

သင့်ကလေးများ အတွက် ကာကွယ်ဆေးညွှန်းများ

- ✓ Tdap (မေးနိုင်း၊ ဆိုဆို့နာ၊ ကြွက်ညှာချောင်းဆိုး)
- ✓ HPV (သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ ဖြစ်စေသော ဝိုင်းရပ်စ်ပိုး)
- ✓ Meningococcal (ဦးနှောက်အဖျားရောင်ရောဂါ)

HUMAN PAPILLOMAVIRUS (HPV)
(သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာဖြစ်စေသော ဝိုင်းရပ်စ်ပိုးတစ်မျိုး)

HPV ဆိုတာ ကင်ဆာအဖြစ်များစေနိုင်တဲ့ ဝိုင်းရပ်စ်ပိုးတစ်မျိုးပါ။ HPV ကာကွယ်ဆေးက ကင်ဆာကို ကာကွယ်ပေးပြီး အဓိကကျတဲ့သူက သင်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

HPV ကာကွယ်ဆေးက အန္တရာယ်အရှိဆုံးသော HPV အမျိုးအစားများမှ ကူးစက်ရောဂါရရှိခြင်းကို ကာကွယ်ပေးပါတယ်။ အဆိုပါကာကွယ်ဆေးက သားကင်းမိတ်ချရပြီး ထိရောက်မှုရှိကာ အသက် ၁၁နှစ် (သို့မဟုတ်) ၁၂နှစ်မှ စပြီး ယောက်ျားလေး၊ မိန်းကလေး နှစ်ဦးလုံးအတွက် ထိုးနှံဖို့ အကြံပြုတိုက်တွန်းထားပါတယ်။

သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာများ (cervical cancers) နှင့် လိင်အင်္ဂါကြွက်နို့များ (genital warts) အားလုံးရဲ့ ၉၀%ကို ဖြစ်စေတဲ့ အဖြစ်အများဆုံးသော human papillomavirus အမျိုးအစားများကို HPV ကာကွယ်ဆေးက ကြိုတင်ကာကွယ်ပေးပါတယ်။ ယောက်ျားလေး၊ မိန်းကလေးနှစ်ဦးလုံးအနေနဲ့ အပြည့်အဝ ကြိုတင်ကာကွယ်မှု ရရှိဖို့အတွက် အကြိမ်အပြည့်အဝ ကာကွယ်ဆေး ထိုးသင့်ပါတယ်။ ကာကွယ်ဆေးကို အစောပိုင်း ပြီးကောင်ပေါက်အရွယ်မှာ ထိုးရင် အကောင်းဆုံးပါပဲ။ ဒါမှ ခုခံအား ဖွံ့ဖြိုးဖြစ်ပေါ်လာဖို့အတွက် အချိန်ရမှာဖြစ်ပြီး ကလေးအသက်ကြီးလာတာနဲ့အမျှ ပိုကောင်းတဲ့ ကြိုတင်ကာကွယ်မှု ရရှိနိုင်ကြောင်း ဆိုလိုတာပါ။



ကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း သိရှိဖို့ သင့်အတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနဲ့ ယနေ့ပဲ စကားပြောကြည့်ပါ။ ပိုကောင်းတဲ့ ၁၀အတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပါ။



သင့်မှာ မေးစရာများ ရှိပါက သင့်အတွက် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူထံ ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ (သို့မဟုတ်) အိုင်အိုဝါ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန (Iowa Department of Public Health) ဖုန်းနံပါတ်

1-800-831-6293 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ

<http://idph.iowa.gov/ImmTB/Immunization>

ကာကွယ်ဆေးများ၊ ရောဂါများနှင့်ပတ်သက်ပြီး နောက်ထပ်အချက်အလက်များ သိရှိလိုပါက ကျေးဇူးပြု၍ အောက်ပါတက်ဘ်ဆိုဒ်များကို ဝင်ကြည့်ပါ -

www.immunize.org • www.cdc.gov/vaccines/teens
www.vaccine.chop.edu • www.aap.org

ဇန်နဝါရီလ ၂၀၁၇ခုနှစ်

ကင်ဆာရောဂါကို သင်ကာကွယ်နိုင် ပါတယ်



မိဘများနှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသည့် ပညာရှင်များက မြီးကောင်ပေါက်အရွယ်များ HPV ကင်ဆာဖြစ်ခြင်းမှ ကြိုတင်ကာကွယ်ဖို့အတွက် အဓိက ကျတဲ့သူများ ဖြစ်ကြပါတယ်။

HPV ဆိုတာဘာလဲ။

HPV ဆိုတာ လူတိုင်းနီးပါး ဘဝတစ်ကျေမှာ ကူးစက်ခံရမှာဖြစ်တဲ့ မိုင်းရပ်စ်တစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ HPV က လိင်ဆက်ဆံခြင်းကတစ်ဆင့် ကူးစက်ပြန့်ပွားပြီး ပိုးရှိနေတဲ့သူမှာ ရောဂါလက္ခဏာ မပြသောအခါမှာပင် ကူးစက်ပြန့်ပွားနိုင်ပါတယ်။ လူနာအများစုမှာ HPV ကူးစက်ရောဂါက သူ့အလိုလို ပျောက်သွားကြပြီး အဆိုပါမိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်ခံရတဲ့လူများက သူတို့မှာ ပိုးရှိနေတာတောင် မသိခဲ့ကြပါဘူး။ သို့သော် HPV ပိုး မပျောက်သွားတဲ့အခါ လိင်အင်္ဂါကြွက်နို့များနှင့် ကင်ဆာရောဂါကိုသို့သော ကျန်းမာရေးပြဿနာများကို ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ လူတစ်ယောက် HPV ပိုးကူးစက်ခံရပြီးနောက် ကင်ဆာရောဂါ ဖြစ်လာဖို့ များသောအားဖြင့် နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာတတ်ပါတယ်။

- HPV ပိုးက အောက်ပါတို့ အပါအဝင် အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးနှစ်ဦးလုံးအတွက် ပြင်းထန်ဆိုးရွားတဲ့ နောက်ဆက်တွဲအကျိုးဆက်များစွာ ရှိနိုင်ပါတယ် -
- **CERVICAL CANCER** (သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ)
 - **VULVAR CANCER** (မိန်းမအင်္ဂါအောက်ကင်ဆာ)
 - **VAGINAL CANCER** (မိန်းမကိုယ်အင်္ဂါကင်ဆာ)
 - **ANAL CANCER** (စအိုကင်ဆာ)
 - **PENILE CANCER** (အမျိုးသားလိင်တံကင်ဆာ)
 - **OROPHARYNGEAL CANCER** (လျှာအောက်ခြေနှင့် အာသီးများအပါအဝင် လည်ချောင်းအနောက်ပိုင်း ကင်ဆာ)
 - **GENITAL WARTS** (လင်အင်္ဂါကြွက်နို့များ)
 - **ထပ်ခါထပ်ခါဖြစ်သော လေပြွန်ဆိုင်ရာရောဂါ PAPILOMATOSIS (RRP)** (လည်ချောင်းတွင် ကြွက်နို့များ ပေါက်ပွားသည့် ရှားပါးရောဂါအခြေအနေ)

လက်ရှိတွင် အမေရိကန်နိုင်ငံသား ၇၉သန်းခန့် HPV ပိုးကူးစက်ခံနေရပြီး နှစ်စဉ် လူပေါင်း ၁၄သန်းမှာ မကြာမီကမှ ကူးစက်ခံရလာပါတယ်။ အမျိုးသားများတွင် HPV နှင့် ဆက်စပ်သော ကင်ဆာပေါင်း ၁၂၆၀၀ခု အပါအဝင် HPV နှင့်ဆက်စပ်သော ကင်ဆာပေါင်း ၃၃၀၀၀ ခန့်မှာ နှစ်စဉ် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံမှာ ဖြစ်ပွားနေပါတယ်။

အမေရိကန်ကင်ဆာအသင်း (American Cancer Society – ACS) အနေဖြင့် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံမှာ ပြင်းထန်ပြန့်ပွားလွယ်တဲ့ သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ လူနာအသစ်ပေါင်း ၁၂၀၀၀ ရှိလာလိမ့်မည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် အဆိုပါရောဂါကြောင့် နှစ်စဉ် အမျိုးသမီး ၄၀၀၀ခန့် သေဆုံးလိမ့်မည် ဖြစ်ကြောင်း ခန့်မှန်းထားပါတယ်။ ကမ္ဘာ့အနှံ့တွင် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာက အမျိုးသမီးများမှာ ဒုတိယအဖြစ်အများဆုံးကင်ဆာ ဖြစ်ပြီး နှစ်စဉ် လူနာအသစ်ပေါင်း ၄၇၀၀၀ နှင့် သေဆုံးလူနာပေါင်း ၂၃၀၀၀ ထက်ပိုမို ဖြစ်ပွားလာကြောင်း ခန့်မှန်းထားပါတယ်။

HPV ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း

အဖြစ်အများဆုံးသော human papillomavirus အမျိုးအစားများမှ HPV ကာကွယ်ဆေးက အကောင်းဆုံး ကြိုတင်ကာကွယ်ပေးပါတယ်။ HPV ပိုး မကူးစက်ခံရမီ အကြိမ်အပြည့် ကာကွယ်ဆေးထိုးထားတဲ့ လူတိုင်းအတွက် အကောင်းဆုံးသော ကျန်းမာရေး အကျိုးကျေးဇူးများကို အဆိုပါကာကွယ်ဆေးက ပေးစွမ်းပါတယ်။ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသည့် ပညာရှင်များက ယောက်ျားလေး၊ မိန်းကလေးများကို အသက် ၁၁နှစ် (သို့မဟုတ်) ၁၂နှစ်အရွယ်တွင် ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့နှင့် ပြီးကောင်းပေါက်အရွယ်များနဲ့ လူကြီးဖြစ်ကာစအရွယ်များအတွက် အရွယ်လွန်ဖြည့်စွက် (catch-up vaccination) ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ အကြံပြုတိုက်တွန်းထားပါတယ်။

ကာကွယ်ဆေးထိုး အကြိမ်ဘယ်လောက်များများ လိုအပ်ပြီး ဘယ်လိုအစီအစဉ်ဖြင့် ထိုးနှံရပါသလဲ။

HPV ကာကွယ်ဆေးမှာ ခြောက်လတာအတွင်း နှစ်ကြိမ်ဖြစ်စေ၊ သုံးကြိမ်ဖြစ်စေ ထိုးနှံရပြီး အခြားကာကွယ်ဆေးများနှင့် တစ်ချိန်တည်းမှာ ထိုးနှံနိုင်ပါတယ်။ ကြိုတင်ကာကွယ်မှု အပြည့်အဝ ရရှိဖို့အတွက် HPV ကာကွယ်ဆေးကို အကြိမ်အရေအတွက်ပြည့်အောင် ထိုးဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ ဆယ်ကျော်သက်မတိုင်မီအရွယ် (၁၁ - ၁၂ နှစ်အရွယ်) တွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းက ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်နှင့် လူကြီးဖြစ်ခါစအရွယ်များတွင် ထိုးခြင်းထက် ပိုပြီးအစွမ်းထက်ကာ ခုခံအားစနစ်ရဲ့ တုံ့ပြန်မှုအား ပိုကောင်းပါတယ်။

HPV ကာကွယ်ဆေးက ဘေးကင်းစိတ်ချရရဲ့လား။

HPV ကာကွယ်ဆေးက ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီး ထိရောက်မှု ရှိပါတယ်။ ပထမဆုံးသော HPV ကာကွယ်ဆေးကို ၂၀၀၆ခုနှစ်တွင် ရရှိခဲ့ပြီး ထိုအချိန်ကစလို့ ကာကွယ်ဆေးအကြိမ် သန်း၄၀ အထက် ထိုးနှံပြီးဖြစ်ပါတယ်။ HPV ကာကွယ်ဆေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘေးကင်းရေးဆိုင်ရာ စိုးရိမ်ပူပန်စရာကိစ္စများ ပြင်းပြင်းထန်ထန် မဖြစ်ပွားခဲ့ဖူးပါ။

သို့သော် အခြားဆေးများနည်းတူ ကာကွယ်ဆေးများက ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတစ်ချို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။ HPV ကာကွယ်ဆေးကြောင့် အဖြစ်အများဆုံး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများက အသေးအမွှားသာ ဖြစ်ပြီး ကာကွယ်ဆေးထိုးလိုက်တဲ့နေရာမှာ နီမြန်းခြင်း (သို့မဟုတ်) ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ကိုယ်ငွေ့ငွေ့ဖျားခြင်း (သို့မဟုတ်) ခေါင်းကိုက်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပါတယ်။ အဆိုပါ အသေးအမွှားလက္ခဏာများက ပုံမှန်ဖြစ်ပြီး ကိုယ်ခန္ဓာက ခုခံအား တည်ဆောက်လာတာနဲ့အမျှ ကြိုတင်တွက်ဆထားသင့်ပါတယ်။ ပြင်းထန်တဲ့ ဓာတ်မတည့်မှုများက အရမ်းရှားပါတယ်။

ကာကွယ်ဆေးများကို ဘေးကင်းစိတ်ချရဆိုင်ရာ အမြင့်ဆုံးစံနှုန်းဖြင့် ထုတ်လုပ်ထားပါတယ်။ သမိုင်းမှတ်တမ်းတလျှောက် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှာ ဘေးကင်းစိတ်ချရဆုံးသော၊ အထိရောက်ဆုံးသော ကာကွယ်ဆေးကို ထောက်ပံ့ပေးထားပါတယ်။ ကာကွယ်ဆေးကို လိုင်စင်မပေးမီ ဥပဒေအရ နှစ်ပေါင်းများစွာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ကာကွယ်ဆေးများကို အသုံးပြုသည့်နှင့်တပြိုင်နက် ဘေးကင်းစိတ်ချရမှုနှင့် ထိရောက်မှုအတွက် စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးပါတယ်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားတဲ့ လူတိုင်းအနေနဲ့ အကျိုး၊ အပြစ် နှစ်မျိုးလုံးကို အပြည့်အဝ သိရှိထားသင့်ပါတယ်။ မေးစရာ (သို့မဟုတ်) ပူပန်စရာ တစ်ခုခု ရှိနေပါက သင့်အတွက် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူနဲ့ ဆွေးနွေးသင့်ပါတယ်။

ကာကွယ်ဆေး ကုန်ကျစရိတ်အတွက် အကူအညီ ရရှိနိုင်ပါသလား။

သင့်ရဲ့ ကျန်းမာရေးအာမခံက HPV ကာကွယ်ဆေးအတွက် အကျိုးဝင်မဝင် သိရဖို့ စစ်ကြည့်ပါ။ သင့်ကလေးမှာ ကျန်းမာရေးအာမခံ မရှိပါက (သို့မဟုတ်) ကာကွယ်ဆေး အကျိုးဝင်တဲ့ အာမခံ မရှိပါက ကလေးများအတွက် ကာကွယ်ဆေး (Vaccines for Children – VFC) အစီအစဉ်အကြောင်း သင့်အတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက် မှုပေးသူထံမှာ မေးမြန်းကြည့်ပါ။ VFC အစီအစဉ်က မွေးစကနေ ၁၉နှစ်အရွယ်အထိ အကျိုးဝင်တဲ့ ကလေးများအတွက် ကာကွယ်ဆေးများ ပေးစွမ်းပါတယ်။

သင့်ကလေးရဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်တမ်း

ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်တမ်းများကို ဘေးကင်းစိတ်ချရတဲ့နေရာမှာ သိမ်းထားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားကြောင်း သက်သေအထောက်အထားက ဘဝတလျှောက်လုံး လိုအပ်နိုင်ပါတယ်။ အိုင်အိုဝါ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန (Iowa Department of Public Health) က ရေးလွန်လေပြီးသော ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်တမ်းဟောင်းများကို ထိန်းသိမ်းမထားပါ။ သို့သော် ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်တမ်းများကို Iowa ရဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်ပုံတင် အချက်အလက် ထိန်းသိမ်းရေးစနစ် (Immunization Registry Information System - IRIS) လိုခေါ်တဲ့ အမြဲရှိနေသော ပြည်နယ်အနှံ့ အီလက်ထရွန်နစ် ဒေတာအစုအစည်းအတွင်း ထည့်သွင်းထားနိုင်ပါတယ်။

IRIS တွင် မိဘများ (သို့မဟုတ်) လူကြီးများကို <https://iris.iowa.gov> ဝက်ဘ်ဆိုဒ်မှာ ကိုယ်ရဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်တမ်း (သို့မဟုတ်) ကိုယ့်ကလေးရဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုး မှတ်တမ်း ရှာဖွေခွင့်ရစေသည့် အများပြည်သူသုံး မှတ်တမ်းရယူရေး အင်္ဂါရပ်တစ်ခု ပါဝင်ပါတယ်။ မှတ်တမ်းများကို ရှာဖွေတွေ့ပါက သင့်ရဲ့ ကာကွယ်ဆေးထိုးမှတ်တမ်းကို IRIS အတွင်း ထည့်သွင်းဖို့ သင့်အတွက် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူကို တောင်းဆိုပါ။



HPV က နှစ်စဉ် အမေရိကန်နိုင်ငံသား ၃၃၀၀၀ ကို ကင်ဆာဖြစ်စေပါတယ် — ဆိုလိုတာက ၁၆မိနစ်ပြည့်တိုင်း လူ၁ယောက်နုန်း ကင်ဆာဖြစ်နေတာပါ။