့်အမျှ အာနိသင်ပျယ်ပြက်သွားစေနိုင်သဖြင့် အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအနေဖြင့် ကာကွယ်ဆေးများကို အချိန်နှင့်တပြေးညီ ရရှိထားရန်လိုအပ်ပါသည်။ မေးခိုင်း သို့မဟုတ် ရာသီတုတ်ကွေးကဲ့သို့သော ကာကွယ်ဆေးအချို့သည် ခန္ဓာကိုယ်၏ခုခံအားကို ထိန်းသိမ်းရန်ရန်ရုံခါ အားပြည့်ဆေးများ လိုအပ်ပါသည်။ သင်၏အသက်အရွယ်အပိုင်းအခြားအလိုက် မတူညီသောရောဂါများကြောင့် အန္တရာယ်ရှိနိုင်ပါသည်။



**Erie County
Department of
Health**
အိန်ဒီယန် ကျမ်းမာရေးဌာန



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံး
www.erie.gov/health-equity

BURMESE

အရေးကြီးသော စည်းကမ်းချက်များ

ကာကွယ်ဆေးထိုးပါ

ရောဂါကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်၊ ပုံမှန်အားဖြင့် ဆေးထိုးခြင်း သို့မဟုတ် ဆေးထိုးအပ်ဖြင့်ဆေးထိုးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း

ရောဂါများမှ ကာကွယ်ရန် ကာကွယ်ဆေးကိုအသုံးပြုပါသည်။ **ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း** သို့မဟုတ် **ခန္ဓာကိုယ်တွင်းကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း** ဟုလည်းခေါ်ဆိုပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးအားထပ်မံအားဖြည့်တင်းသည့်ဆေး သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးအားကောင်းစေသည့်ဆေးပမာဏ

သင့်ကိုယ်ခံစွမ်းအားကို ထိန်းသိမ်းရန် သင်၏ပထမဆုံးကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး လ သို့မဟုတ် နှစ်အနည်းငယ်အကြာပြန်လည်ဆေးထိုးသွင်းခြင်းဖြစ်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်မှ ကာကွယ်ဆေးလက်မခံခြင်း

လူကို အန္တရယ်ဖြစ်စေနိုင်သောကြောင့် ဆေးဝါးသို့မဟုတ် လုပ်ထုံးလုပ်နည်း တို့ကို အသုံးမပြုသင့်သည့် သီးခြားအခြေအနေတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

ပဋိဇီဝပစ္စည်းများ

ခန္ဓာကိုယ်မှ ရောဂါပိုးများကို တိုက်ထုတ်ရန် ကူညီပေးသည့် ဆဲလ်များကို ဆိုလိုပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအစီအစဉ်

ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးစင်တာ (CDC)မှ လူအများစုသည် သတ်မှတ်ထားသော အသက်အရွယ်အလိုက် ခံယူသင့်သော ကာကွယ်ဆေးများစာရင်းကို အကြံပြုပေးထားသည်။

ပြန်လည်စစ်ဆေးခြင်းအစီအစဉ်

တစ်စုံတစ်ဦးအတွက် အကျုံးဝင်သောကာကွယ်ဆေးများ သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးမှတ်တမ်းမှ ပျောက်ဆုံးနေသော မည်သူမဆိုအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးရမည့် အချိန်ဇယားဖြစ်ပါသည်။

သတင်းအမှားများ

လူတို့မှ သတင်းမှန်ဟုထင်မှတ်ပြီးဖြန့်ဝေတတ်သော သတင်းအမှားများ ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ကာကွယ်ဆေးများနှင့် ပတ်သတ်သော သတင်းအမှားများကို အွန်လိုင်းတွင် အတွေ့များပါသည်။

NYSIIS (အတိုကောက်အမည်)

နယူးယောက်ပြည်နယ် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း သတင်းစနစ်။ “နိုက်စစ်” ဟု အသံထွက်ဖတ်ပါ။

ကလေးများအသက်အရွယ်ရလာသည်နှင့်အမျှ ကာကွယ်ဆေးများလိုအပ်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးများသည် မွေးကင်းစကလေးများ၊ ကလေးငယ်များနှင့် လူကြီးများကိုပင် ပြင်းထန်စွာ အန္တရာယ်ဖြစ်စေသည့် သို့မဟုတ် သေစေနိုင်သည့်သားမာန်ရောဂါများကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားပါက သင့်ကလေးသည် ဝက်သက်နှင့် ကြက်ညှာချောင်းဆိုးကဲ့သို့သော ကလေးအရွယ်တွင်ဖြစ်တတ်သော ရောဂါများကြောင့် သေဆုံးနိုင်ခြေရှိပါသည်။ သင်၏ကလေးသည် မွေးကင်းစအရွယ်မှစတင်၍ ကလေးအရွယ်အထိ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အရေးကြီးပါသည်။ သင့်ကလေးအားကာကွယ်ဆေး မထိုးထားပါက ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုကို ရှာဖွေနိုင်ရန် ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာရန် CDC နှင့် နယူးယောက်ပြည်နယ် ကျမ်းမာရေးဌာနကဲ့သို့နေရာများမှ ကာကွယ်ဆေးများအကြောင်းကို ယုံကြည်စိတ်ချရသော အချက်အလက်များကို သင်အားကျမ်းမာရေးထောက်ပံ့ပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးပါ။

နယူးယောက်ပြည်နယ်ရှိ နေ့ကလေးထိန်းကျောင်းနှင့် သူငယ်တန်းမှ ၁၂တန်းအထိ ကျောင်းတက်နေသည့်ကလေးများသည် ကျောင်းတက်ရန် သို့မဟုတ် ကျောင်းဆက်တက်ရန်အတွက် အကြံပြုထားသည့် အချိန်ဇယားအတိုင်း လိုအပ်သောကာကွယ်ဆေးများအားလုံးကို လက်ခံရမည်ဖြစ်ပါသည်။ သင့်ကလေးတွင်လိုအပ်ပြီး အကြံပြုထားသော ကာကွယ်ဆေးများအားလုံးကို သေချာစွာရရှိရန် သင့်ကလေးအထူးကုဆရာဝန်နှင့် စိစစ်ပါ။ **ကြိုတင်စီစဉ်ပါ- ကျောင်းစတင်ဖွင့်သည်နှင့် ကြိုတင်ချိန်းဆိုမှုအချိန်များ ပြည့်နိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်!** ကျောင်းစတင်မဖွင့်ခင်တွင် သင်၏ဝန်ဆောင်မှုပေးသူကိုတွေ့ရန် နေ့ရာသီကတည်းက ရက်ချိန်းကို စောစီးစွာရယူထားပါ။

ကလေးများအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအစီအစဉ် (VFC) တွင် စာရင်းသွင်းထားသော ကလေးအထူးကုဆေးခန်းများ၊ ဆေးဆိုင်များနှင့် ကျမ်းမာရေးဆေးခန်းများတွင် အရည်အချင်းပြည့်မီသော ကလေးများအတွက် CDC ၏ **ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအစီအစဉ် (VFC)**မှ အခမဲ့ ကာကွယ်ဆေးများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ bit.ly/vaccinesforchildrenCDC

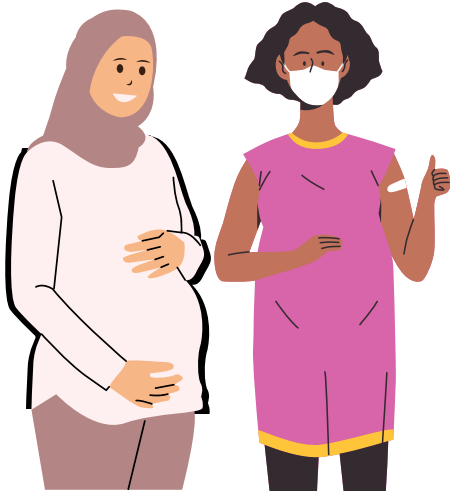


✓ နေ့ရာသီအစောပိုင်းတွင် သင့်ကျောင်းတွင် ပြန်လည်စစ်ဆေးမှု ရက်ချိန်းရယူပါ။

ကျောင်းမှကာကွယ်ဆေး လိုအပ်ချက်များ
ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများသည် ကျောင်းစတင်သည့်နေ့ သို့မဟုတ် နေ့ကလေးထိန်းကျောင်းစတင်သည့်နေ့မှ ၁၄ရက်အတွင်းကလေး၏ ကာကွယ်ဆေးနောက်ဆုံးပေါ်ထိုးထားသည့် အထောက်အထားကို ပြသရပါမယ်။ ပိုမိုလေ့လာလိုပါက <https://on.ny.gov/3WllzX8> သို့ ဝင်ရောက်လေ့လာပါ။

ကာကွယ်ဆေးများနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း

ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် အင်ဖလူဝမ်ဇာ(တုတ်ကွေး)၊ Tdap၊ RSV နှင့် ကိုဗစ်၁၉ ကာကွယ်ဆေးများသည် သင့်နှင့်သင့်ကလေးအား ဘေးကင်းစေရန် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ Tdap ကာကွယ်ဆေးသည် လေးများအတွက် အင်မတန်အန္တရာယ်များသော ကြက်ညှာချောင်းဆိုးရောဂါကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးက ကြက်ညှာချောင်းဆိုးရောဂါကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ကြက်ညှာချောင်းဆိုးဆိုသည်မှာ RSV သည် မွေးကင်းစကလေးငယ်များတွင် ပြင်းထန်သောအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါ ဖြစ်စေသည့် အဖြစ်များသော အကြောင်းအရင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်များနှင့် ကလေးငယ်များသည် တုတ်ကွေးနှင့် ကိုဗစ်၁၉ တို့ကြောင့် အလွန်ဖျားနာနိုင်ခြေ ပိုများပါသည်။



ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ်အချိန်အတွင်း ဤကာကွယ်ဆေးများထိုးထားခြင်းသည် သင့်အန္တရာယ်မှ အကာအကွယ်ပေးသော ပဋိဇီဝပစ္စည်းများကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပြီး ထို ပဋိဇီဝပစ္စည်းများကို သင့်ကလေးထံသို့ပို့ဆောင်ပေးနိုင်ပါသည်။ ဤပဋိဇီဝပစ္စည်းများသည် သင့်ကလေးငယ်ဘဝ၏ ပထမလအနည်းငယ်အတွင်း ဤကာကွယ်ဆေးများကို ကိုယ်တိုင်ရယူရန် ငယ်ရွယ်စဉ်တွင် အကူအညီပေးနိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးသည့် အချိန်သည် အရေးကြီးပါသည်! ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း ဤကာကွယ်ဆေးများကို မည်သည့်အချိန်တွင်ထိုးရမည်ကို သင်၏ဆေးဘက်ဆိုင်ရာပံ့ပိုးသူအား မေးမြန်းပါ။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်းနှင့် ကာကွယ်ဆေးအကြောင်းပိုမို သိရှိလိုပါက <https://bit.ly/vaccinesforpregnancy> တွင်လေ့လာပါ။

အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် ကာကွယ်ဆေးများ

လူကြီးများသည် ကာကွယ်ဆေးများကို အချိန်နှင့်တပြေးညီ ထိုးနှံထားရန် လိုအပ်ပြီး ကလေးအရွယ်မှ ကာကွယ်ဆေးများသည် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ အာနိသင်ကျဆင်းသွားနိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးစတွင် သင်သည် မတူညီသော ရောဂါများ၏အန္တရာယ်များ ကြုံတွေ့နိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် အလွယ်ကူဆုံးနှင့် ဘေးကင်းသောကာကွယ် စောင့်ရှောက်မှုနည်းလမ်းများထဲမှ တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဖြင့် သင်သည်သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်နိုင်ပြီး သင့်ရပ်ရွာအတွင်းရှိအခြားသူများကိုလည်း ရောဂါမကူးစက်စေရန် ရှောင်ရှားစေပါသည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူတိုင်း တုတ်ကွေးကာကွယ်ဆေး၊ ကိုဗစ်၁၉ကာကွယ်ဆေးနှင့် Tdapကာကွယ်ဆေးတို့ကို နှစ်စဉ်ထိုးသင့်ပါသည်။ သင်၏အသက်၊ ကျမ်းမာရေးအခြေအနေ၊ အလုပ်အကိုင်၊ နေထိုင်မှုပုံစံ သို့မဟုတ် ခရီးသွားအလေ့အထပေါ်မူတည်၍ အခြားသောကာကွယ်ဆေးများ လိုအပ်ပါသည်။ သင့်အတွက် သင့်လျော်သောအခြားကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း သင်၏ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။

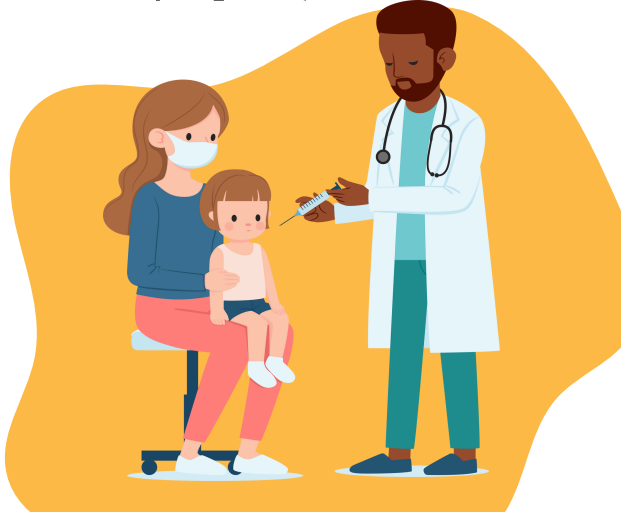


ပင်မစောင့်ရှောက်မှုသည် အရေးကြီးပါသည်။ သင့်ကျမ်းမာရေးကို စောင့်ရှောက်မှုပေးရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ သင်၏မိသားစုဆရာဝန်ထံ ပုံမှန် သွားရောက်ပြသခြင်းဖြစ်သည်။ သင်၏ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာစစ်ဆေးမှုတွင် သင့်ဆရာဝန်သည် သင့်အား အကြံဉာဏ်ပေးကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအစီအစဉ် တစ်ခုပြုလုပ်ရန် သင့်နှင့်အတူပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်နိုင်သည်။ သင့်အနီးအနားရှိ ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစင်တာတွင် ဈေးနှုန်းသက်သာသောအခြေခံစောင့်ရှောက်မှုကို ရှာဖွေနိုင်ပါသည်။ snapcapwny.org/#safety

တခါတရံတွင် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုပေးသူများ၏ ရုံးများသည် ကာကွယ်ဆေးအတွက် မက်ဒီအိတ်(Medicaid)ကိုလက်မခံသော်လည်း ဆေးဆိုင်များက လက်ခံပါသည်။ သင်သည် ကျမ်းမာရေးအာမခံရှိသူ သို့မဟုတ် အာမခံအောက်တွင်ရှိပါက အီရီကောင်တီ၏အရွယ်ရောက်ပြီး သူများအတွက်ကာကွယ်ဆေး (VFA) အစီအစဉ်အကြောင်း ပိုမိုလေ့လာနိုင်ပါသည်။ လူကြီးများအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ ပိုမိုသိရှိရန် <https://bit.ly/vaccinesforadults> တွင်လေ့လာပါ။

ကာကွယ်ဆေးများရရှိနိုင်သော နေရာများ

- သင်၏မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ် ကလေးအထူးကု
- WNY ရှိ ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသောဆေးခန်းများ erie.gov/immclinics
- အီရီကောင်တီကျမ်းမာရေးဌာန(ECDOH) ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးသောဆေးခန်း (အောက်တွင် တည်နေရာအချက်အလက်များဖော်ပြပေးထားသည်)
- ဖက်ဒရယ်အရည်အချင်းပြည့်မီသော ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစင်တာများ (FQHC) : snapcapwny.org/#safety တွင် သင့်အနီးနားရှိ စင်တာကိုရှာဖွေနိုင်ပါသည်။
- သင့်ဒေသခံဆေးဆိုင်တွင် တုပ်ကွေး၊ Tdapနှင့် ကိုဗစ်ဥ ကဲ့သို့ကာကွယ်ဆေးများကို ပမာဏအကန့်အသတ်ဖြင့် သိုလှောင်ထားနိုင်ပါသည်။



ရက်ချိန်းရရှိနိုင်ရန် ဖုန်းကြိုတင်ဆက်ပါ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်းစီမံချက် (IAP)

အီရီကောင်တီကျမ်းမာရေးဌာန ကာကွယ်ဆေးထိုးစီမံချက်အစဉ် (IAP)သည် အီရီကောင်တီရှိ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှုန်းကို မြှင့်တင်ရာတွင် ကူညီရန်အတွက် ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများ၊ နေကလေးထိန်းပေးသူများ၊ ကျောင်းများ၊ အခြားသူများနှင့် အနီးကပ်လုပ်ဆောင်ပါသည်။ IAP အစီအစဉ်သည် လူနာများအတွက် စောင့်ရှောက်မှုပေးသူများထံ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော ပညာရေးဆိုင်ရာအထောက်အကူပစ္စည်းများကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ IAPအစီအစဉ်သည် ကျောင်းသို့မဟုတ် ကောလိပ်တို့တွင် လိုအပ်သောကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဆိုင်ရာမေးခွန်းများကို ဖြေကြားပေးနိုင်ပါသည်။

အချက်အလက်များ ပိုမိုသိရှိလိုပါက:

ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ 716-858-7687
 ဝက်ဆိုက် erie.gov/iap
 ဝင်ရောက်ရန် Jesse E. Nash Health Center
 ချိန်းဆိုမှု လိုအပ်ပါသည်။

608 William St, Buffalo (ဝီလီယံ-အမ်စလီ မိသားစုYWCA ရှေ့တွင်ရှိသည်)
 NFTA ဘတ်စ်ကားလိုင်းနံပါတ် ၁ ဝီလီယံတွင် တည်ရှိသည်။
 အမှတ် ၂ ကလင်တန်၊ အမှတ် ၄ ဘရော့ဝေး၊ အမှတ်၁၈ ဂျက်ဖာဆင်၊ အမှတ် ၂၃ ဖီးလ်မိုး-ဟာတဲလ် တို့သို့ လမ်းလျှောက်သွားနိုင်ပါသည်။



Immunization Action Plan

Don't wait! Contact your child's pediatrician or primary care provider for required immunizations. Children & adults who do not have a doctor may be eligible for immunizations at our clinic.

 **(716) 858-7687**
Appointments only.

608 William Street, Buffalo
 (across from William-Emslie Family YMCA)
 Located on NFTA Bus Route #1 William
 Walkable from #2 Clinton, #4 Broadway,
 #18 Jefferson, #23 Fillmore-Hertel

09/2024



ဤသည်မှာ အီရီကောင်တီ ကျမ်းမာရေး တန်းတူညီမျှမှုဆိုင်ရာရုံးမှ ထုတ်ဝေမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဤထုတ်ဝေမှုကို ဘာသာစကား

၅မျိုးဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

အီရီကောင်တီ ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှမှုဆိုင်ရာရုံး၏ ရည်မှန်းချက်မှာ အီရီကောင်တီအတွင်းနေထိုင်သူတိုင်းအတွက် အကောင်းဆုံးကျမ်းမာမှုရရှိရေးနှင့် ချမ်းသာမှုရရှိရေးအတွက်ဖြစ်သည်။ ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှမှုရရှိရေးရုံးသည် အီရီကောင်တီကျမ်းမာရေးဌာနအတွင်းတည်ရှိသည်။

ပိုမိုလေ့လာလိုပါသလား?

ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ www.erie.gov/health-equity ။
 ကျွန်ုပ်တို့အား အီးမေးပေးပို့ပါ။ HealthEquity@erie.gov



ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံး
www.erie.gov/health-equity

နွေကလေးထိန်း၊ မူကြိုနှင့် အတန်းကျောင်းတက်နေသူများအတွက် လိုအပ်သောကာကွယ်ဆေးများ

နယူးယောက်ပြည်နယ်တွင်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများသည် ကျောင်းစတင်သည့်နေ့ သို့မစုတ် နွေကလေးထိန်းကျောင်းစတင်သည့်နေ့မှ ၁၄ရက်အတွင်း ကလေး၏အက်ဒိတ်ကာကွယ်ဆေးများထိုးထားခြင်းကို သက်သေအဖြစ်ပြသရပါမည်။ ပိုမိုလေ့လာရန် <https://on.ny.gov/3WllzX8> သို့ဝင်ရောက်လေ့လာပါ။



ကျောင်းစတင်သည့်နေ့ သို့မဟုတ် နွေကလေးထိန်းကျောင်းမှ ၁၄ရက်အတွင်း ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးရမည်မှာ

- ထိုသူတို့ကလေးများ၏ကာကွယ်ဆေးထိုးထားခြင်း အသစ်ဖြစ်မဖြစ် သက်သေပြရန်၊ သို့မဟုတ်
- ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းမှ တရားဝင်ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကင်းလွတ်ခွင့်ကိုပေးထားပါသည်။

ကျောင်းတက်ရန် သို့မဟုတ် နွေကလေးထိန်းတွင်နေထိုင်ရန်အတွက် သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးမထိုးရသေးသော သို့မဟုတ် ရက်လွန်နေသော ကလေးများသည် ပထမ၁၄ရက်အတွင်း လိုအပ်နေသည့်ကာကွယ်ဆေးများ အားလုံးကိုပထမအကြိမ် အနည်းဆုံးထိုး ရပါမည်။ သူတို့သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသည့်နောက် ၁၄ရက်အတွင်းစီးရီးတွင် နောက်ဆက်တွဲ ကာကွယ်ဆေးများကို လက်ခံရရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကလေးများအတွက် စိတ်ဖိစီးမှုနည်းသော ကာကွယ်ဆေးများ ပြုလုပ်ရန် ပံ့ပိုးမှုများအတွက် CDC၏အကြံပြုချက်များကို လေ့လာရန် : bit.ly/vaccineslessstressful



နွေရာသီတွင် ကျောင်းပြန်တက်ချိန် ရက်ချိန်းဆိုမှုအစောဆုံးလုပ်ထားပါ။

နွေကလေးထိန်း၊ သူငယ်တန်းမူကြိုနှင့် ကျောင်းတက်ရန်အတွက် လိုအပ်သောကာကွယ်ဆေးများ ဆိုဆို့နှင့် မေးခိုင်းအဆိပ်ပါဝင်သောကာကွယ်ဆေးနှင့် ကြက်ညှာရောဂါကာကွယ်ဆေး (DTaP or Tdap)

- အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီကာကွယ်ဆေး
- ဝက်သက်၊ ပါးချိတ်ရောင်နှင့် ဂျိုက်သိုးကာကွယ်ဆေး (MMR)
- ပိုလီယိုကာကွယ်ဆေး
- ရေကျောက်ကာကွယ်ဆေး

နွေကလေးထိန်း၊ သူငယ်တန်းမူကြိုနှင့် ကျောင်းတက်ရန်အတွက် ထပ်မံလိုအပ်သော ကာကွယ်ဆေးများ

- ဟီမိုဖီးလပ် အင်ဖလူဝမ်အမျိုးအစားဘီ ပါဝင်သောကာကွယ်ဆေး (HiB)
- နြုံ့မိုကိုကယ်ပါဝင်သောကာကွယ်ဆေး(PCV)

အလယ်တန်းနှင့် အထက်တန်းကျောင်းတက်ရန်အတွက် ထပ်မံလိုအပ်သော ကာကွယ်ဆေးများ

- ၆တန်းမှ ၁၂တန်းထိ Tdap ကာကွယ်ဆေး
- ၇တန်းမှ ၁၂တန်းအထိ မက်နီဂိုကိုကယ်ပါဝင်သော ကာကွယ်ဆေး (MenACWY)
- ၁၂တန်းမှကျောင်းသားများသည် ၁၆နှစ်ပြည့်ပြီးလျှင် သို့မဟုတ် MenACWY ၏ နောက်ထပ်အားဖြည့်တင်းကာကွယ်ဆေး ထိုးရန်လိုအပ်ပါသည်။

NYSIIS

နယူးယောက်ပြည်နယ် ကာကွယ်ဆေးထိုးသတင်းအချက်အလက်စနစ်သည် ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများမှ သင်မည်သည့် ကာကွယ်ဆေး ထိုးထားသလဲဆိုသည့် သတင်းအချက်အလက်များကို ထည့်သွင်းခြင်းစနစ်ဖြစ်သည်။ ဤအချက်အလက်ကို ကျောင်းများနှင့် ဆေးရုံများအပြင် ကျမ်းမာရေးဌာနတွင် ရရှိနိုင်ပါသည်။ သင်၏ NYSIISတွင် သင်လက်ခံရရှိထားသည့် ကာကွယ်ဆေးများနှင့် မည်သည့်ဆေး ထပ်မံလိုအပ်သည် သို့မဟုတ် လိုအပ်နေသေးသည် ဆိုသည့် အချက်အလက်များနှင့် ပတ်သတ်ပြီး အတိအကျဖော်ပြထားသင့်သည်။



နယူးယောက်ပြည်နယ်အတွင်းကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာလိုပါက လေ့လာရန် :

HEALTH.NY.GOV/PREVENTION/IMMUNIZATION

2024-25 School Year

New York State Immunization Requirements for School Entrance/Attendance¹

NOTES:

All children must be age-appropriately immunized to attend school in New York State. The number of doses depends on the schedule recommended by the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). Intervals between doses of vaccine must be in accordance with the [“ACIP-Recommended Child and Adolescent Immunization Schedule.”](#) Doses received before the minimum age or intervals are not valid and do not count toward the number of doses listed below. See footnotes for specific information for each vaccine. Children who are enrolling in grade-less classes must meet the immunization requirements of the grades for which they are age equivalent.

Dose requirements MUST be read with the footnotes of this schedule

Vaccines	Pre-Kindergarten (Day Care, Head Start, Nursery or Pre-K)	Kindergarten and Grades 1, 2, 3, 4 and 5	Grades 6, 7, 8, 9, 10 and 11	Grade 12
Diphtheria and Tetanus toxoid-containing vaccine and Pertussis vaccine (DTaP/DTP/Tdap/Td) ²	4 doses	5 doses or 4 doses if the 4th dose was received at 4 years or older or 3 doses if 7 years or older and the series was started at 1 year or older	3 doses	
Tetanus and Diphtheria toxoid-containing vaccine and Pertussis vaccine adolescent booster (Tdap) ³	Not applicable		1 dose	
Polio vaccine (IPV/OPV) ⁴	3 doses	4 doses or 3 doses if the 3rd dose was received at 4 years or older		
Measles, Mumps and Rubella vaccine (MMR) ⁵	1 dose	2 doses		
Hepatitis B vaccine ⁶	3 doses	3 doses or 2 doses of adult hepatitis B vaccine (Recombivax) for children who received the doses at least 4 months apart between the ages of 11 through 15 years		
Varicella (Chickenpox) vaccine ⁷	1 dose	2 doses		
Meningococcal conjugate vaccine (MenACWY) ⁸	Not applicable		Grades 7, 8, 9, 10 and 11: 1 dose	2 doses or 1 dose if the dose was received at 16 years or older
Haemophilus influenzae type b conjugate vaccine (Hib) ⁹	1 to 4 doses	Not applicable		
Pneumococcal Conjugate vaccine (PCV) ¹⁰	1 to 4 doses	Not applicable		

ကာကွယ်ဆေးသတင်းအချက်အလက်များ

ကာကွယ်ဆေး/ကာကွယ်နိုင်သောရောဂါ

ကိုဗစ်-၁၉: နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်း သို့မဟုတ်အဆုတ်တို့သို့ ကူးစက်တတ်သော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကူးစက်ခြင်း၊ အအေးမိခြင်း သို့မဟုတ် တုတ်ကွေးကဲ့သို့ ခံစားရနိုင်ပါသည်။

ရေကျောက်(ဗါရီဆယ်လာ): အဖျားတက်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ယားယံခြင်း၊ နီမြန်းခြင်း၊ အဖုများဖြစ်ပေါ်စေသော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကူးစက်ခြင်း၊ လေထုထဲမှအပြင် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်သည်။

ဆုံဆို့နာ- နှာခေါင်း: လည်ချောင်းနှင့် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အဆုတ်မှကူးစက်တတ်သော ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်း၊ လေထုထဲမှနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုတို့မှတစ်ဆင့် ကူးဆက်တတ်ပါသည်။

DTaP: မေးခိုင်၊ ဆုံဆို့နာနှင့် ကြက်ညှာရောဂါတို့ကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။

အသည်းရောင်အေး: အသည်းပိုးဝင်ပြီး ကူးစက်တတ်သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးဝင်ခြင်း၊ မသန့်ရှင်းသောအစားအစာ သို့မဟုတ်သောက်စရာ တို့ကို စားသုံးမိခြင်း သို့မဟုတ် ကူးစက်ခံထားရသောသူနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းဖြင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့တတ်ပါသည်။

အသည်းရောင်ဘီ: အသည်းပိုးဝင်ပြီး ကူးစက်တတ်သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးဝင်ခြင်း၊ သွေးနှင့် သုတ်ကဲ့သို့ ခန္ဓာကိုယ်ရှိအရည်များမှတစ်ဆင့် ထိတွေ့ကူးစက်ပျံ့နှံ့တတ်ပါသည်။

Hib(ဟိဗီဖီးလပ်အင်ဖလူဝမ်ဇာ ပုံစံဘီ): အဆုတ်၊ ဦးနှောက်၊ ကျောရိုးနှင့် သွေးကြောများတွင် ကူးစက်တတ်သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးဝင်ခြင်း၊ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုနှင့် လေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်ပါသည်။

အင်ဖလူဝမ်ဇာ(တုပ်ကွေး): နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်းနှင့် တခါတရံ အဆုတ်မှ ကူးစက်တတ်သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးဝင်ခြင်း၊ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုနှင့် လေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်ပါသည်။

ဝက်သက်(Rubeola): အဖျားကြီးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ မျက်လုံးနီခြင်း၊ နှာရယ်ယိုခြင်းနှင့် အဖုများကိုဖြစ်စေသော ကူးစက်တတ်သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ ; တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုနှင့် လေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်ပါသည်။

ရောဂါနှောက်ဆက်တွဲများ

အဆုတ်တွင်ပိုးဝင်ခြင်း(ဖြူမိုးနီးယား); သွေးခဲခြင်း၊ အသည်း၊ နှလုံး သို့မဟုတ် ကျောက်ကပ်ပျက်စီးခြင်း၊ နာတာရှည်ကိုဗစ်၊ သေဆုံးခြင်း

ပိုးဝင်ထားသောအနာများ၊ ဦးနှောက်ရောင်ရမ်းခြင်း၊ အဆုတ်တွင် ပိုးဝင်ခြင်း(ဖြူမိုးနီးယား)၊ သေဆုံးခြင်း

နှလုံးကြွက်သားများရောင်ရမ်းခြင်း၊ နှလုံးအလုပ်မလုပ်တော့ခြင်း၊ သတိလစ်မေ့မော့ခြင်း၊ လေငန်းဖြစ်ခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း

ရောဂါတစ်ခုခြင်းစီအတွက် အချက်အလက်များကိုကြည့်ပါ

အသည်းအလုပ်မလုပ်ခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း

နာတာရှည်အသည်းပိုးဝင်ခြင်း၊ အသည်းအလုပ်မလုပ်ခြင်း၊ အသည်းကင်ဆာ၊ သေဆုံးခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းပေါ်မူတည်ပြီး ပိုးဝင်ခြင်းဖြစ်တတ်သော်လည်း ဦးနှောက်ပျက်စီးခြင်း၊ အကြားအာရုံထိခိုက်ခြင်း၊ လက်သို့မဟုတ် ခြေထောက်ဆုံးရှုံးခြင်း၊ သေဆုံးခြင်းများ ပါဝင်တတ်ပါသည်။

အဆုတ်တွင် ပိုးဝင်ခြင်း(ဖြူမိုးနီးယား)၊ နှာခေါင်းနှင့် နားတွင်ပိုးဝင်ခြင်း၊ နှလုံးသို့မဟုတ် အဆုတ်အခြေနေများပိုဆိုးလာခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း

ဦးနှောက်ရောင်ရမ်းခြင်း၊ အဆုတ်တွင် ပိုးဝင်ခြင်း(ဖြူမိုးနီးယား)၊ သေဆုံးခြင်း

ကာကွယ်ဆေးသတင်းအချက်အလက်များ

ကာကွယ်ဆေး/ကာကွယ်နိုင်သောရောဂါ

MMR: ဝက်သက်၊ ပါးချိတ်ရောင်ခြင်နှင့် ဂျိုက်သိုးရောဂါတို့ကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။

ပါးချိတ်ရောင်ခြင်း: ဖျားခြင်း၊ မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ ပါးရောင်ရမ်းခြင်းနှင့် မေးရိုးအနည်းငယ်ရောင်ရမ်းခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေသောကူးစက်တတ်သည့် မိုင်းရပ်စ်ပိုးဝင်ခြင်း၊ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုနှင့် လေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်ပါသည်။

ပီတူစစ်(ကြက်ညှာချောင်းဆိုး): လေဝင်ထွက်ရာလမ်းကြောင်းနှင့် အဆုတ်တို့သို့ ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်း၊ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုနှင့် လေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်ပါသည်။

ဒြူးမိုကိုကယ်: နား၊ နှာခေါင်း၊ အဆုတ် သို့မဟုတ် သွေးကြောမှတစ်ဆင့် ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်း၊ တံတွေးနှင့် သလိပ်ကဲ့သို့ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှထွက်သော အရည်များနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ပျံ့နှံ့တတ်ပါသည်။

ပိုလီယို: အာရုံကြောနှင့် ဦးနှောက်ကိုကူးစက်တတ်သောရောဂါပိုး ; ညစ်ညမ်းသောလက်၊ အစားအစာ သို့မဟုတ် သောက်စရာနှင့် လေနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုတို့မှတစ်ဆင့် ပါးစပ်နှင့် မစင်မှဆင့်ပျံ့နှံ့တတ်ပါသည်။

ရိုတာဗိုင်းရပ်စ်: ကူးစက်တတ်သော အူလမ်းကြောင်းရောဂါ၊ ပါးစပ်မှတစ်ဆင့် လက်နှင့် အစားအသောက်မသန့်ရှင်းမှုနှင့် မစင်မှတစ်ဆင့် ပျံ့နှံ့တတ်ပါသည်။

RSV(အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ဆင်ဆိုင်ရှယ်ရောဂါပိုး): နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်းနှင့် တခါတရံ အဆုတ်တို့ကိုရောဂါကူးစက် လွယ်သောရောဂါ၊ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုနှင့် လေထဲမှတစ်ဆင့်ကူးစက်ပျံ့နှံ့တတ်ပါသည်။

ဂျိုက်သိုးရောဂါ (ဂျာမန်ဝက်သက်): အနည်းငယ်ဖျားခြင်း၊ လေချောင်နာခြင်းနှင့် အနာအဖုများဖြစ်စေတတ်သော ကူးစက်လွယ်သောရောဂါ၊ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုနှင့် လေထဲမှတစ်ဆင့်ကူးစက်ပျံ့နှံ့တတ်ပါသည်။

မေးခိုင်ရောဂါ(မေးရိုးလှုပ်မရခြင်း): မြေဆီလွှာနှင့်ဖုန်မှုန့်များတွင် တွေ့ရတတ်သည့် ပိုးမွှားများကြောင့် ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောများတွင် ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်း၊ ပိုးမွှားများသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ဒဏ်ရာနှင့် အရေပြားပေါက်ပြဲမှုတို့မှတစ်ဆင့် ဝင်ရောက်ပါသည်။

DISEASE COMPLICATIONS

ရောဂါတစ်ခုချင်းစီအတွက် သတင်းအချက်အလက်များဖတ်ရှုပါ။

ဦးနှောက်ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း နှင့် ဝှေးစေ့ သို့မဟုတ် သားဥ အိမ်ယောင်ယမ်းခြင်း၊ နားမကြားခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း

အဆုတ်တွင် ပိုးဝင်ခြင်း(ဒြူးမိုကိုကယ်)နှင့် သေဆုံးခြင်း; အထူးသဖြင့် ကလေးများအတွက် အန္တရာယ်ရှိပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းပေါ်မူတည်ပြီး ပိုးဝင်ခြင်းဖြစ်တတ်သော်လည်း အဆုတ်တွင် ပိုးဝင်ခြင်း(ဒြူးမိုကိုကယ်)၊ သွေးအဆိပ်သင့်ခြင်း၊ ကျောရိုးနံရံနှင့် ဦးနှောက်နံရံတို့တွင် ပိုးဝင်ခြင်း၊ သေဆုံးခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

လေငန်းရောဂါ၊ သေဆုံးခြင်း

အလွန်ဝမ်းသွားခြင်း၊ ရေဓါတ်ခမ်းခြောက်ခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း

အဆုတ်တွင် ပိုးဝင်ခြင်း(ဒြူးမိုကိုကယ်) နှင့် အဆုတ်လေပြန်သေးငယ်ခြင်း၊ အထူးသဖြင့် ကလေးငယ်များနှင့် မွေးကင်းစကလေးများအတွက် အန္တရာယ်ရှိပါသည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်သူများအတွက် အန္တရာယ်ကြီးမားသည်; ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျခြင်း သို့မဟုတ် မေးဖွားစဉ်ကလေးသေဆုံးခြင်း၊ မွေးရက်မစေ့ပဲမွေးဖွားခြင်း၊ မွေးရာပါချို့ယွင်းချက်ကြီးကြီးမားမားရှိခြင်း

တက်ခြင်း၊ အရိုးကျိုးခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ သေဆုံးခြင်း။