



LET'S DO THIS – Burmese

အသက် ၁၆ နှစ် နှင့် အထက် လူများ ကို COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကို အမြန်ဆုံး ထိုး ရန် အားပေး အကြံပြု သည်။

ဘူစတာ ထပ်မံ ထိုးဆေး ကို ဘယ် အတွက်ကြောင့် လို အပ် သလဲ။

သင့် အနေဖြင့် COVID-19 ရောဂါ ရရှိ ပြီး၊ ကိုယ်ခံ အား ရှိ ခဲ့သော်လည်း၊ အချိန် ကာလ ကြာမြင့်လာ သည့် အခါ ကိုယ်ခံ အား လျော့ကျ လာ နိုင် သည်။

ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး သည် သင်၏ ကိုယ်ခံ အား စနစ် ကို ပိုင်းရပ်စ် ကို မည်ကဲ့သို့ ရှာဖွေပြီး တိုက်ဖျက်ရမည် ကို သတိပေးသည်။ ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး သည် COVID-19 ရောဂါ ပြင်းထန်မှု ဘေး မှ ၉၅% အထိမြင့်တင်ပေးသည်။

ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကို ဘယ် သူတွေ ရ နိုင်သလဲ။

အသက် ၁၆ နှစ် နှင့် အထက်လူများ သည် COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ကို ဒုတိယမြောက် ထိုး ပြီး နောက် ၃လ အကြာ တွင် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကိုထိုးနိုင်သည်။

အသက်ငယ် ၍ ကျန်းမာ နေသူများ ပင်လျှင် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကို ထိုး သင့်သည်။ ဆောင်းရာသီ အချိန် ကာလ တွင်းတွင် ပိုင်းရပ်စ် ရောဂါ ကူး နိုင်သည့် အန္တရာယ် ရှိ သည့် အတွက်ကြောင့်၊ ထပ်မံ ကာကွယ်ဆေး ထိုး ခြင်း ဖြင့်၊ သင် နှင့် အတူ သင့် ပတ်ဝန်းကျင် အတွက် ဘေးကင်းစေရန် ရိုးရှင်းသည့် ဆောင်ရွက်ချက်ဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ် မှာ COVID-19 ရောဂါ ရရှိ ခဲ့ပြီး ဖြစ်လျှင် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ထိုး ရန် လိုအပ်ပါသလား။

လူတစ်ဦး နှင့် တစ်ဦး သဘာဝ ကိုယ်ခံအားခြင်း မတူညီပါ။ ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး သည် COVID-19 ရောဂါ ပြင်းထန်မှု ဘေး မှ ၉၅% အထိမြင့်တင်ပေးသည်။

သင့် အနေဖြင့် ပိုင်းရပ်စ် ပိုး မှ ပြန်ကောင်းလာ ပြီး နောက် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကို ထိုး နိုင်သည်။ များ သော အားဖြင့် ရောဂါကင်းပြီး နောက် ၄ပတ်မှ ၆ပတ် ကြာပြီးမှ ထိုးသင့်သည်။

ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး အတွက် မည် သည့် ဆေးများ ရှိ သနည်း။

အသက် ၁၈ နှစ် နှင့် အထက်များ အတွက် အခြား ဆေး များ ထိုး ပြီး သော်လည်း ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး အတွက် Pfizer နှင့် Moderna mRNA ကာကွယ်ဆေး ကို ညွှန်းသည်။ အသက် ၁၆ မှ ၁၇ အရွယ် များ အတွက် Pfizer ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကို ညွှန်းသည်။

mRNA ထိုးဆေး သည် အထိုးခံ သည့် လူနှင့် မတူလျှင် ၎င်း၊ အထိုးခံရသူ mRNA ထိုးဆေး ကို ငြင်းလျှင် သော်၎င်း၊ AstraZeneca ထိုးဆေး ကို သုံး နိုင်သည်။ မည်သည့် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး နှင့် မှု မတူ သည့် သူ များအဖို့ Novavax ကာကွယ်ဆေး ကိုသုံး နိုင်သည်။

ကျွန်ုပ် အနေဖြင့် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကြောင့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး များ ခံစားရ နိုင်သလား။

ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ထိုးခြင်းဖြင့်၊ ပထမ နှင့် ဒုတိယ ကွယ်ဆေးများ နည်းတူ၊ ငြင်သာသည့် တန်ပြန် မှု များ ရှိ နိုင်သည်။ ၎င်းတို့မှာ လက်မောင်းအောင့်ခြင်း၊ အဖျား ရှိ ခြင်း၊ ကြွက်သားနာကျင်ခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း များ ခံစား ရ နိုင် သည်။ စိုးရိမ် မကင်းဖြစ်နေ ပါ က သင့် ဆရာဝန် နှင့် တိုင်ပင်ပါ။

အသက် ၁၆ နှစ်အောက် များ အဘယ်ကြောင့် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ထိုးခွင့် မရှိတာလဲ။

အသက် ၁၆ နှစ်အောက် အရွယ်များ ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကို လောလောဆယ် တွင် မထိုးရန် အကြံပြုထားပါသည်။ ဤ အသက် အရွယ်အုပ် စုတွင် COVID-19 ရောဂါ မှ ပြင်းထန်သောဖျားနာမှု ဖြစ်ခဲ့ပြီး၊ ပထမ ကာကွယ်ထိုးဆေး ၂ ကြိမ် ထိုးထား ပြီးလျှင် ပြင်းထန် သည့် ကိုယ်ခံအား ရရှိ ထားပြီးဖြစ်သည်။

ကိုယ်ဝန် ရှိ နေ ချိန် အတွင်း ဘူစတာထပ်မံထိုးဆေး ထိုး ခြင်း သည် အန္တရာယ် ရှိ နိုင်ပါ သလား။

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ၂ ကြိမ် ထိုးပြီးသော ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီး များ အတွက် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး သည်လုံခြုံမှု ရှိပြီး၊ ၎င်း ကို ထိုး ရန် အားပေးသည်။

ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်းဖြင့် သင့်ကလေးသည်လည်း အကာအကွယ်ရရှိ နိုင်သည်။ သင်ရရှိထားသော အကာ အကွယ် သည် ကလေး အတွက်ပါ ရရှိ နိုင်သည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ၊ နို့တိုက်နေသည့်မိခင်များ၊ ကိုယ်ဝန်ရရှိ ရန်မျှော်မှန်းနေသူများ အဖို့ COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး သည် ဘေးကင်းကြောင်း၊ အထောက် အထား အမြောက်အများ ရှိ သည်။ သင်၏ မျိုးပွားခြင်း ကို လုံးဝ ထိခိုက်မှု မ ရှိပါ။

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထဲတွင်ပါရှိသည့် ပါဝင်ပစ္စည်းများ သည် ကျွန်ုပ် အတွက် သင့်လျော်ပါ သလား

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ၏ ပါဝင်ပစ္စည်း အားလုံး သည် Australian Register of Therapeutic Goods (ဩစတေးလျ ကုထုံးဆိုင်ရာ ကုန်ပစ္စည်းများမှတ်ပုံတင်ခြင်း) တွင်ဖော်ပြထားပါသည်။

ဩစတေးလျ နိုင်ငံတွင် အသုံးပြုရန် ခွင့်ပြုချက်ရထားသော COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးများထဲတွင် အောက်ပါ ပါဝင်ပစ္စည်း များ မပါဝင်ပါ။

- > ကြက်ဥ သို့မဟုတ် တိရိစ္ဆာန် နှင့် ပတ်သက်သည့် ပစ္စည်း
- > COVID-19 ရောဂါ ဖြစ်စေ နိုင် သည့် ဝိုင်းရပ်စ် ပိုးများ
- > မိမိ တို့ DNA (မျိုးရိုးဗီဇ ဆဲလ်)ကို ပြောင်းလဲပြုပြင် နိုင်သည့် အစွမ်းမရှိ ပါ။
- > မိမိ ကို ခြေရာခံ နိုင်သည့် အရာများ ။
- > ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာ များ အတွက် မသင့်လျော်ခြင်း

အစာရှောင်ခြင်း၊ ဝါရှောင်ခြင်း၊ ပွဲလမ်းသဘင်များ ရှိ ပါက၊ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများ၊ ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေးများ ထိုးထားခြင်းဖြင့်ဘေးကင်းလုံခြုံမှု ရှိ သည်။ COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်း သည် ဝါရှောင်ခြင်း ကို လုံး ဝ မ ထိ ခိုက်ပါ။ ၎င်း ထဲတွင် ပါဝင်သည့် အရာများ သည် မိမိ တို့ ၏ ဝမ်းဗိုက် တွင်းသို့ မဝင် နိုင်ပါ။

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး သည် သင်၏ DNA ကို သော်၎င်း ဗီဇ ကို သော်၎င်း မပြောင်းလဲစေပါ။ ကာကွယ်ဆေး သည် သင့်၏ ခန္ဓာကိုယ် အတွင်း COVID-19 ရောဂါ မှ မည် ကဲ့သို့ ကာကွယ်ပေး မည် ကို ထိန်းကြောင်း ပေး ပြီး၊ ရက် အနည်း ငယ်အတွင်း ကိုယ်ခန္ဓာ တွင်းမှ ရှင်းသွားပါ သည်။ သင်၏ DNA ကို ထိ ခိုက်ခြင်း၊ သက်ရောက်ခြင်းမ ရှိပါ။

ဘူစတာ ထပ်မံထိုး သည့် ကာကွယ်ဆေး မဖြစ်မနေ ထိုး ရန် လို အပ်ပါ သလား။

မဖြစ်မနေ ထိုး ရန် သတ်မှတ်ခြင်းမရှိ ပါ။ သို့သော် ဒုတိယ တကြိမ် ကာကွယ်ဆေးထိုး ပြီး နောက် လေထက် လွန်သွားလျှင် သင့် အနေဖြင့် COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးထားခြင်းသည် အသိအမှတ်ပြုခြင်းမရှိတော့ပါ။ သင်ဆေးထိုးရန် ရက်လွန်သွားပြီဖြစ်သည်။

ဆောင်းရာသီ COVID-19 ရောဂါ ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ကဘာလဲ၊ ဘယ်သူ ရသင့်လဲ။

အချို့သောသူများ သည် COVID-19 ရောဂါ ကြောင့် ပြင်းထန်သောရောဂါ ဖြစ် နိုင်ချေ ပိုများ သည်။ ထိုသူများ ကို ဆောင်းရာသီ မတိုင်မှီ ကာကွယ်ဆေး ထိုး ရန် နောက်ထပ် (ဒုတိယ) ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ထိုးရန် အကြံပြု သည်။

သင်သည် ၂၀၂၂ခု ဧပြီလ မှ စတင် ၍ -- အောက်ပါ အချက် အလက်များ ပြည့် စုံပါက -- ဆောင်းရာသီ COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး (ဒုတိယ ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး) ကို ရရှိ နိုင်သည်။

- > အသက်၆၅ နှစ်ကျော်လျှင်-
- > အယ်ဘော်ရီဂျင်နယ် သို့မဟုတ် တောရစ်ကျွန်းသား ဖြစ်ပြီး အသက် ၅၀ကျော်လျှင်-
- > မသန်စွမ်း သို့မဟုတ် သက်ကြီး ဂေဟာ တွင် နေ ထိုင်သူ -
- > အသက် ၁၆နှစ် ပြည့်ပြီး၊ ကိုယ်ခံအား တုန့်ပြန်မှု မကောင်းသူများ။ ဤအုပ်စု တွင်ပါဝင် သောသူများ အဖို့ ၅ကြိမ်မြောက် COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ် ထိုးဆေး ဖြစ်သည်။ (အခြေခံ အား ဖြင့် ၃ ကြိမ် ထိုးပြီး၊ ၎င်း နောက် ဒုတိယ တကြိမ် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး နှင့် ဆောင်းတွင်း ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး တို့ဖြစ်သည်။)

ဆောင်းရာသီ COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ကို ပထမ တကြိမ် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ထိုးပြီး ၎င်း အကြာတွင် ထိုး နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် COVID-19 ရောဂါ ကို ရရှိ ပြီး၊ ပထမ တကြိမ် ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေးထိုးပြီး နောက်၊ COVID-19 ရောဂါ ရရှိထားကြောင်း အတည်ပြု ခဲ့လျှင်၊ ၎င်း အကြာတွင် ထိုးနိုင်သည်။

ဆောင်းရာသီ COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးရန် အရည်အချင်းပြည့်သူ အများစု သည်၊ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေး ကို အခမဲ့ ထိုး နိုင် သည်။

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး နှင့် တုပ်ကွေး ဆေး ကို တချိန်တည်း ထိုးလျှင် ဘေးကင်းပါသလား။

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး နှင့် တုပ်ကွေး ဆေး ကို တချိန်တည်း ထိုးလျှင် ဘေးကင်းပါသည်။ သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ဆေး ဆိုင် သို့ သွားထိုး နိုင်သည်။

ရက်ချိန်း ယူရန်။

ဘူစတာ ထပ်မံထိုးဆေး ထိုး ရန် ရက်ချိန်း ယူ မည် ဆို လျှင် NSW ပြည်နယ်တွင်း နေ ရာထောင် ပေါင်း ရှိ ပြီး၊ ဆရာဝန် ဆေးခန်းများ နှင့် ဆေး ဆိုင်များ အပါ အဝင်ဖြစ်သည်။

NSW Healthဆေးခန်း အချို့ တို့ တွင် ရက်ချိန်းမယူဘဲသွားရောက် ဆေးထိုး နိုင် သည့် နေရာများရှိသည်။

- > ရက်ချိန်း လုပ်သော် ၎င်း၊ ရက်ချိန်း မလုပ် ဘဲသွားရောက် နိုင် သည့် [NSW Health ပြည်နယ်ဆေးခန်းများကိုရှာရန်](#)။
- > ရက်ချိန်း ကို [ဆေးခန်း၊ သင့်ဆရာဝန်ဆေးခန်း၊ သို့မဟုတ် သင်နှင့် နီးသည့် ဆေးဆိုင် တွင် ရက်ချိန်းယူရန်](#)။

ရက်ချိန်း ကြိုတင် စာ ရင်းသွင်း ရန် အကူ အညီ လို အပ်ပါက National Coronavirus Helpline (တနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ကရိုနာ ဝိုင်းရပ်စ် အကူအညီ ဖုံး) 1800 020 080 ကို ဆက်သွယ် ပြီး နံ ပါတ် ၈ ကို ဆက် နှိပ်လျှင် စကားပြန် အကူ အညီ ရရှိ နိုင်သည်။