မှတ်တမ်းများကို သိမ်းထားခြင်း

နေ့ကလေးထိန်းကျောင်း၊ မူကြိုကျောင်းနှင့် ကျောင်းအပ်ခြင်းတို့အတွက် သင့်ကလေး၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးမှတ်တမ်းများကို ပြသရန်လိုအပ်ပါသည်။ မိဘများသည် (ကလေးအသက် 14 နှစ် မပြည့်မီ) မိမိတို့ကလေးများ၏ AIR ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်တမ်းမိတ္တူကို အောက်ပါပုံစံများအရ အချိန်မရွေးတောင်းခံနိုင်ပါသည်။

- myGov my.gov.au မှတဆင့် မိမိ၏ အွန်လိုင်း မယ်ဒီကဲ စာရင်းကိုအသုံးပြုပါ
- Medicare Express Plus App (အက်ပ်) humanservices.gov.au/individuals/subjects/express-plus-mobile-apps ကိုအသုံးပြုပါ
- AIR အထွေထွေစုံစမ်းရေးဖုန်း **1800 653 809** ကို ဆက်ပါ

နယူးဆောက်သ်ဝေးလ်စ်ရှိ **၉၄% ကျော်** ကလေးများအား **ကာကွယ်ဆေး အပြည့်အဝ ထိုးပေးထားပြီး** ဖြစ်ခြင်းကို သင်သိပါသလား။

မည်သည့်နေရာမှာ ကာကွယ်ဆေး ထိုးရမည်နည်း

ကာကွယ်ဆေး ထိုးပေးသောနေရာများမှာ၊

- အထွေထွေကုဆရာဝန်များ
- အချို့ ရပ်ကွက်ကောင်စီများ
- အချို့လူမှုအဖွဲ့အစည်း ကျန်းမာရေးဌာနများ

သင့်ဒေသတွင် မည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများရရှိနိုင်သည်ကို မသေချာလျှင် သင်နှင့် အနီးဆုံး ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန **1300 066 055** ကိုဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

စက်တင်ဘာလ 2021 ခုနှစ် © NSW Health.
SHPN (HP NSW) 210822-3.

Burmese

NSW Health

ကာကွယ်ဆေးကို အချိန်မီ ထိုးပါ

သင့်ကလေးငယ်အား အကောင်းဆုံး ကာကွယ်ပေးပါ

ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးရန် မနှောင့်နှေးပါနှင့်

ကာကွယ်ဆေးများသည် ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီး နယူးဆောက်သ်ဝေးလ်စ် ကာကွယ်ဆေးထိုး အစီအစဉ် နှင့်အညီ အချိန်ကိုက်ထိုးနှံပါက သင့်ကလေးအား အကောင်းဆုံးကာကွယ်ပေးပါလိမ့်မည်။.

ကလေးငယ်များ ရောဂါအဖြစ်များဆုံး သို့မဟုတ် အပြင်းထန်ဆုံးဖြစ်သည့် အသက်အရွယ်တွင် ၎င်းတို့အား ကာကွယ်ပေးခြင်းကို သေချာစေရန်အတွက် ထိုးနှံပေးသော ကာကွယ်ဆေးတိုင်း၏ အချိန်သတ်မှတ်ချက်ကို ကျွမ်းကျင်သူများက ဂရုတစိုက် ရွေးချယ်ကြပါသည်။

သင့်ကလေး နှာရည်ယိုနေလျှင် သို့မဟုတ် အအေးမိနေလျှင် သူ့အား ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးပေးရန် မနှောင့်နှေးပါနှင့်။ သင့်ကလေးအား တတ်နိုင်သမျှ စောစီးစွာ ကာကွယ်ပေးထားခြင်းကို သေချာစေရန် အတွက် သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သူနာပြုနှင့် တွေ့ပါ။

သင့်ကလေး ဘေးအန္တရာယ်ကင်းပါစေ
ကာကွယ်ဆေးကို အချိန်ကိုက်ထိုးပါ

အဘယ်ကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရမည်နည်း

- ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအားဖြင့် မိမိတို့၏ကလေးများကို ပြင်းထန်ဆိုးရွားသော ရောဂါများမှကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။
- ကာကွယ်ဆေးသည် သင့်ကလေးနှင့် သင့်လူမှုအဖွဲ့အစည်းကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။
- ကာကွယ်ဆေးသည် ကာကွယ်ဆေးဖြင့် တားဆီးပေးနိုင်သော ပြင်းထန်ဆိုးရွားသည့် ရောဂါများကို ထိန်းချုပ်ပေးရာတွင် အထောက်အကူပြုပေးပါသည်။

ဘယ်အချိန်တွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးရမည်နည်း

NSW ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်း အစီအစဉ်အရ၊ ကလေးများကို အောက်ပါ အသက်အရွယ်များတွင် ဆေးထိုးပေးရမည်ဖြစ်သည်။

- မွေးဖွါးခါစ
- ၆ ပတ်
- ၄ လ
- ၆လ
- ၁၂လ
- ၁၈ လ
- ၄ နှစ်

သင့်ကလေးကို အချိန်ကိုက် ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးရန် အရေးကြီး သည့်အတွက် ဆရာဝန်နှင့်သော်လည်းကောင်း၊ သူနာပြုနှင့် သော်လည်းကောင်း ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ရက်ချိန်းယူပြီး ကာကွယ်ဆေးထိုးရမည့်ရက်ကို မှတ်ထားပါ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်

ကာကွယ်ဆေးများသည် သင့်ကလေးအား ပြင်းထန်ဆိုးရွားသော ရောဂါများမှကာကွယ်ပေးရာတွင် ဘေးကင်းစိတ်ချရ၍ အာနိသင်ရှိပါသည်။

တစ်ခါတစ်ရံတွင်မူ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် သင့်ကလေးတွင် ဆေးထိုးသောနေရာ၌ နာကျင်ခြင်း၊ ရောင်ခြင်းနှင့် နီမြန်းခြင်းတို့ကဲ့သို့သော ညင်သာသည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

အကယ်၍သင်သည် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများအပေါ် စိုးရိမ်ပါက သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သူနာပြုနှင့် တွေ့ပါ။

ကလေးများအတွက် အခမဲ့ တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ဆေး

တုပ်ကွေးရောဂါ (တုပ်ကွေး) ကာကွယ်ဆေးသည် သင့်ကလေး၌ ပြင်းထန်သည့် တုပ်ကွေးမဖြစ်စေရန် အကောင်းဆုံးသော ကာကွယ်ပေးမှုဖြစ်ပါသည်။ တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးသည် ၆ လနှင့် ၅ နှစ်အောက်အကြား အရွယ် ကလေးများအတွက် အခမဲ့ဖြစ်ပါသည်။ အဖြစ်အများဆုံး တုပ်ကွေးအမျိုးအစားများကို ကာကွယ်ရန် တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးကို နှစ်စဉ်ထိုးရန်လိုအပ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးကို သင် ကာကွယ်ဆေးထိုးနေကျနေရာတွင် ထိုးနှံနိုင်ပါသည်။

နောက်ထပ် သိကောင်းစရာအချက်အလက်များကို health.nsw.gov.au/flu မှာ ကြည့်ပါ။