

Burmese general flu resource 2021

အင်ဖလူအင်က “ဖလူ” သည် မည်သည့်နေရာတွင်မဆို ရှိနိုင်သည်။ ငင်းကို ချောင်းဆုံးခြုံးနှင့် နာချေခြုံးတို့မှတစ်ဆင့် ကူးစက်ရန် လွယ်ကူပါသည်။ အင်ဖလူအင်ကသည် အခေါ်မြို့ခြုံးရွားပါသည်။

အချို့လူများမှာ သူတို့တွင် ဖလူ တုပ်ကွေးရောဂါရိသည့်အခါ အလွန် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်ရန် ပိုမိုဖြစ်နိုင်သည်။ ငင်းတို့မှာ ငယ်ချွယ်သော ကလေးများ နှင့်ချို့လူများ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အချိုးသမီးများနှင့် အိမ်ငွေးသောလူများ ဖြစ်ကြသည်။ ပန်းနာ သိမဟုတ် ဆီချို့တဲ့သိမှုသော နာမကျိုးမှုရောဂါရိများရှိသည့် လူများလည်း ဖြစ်ကြတဲ့သည်။

ဖလူ တုပ်ကွေးရောဂါ ရှိသည့်လူအချို့မှာ ခကာတစ်ဖြုတ် ဆေးရုံတွင် နေရန်လိုအပ်ပါသည်။ လူအနည်းငယ်မှ တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ရောမှ သေဆုံးတွေ့သည်။

အတော်များများလူများမှာ သူတို့ နေမကောင်းကြောင်း မခဲ့စားရသည့်အတွက်ကြောင့် သူတို့တွင် တုပ်ကွေးရောဂါ ရှိခဲ့ကြောင်းကို သူတို့ မသိကြပါ။ သို့သော်လည်း သူတို့သည် ရောဂါကို ဖြိန်ပေးနိုင်သေးပြီး အခြားလူများအား အလွန် နေထိုင်မကောင်းအောင် ဖြစ်စေနိုင်သည်။

သင့်ကိုယ်တိုင်ကို ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းများ နှစ်စဉ် တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားမြိုင်းဖြင့် ဖြစ်ပါသည်။ တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ထိုးဆေးသည် သင့်ကိုယ်ခန္ဓာအတွက် တုပ်ကွေးရောဂါမှ ကိုယ်တိုင် အကာအကွယ်ပေးရန် အထောက်အကျိုးပြုပါသည်။ သင်တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားလျင် သင်သည် သင့်ကိုယ်တိုင် သင့်မိသားစုနှင့် သင့်အနီးအနားရှိလူများကို အကာအကွယ်ပေးပါသည်။

- တုပ်ကွေးရောဂါကာကွယ်ထိုးဆေးများမှာ အသက် ၆၅ နှစ်နှင့် အထက် လူများအတွက် အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ထိုးဆေးများမှာ ကိုယ်ဝန်ဆောင် အချိုးသမီးများအတွက် အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ထိုးဆေးများမှာ ဆီချို့ရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ သိမဟုတ် အဆုတ် ရောဂါ အများစုနှင့် အခြားသော အချို့ နာမကျိုးမှုများ ရှိကြတဲ့သည် အသက် ၆၅ နှစ်အောက် မည်သူမဆိုအတွက် အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ထိုးဆေးများ ပန်းနာရောဂါ သိမဟုတ် အဆုတ် အခြား အများစုနှင့် အသက်ရှုံး အခက်အခဲများအတွက် ဆေးရုံတွင် နေခဲ့ရသည့် အသက် ၅ နှစ်အောက် ကလေးများ အတွက် အခမဲ့ ဖြစ်ပါသည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ထိုးဆေးများ သင် တုပ်ကွေးရောဂါကို ရှိနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။
- အကောင်းဆုံး အကာအကွယ် ရရှိရန်အတွက် သင်သည် တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ဆေးကို နှစ်စဉ် ထိုးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

fightflu.co.nz
0800 466 863

 The Immunisation
Advisory Centre

 MINISTRY OF
HEALTH
MANATŪ HAUORA

Treasure
our
Whānau