



သွာန်မဆက်စပ်ကို
ကိုပ်ဗေတ် - ၁၉
တဲ သွာန်လေပ်ဂမ္တိုင်

၁။ ဂဠုစီဒါ ကိုပ်ဗေတ် -၁၉
ကျောံ သွာန်မဆက်စပ်ဂမ္တိုင်

ဆက်စပ်ကို ကိုင်ပေး - ၁၉ တဲ့ ညးဂမ္တိုင် သွာန်စလေပ်ဂမ္တိုင်

ဂဉ္စဲစီဒါ ကိုင်ပေး -၁၉ ကောံ သွာန်မဆက်စပ်ဂမ္တိုင်

၁။ ထပက်ဂဉ္စဲစီဒါ ကိုင်ပေးတဲမွဲ မုရဒဒ်မွဲ ထေက်ကို ဒးစီစွတ် တီလပ်ထေက်ဂ်ရော

မုရ ဂကူ ဂဉ္စဲစီဒါ ကိုင်ပေးမွဲ ထပက်ကိုကုပိုရောဂ် ဝဲကိုင်ကွာ ဒးတီလပ်ထေက်ရ။ ဂကောံ ပရေင် ထတ်ယုက်ဂွးတီ (WHO) တအ် သွလပ်ဒွန် ဂဉ္စဲစီဒါဂမ္တိုင်ဂ်ဟေင် ထပက်တဲထေက်ရ။ မဉ္စဲ.....

- (၁) ဗြိဒင် (ဗြိတိန်) ကောံ ကိုန်ချင်အိန္ဒိယတအ် ပွတ်လပ် Covishield
- (၂) ဗြိဒင်တအ် ပွတ်လပ် Astra Zeneca
- (၃) ကိုန်ချင်အမေရိကာန်တအ် ပွတ်လပ် Pizer, Moderna, Janssen
- (၄) ကိုန်ချင်ကြက်တအ် ပွတ်လပ် Sinopharm(Beijing Institute of Biological Products Co.Lid), CoronaVac (Sinovac သာံဝံ ညးဂမ္တိုင်တအ်တီ) ဒ်တအ်အိုတ်ရ။

Sinopham (BIBP) ကောံ Sinovac ဂဉ္စဲဂမ္တိုင်တအ်ဂ် ဂကောံ ပရေင်ထတ်ယုက် ဂွးတီတအ် အကောံ အရာ ကာမံက်တိုန် ကျိဒ်မွဲ သွက်ဝံသုင်စေဲ ကိုလပ်အခေါင် ပဲသွာံ ၂၀၂၁ ဂိတုမာတ် ကောံ ဂိတုဇူလိုင် လလောင်တြးလပ်ရ။ ကိုန်ချင်ကြက်ပွတ်လပ် Sinopham (Wuhan Institute of Biological Products Co-lid) ကောံ ကိုန်ချင်အိန္ဒိယ ပွတ်လပ် Covaxin ဂဉ္စဲစီဒါဂမ္တိုင်တအ်ဂ် နူကိုဂကောံပရေင်ထတ်ယုက်ဂွးတီ တအ် စီစွတ်မံင်ဖိုတ်တဲ ပွမသွလပ်ဒွန်ဂ် ဟံမ္မဲဂီရ။

မူးနဂ် ဂဉ္စဲစီဒါတအ်ကအ် ညာ်ဒကောံ ပတေံရေံစိုတ် နံ/ဟံမ္မဲ။ ပရေင်ဂိုင်စွံပွန် ဗိုပြင်ရေံသောတ် နံ/ဟံမ္မဲ။ သွက်ဝံထပက်ကိုပွန်၊စီဇန်လပ် ဗိုပြင်ရေံသောတ် နံ/ဟံမ္မဲ။ ညးမထပက်ကို ဂဉ္စဲတအ်ပွန် ပရေင်စိုန်ညီ၊ စိစောန် နံ/ဟံမ္မဲ။ မဉ္စဲသာံဝံတအ် ဒ်တမ်ထေက်ကို ဒးစီစွတ် လျှူအကောံအရာတအ်လေပ် ပွက်ဖှေတ်ရ။

၂။ ထပက်ဂဉ္စဲစီဒါ ကိုင်ပေး ၁၉ မူး ဝုတ်စိုတ်လို ကွိုင်လို စီဒါကိုမာန်ရော

ဂကောံပရေင်ထတ်ယုတ် ဂွးတီ (WHO) တအ် စီစွတ်စမ်စေတ်လပ် ဂဉ္စဲစီဒါ ကိုင်ပေး ဂမ္တိုင်တအ် တဲ သွလပ်သမ္တိ ဖြဟတ်စီဒါကိုမာန်တအ်ဂ် -----

လေ့င်	ဂဉ္စဲစီဒါကိုင်ပေးဂမ္တိုင်	ဖြဟတ်စီဒါ ပရေင်ဒးဒင် စသိုင် လက်သန်ကိုင်ပေး မာန်	ဖြဟတ်စီဒါကိုကိုင်ပေး မညွတ်မြတ်တအ်မာန်
၁.	Pfizer by BioNtech Comirnaty	၉၁.၃%	၉၅.၃%
၂.	AstraZeneca-University of Oxford by SK Bio	၇၆%	၈၅%
၃.	Covishield by SII	၆၆.၇%	၉၂%
၄.	Janssen by Johnson & Johnson	၇၂% %	၈၆ %
၅.	Moderna	>၉၀ %	>၉၅ %

လေ့င	ဂဉ္ဇဲစီဒါကိပ်ဗေတ်ဂမ္ဗိုင်	ဣဟတ်စီဒါ ပရေင်ဒးဒင် စသိုင် လက်သန်ကိပ်ဗေတ် မာန်	ဣဟတ်စီဒါကိပ်ဗေတ် မဃ္ဈာတ်မြတ်တန်မာန်
၆.	Sinopharm by Beijing Bio-Institute of Biological Products Co Ltd	၇၉%	စုတ်သမ္မိ သုလင် သုတေသန ဟံ့မွဲဂီ
၇.	CoronaVac (Sinovac) by Sinovac Biotech Ltd.	၅၁%	၁၀၀%

* ဂဉ္ဇဲစီဒါဂမ္ဗိုင်တန် ယဲကိပ်ဗေတ်- ၁၉ ကျိန်ဃာတ်မြတ်မွဲး နကီဗုတ်ဗွတ်မွဲ စီဒါကီမာန်ကို လေင် ညံင်ယဲဟံ့ဝံ့ကျောံထွာန်ဂ် ပွမစီဒါမာန် ဟံ့မွဲတဲ ထပက်ဂဉ္ဇဲစီဒါတဲကိုလေင် ပွမစီဒါကီယဲ ကိပ်ဗေတ် - ၁၉ ဗွဲမကိတ်ညီကို ဂွံင်တရဲ ဒးဒေတ်ဗက်ဂမ္ဗိုင် ပွမကျောတ် Mask တန် ပွမကြာတ်တဲကိုပံင်ကလေံ ပျိုင် (၂၀) စက္ကတန် ပွမဝေင်ပါ ဗျိုင်မိုတ်ကောံဂျိုင်တန်ဂ် ထေက်ကို ဒးဒေတ်ဗက်စဂ် နွံပိုက်မံင်ရေင်။

၃။ ဂဉ္ဇဲစီဒါ ကိပ်ဗေတ်ဂ် မုရ်မိုတ်ဗိုလီမွဲ ထပက်ထေက်ရေင်။

- ဂဉ္ဇဲစီဒါကိပ်ဗေတ်ဂ် ညးမူကို အာယုတ် (၁၈) သွာံလျိုင်လျိုင်ဂမ္ဗိုင်တန် ထပက်တဲမာန်ကိုလေင်
- သွာံဒဲ ပရေင်ထတ်ယုက် ညးမကျောံထွာန်ဂ်ဂျိုင်မာန်ကျောံ
 - ညးကျိန် ယဲကိပ်ဗေတ် မဃ္ဈာတ်မြတ်မာန်ဂမ္ဗိုင် (ညးအာယုက်ဇော်ဂမ္ဗိုင်၊ ညးမူကိုယဲဝေဒနာ ဪဂမ္ဗိုင်) တန် ဒးထပက်ကို ဗွဲကိပ်ကျာရေင်ဂ် တုပညာမစီစောန်ဂမ္ဗိုင်တန် ကီလင်က သပ်ရ။
 - ညးမူကိုဝေဒနာ ဆီစေတ်၊ဆီဗုတ်၊ ယဲယိုဝါတ်ဂမ္ဗိုင်၊ ယဲကောန်တုဒါ၊ ယဲဆက်စပ်ကိုဂြိုဟ် ကျောံ ယဲ (ကျောက်ကပ်) ၊ ယဲဗုင်ဇိုက်နွံမံင်ကိုလေင် အကဲအရာယဲညိုင်ဝတ်မင် (ဥပမာ - စုအုတ်ချ်အိုင်ဗွဲ (HIV) နွံတဲမသုင်မံင်ဂဉ္ဇဲ၊ အေအာတီ (ART) တန်ထပက်ကိုဂဉ္ဇဲစီဒါထေက်ကိုရ။

၄။ ဂဉ္ဇဲစီဒါ ကိပ်ဗေတ်- ၁၉ဂ် မုရ်မိုတ်ဗိုလီမွဲ ထပက်တဲဟံ့ထေက်ဂ်ရေင်။

- ညးမဒးဒင်စသိုင်မံင်ကို ယဲကိပ်ဗေတ် - ၁၉ ဂမ္ဗိုင် (ဟံ့သေင်မွဲး) ညးမူကို လက်သက် သံသယ ကိပ်ဗေတ်-၁၉ ဂမ္ဗိုင်
- ကောန်ဇုတ် သုင်အာယုက် (၁၂) သွာံဂမ္ဗိုင် (သွာင်နူစီဒါဂဉ္ဇဲကိပ်ဗေတ် Pfizer တဲ သွေဟ်မံင် ဂဉ္ဇဲစီဒါကိပ်ဗေတ်ဂမ္ဗိုင်တန်ဂ် သုတ်အာယုက် (၁၈) သွာံ ထပက်ဟံ့ထေက်ရေင်။
- ညးမူကို ရာဇဝင်ယဲ ဟံ့ကိတ်ညီကို ကပေတ်ခါတ်မွဲမွဲဂကူ မပါလုပ်မံင် ပွဲဂဉ္ဇဲစီဒါဂမ္ဗိုင်
- ကွာတေံ ထပက်ဂဉ္ဇဲစီဒါမွဲမွဲမွဲး ညးမကောင်ဒ် ဒုဟ်ဂဉ္ဇဲ ဟံ့ကိတ်ညီကိုခါတ်ဇကုဂမ္ဗိုင်
- မိယဲ မူကိုဂပ်ဂွံဂမ္ဗိုင် ထပက်ဂဉ္ဇဲစီဒါ ဟံ့ထေက်ရ။

ညးမူကိုရာဇဝင်ယဲ ဟံ့ကိတ်ညီကို ခါတ်ဂဉ္ဇဲလေင်တန်ဂ် ကွာဟံ့ဝံ့ထပက်ဂဉ္ဇဲစီဒါကီ ဗွဲကိပ်ကျာ ထေက်ကို ဒးချပ်စ ကုညးမမံင်မွဲပရေင်ထတ်ယုက်တန်ရ။

မိယာ မွဲကို ဂပ်ဝှဲဂမ္တိုင် ကျွဲဒ်ယဲ ကိုပ်ပတ်မွဲး ပွမနွံကိုလက်သက်သ္တာတ်မြက်ကောံ ဟိုတ်ပွမဒး ဒုင် စသိုင်မံင် ဝေဒနာ ဖိုမဆက်စပ်ကို ဂပ်ဝှဲတအ်တဲ ကိုကျိပ်ထေက်ကို ထပက်ကိုလေပ် ပွဲဂဉဲစိုဒါလျီဂမ္တိုင် သွက်ညးမွဲကိုဂပ်ဝှဲ တွဟ်နဖျေံစိုတ်ဝံ တင်သမ္တိ နုသုတေသနတအ် သွလပ်ဒွန်ဟံမွဲဂီတဲ ပွဲအရာထပက် ဂဉဲစိုဒါ ကု ညးမွဲကို ဂပ်ဝှဲတအ်ဂျပ်သီကီုကု ညးမမင်မွဲပရေင်ထတ်ယုက် စိစောန်လျှုပိုင်ခြာကို ဖိုစိုတ် ဖိုပရေမာန်တအ်တဲ ထပက်တ်ထေက်ရ။

၅။ ထပက်ဂဉဲစိုဒါ ကိုပ်ပတ်မွဲး ဖိုစိုတ် ဖိုပရေ မက္တိုဝံမာန်ဂမ္တိုင်တအ်ဂ် မိက်ဝံတိတ်ရ။

အတိုင် မက္တဲလုတ်သ္တာံဆိုကေတ်လေပ် ပွမထပက်ဂဉဲစိုဒါ နကိုလွန်ပေင် ဂုက်ဖိုမက္တိုဝံဂမ္တိုင်ဝံ အတိုင်ဗွဲသွပ်တေံရ။

- ✓ ဖြောန်ဖျေံကို ဟိုတ်ယံကိုပ်ဖေတ်- ၁၉ တဲ ဒးဒ်စသုင် ဗွဲမသ္တာတ်မြက် ကောံ အကာဲ အရာ ချိတ်မာန်တအ်ဂမ္တိုင်
- ✓ ဖြောန်ဖျေံကို ပွမကောံထောန် နုဇကု ကောံ နူးညးတွဟ်သ္တာင်ဂမ္တိုင်
- ✓ စိုဒါကို စုယဲ ပါခြာကျင် နုစုယဲကိုပ်ပတ်-၁၉ဂမ္တိုင်

ဟိုတ်ဂ်ရ မုရ်ဂဉဲစိုဒါဟံဟိုတ် ဟိုတ်စိုဒါကိုယဲ ဗွတ် (၁၀၀) ကျိပ်ကွံဟံမာန်တဲ မိုတ် တိုန်တကို အဝ်အာ ယုတ်၊ ဝေဒနာတြေံ နွံ/ဟံမွဲ၊ ဖြဟတ်ဒုင်ဒပ် ဇကုဇကု မပ္တံသုင်ဝံတအ် တန်တဲတဲ လောန်စက်ကောံ ပရေင်စို ဒါမာန်တဲ ပွမစုကောံထောန် (Breakthrough Infection) နွံလေပ်ရ။ ထပက်လပ် ဂဉဲစိုဒါ လွန်ပေင်တဲကို လေပ် မိုတ်ဗွဲမအောန်တအ်ဂ် ကျွဲဒ်ယဲမာန်ဂီရ။ လောန်စက်ကောံ နုပရေင်စိုဒါ ဂဉဲစိုဒါတအ်တဲ စုယဲကောံ ထောန် (Vaccine breakthrough cases) သာ်ဝံ ကော်စရ။

ဟိုတ်ဒ်သုင်ဂ်ရ ထပက်ဂဉဲစိုဒါ လွန်ပေင်တဲအာကိုလေပ် နဲကဲ ပွမမင်မွဲဇကု ဇကု မပ္တံ ပွမကွတ် Mask၊ ပွမကြာတ်တဲ၊ ပွမသွဒတ် ဗွတ်ခြာသ္တာံ (၆) ပေ၊ ပွမဝေင်ပါ ခွဲမိုတ်ဂကောံတအ်ဂ် ဆက်ဒွေတ်ပက် ရေင်တျင်အာပုန်ဂ် ပိုက်ဖျေတ်တဲရ။

တွဟ်နဖိုပရေ ကျွဲဒ်လေပ်၊ ထပက်ဂဉဲစိုဒါတဲလပ်တိုတို ပွမဇကုဂမ္တံ၊ ဖပွမဇောင်စိုတ်၊ ပွမချိုင်ဇိုင် တဲ၊ ပွမဂိညှော် ပွဲဒုတ်မထပက်လပ်ဂဉဲ၊ ပွမဒုတ်ဗျေတ် ကောံ ပွမကောံ မပ္တံသုင်ဝံတအ် ဒးဒုင်စသိုင်မာန်တဲ ဗွဲ မဂ္တိုင်တအ်ဂ် ဟံသ္တာတ်မြက်ကောံတဲ လောန်စက်အာ ၂ တဲမွဲး ပြေလလမ်အာဂ်လေပ် သ္တာံဆိုကေတ်ရ။

၆။ ထပက်ဂဉဲစိုဒါမွဲး အရာမဒးဒွေတ်ပက်ဂမ္တိုင် ကောံ ဒးတိလပ်ထေက်ဂမ္တိုင်

ကွာဟံဝံထပက် ဂဉဲစိုဒါကီု

- ဗွဲမွဲးရး ဇုတ်တဲ ဗွဲထတ်ယုက် ညံင်ဝံဒ်ဒ် ဒးစွံသတိထေက်ရေင်။ (မံင်စဟံထတ်ယုက်၊ မံင်စပရေမွဲးထပက်ဂဉဲစိုဒါ ဟံထေက်ရ)
- ဗွဲယေဘုယျ သွက်ယဲဝေဒနာတြေံ ဇကုဇကု ဒးသုင်မံင်ဂဉဲတအ်ဂ် ကွာဟံဝံထပက်ဂဉဲစိုဒါကီု တွဟ်နထပိုတ်ထေံ ဟံထေက်ရ။

- ဖြုတ်ကာယဇကု ချိန်လျှမ်းတို့ ဒေသင်မင်ဂဉ္စ၊ စတီရိုက် (စတီးရိုက်) ဂမ္ဘိုင်ကို ကော် ညးမသင် မင် ဂဉ္စကောန်ဖြာဂမ္ဘိုင်တအ်ဂှ် ဝှ်ကုပ်ကွာ သီကီုချပ်စကို ကုအွာဂဉ္စ မဆက်စပ်တအ်ညီ။
- မှုဲကိုယဲဝေဒနာတြိကိုကိုဒ်၊ သင်မင် ဂဉ္စစောလံာ်မွဲမွဲကိုကိုဒ် ထပက်ဂဉ္စဉ္စာကောန်မွဲး ဝှ်ကုပ် ကွာ ကိုသမ္ဘိကု ညးမမင်မွဲပရေင် ထတ်ယုက်တအ်ညီ။

ကွာဟုံဝှ်ထပက်ဂဉ္စဉ္စာကို ကော် ထပက်လပ်တို့တို့

- စူစ မဗပေင်ကို အာဟာ သွေင်ကေင် ကော် သတ်ဆုဂမ္ဘိုင်တအ်ဂှ် ညံင်ဝှ်ကိတ်ညီ စညီ။
- ပွမသင်အရက်သုရာ ဒေဝေင်ပါရောင် (ဟိုတ်နုခါတ်ဘုန်မကိုအာမာန်တု ပွမခအ်တအ် ကျီဒ်မာန်ရ)
- ပွမစစမ် စူစ မွဲအလန်ဟုံကေင်စတအ်၊ ပွမသင်စောစမ် ကပေတ်ပယျေပ် မွန်အလန်ဟုံကေင် လံက်ဟုံတအ် ဒေဝေင်ပါရောင် (ယပ်ရကျီဒ်ခါတ် ဟုံကိတ်မွဲး ဟိုတ်နုအရာတအ်ကံဟာ၊ ဟိုတ် ဂဉ္စဉ္စာဟာဂှ် ပိုင်ခြာစိုတ် ဟုံမာန်ကီရ)

အခိုင်ထပက်ဂဉ္စဉ္စာတု

- ထပက်ဂဉ္စဉ္စာ ပွဲဌာန ပရေင်ထတ်ယုက်တုမွဲး ဗွတ် (၃၀) မိနေတ် ဂွအ်ဇုထေက်တု ဒေရံင်ဗို အကာအရာ မွဲစုတ်ရောင်။ (ခါတ်ဟုံကိတ်ကို ဂဉ္စဉ္စာမွဲး လက်သက်ကျီဒ် ဂမ္ဘိုင်ဂှ် ဖြုတ်ဆီ ယအ်၊ ဂြိုဟ်ချီမြဟ်၊ ယိုဂြက်၊ ကော်တိုန်၊ ပွဲခန္ဓ နှာစုင် ဘုဗဒေတ်တိုန် မပ္ပံသာဝှ်ရ။ ယပ်ရ မံက် ဂတပ်မွဲး ဝှ်မပြဟ် ထေက်ကို ဒေလို့လွတ်တရ။
- နှာမထပက်ဂဉ္စဉ္စာ ညံင်ဟုံဝှ် ညံင်ဟုံဝှ်ကော်၊ ဟိသွေင်ဝှ်အော်မွဲး ကြေပ်ကိုဘုန်ကလေံမာန်ရ။
- နွံပိုက်မွဲး ဗွတ်မွဲခါတ်လှဲ ဇုတန်တုပွဲသို ဝှ်ဒေရးညီ၊ တိက်ဖဲဖဲညီ။
- ပွမဝေင်ဖြုတ်ကာယ ဝှ်မညွတ်မြဟ်ဂမ္ဘိုင် (ဥပမာ- စိင်ဘု၊ လိုန်ကွီလိုန်၊ ဂြိပ်ဝေင်၊ ထွလျိုင်ဖြိုင်၊ တေအ်မခွံကျာ၊ တက်သွေင်စာင်) ကော် ထပက်လပ် ဂဉ္စဉ္စာတု ပွဲအပွဲ ထပိုတ်တု ဒေဝေင်ပါတ် ကမ္ဘောန် ထေက်ကို ဒေပွိတ်ဖြုတ်တအ်ညီ။

၇။ ဂဉ္စဉ္စာ ကိုပ်ဖေတ်ဂှ် အလိုမွဲ ဝှ်အာထပက်ထေက်ရော။

ဘုဒကေင် အာနိတေန် ဂဉ္စဉ္စာ ညံင်ဝှ်နွံကို ဝေပ်တေတ်မာန် ဟိုတ်တု

- ဂကောံ၊ ကုမ္မဏီ မှုဲကိုတင် ဒုင်လျိုင် ပွမပွေပ်နင်လပ် ဂဉ္စဉ္စာ ကိုပ်ဖေတ် ဝှ်မဘုပြ
- သွက်ဂဉ္စဉ္စာဂမ္ဘိုင် ဝှ်မကိတ်ညီကို လျိုင်ဒေဝိုင်ဒေပ်၊ အတိုင်မဖျေလပ်စေပ်ပွေန် ဝိုင်ဒေပ်စွံပွန် လပ်ကို ဝှ်မဒေရး။
- မှုဲကို ပရေင်ထိုင်ဒက်ရေင်တျိုင် ဝှ်မွဲးရး။
- မှုဲကို ပရေင်ဒေတ်ဗက် အတိုင်လှေင်စေပ်ပွေန်၊ ချူဇေက်လပ် ပွမဒေထိုင်ဒက် ထပက်ကို ဂဉ္စဉ္စာ ဝှ်မွဲးရး။
- မှုဲကို ညးစီစောန် လျူလှေင်ကမ္ဘောန် မဆက်စပ်ကို ဂဉ္စဉ္စာ ကေင်တိုန်လပ် တန်ဗွေန် ဝှ်မွဲးရး
- ဌာန်ဒါ ဇကုမှုဲကို ဝေပ်တေတ် ဇေတ်စိုတ် လျူ ညးမမင်မွဲ ပရေင်ထတ်ယုက်တအ် ထပက်ကို ဂဉ္စဉ္စာ ဝှ် ထပက်တ ဂဉ္စဉ္စာ ထေက်ရ။ ဟုံသေင်သာဂှ်မွဲး အာနိတေန် ဂဉ္စဉ္စာဂမ္ဘိုင် ဟုံကလိဝှ်ရ။

၈။ ဂဠုန်အာကိုရပ်ဗတ်ဂမ္ဘိုင် အာနီတေန်ဇေ ဗွတ်စိုတ်အခိုင်လို ဒင်ဒင်ကိုရော။

ဂဠုန်အာ ကိုရပ်ဗတ်ဂမ္ဘိုင်တအ်ဂှ် ဒုတ်ဂဠုန်အာ ဣတ္တယှံဗွတ်ပွတ်လပ်တိုက်ရ အာနီတေန်ဇေ စိုတ်ကွိုင် လို ဒင်ဒင်မာန်ဂှ် ဗွဲမချိုတ်ပွိုတ် ဟိုဂးဟံမာန်ကီတဲ အယောမလုတ်စိုတ် သွမ်င် သုတေသနဖိုဟ်ရ။

၉။ မိက်ဝံတီ ပရူဂဠုန်အာ ကိုရပ်ဗတ် Sinopharm Corona Vac-Sinovac (ကိုန်ချင်ကြက်ပွတ်လပ်) ကော် Covishield (ကိုန်ချင်အိန္ဒိယပွတ်လပ်) ဂမ္ဘိုင်ရ။

	Sinopharm (BBIBP-CorV)	CoronaVac (Sinovac)	Covishield
ကုမ္ပဏီ မပွတ်လပ်	Beijing Institute of Biological Products Co-Ltd	Sinovac Life Sciences Co., Ltd	Serum Institute of India Pvt Ltd (AstraZeneca ကုမ္ပဏီ ကော် Oxford တက္ကသိုလ်တအ် ပံင်တော် ခွံလပ်)
ဗီဇ ဂဠုန်အာဂမ္ဘိုင်	စုဗိုင်ရေတ်တအ် ဖြ ဟတ်ဝံပိုတ်ညွတ် (Inactivated Virus) ဖန်ဗဒ်တဲ ပွတ်လပ်	စုဗိုင်ရေတ်တအ် ဖြ ဟတ်ဝံပိုတ်ညွတ် (Inactivated Virus) ဖန်ဗဒ်တဲ ပွတ်လပ်	စုရေင်တွိုင်ကို စုဗိုင်ရေတ် (Viral Vector) မွဲကွိုင် ပွတ်လပ်
ပစတ်ဂမ္ဘဲ မွဲးထိုင် ဒက်စွဲပွန်	ပွဲ ဆဲဖြီယတ် နူ ၂ စို ၈ ဒီဂရီ (လျှပ်ပလင်ဂှ် ဗစိုတ်ဂမ္ဘဲ နဲပညာ ဒး ရံင်စံင် ပါမံင်ရ)	ပွဲ ဆဲဖြီယတ် နူ ၂ စို ၈ ဒီဂရီ	ပွဲ ဆဲဖြီယတ် နူ ၂ စို ၈ ဒီဂရီ
ဖြဟတ်စိုဒါ ကုညး ဒးဒင်မံင် လက် သဏ်ယဲမာန်	၇၉ ကိုပ်ကွံ (လျှန် ဒုတိယ နူတဲ ထပက်ဂဠုတ်တဲ ၁၄ တဲ)	၅၁ ကိုပ်ကွံ (လျှန် ဒုတိယ နူတဲ ထပက်ဂဠုတ်တဲ ၁၄ တဲ)	၆၆.၇ ကိုပ်ကွံ (လျှန် ဒုတိယ နူတဲ ထပက် ဂဠုတ်တဲ ၁၄ တဲ)
ဖြဟတ်စိုဒါ ကိုရပ်ဗတ် မညွတ်မြဟ်	တင်သမ္ဘိ သုတေသန ဟံမဲ	၁၀၀ ကိုပ်ကွံ	၉၂ ကိုပ်ကွံ

	Sinopharm (BBIBP-CorV)	CoronaVac (Sinovac)	Covishield
နဂကောံ ပရေင် ထတ်ယုက်ဂွးတိ ကိုလပ်အခေါင် သွက်ဝံသုင်စေဲ ပွဲ အခိုင် ကာမံက်တိုန်	ကိုအခေါင် သွန်တဲ (၇၊ မေ ၂၀၂၁)	ကိုအခေါင် သွန်တဲ (၁၊ ဇြာန်၊ ၂၀၂၁)	ကိုအခေါင် သွန်တဲ (၁၆၊ ဖေဖဝါရီ၊ ၂၀၂၁)
တင်တွဟ်ထေက် ကို ဒးတိဂမိုင်	<ul style="list-style-type: none"> • ညးမုံကို အာယုတ်၁၈ သွံ လျိုလျှူတအ်ဟေင် ထပက်တမာန် • မိယာဲမုံကိုကောန်တိုဂမိုင် ထပက်မာန် • သွက်ညးမုံကို ဂပ်ဂွံဂမိုင် သွလပ်သုတေသန ဟံမဲချိုတ်ပျိုတ်ဂိုရ ညးမုံကို ဂပ်ဂွံဂမိုင်တအ်ဂို မိက်ဝံ ထပက်ဂဉဲစိုဒ္ဒါမူး စတ်ကွာတ်လျှူ ဖိုခိုဟ်၊ ဖိုပရေံတအ် တဲ ထပက်တထေက် 		

ထပက်ဂဉဲစိုဒ္ဒါ Sinopharm အလန်ပထမတဲ ဟံပေင် (၃) သတ္တဟာကီ ယပ်ထပက်အလန်ဒုတိယ မူး မွဲအလန်ပွန် ဟံဒးထွေင်ထပက်ရ။ (ဟံသေင်) သွက်ဝံထပက်အလန်ဒုတိယ လောန်(၄) သတ္တဟာကို လေပ် ဝံအခေါင်ထပက်မူး ဝဲမပြဟ် ဒးထပက်ရ။ ဂဉဲစိုဒ္ဒါကံဂို (၂) အလန်ပေင်ပေင် ဒးထပက်ရေင်ဂို တုပညာမစိစောန်တအ် ပျိုန်ထွေးလပ်နွံရ။

အတိုင်လျှူတေံ ယပ်ရထပက်ဂဉဲစိုဒ္ဒါမူး ဝုတ်အခိုင်စိုတ်လို ဝံခြာတ် ခိုခိုဟ်ရေင်ဂို အယောမလူတ် စမ်စတ်မံင်ဖိုဟ်ရ။ ဝဲမပြဟ်ကံ ဝိုဝံဆိုညာတ်ကေတ် ဂဉဲ Covishield ဂဉဲစိုဒ္ဒါအလန် ပထမ ကောံ ဒုတိယ ခြာတ်မံင် အကြာ ၈-၁၂ သတ္တဟာတဲ ထပက်တမံင်ရ။ ယပ်ရ လောန်စက်အာ ၁၂ သတ္တဟာကိုလေပ် ဟံဒး ထွေင်ထပက်တိုမဲသုတ် ထပက်အာ အလန်ဒုတိယ မာန်ရေင်ဂိုလေပ် စောန်ထွေးလပ်ရ။ တန်တကို ဌာန် ဒေသဇကု မသွေးဒ္ဒါတဲ ဝိုမထိုဝံ ဂဉဲစိုဒ္ဒါမာန် ကောံ ညးမထပက်ကို ဂဉဲစိုဒ္ဒါ ဂမိုင်ဂို အတိုင်မစောန်ထွေး သူတ်သွာတ်လပ်ဂိုဟေင် ထပက်တမာန်ရ။

၁၀။ ယပ်ရကျိုန်လပ် ယဲကိုပ်ဗေတ် ၁၉ တဲ ဟံထပက်စိုဒ္ဒါမဲသုတ် သွန်ထေက်ဟာ။

ကျိုန်လပ် ယဲကိုပ်ဗေတ် ၁၉ တဲကိုလေပ် ဟံထပက်ဂဉဲစိုဒ္ဒါမဲသုတ်သွန်ဟံထေက်ရ။ မဟိုတ်ရောဟိုမူး ယဲဂို ဗူးလလမ်သက်သာအာတဲ လက္ကရ် ယဲကံ စိုကိုအခိုင်လိုမဲ စိုဒ္ဒါကိုမာန်ရေင်ဂို တီကေတ်ပွဲမချိုတ်ပျိုတ် ဟံမာန်ရေင် တုပညာဂမိုင်တအ် သွေးလပ်ရ။ ကျိုန်မာန် အောန်ကိုလေပ် ညးမဗူးလလမ်သက်သာ နူယဲ ဂမိုင်တအ်ဂို ယဲကိုပ်ဗေတ်ထွေင်ကျောံထွာမာန်လေပ် နွံတ်ရ။ စိုတ်မဂ္ဂဲလုတ်လပ် ညးမဗူးလလမ်သက် သာ နူယဲကိုပ်ဗေတ်ဂမိုင်တအ်ဂို ယပ်ဝံထပက်ဂဉဲစိုဒ္ဒါမူး ဖြဟတ်ဒင်ပွဲခန္ဓကာယ ခိုဟ်ဂိုတ်တိုန်ဂိုလေပ် သောံဆိုကေတ်ရ။

၁၁။ ညးမကျိန် ကိုပ်ဗေတ်တဲတအ်ဂံၣ် ဗွတ်အခိင်ဇတ်လီၤခြာတဲမှ ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ်ထက်ဂံၣ်ရော။
ညးဒးဒုင်စသိုင် ယဲကိုပ်ဗေတ်ဂမၠိုင် သက်သာခိတ်တိုန် နူလက်သက်ယဲဂမၠိုင်တအ်တဲ အခိင်ရဲ
တုဟ်န ကျောံထွာန် ကုညးဂမၠိုင်တအ်လေဝ် ဟံၣ်မာန်ရဂ်-

- ညးဒးဒုင်စသိုင် နကိုလက်သက်သာမည ဂမၠိုင် မပွဲ နူလက်သက်ယဲမံက်ဝွံ ပွဲအပွဲပွဲပွဲတဲ
ဂမၠိုင်တဲ လက္ကရဲမဲတဲ ကျောံ
- ညးဒးဒုင်စသိုင် နကို လက်သက် မညွာက်မြတ်ဂမၠိုင် မပွဲနူလက်သက်ယဲ မံက်ဝွံ ပွဲင်ဓါစေတ်
တဲ ခြာတဲ အာစိုပ်ထပက်တဲ ဂဉဲ စိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ် မာန်တဲရ။
- ညးဒးဒုင် လွီလွတ်မံင် ကျေင်ဇတ်တအ်ဂံၣ် လောန်ဇက်အာ ပွဲင် ၉၀ တဲတဲဟေင် ထပက်တဲ
ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ထေက်ရ။

**၁၂။ အခိင်ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ် တဲဒ်ပေင်လျှန်တဲ ဖြဟတ်ဒုင်စိုၣ်ဒုာ်ယဲ တိတ်၊ ဟံၣ်တိတ် တုဟ်နဂံၣ်တီ
မာန် နကိုကိရိယျာ မစိုၣ်တဲ ကပေတ်ပဋိ (Antibody Test Kit) စိုၣ်တဲမာန်ဟာ။**

ဟံၣ်မာန်ရ။ ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်တဲ အကဲအရာဖြဟတ်ဒုင်ဒပ် လှိုဝံမာန်၊ ဟံၣ်မာန် တုဟ်နဂံၣ်တီကေတ်
ပွမဇတ်ကွာတ် နကို ကိရိယျာ မစိုၣ်တဲ ကပေတ်ပဋိ တုပညာမစီစောန်တအ် ကိုလပ်အခေါင်ဟံၣ်မဲရ။
ကပေတ်ပဋိ ကိရိယျာမစိုၣ်တဲ ကွာတေံ ယဲကိုပ်ဗေတ် ပွမဒ်လပ် နံ၊ ဟံၣ်မဲဟေင် သုင်စေံလပ်နံတဲရ။

**၁၃။ ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ် အလန်ပထမတဲ အခိင်တဲသွက်ဝံထပက်၊ အလန်ဒုတိယတဲ လက်သက်
ကိုပ်ဗေတ် ၁၉ ဂမၠိုင် ကျိန် (ဥပမာ- ဇကုဂမၠိုင်၊ ခုက်၊ ဒးဆံ) တအ်မွဲ ထပက် ဂဉဲထေက်ဟာ။**

အခိင်လက်သက်ယဲ နံမံင်မွဲ ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ် ဟံၣ်ထေက်ကီရ။ အခိင်ရဲလက်သက်ယဲ
ဗွးလလမ်သက်သာအာတဲဟေင် ပြာပ်အာထပက် ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ်ထေက်ရ။

ညးဒးဒုင်စသိုင်မံင် ယဲကိုပ်ဗေတ်ဂမၠိုင်တအ်ဂံၣ် အခိင်ဓိုတ်လီၤမင်မှ ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ထေက်ရောမွဲ
အာစိုၣ်ဒုာ်ဂုန်-၁၁ တေံညိ။

**၁၄။ ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ် အလန်ပထမ (1st dose) တဲ ယပ်ရကိုပ်ဗေတ် ဗွးအာဒ်မွဲ အလန်ဒုတိယ
(2nd dose) ထပက်တဲဝံဟာ။**

ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ် အလန်ဒုတိယ (2nd dose) ထပက်တဲမာန်ရ။ ယပ်ရ ဇကုဇကု ပွမဒးဒုင်စသိုင်မံင် လက်
သက်ကိုပ်ဗေတ်ဂမၠိုင် နံတဲမံင်မွဲ ကိုလပ်ကသပ် တုဟ်နထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ် အာစိုၣ်ဒုာ် ဂုန် -၁၁တေံညိ။

**၁၅။ အာယုက် ၆၀လျှံလျှံ ညးမဲ့ကို ယဲဂြိုဟ်၊ ကောန်တုအ်၊ ဆီဇေတ်၊ ခယျာဉုတ် တအ်ဂမၠိုင် ကျောံ
ညးမဲ့ကို ဝေဒနာတြိတအ်ဂမၠိုင် ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်ကိုပ်ဗေတ်မွဲ မုရဲဗီုပရေံသာ်လီၤမဲ (Side Effect) နံတဲမာန်
ရော၊ ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ် ထပက်ထေက်၊ ဟံၣ်ထေက် ဒးတီလပ်ရ။**

မပွဲ ညးမဲ့ကို ယဲဂြိုဟ်၊ ယဲကောန်တုအ်၊ ယဲဆီဇေတ်၊ ယဲခယျာဉုတ်၊ ယဲ (ကျောက်ကပ်) သွးဟံၣ်
သေင် ညးမဲ့ကိုအာယုက် ၆၅ လျှံလျှံဂမၠိုင်တအ် ယပ်ရ ကျိန် ယဲကိုပ်ဗေတ် ၁၉ မွဲ ဗီုပရေံလက္ကရဲဂမၠိုင် ဗွမ
ဇော်ကိုဖြဟတ် ဒးဒုင်စသိုင်လေဝ်ဂံၣ်ရ ကိုဗျုန်ဒးထပက်ကို ကွာထေက်ရေင်ဂံၣ် ဂကောံပရေင်ထတ်ယုက် ဂွး
တိတအ် ကိုလပ်ကသပ်နံရ။ ဟိုတ်ဂံၣ်ရ ယပ်ရလှိုဝံ အခေါင် ထပက်ဂဉဲစိုၣ်ဒုာ်မွဲ ဟံၣ်အာဟံၣ်ဝံ ထေက်ကိုအာစိုပ်
ထပက်တဲ ကွာဟံၣ်ဝံထပက်ကီဂံၣ်လေဝ် ပွဲဇကုဇကု ဒ်ဒုရမဲ့မံင်ကိုဝေဒနာတြိတဲ ထေက်ကိုလ်ပူဗွ ကုညးမမင်
မဲပရေင်ထတ်ယုက် ထပက်ကိုဂဉဲတအ်ရ။

ဖိုပရေ မက္ကီဝံ (မက္ကီဒ်) နဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင် (ဒ်ဒါမထပက်လင်ဂဉ်ဂ် ပွမဂိသ္တိုင်၊ ပွမကော့သ္တိုင်၊ ပွမ ဇကုဂမ္တံ (ဒ်တမ်)တအ် ညံင်ညးတုဟ်ဂမ္မိုင်တအ်ကို ဒးဆိုဂဗမာန်ရ။ ပွဲဇကုဇကု ယဲဝေဒနာတြိတုဟ်ခြာ တအ်ဂ်လေဝ် ထေက်ကိုဒုင်လွီပရာအာ ဗွဲမစေ်သ္တောတ်ကိုရ။

၁၆။ ညးမ့ကိုစုယဲ (HIV) ကော့ ညးမသုင်မံင်ဂဉ် (ART) ဂမ္မိုင်တအ်ဂ် ထေက်ကိုထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင် ဗေတ် ဝံ၊ဟံဝံ။

ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင်ဗေတ်ဗွဲမဂ္ဂိုင်တအ်ဂ်ပွမလုတ်စမ်စတ်လင် ပွဲညးဒးဒုင်ကော့ထွာန်ကိုစုယဲ (HIV) တအ် ဗွတ်ညီညဝေ်ဟေင်ရ။ ညးသွမံင် သုတေသနတအ် ဇ္ဗောံဇ္ဗောပ်တင်နင်ဂမ္မိုင် ဟံ့ချိုက်ပေင်ကီကိုလေဝ် ပစ္စုပ္ပန် လျှဟ် နကီဂကောံပရေင်ထတ်ယုတ်ဂွးတိ သွသမ္မိလင် ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင်တအ်ဂ် သွက်ညးဒးဒုင် ကော့ထွာန်ကို စုယဲ(HIV) ဂမ္မိုင် ဟံ့မ့ကိုဘဲရေင် သွးလင်ရ။ သ္တိုင်ပုန် ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင်တအ်ဂ် ဟိုတ်ပွမသုင်စေ်လင် စုဗိုင် ရေတ်ဂမ္မိုင်ဟံ့မ့တဲ ညးမ့ကိုပရေင်ဒုင်ဒင်ချိုက်လျတအ် ဟိုတ်ဂဉ်စိုဒ်ဒါ အန္တရာယ်ဒးဒုင်ယဲကော့ထွာန်လေဝ် ဟံ့မ့ရေင်သွးလင်ရ။ အကြာဂဉ်စိုဒ်ဒါ ကော့ ဂဉ် (ART) ဂမ္မိုင်တအ်လေဝ် ပရေင်ဖံက်ပုန် ရေင်ညွအ်ဟံ့မ့ တဲ ကြနုထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါတဲတအ်လေဝ် ဆက်သုင်အာ ဂဉ် (ART) ဂမ္မိုင်မာန်ရ။ နကီသဘ်စပ်မွဲး ညးမ့ကို ပရေင်ဒုင်ဒင် ဗွတ်ဗွတ် ဣဒီဗိုင် (CD4 Count) တအ်အောန်မွဲး ခန္ဓကာယဖြဟတ်ဒုင်ဒင် လျှဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင် ဗေတ်ပရေင်ကိုဖို အောန်တမာန်ရေင် သွးကိုလေဝ် ဆက်စပ်ကိုတင်နင်ကံတဲ ပြဟ်ဟ်လျှဟ် ဆိုဂဗလင်ဟံ့ မ့ကိုရ။ ကိုန်ချင်လျှဂမ္မိုင်တအ်ဂ် ညးမ့ကို ဗွတ်ဗွတ်ဣဒီဗိုင် (CD4 count) သွင် ၂၀၀ ကုမမီလီမီတာ ဂမ္မိုင်ဂ် ပွဲစရင်ကိုကိုပံထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါတအ် စုတ်သမ္မိစုတ်လင်နွံရ။ ညံင်သတ်ကို ညးမ့ကိုဖြဟတ်ဒုင်ဒင်အောန် ကော့ ညးမ့ကို ယဲဝေဒနာတြိဂမ္မိုင်တအ်ဂ် ကျိဒ်ဒါမံင်ဗေတ်မွဲး ဟိုတ်မသ္တောတ်မြဟ်မာန်တဲ ကိုကိုပံထပက် ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင်ဗေတ်အိုတ်ညီဂ် တုပညာဂမ္မိုင်ကိုလင်ကသပ်နွံရ။

၁၇။ သုင်မံင်ဂဉ် စိုဒ်ဒါပဋိသန္နိမွဲး ထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင်ဗေတ် ဝံကိုဟာ၊ ထပက်ဂဉ်တဲ စိုအခိုင်လိုမု ထွေင် သုင်ဂဉ် စိုဒ်ဒါပဋိသန္နိဝံရော။

ဗွဲယေဘုယျ ပွဲမ့ဟ်ဖြ သုင်မံင်ဂဉ်စိုဒ်ဒါပဋိသန္နိတအ် ထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင်ဗေတ် မာန်မံင်ရေင်ဂ်တု ပညာ မစီစောန်ဂမ္မိုင်ကိုလင် ကသပ်ရ။ စိုန်ဂ်ကိုလေဝ် နကီမ့ဟ်ဖြ သုင်မံင်ဂဉ်စိုဒ်ဒါ ပဋိသန္နိတအ် ကွာဟံ့ဝံ ထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါသုင် ထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါမွဲး ဒ်ဖိုပရေဟာ ဟံ့သေင်သတ်ဂ် ဒ်ဖိုခိုဟ်ဟာ သီကီချပ်စကို ကုညးမံင်မ့ ပရေင်ထတ်ယုက်တအ်ညီဂ်လေဝ် မွဲးကိုကာကသပ်ရ။

ဂဉ်စိုဒ်ဒါဂမ္မိုင်ဗေတ်လျှတအ်ဂ် ဆီဒိုင်အာလေဝ်မံင်ရေင်ဂ်လေဝ် ညးမ့ကွဲလုတ်ဂမ္မိုင်တအ် ဝံဆို ကေတ်ရ။ ကိုန်ချင်ယူကေတ်အ် ကော့သွလင်သုတေသနဂ် မ့ဟ်ထပက်ဂဉ်စိုဒ်ဒါ ပွဲ ၂၀ တာန်ဂ် ဗွတ် ၇၉ တု ဒးဆိုဂဗကို ပရေင်ဆီဒိုင်တဲ ပွဲအပွဲတအ်ဂ်ပုန် လိုဟ်၁၉တု ဒးချိုတ်အာဂ်လေဝ် ဝံဆိုကေတ်ရ။ ဟံ့ဆက် စပ် ကော့ ဂဉ်စိုဒ်ဒါ ပွဲမ့ဟ်ဖြ သုင်စေ်မံင်ဂဉ်တုအာကောန်တအ်လေဝ် ပွမဆီဒိုင် မ့ကိုအန္တရာယ် ဗွဲမအောန် ကိုရေင် သော့ဆိုကေတ်ရ။ ပွဲမ့ဟ်ဖြ ဟံ့သုင်စေ်တဲ ဂဉ်တုအာကောန်တအ် ပွဲမ့ဟ်လိုဟ် ၁၀၀၀၀ ဂ် ဆစိုတ် ဗွတ်စါတုဟေင် အကာဲအရာ ပွမဆီဒိုင်ကျိဒ်ဒါမာန်နွံတဲ ကုမ့ဟ်ဖြ သုင်စေ်ယမံင် ဂမ္မိုင်တအ်ဂ် ပွဲမ့ဟ်လိုဟ် ၁၀၀၀၀ ဂ် အကြာမသုန်တုကို ဒ်တု ကျိဒ်ဒါမံင်ရေင်ဂ် သော့ဆိုကေတ်ရ။ ပရေင်ကွဲလုတ်လင် တအ်ကံဂမ္မိုင် ဂ် ပွမဆိုညာတ် မ့ကို ယဲကိုဗေတ် ၁၉ ဟံ့သေင်ရ။

၁၈။ ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာ ကိုဝ်ပေတ်မ္မး ဣဝ္ဂိဝ္ဂကောန်ဇုာ်ဟံမာန်ရဂ် နှိဉာ်ဟာ။

ဟံဉာ်ရ။ ဂကောံပရေင်ထက်ယုက်ဂ္ဃးကပ် လျာ်တအ် သွစုတ်သမ္မိလပ် ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ်ဂမ္ဗိုင်ဝံ ကုဂကောံအင်မဉုတ်ပါ်တအ် ဇီကပိုက်ဟံမာန်ရ။

၁၉။ ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ်တဲ ယိုက်ဂွေင်ဂပ်ဝံဝံဒိုင်ဟာ။

ဝံမံင်ရ။ ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ်ဂမ္ဗိုင် တွဟ်နဇီကပိုက်ကို လျှုမဣဝ္ဂိဝ္ဂဂပ်ဝံမာန်ဟိုဂ် ဟံမ္မဲကိုသက်သီတအ် ကီရ။ ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာတဲအာတဲ တွဟ်နဒိုင်ဝိုင် လက္ကရ် ဖေက်ဒးဒိုင်စသိုင်ကို ဝေဒနာပရေင်ဂမ္ဗိုင် ညံင်ဟံ ဣဝ္ဂိဝ္ဂဂပ်ဝံ တွဟ်နဝေပိတ်ဂ်လေပ် ဟံမ္မဲပိုက်ရ ကိုန်ဉာ်အပ်သတေလျာ်တအ် ဣဝ္ဂိဝ္ဂပရေင်ဣာ်လူတ်ဂ် စို အခိုင်လျာ် ဟိုတ်ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ်တဲ သိုကောန်ကောံ အင်မဉုတ်ပါ် ဂမ္ဗိုင်တအ် တွဟ်နဇီကပိုက် မာန်ဂ် နကိုအထံက်သက်သီ မုမ္မဲဆိုညာတ်လပ်ဟံမ္မဲကိုရေင် သွးလပ်ရ။ မူးနဂ် လက်သန်အဆက်ကြံ ကျိန်ကုညးမယိုက်လပ်ဂပ်ဝံမာန် အထံက်သက်သီဂမ္ဗိုင် မူးနဟံဆိုညာတ် ပွမထပက်လပ်ဂဉ္ဇေဒါနာနွံတဲ ဟိုတ်နယဲကိုဝ်ပေတ် ပွမဒးခံင်သွးကောန်ဇုာ်ချိုတ်ဂ်လေပ် အောန်ကြိတ်မာန်ရေင်ဂ် သွးလပ်ရ။

၂၀။ မိယာ် မယိုက်ဂွေင်လပ်ဂပ်ဝံတအ်ဂ် ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ် ဝံကိုဟာ။ နကိုညးမယိုက်ကွေင် လပ်ဂပ်ဝံတအ်ဂ် မုရဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ်မ္မဲ ထပက်တ်ထေက်ရေင်။

မိယာ် မယိုက်ဂွေင်လပ်ဂပ်ဝံ ယင်ရက္ခိန်ဒါနာကိုဝ်ပေတ်မ္မး ပွမက္ခိန်ဒါယု မထတ်ညာတ် ကောံ ဟိုတ်ပွဒး ဒိုင်စသိုင်မံင် ဝေဒနာအဆက်ဖိုကြံ မဆက်စပ်မံင်ကိုဂပ်ဝံမ္မး ကိုကိုပထပက်တ်ထေက် (ထပက်တ်ကို ဝဲကိုပ် ကွာထေက်)ရေင် တွပညာဂမ္ဗိုင် ကိုလပ်ကသပ်ရ။ သာ်ဂ်ဟံသေင်မ္မး ပွဲဂဉ္ဇေဒါနာဂမ္ဗိုင် သွက်ညးမယိုက်ဂွေင် လပ်ဂပ်ဝံတအ် မဖျေုစိုတ်ဝံ နကို တင်နင်သုတေသန ဟံမ္မဲကိုရ ညးမယိုက်ဂွေင်လပ်ဂပ်ဝံတအ် ထပက်ဂဉ္ဇေ ဒါနာ ပွမထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာဝံ ဖိုနိတ်ဟာ။ ဖိုပရေဟာ ကောံ ပွမမ္မဲကို ကိုဝ်ပေတ်ကောံထွာန်မ္မး ဖိုပရေလေပ် ကျိမာန် ဂမ္ဗိုင် စက်ကွာတ်တဲ သီကိုချပ်စ ကောံ ကု ညးမမင်မ္မဲ ပရေင်ထက်ယုတ် စီစောန်တအ်တဲ ထပက်တ်အိုတ်ညိ။

၂၁။ မိယာ်မ္မဲကိုကောန်တိုဂမ္ဗိုင် ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ် ဝံကိုဟာ။

ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ်ဂ် ညံင်ရညးမစိုပ်အဝယ်တဲတအ်ဂမ္ဗိုင်ကို မိယာ်မ္မဲကိုကောန်တိုဂမ္ဗိုင်၊ ထပက်တ် မာန်တဲလက္ကရ်ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာတဲတအ်ဂ်လေပ်မိယာ်ဂ်ဆက်ဗမ်အာတ်မာန်ရေင်ဂကောံပရေင်ထက်ယုက် ဂ္ဃးကပ်တအ် ထွက်ထွးလပ်ရ။ နကိုညးထပက်လပ်မ္မဲအလန်တဲတအ်ဂ်လေပ် စိုပ်တဲ မဆိုင်ဖာပ်မ္မး အာစိုပ်ထ ပက်တ် အလန်ဒုတိယအိုတ်ညိ။

၂၂။ ဇွတ်ရာသီ (Common cold/ seasonal flu) နှိတဲမ္မး ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ် ၁၉ ဝံကိုဟာ။ ထပက်လပ်ဂဉ္ဇေဒါနာတဲ ဗွတ်မုစိတဲခြာမှ ထပက်ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ် ၁၉ ဝံဂ်ရေ။

ယင်ဒးဒိုင်စသိုင်မံင် ဇွတ်ရာသီ (Common cold/ seasonal flu) မ္မး ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ်ပေတ်-၁၉ ထပက် ဟံထေက်ရ။ လက်သက်ယဲဂမ္ဗိုင် ပြေလလမ်သက်သာဗွးအးအိုတ်တဲဟေင် အာစိုပ်ထပက်တ် ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ် ပေတ်ထေက်ရ။

ထပက်လပ်ဂဉ္ဇေဒါနာတဲမ္မး အောန်အိုတ် အခိုင်မ္မဲသတ္တဟ (ရတဲ) ခြာတဲဂ် ထပက်တ်ဂဉ္ဇေဒါနာကိုဝ် ပေတ် ထေက်ရေင်ဂ် တွပညာဂမ္ဗိုင် ကိုလပ်ကသပ်ရ။

၂၃။ ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် (flu Vaccine) တွဲဖက် ဟုံထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်ကိုင်ပတ် ဟုံဟာ။

ဂျပန် (flu Vaccine) နှင့် ဖိနပ်ကိုင်ယုံဖတ်တစ်ဖက်ဟောင်မာန်တို့ ပွမစီဒါယံ ကိုင်ပတ်မာန် ဟုံ မွဲရ။ ဟုံတံတိုရ ဒေးထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်ကိုင်ပတ် ထောက်မံင်ရောင်။ ဂျပန် (flu Vaccine) ကော် ဂျပန် (flu Vaccine) ကိုင်ပတ် တစ်ဖက် အောက်အိုတ် မွဲသတ္တဟ (၇ တွဲ) ခြာထပ်ပတ်အိုတ်ညို တွဲပညာဂမိုင် ကိုလပ်ကသပ်ရ။

၂၄။ ဂျပန် (flu Vaccine) ကိုင်ပတ် ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်ပထမ တွဲအောက်လုပ် ကာလအလန်ဒုတိယ ယပ်ရကကူ ဂျပန် (flu Vaccine) ကိုင်ပတ် ဟုံတုပ်ရောင်ညွှန်ဖွဲ့ ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် ထောက်မံင်ဟာ။

နကိုဂျပန် (flu Vaccine) တုပ်သွတ် မွဲဂကူပင်ဟောင် ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်ပထမ ပင်အိုတ်ညို ဂကော်ပရောင်ထက်ယုက် ဂွးကပ်တစ် ကိုလပ်ကသပ်ရ။ ဆက်စပ်ကို ပွမထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် နကိုဂကူ ဟုံတုပ်သွတ်တစ်ဖက် ကိုနီညို လျှို ကျောန်သွတ်မံင်ပရောင်စမ်စတ်ကိုလုပ် တင်နင်ချိုတ်ပွိုတ်ခိုင်ကျိုက် ဟုံထိုဝံဂီရ။ ယပ်ရထိုဝံဂျပန် (flu Vaccine) ဂကူတုပ်သွတ်ဟုံမာန်ရမွဲ နကိုဂကော် ပရောင်ထက်ယုက်ဂွးကပ်တစ် ပွိုတ်လပ်အခေါင် ပွမသွောံသင်စော သွက်ညးယဲညို (အရေးပေါ်) ဂျပန် (flu Vaccine) ပတေ့စေ့စိုတ်ဝံဂို သီကျီချပ်ဂွန်ကို ကုညးမမင်မွဲ ပရောင်ထက်ယုက် တစ်ဖက် ထပ်ပတ်ထောက်ရောင် မိက်ဝံဂီကသပ်ရ။

၂၅။ အခိုင်ရ ဒေးထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်ကိုင်ပတ် အလန်ဒုတိယ ဟုံထပ်ပတ်ဖွဲ့ မုရ်အခိုင်လိုမွဲ ထွင်ထပ်ပတ် ဂျပန် (flu Vaccine) မွဲဂကူတုပ်သွတ်တစ်ဖက်ရောင် (ဟုံသောင်) (ဂကူဂျပန် (flu Vaccine) ဟုံတုပ်သွတ်) ဗွတ်လိုမွဲခြာတု မုစီလျှန် ထွင်ထပ်ပတ်ထောက်ရောင်။

အာနိတေန်ဂျပန် (flu Vaccine) ပွမပင်ကျိုဟ် သွောံထိုဝံမာန် ပွဲအပွဲ အခိုင်မပိုင်ကွတ်တို ထောက်ကိုထပ်ပတ် တ် စိုပင်လျှန်ရ။ သွက်ခိုင် စုတ်သမ္ဘိလပ် ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်အလန်ဒုတိယ ဂျပန် (flu Vaccine) မွဲဂကူကို မွဲဂကူဟုံတုပ် ရောင် ညွှန်ရ။ လျှို ပွိုင် (၂၁) တွဲ ဒေးထပ်ပတ်နွံတု လျှို မပွန် ပွိုင် (၂၈) စို ပွိုင် (၄၂) တွဲလအ်တု ဒေးထပ်ပတ် တ်နွံရ။ ယပ်ရထပ်ပတ် ပွဲအပွဲတု မဆိုင်ဖာပ်လပ်မွဲ ပရောင်စီဒါယံပွဲမလောန် ထိုဝံမာန်ရ။ ဟုံတံနဟုံတံနာ နာတု စိုကိုဒေးလောန်စက်အာ အခိုင်မဆိုင်ဖာပ်လပ် ပွမဒေးထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် အလန်ဒုတိယဖွဲ့ ထောက်ကိုရောင် တျိုင် ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် စိုလျှန်ပင်ရ။ သီကျီချပ်ဂွန်ကော် ညးမမင်မွဲ ပရောင်ထက်ယုက် မဆက်စပ်တစ်ဖက် တွန်ဒါကြပ် ပွဲမပြဟ် ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်အလန်ဒုတိယညို တွဲပညာမစီစောန်ဂမိုင်တစ် ကိုလပ်ကသပ်ရ။

သုတေသန ခိုင်ခိုင်ကျိုက်ကျိုက်ဂမိုင် ဟုံမွဲတံကိုလုပ် ကြိန်ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်အလန်တု လျှိုပွမ ဟုံဆက်ထပ်ပတ် ပွမထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် သီအလန်ဒုတိယ ထိုဝံဂီဟတ် ဒင်ဒပ် ပွဲမဂိုင်မာန်ရောင် တွဲ ပညာဂမိုင်တစ် တွဲတတ်စလပ်နွံရ။

၂၆။ ညးထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင်ကိုင်ပတ်-၁၉ သီ (၂) အလန် ဂမိုင် မဟုံတံ ကိုင်ပတ် ဝံထွင်ကျိုန် လောင်ရောင်။

ဂျပန် (flu Vaccine) ကိုင်ပတ်-၁၉ ကိုလုပ် တုပ်သွတ်ကော် ဂျပန် (flu Vaccine) တွဲတစ်ဖက်ဂမိုင်ကိုရ။ ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် တု အကဲအရာသွောံစိုပ် ပရောင်စီဒါယံမာန် အောက်အိုတ်ဗွတ် (၂) သတ္တဟ လအ်တရ။ ယပ်ရ မွဲဟ်မွဲ ကွာဟုံထို ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် (ဟုံသောင်) ထပ်ပတ်လုပ်ငန်းခွင် ပွဲအပွဲ (၂) သတ္တဟ စုယဲကျောံထွာ်လုပ်ဝံမွဲ စိုန် ရထပ်ပတ်လုပ် ဂျပန် (flu Vaccine) ကိုလုပ် ကျိုန်ယဲမာန်တံမင်ကိုရ။

မှရ ဂဥပဒေအရ ညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန (၁၀၀) ကိုယ်စား ဟုံမာန်တံကို အဝဲအာယုက်ပိုမိုဟယ်ဒင် (ယဲဝေဒနာကြော) နှံ၊ ဟုံမဲ။ တန်တံကိုလျှူဖြဟတ် ဒင်ဒင်ကေတု လောန်စက်ကေ့လျှူပရေင် စီဒါမာန်ဂ်ရ ပွမစုကေ့ာ်ထွာန် (Breakthrough infection) တအ် သေ့ာ်ဆိုကေတ်လေပ်ရ။ ဂဥပဒေအရ ထပက်လပ်လျှူန် ပေင်ကိုလေပ် ပွဲမိုဟ်မအေန်တအ်ဂ် ကျွဲဒ်ယဲမာန်ကီရ။ လောန်စက်ကေ့ ပရေင်စီဒါ နူကိုဂဥပဒေအရ မာန်တု စုယဲကေ့ာ်ထွာန်(Vaccine breakthrough cases) သတ်ဝံ ကော်ခဲစရ။

၂၇။ ညးမထပက်ဂဥပဒေ ကိုပ်ပေတ် (၂) အလန်တုဂဥပဒေအ် ဒးဒင်ကေ့ာ်ထွာန်ကိုပ်ပေတ်တု ယပ်ရ ထွေင်သက်သာအာမူး ဒးထပ်ထပက်မံင် ဂဥပဒေအ်တအ်ကီဟာ။

ဂဥပဒေအ် ထပက်လပ်ပွဲမလျှူန်ပေင်ကိုလေပ် မိုဟ်ပွတ်မအေန်တအ်ဂ် ကျွဲဒ်ယဲမာန်ကီရ။ လောန်စက် ကေ့ ပရေင်စီဒါ နူကိုဂဥပဒေအ် မာန်တု စုယဲကေ့ာ်ထွာန်(Vaccine breakthrough cases) သတ်ဝံ ကော် ခဲစရ။ မူးဂ်ပွန် ဟိုတ်စုပိုင်ရေတ် ဂကူတုဟ်ခြာဂဥပဒေအ် ပွမဒးဒင်ကေ့ာ်ထွာန်ကို စုယဲဂဥပဒေအ်လေပ် ဒ်မာန်ရ။ ကွာတေံ ကေင်ထပက်လပ် ဂဥပဒေအ်တု ဖြဟတ်ဒင်ဒင် မမိက်ကိုမွဲမွဲ နွံတံမာန်ကိုလေပ် ကာလစုယဲ လုပ်စိုပ် ကေ့ာ်ထွာန်ဂ် ပွဲမချိုက်ပေင် ဒင်ဒင်ဟုံမာန်ဂ်ရ ညင်ရဲလျှူ ပွမဒးဒင်ကေ့ာ်ထွာန် ဒ်မာန်ရ။ ဟိုတ်ဂ်ရ ပွဲညး မထပက်လပ် ဂဥပဒေအ်ဂဥပဒေ ဒးဒင်စသိုင် လျှူယဲ ပွဲမထတ်ညွာတ် အေန်ကြီတ်ရေင် သေ့ာ်ဆိုကေတ်ရ။

စိုကိုအခိုင်လျှူ မွဲအလန်ပွန် ထေက်ကိုထပက်မံင် ဂဥပဒေအ်ရေင်ဂ် နူကိုဂကော်ပရေင် ထတ် ယုက်ဂွးကပ်တအ် ဟိုသူးလပ်ဟုံမဲရ။

၂၈။ ထပက်လပ်ဂဥပဒေ ကိုပ်ပေတ်၁၉ ပေင်အာမါအလန်တု လက္ကရ် လအ်ဝံ ပွတ်ဂိတု ညီညာတုမူး ထပ်ထပက် ဝံမံင်ကီဟာ။

ထပက်လပ်ဂဥပဒေ ကိုပ်ပေတ် ၁၉ ပေင်အာ မါအလန်တု လက္ကရ် ထွေင်ထပ်ထပက်ပွန်ဝံ၊ ဟုံဝံဂ် ဆက်စပ်ကို ဒ်ဒ်ကံတု ဂကော်ပရေင်ထက်ယုက် ဂွးကပ်တအ် စောန်ထွးလပ်ဟုံမဲကီရ။ ထေက်ကို ဒးထပ် ထပက်မံင်ကီ ယပ်ရတင်နင်စောန်ထွးဂဥပဒေအ် နွံကျင်မူး နူကို ညးမမင်မဲ ပရေင်ထတ်ယုက်ဂဥပဒေအ် ထပ်လလောင်တြး ပွတ်ပရိုင်ပွန်ရ။

၂၉။ ညးမထပက်လပ် ဂဥပဒေ ကိုပ်ပေတ် (၂) အလန်ပေတင်တအ်ဂ် ဂဥပဒေအ်ကိုပ်ပေတ် ဂကူတုဟ်မွဲ ထပ်ထပက်ဝံမံင်ကီဟာ။

သွက်စုပိုင်ရေတ်ကိုပ်ပေတ် ဂကူပါထွးတုဟ်ဂဥပဒေအ် စီဒါကိုမာန် နူပွမယဲထတ်ညွာတ် ကေ့ာ် ပွမချိုင် တအ် ပွဲပစ္စုပွန်လျှူ စုတ်သမ္မိစုံလပ် ဂဥပဒေအ်ကိုပ်ပေတ်ဂဥပဒေအ် ထပက်တံထေက်ရေင် ဂကော် ပရေင်ထတ် ယုက်ဂွးကပ်တအ် ကိုလပ်ကသပ်ရ။ ဂဥပဒေအ်မဲဂကူ ပွဲအဲပွဲကာလစုတ်သမ္မိစုံ လိုဟ်လျှူန်ပေင်ပင် ထပက် လပ်တုမူး ဂဥပဒေအ်တုဟ်တအ် ဟုံထေက်ကိုထပက်တံရ။

ဟိုတ်ပွမထပက်တံ ဂဥပဒေအ် ဟုံမဲပွဲပွဲတအ်တု သွက်ညးပွဲပွဲမံင်ကို ဂဥပဒေအ်တအ် ပွမဆေံ လေင်အာ အခေင်အရာ၊ ပွမဟောံဗြမ်အာ နူပရေင် ဂဥပဒေအ် ပူပိုင်ကိုမာန်၊ ဟိုတ်ပွမကျွဲဒ် တုဟ်နသေ့ာ်တာ နှာ ထိုင်ဒက်ကို ပရေင်ယဲပြးကေ့ာ်ထွာန်မာန်ဂ်ရ ယပ်ရထပက်ဂဥပဒေအ် လျှူန်ပေင်အာတုမူး ဝေင်ပါကေ့ နူပ မထွေင်ထပ်ထပက်တအ်ညီ။

ထပက်ဂဉ်းနီအာ ဓါအလန်တဲ နကိုဂဉ်းနီအာတုဟ်မဲ ပွမထပ်ထပက် ဗပင်ဖြဟတ်ဂ် နူဂကောံပရေင် ထတ်ယုက်ဂွးကပ်တအ် ပွမကိုလပ်ကသပ်ဟံမဲရ။ ပစ္စုပ္ပန်လျဟ်လေပ် ပွဲကိုနီုချင်ဗွဲမဂ်ိုင် စမ်စတ်လုတ် ဣဟ် မံင် တင်နင်ဖိုဟ်ရ။

ဆက်စပ်ကို ပွမထပ်ထပက် ဗပင်ဖြဟတ် ဂဉ်းနီအာ အလန်တတိယတဲ ကိုနီုချင်ဗွဲမဂ်ိုင်တအ် စပ် ကို မူဝါဒ ဂဉ်းနီအာဂမိုင် ပျီန်ထွဲပိတ်လပ်နာနာကိုလေပ် ကိုနီုချင်ဝါတ်ဂါတ် မွိတ်ဗွဲမဂ်ိုင်တအ် ဟံဣဟ် ဂဉ်းနီ အာ နွံကိုတဲ ဗွဲကိုပ်ကွာ သွက်ဂွံ ထပက်ကို ဂဉ်းနီအာဂမိုင်ဂ်ရ ပရေင်ထပက်ဂဉ်းနီအဲ အလန်တတိယဂမိုင် ရေင်တျင်ဟံထေက်ကိုရေင်ဂ် နူဂကောံပရေင်ထတ်ယုက်ဂွးကပ်တအ် ဗွဲလေင်မေတ္တာ ကိုလပ်ကသပ်ရ။

နိသဲဂမိုင်။ ။

- WHO: Novel Coronavirus-2019 - Questions and Answers
- CDC: Coronavirus – Frequently Asked Questions (FAQ)
- UNICEF: Novel Coronavirus – FAQ
- UK National Health Service – Covid-19 Vaccine
- Serum Institute: FAQ – Covishield
- SOP of AstraZeneca_Storage and Thawing Use