កាលវិភាគនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការ

ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំត្រូវការចាក់ថ្នាំបង្ការនៅពេលខុសៗគ្នា?

ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំត្រូវការចាក់ថ្នាំបង្ការ?

ការចាក់ថ្នាំបង្ការគឺជាវិធីដែលមានសុវត្ថិភាព មានប្រសិទ្ធិភាព និងមានភាពងាយស្រួលមួយ ដើម្បីការពារប្រឆាំងនឹងជំងឺផ្សេងៗណាដែលអាចទប់ស្កាត់បាន។ ថ្នាំបង្ការទាំងឡាយគឺមានការណែនាំឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបទទួលចាក់នៅដំណាក់កាលខុសៗគ្នានៃជីវិត ចាប់ពីទារករហូតដល់មនុស្សវ័យចំណាស់។

ការទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការមិនត្រឹមតែការពារអ្នកនោះទេ ប៉ុន្តែក៏ជួយទប់ស្កាត់ការរីករាលដាលនៃជំងឺផ្សេងៗទៅកាន់អ្នកដទៃដែលប្រហែលជាធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរប្រសិនបើពួកគេឆ្លងជំងឺទាំងនោះផងដែរ ដូចជាមនុស្សវ័យ ចំណាស់ អ្នកដែលមានផ្ទៃពោះ អ្នកដែលមានបញ្ហាសុខភាពប្រចាំកាយ និងកុមារដែលនៅក្មេងខ្លាំង ជាដើម។ ថ្នាំបង្ការដែលមានការណែនាំឱ្យទទួលចាក់នានាគឺផ្អែកទៅលើអាយុ ស្ថានភាពសុខភាពជាក់លាក់ផ្សេងៗ ឬប្រវត្តិសុខភាពរបស់អ្នក ហើយអាចនឹងតម្រូវចាំបាច់សម្រាប់ការធ្វើដំណើរ ទៅធ្វើការ ឬក៏ចូលទីតាំងថែទាំកុមារឬសាលារៀនផងដែរ។

ហេតុអ្វីបានជាថ្នាំបង្ការមួយចំនួនត្រូវការចាក់ជាច្រើនដូស ឬត្រូវការចាក់ដូសជំរុញ បន្ទាប់ពីពេលមួយរយៈក្រោយមកនោះ?

ថ្នាំបង្ការនីមួយៗគឺផលិតឡើងដើម្បីផ្តល់នូវប្រព័ន្ធការពាររឹងមាំប្រឆាំងនឹងមេរោគជំងឺ (viruses) ឬមេរោគរស់ (bacteria) ជាក់លាក់ផ្សេងៗ ដោយមានផលប៉ះពាល់ក្នុងកម្រិតតិចបំផុត និងមានប្រសិទ្ធិភាពក្នុងកម្រិតខ្ពស់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ ដើម្បីទទួលបានដូចចំណុចនេះ មានការតម្រូវចាំបាច់ឱ្យមានកាលវិភាគនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការ និងដូសជំរុញខុសៗគ្នា ដើម្បីរក្សាឱ្យមានប្រព័ន្ធការពារ។

ថ្នាំបង្ការមួយចំនួន ដូចជាថ្នាំបង្ការជំងឺគ្រុនផ្តាសាយធំ និងថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ត្រូវការធ្វើឱ្យថ្មីឡើងវិញជាញឹកញាប់ ដើម្បីឱ្យត្រូវគ្នាជាមួយនឹងពូជមេរោគដែលកើតមានជាទូទៅបំផុត និងមានគ្រោះថ្នាក់បំផុតនោះ។ មនុស្សមួយចំនួន ដូចជាអ្នកដែលមានផ្ទៃពោះ ឬអ្នកដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំទន់ខ្សោយ អាចនឹងត្រូវការចាក់ដូសបន្ថែមទៀត ដើម្បីឱ្យនៅតែមានសុវត្ថិភាព។

តើខ្ញុំត្រូវការចាក់ថ្នាំបង្ការណាខ្លះ?

ចូរពិភាក្សាជាមួយនឹងអ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ដើម្បីស្វែងយល់ថាតើថ្នាំបង្ការណាខ្លះដែលមានការណែនាំឱ្យអ្នក និងសមាជិកក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នកទទួលចាក់នោះ។ ខាងក្រោមនេះគឺជាថ្នាំបង្ការមួយចំនួនដែលមានការណែនាំឱ្យទទួលចាក់ជាទូទៅបំផុត។

ថ្នាំបង្ការជំងឺគ្រុនផ្តាសាយធំ (Flu)៖ អ្នកគួរតែទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការនេះជារៀងរាល់ឆ្នាំ ជាពិសេសនៅរដូវស្លឹកឈើជ្រុះ ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការកើតជំងឺគ្រុនផ្តាសាយធំ។ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុចាប់ពី 65 ឆ្នាំឡើងទៅ ឬមានអាយុចាប់ពី 18 ទៅ 64 ឆ្នាំ ហើយបានផ្លាស់ប្តូរសរីរាង្គ (គ្រឿងក្នុង) និងកំពុងទទួលប្រើប្រាស់ថ្នាំពេទ្យដែលបង្ក្រាបភាពស៊ាំ (immunosuppressive medication) សូមសាកសួរទៅកាន់អ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកអំពីថ្នាំបង្ការជំងឺគ្រុនផ្តាសាយធំដែលមានកម្រិតដូសកាន់តែខ្ពស់។

ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19៖ យូរៗម្តង ថ្នាំបង្ការនេះគឺបានធ្វើឱ្យថ្មីឡើងវិញ ដើម្បីការពារប្រឆាំងនឹងពូជថ្មីបំផុតរបស់មេរោគជំងឺ។ មានការណែនាំឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបដែលមានអាយុចាប់ពី 6 ខែឡើងទៅ ទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ដែលបានធ្វើឱ្យថ្មីឡើងវិញ (updated COVID-19 vaccine) យ៉ាងហោចណាស់ចំនួន 1 ដូស។ អ្នកគួរតែរង់ចាំរយៈពេលយ៉ាងហោចណាស់ 2 ខែចាប់តាំងពីបានចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ដូសចុងក្រោយបង្អស់ប្រភេទណាមួយក៏ដោយ មុនពេលទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ដែលបានធ្វើឱ្យថ្មីឡើងវិញនេះចំនួនមួយដូស។

County of Los Angeles Public Health

(Cambodian)

កាលវិភាគនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការ

ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំត្រូវការចាក់ថ្នាំបង្ការនៅពេលខុសៗគ្នា?

ថ្នាំបង្ការជំងឺរលាកសួត (Pneumonia)៖ ការពារប្រឆាំងនឹងមេរោគ pneumococcal ជាច្រើនប្រភេទដែលអាចបណ្ដាលឱ្យមានការឆ្លងមេរោគកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរដល់កុមារ និងមនុស្សពេញវ័យបាន។ មានការណែនាំឱ្យទទួលចាក់លំដាប់ថ្នាំបង្ការសម្រាប់ពេលកុមារភាពដែលមានចំនួន 4 ដូសនេះ មុនពេលមានអាយុ 5 ឆ្នាំ។ សម្រាប់កុមារធំៗ និងមនុស្សពេញវ័យ ចូរទទួលចាក់តាមការផ្ដល់ដំបូន្មាន។

ថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វាយ (Chickenpox)៖ ថ្នាំបង្ការដែលមានលំដាប់ចំនួនពីរដូសនេះមានផ្ដល់ជូនដល់កុមារ ហើយក៏មានការណែនាំឱ្យអ្នកដែលមានអាយុលើ 13 ឆ្នាំ ហើយមិនធ្លាប់បានកើតជំងឺអុតស្វាយពីមុនមកទេនោះ ទទួលចាក់ផងដែរ។

ថ្នាំបង្ការជំងឺរើម (Shingles)៖ ថ្នាំបង្ការដែលមានចំនួនពីរដូសនេះការពារប្រឆាំងនឹងជំងឺរើមចំពោះមនុស្សវ័យចំណាស់ ហើយទទួលចាក់ក្នុងចន្លោះពេលចាប់ពីពីរ ទៅប្រាំមួយខែពីគ្នា ដើម្បីទទួលបានប្រព័ន្ធការពារខ្ពស់បំផុត។ មានការណែនាំឱ្យមនុស្សពេញវ័យដែលមានអាយុចាប់ពី 50 ឆ្នាំឡើងទៅទទួលចាក់ផងដែរ បើទោះបីជាអ្នកធ្លាប់បានកើតជំងឺអុតស្វាយពីមុនមកក៏ដោយ។ សូមសាកសួរទៅកាន់អ្នកផ្ដល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកថា តើអ្នកបានទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ Zoster ដែលមានចំនួនមួយដូសរួចហើយឬនៅ។

ថ្នាំបង្ការ Tdap៖ ថ្នាំបង្ការនេះចំនួនមួយដូសការពារប្រឆាំងនឹងជំងឺតេតាណូស (tetanus) ជំងឺខាន់ស្លាក់ (diphtheria) និងជំងឺក្អកមាន់ (pertussis/whooping cough)។ អ្នកអាចនឹងត្រូវការដូសជំរុញរៀងរាល់ 10 ឆ្នាំម្ដង។

ថ្នាំបង្ការសម្រាប់ RSV៖ ចំពោះអ្នកដែលមានអាយុចាប់ពី 75 ឆ្នាំឡើងទៅ ថ្នាំបង្ការនេះចំនួនមួយដូសការពារប្រឆាំងនឹងមេរោគប្រភេទ syncytial ដែលឆ្លងតាមផ្លូវដង្ហើមរបស់មនុស្ស (respiratory syncytial virus/RSV)។ មានការណែនាំឱ្យមនុស្សពេញវ័យដែលមានអាយុចាប់ពី 60 ទៅ 74 ឆ្នាំ ហើយដែលប្រឈមនឹងហានិភ័យកាន់តែខ្ពស់ក្នុងការឆ្លង RSV កម្រិតធ្ងន់ធ្ងរនោះ គួរតែទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការសម្រាប់ RSV ចំនួនមួយដូស ផងដែរ។ អ្នកដែលមានផ្ទៃពោះ ទារក និងកុមារតូចៗក៏អាចនឹងមានសិទ្ធិទទួលបានប្រព័ន្ធការពារបន្ថែមទៀតប្រឆាំងនឹង RSV ផងដែរ។ ចូរពិភាក្សាជាមួយនឹងអ្នកផ្ដល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ដើម្បីស្វែងយល់ថាតើពួកគេណែនាំឱ្យធ្វើយ៉ាងណា។

ថ្នាំបង្ការជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ B (Hepatitis B)៖ ថ្នាំបង្ការដែលមានលំដាប់ចំនួនពីរ ឬបីដូសនេះគឺណែនាំសម្រាប់ឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបទទួលចាក់ ហើយអ្នកដែលមានអាយុចាប់ពី 60 ឆ្នាំឡើងទៅគួរតែពិគ្រោះគ្នាជាមួយនឹងអ្នកផ្ដល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពរបស់ពួកគេអំពីការទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការនេះ។

ដើម្បីស្វែងយល់ថាតើអ្នកត្រូវការថ្នាំបង្ការណាខ្លះ ឬក៏ថាតើអ្នកត្រូវការដូសជំរុញឬទេនោះ សូមសាកសួរទៅកាន់អ្នកផ្ដល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។ សម្រាប់បញ្ជីថ្នាំបង្ការដែលមានការណែនាំឱ្យទទួលចាក់ទាំងឡាយ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ៖ https://www.cdc.gov/vaccines។

មជ្ឈមណ្ឌលផ្ដល់ព័ត៌មានរបស់នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ (Public Health Call Center)

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម មជ្ឈមណ្ឌលផ្ដល់ព័ត៌មានរបស់នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ មានបម្រើសេវាកម្មជូនចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 8 យប់ ប្រាំពីរថ្ងៃក្នុងមួយសប្ដាហ៍ តាមរយៈលេខ **1-833-540-0473**។

Los Angeles County Department of Public Health
ph.lacounty.gov/vaccines

COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health