

တၢ်ဂ့ၢ် 7 ထံၣ်လၢ မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ကြးသ့ၣ်ညါ ဘၣ်ဃး COVID-19 ကသံၣ်ဒိသဒါ



1. ဖိသၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ကြးဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါန့ၣ်လီၤ.

COVID-19 အံၤ လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ်န့ၢ်ဒီး တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါအတၢ်ဘၣ်ယိၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲပထံၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါဃာ်အသီအိၣ်ထီၣ်အခါ, ဖိသၣ်လၢ အတူၢ်ဘၣ် ဘဲရး(၈)အတၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူးလၢအနး ဒီးလၢအယံၢ်အထၢအံၤ အိၣ်အါထီၣ်ဝဲ ဒီး ဘၣ်ထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်အါထီၣ်ဝဲန့ၣ်လီၤ. အခဲအံၤ, COVID-19 အံၤ မ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်အဒိၣ်ကတၢၢ်လၢ ဒူးကဲထီၣ် ပှၤဖိသၣ် တၢ်သံတၢ်ပှၤအခါ 10 အကျါတခါ ဒီး ဖိသၣ်လၢအထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ် 1/3 ပှၤ အံၤ လိၣ်ဘၣ်ဝဲ တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ တုၤလီၤတီၤလီၤန့ၣ်လီၤ.¹



2. ကသံၣ်ဒိသဒါအံၤ တၢ်တထူးထီၣ်တုၢ်အီၤလၢ တၢ်ကရိကဒး အပူၤဘၣ်.

ပှၤဖဲအ့ၣ်ဖိတဖၣ် မၤသကိးတၢ်လၢ တၢ်သ့တၢ်ဘၣ် အကျါအကျါအံၤ အဖီခိၣ်အါန့ၢ် ဆဲးဖိၣ်န့ၣ် တနံၣ်လံၣ်န့ၣ်လီၤ. လိာ်တၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးဃါဒ်သိး လၢအပူၤကွၢ် ဒီးတၢ်ဆါတၢ်ဖိၣ်လၢတၢ်ကစူးကါအီၤအဂီၢ်အံၤ တၢ်တမၤအီၤသန့က့, တၢ်ပှၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ် အပတီၢ် လၢတၢ်ကထူးထီၣ် COVID-19 ကသံၣ်ဒိသဒါအံၤ တၢ်တလဲၤခိပတၢ်အံၤ နီတမံၤဘၣ် ဒီးတၢ်မၤကွၢ်ကသံၣ်ကသီအံၤ လဲၤသးဒ်သိး အပတီၢ်တဖၣ်လၢ တၢ်မၤကွၢ် ကသံၣ်ဒိသဒါအဂၤတခါလၢလၢအသိးန့ၣ်လီၤ. ပသ့ၣ်ညါလၢ ကသံၣ်ဒိသဒါသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ပှၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ် ဒီးတုၤလီၤတီၤလီၤ မ့ၢ်လၢ ပှၤအဂၤလၢ အကယၢ, အကထီသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်သးမၤကလီဝဲလၢ ကဆဲးကသံၣ်ဖဲတၢ်မၤကွၢ်အကတီၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်အိၣ်ခိးဒီးန့ၢ်ပှၤဟံၣ်ဖိၣ် မၤသကိးတၢ် လၢလၢပှၤပှၤ လၢအနီၣ်တဖၣ်အနီၣ် အလီၢ်န့ၣ်, ပှၤဖဲအ့ၣ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မၤလိတုၢ်ဘၣ်ဝဲ ကသံၣ်ဒိသဒါ လၢအဆိအချ့န့ၣ်လီၤ.



3. ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူး တဆဲးတက့ၢ် မ့တမ့ၢ် ဘၣ်ဒးအံၤ မ့ၢ်တၢ်လၢအညီန့ၣ်လီၤ.

ဖဲတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါဝံၤအခါန့ၣ်, နဖီအံၤ ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် ကဒီးန့ၢ်ဘၣ် ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူး တဆဲးတက့ၢ် မ့တမ့ၢ် ဘၣ်ဒး ဒ်အမ့ၢ် တၢ်လီၤကီၢ်, ယုၢ်ညၣ်ဆါ, ခိၣ်သၣ်ဃံဆါ, တၢ်ဘျးသး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆဲးကသံၣ်အလီၢ် ထီၣ်ဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤ မ့ၢ်တၢ်ညီန့ၢ်ဖဲတၢ်ဆဲးက သံၣ်ဒိသဒါဝံၤအခါ ဒီးတၢ်အံၤ အခိပညီမ့ၢ်ဝဲန့ၣ်ခိအံၤစးထီၣ်မၤတၢ်မၤဒ်သိးကဒူးအိၣ်ထီၣ်န့ၢ်ခိဂီၢ်တြီဆါဒီးမၤလိန့ၢ်တၢ်ဒ်သိးကတြီဆါတၢ် ဆါဃာ်အဂီၢ်လီၤ. တၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူး ဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ် ဒီးတၢ်တဘၣ်လိာ်သးဒီးသ့ၣ်တဖၣ် တကဲထီၣ်သးညီညီဘၣ်. တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ် COVID-19 လၢ အဒူးကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ် လၢသးသမူအဂီၢ်အံၤ အမျးကယၢအါန့ၢ်ဒီး တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ အတၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူးလၢအနး လၢအကဲထီၣ်သးသ့န့ၣ်လီၤ.



4. ကတီၢ်ယံၢ်အတၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူး ဒ်အမ့ၢ် တၢ်တူၢ်ဖိ မ့တမ့ၢ် ဟူးဟးဂီၢ်အံၤ တကဲထီၣ်သးညီညီဘၣ်.

နမ့ၢ်ကွၢ် တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါလၢအပူၤကွၢ်ခဲလၢန့ၣ်, ကတီၢ်ယံၢ် တၢ်ဒိဘၣ်မၤဟူးလၢတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ ခဲလၢန့ၣ်ယၣ်ယၣ်အံၤ အိၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲ ဖဲတၢ်မၤကွၢ်ကသံၣ်ဒိသဒါဝံၤ 30 - 45 သီအလီၢ်ခဲန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အယံ တချုးလၢ တၢ်ဟ့ၣ်ပျဲ လၢဂီၢ်အူတၢ်ဂူးကါ အတၢ်ဖိတၢ်ကမီ (EUA) အခါန့ၣ်, FDA အံၤ လိၣ်ဘၣ်ဝဲလၢ တၢ်ကအိၣ်ခိး အစ့ၤကတၢၢ် အသီ 60 ဖဲတၢ်မၤကွၢ် ကသံၣ်ဝံၤ အလီၢ်ခဲ န့ၣ်လီၤ.

ဟီမ့ၢ်အဂၤလၢအကထီသ့ၣ်တဖၣ် ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ ဖဲအအိၣ်ဒီးဟူးသးအခါ မ့တမ့ၢ် စးထီၣ်အိၣ်ဒီးဟူးသး ဖဲအဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ ဝံၤအလီၢ်ခဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖိၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲလၢ မိၢ် မ့တမ့ၢ် ဖိအဂီၢ်န့ၣ်, COVID-19 ကသံၣ်ဒိသဒါ တဒူးကဲထီၣ် တၢ်တူၢ်ဖိ, ဟူးဟးဂီၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်ကီဖဲတၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသး မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ်ဖျါဖိကတီၢ်ဘၣ်. ဘၣ်ဆၣ်သန့က့, ပထံၣ်ဘၣ် ဟီမ့ၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသးအါဂၤ လၢအဒီးန့ၢ်ဘၣ် COVID-19 ဒီးတူၢ်ဘၣ်ဝဲ ဘဲရး(၈)အတၢ်ဂ့ၢ်ကီ လၢအနးသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

1 [https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7023e1.htm?s_cid=mm7023e1_w%20\[cdc.gov\]](https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7023e1.htm?s_cid=mm7023e1_w%20[cdc.gov])



5. ကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ တုၤလီၤတီၤလီၤဝဲ ဝိၣ်မး န့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤကွၢ်ကသံဉ်ဒီသဒါဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢ COVID-19 ကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ တုၤလီၤတီၤလီၤဝဲ 100% လၢတၢ်ကဒီသဒါ ဖိသၣ် 12 - 15 နီၣ် ဒ်သိးအသုတဒီးန့ၣ်ဘၣ် ဘဲရး(၈)အဂီၢ်လီၤ. ကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ တြီၤဆာဝဲ တၢ်ဆါအလီၤဆီသ့ၣ်တဖၣ်, ဒီသဒါ တၢ်ရၤလီၤတၢ်ဆါလၢပုၤအဂၤအအိၣ်² ဒီးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် မၤဂ့ၤထီၣ် တၢ်အိၣ်သး³လၢ ပုၤလၢအတူၢ်ဘၣ် COVID-19 အတၢ်ဒီဘၣ်မၤဟူး လၢကတီၢ်ယံၢ် သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ မၤစ့ၤလီၤ ဒီးမၤဖျၢၣ်လီၤ တၢ်ဆူးတၢ်ဆါ လၢပုၤတနီၤ လၢတၢ်မၤကွၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါ ဖဲတၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါ ဝံၤအခါန့ၣ်လီၤ.⁴



6. နဖိမ့ၢ်ဘၣ်ကံ COVID-19 ဝံၤဒၣ်လံာ်န့ၣ်, အကြးဆဲးကသံဉ် ဒီသဒါန့ၣ်လီၤ.

နဖိမ့ၢ် မ့ၢ်နဆိးကွဲးနးဖဲအဒီးန့ၣ်ဘၣ်တ့ၢ်ဝဲ ဘဲရး(၈) အခါဒၣ်လံာ်န့ၣ်, အဝဲသ့ၣ် ကြးဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဃုသ့ၣ်ညါမၤလိ ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢ ကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ ဟ့ၣ်လီၤဝဲ ဂံၢ်တြီၤဆါ အအိၣ်ထီၣ်ယံၢ်န့ၣ်ဒီး နီၣ်ခိဂံၢ်တြီၤဆါ (ဂံၢ်တြီၤဆါ လၢတၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်ဆါယၢ်) ဒီးဒီသဒါဝဲ တၢ်ဆါလီၤဆီသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ တြီၤဃာ်နဖိ ဒ်သိးသုတဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်ဆါယၢ် အသီတဘျီအဂီၢ်လီၤ.



7. COVID-19 mRNA အံၤ တဆိတလဲ န DNA ဘၣ်.

တၢ်လၢ mRNA ကသံဉ်ဒီသဒါမၤဝဲတသ့ အိၣ်ဝဲတနီၤန့ၣ်လီၤ -

- mRNA အံၤ လဲလိာ် မ့တမ့ၢ် ဆိတလဲ န DNA တသ့ဘၣ်
- mRNA အံၤ န့ၣ်လီၤဆူ နဖိ(လ)အပူၤ ဖဲ DNA အိၣ်တၢ်အလီၢ် (လၢတၢ်ကိးအီၤလၢနယူချဲယး(၈)) ဒၣ်လံာ်တသ့ဘၣ်
- mRNA အံၤ ဆိတလဲလီၤအနီၢ်ကစၢ်သး ဒီးကဲထီၣ် DNA တသ့ဘၣ်

2 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/fully-vaccinated-people.html>

3 <https://www.yalemedicine.org/news/vaccines-long-covid>

4 <https://www.cdc.gov/media/releases/2021/p0607-mrna-reduce-risks.html>

5 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/different-vaccines/mrna.html>