

Karen S'gaw | ကညီကျိာ်

|  |
| --- |
| 7 တီၤကၠိဖိ တီၤထီကၠိတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ အတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲအလံာ်တကွီၢ်ဒိ  မၤပှဲၤ,ဆဲးလီၤမံၤဒီးဆှၢကဒါလံာ်တၢ်ပျဲဆူနကၠိတက့ၢ် |

#### မ့ၢ်တၢ်ကမၤပှဲၤလံာ်တကွီၢ်ဒိဒ်လဲၣ်

* ဖးဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်အီၤတက့ၢ်.
* မၤပှဲၤတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲအတၢ်နီၤဖးလၢကသံၣ်ဒီသဒၢတခါစုာ်စုာ်အဂီၢ်,ဒီးဆဲးလီၤမံၤမ့တမ့ၢ်ဒိလီၤနမံၤတက့ၢ်.
* ဆှၢကဒါက့ၤတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲအတၢ်နီၤဖးတဖၣ်အံၤဆူကၠိဖဲနမ့ၢ်တအဲၣ်ဒိးလၢနဖိအံၤတၢ်ဆဲးန့ၢ်အီၤဒီးကသံၣ်ဒီသဒၢအခါဒၣ်လဲာ်အခါတက့ၢ်.

### တၢ်လၢ National Immunisation Program (ထံကီၢ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ) မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

သးစၢ်လိၣ်ဘိလၢအအိၣ် 7 တီၤဒီး 10 တီၤတဖၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကလီအီၤဒီးကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်လၢအအိၣ်လၢတီၤထီကၠိတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီ သဒၢအတၢ်ရဲၣ် တၢ်ကျဲၤအဖီလာ်ဒ်တၢ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီး National Immunisation Program (NIP) န့ၣ်လီၤ.

NIP တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်မ့ၢ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢတၢ်ရဲၣ်လီၤတဖါလၢအဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်လီၤဆီ လၢတၢ်အိၣ် မူဒီတကတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်န့ၣ်ရဲၣ်လီၤအသးစးထီၣ်အိၣ်ဖျဲၣ်သီတုၤလၢဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပှဲၤတစုန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါဘၣ်ဃးကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်အီၤလၢတီၤထီကၠိအပူၤမ့တမ့ၢ် NIP န့ၣ်အိၣ်၀ဲဒၣ်ဖဲ Better Health Channel: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/immunisation-in-secondary-schools> အပူၤန့ၣ်လီၤ.

### တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအဂီၢ်

သးစၢ်လိၣ်ဘိလၢအထီၣ် 7 တီၤလၢအအိၣ်လၢတီၤထီကၠိ (မ့တမ့ၢ်အသးအိၣ် 12 တုၤ 13 နံၣ်တဖၣ်) တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်၀ဲဒၣ်လၢကဆဲး၀ဲဒၣ် human papillomavirus (HPV) ဒီး diphtheria, tetanus (ခၣ်အ့ၣ်တံၢ်), pertussis (တၢ်ကူးဖးထီၣ်) အကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ် န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢကသံၣ်ဒီသဒၢတခါစုာ်စုာ်အဂီၢ်န့ၣ်မိၢ်ပၢ်တဖၣ်,ပှၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်တဖၣ်မ့တမ့ၢ်ပှၤမၤတၢ်ဆၢတဲာ်လၢကသံၣ်ကသီတၢ်ကူစါယါဘျါအဂီၢ်လၢအဂၤတဖၣ်အကဘၣ်ဟ့ၣ်၀ဲလၢသးစၢ်လိၣ်ဘိတဖၣ်ကဒိးန့ၢ်ဘၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်လၢကၠိအပူၤအဂီၢ်လီၤ.

### ဘၣ်မနုၤအဃိယကြၢးဆဲးဒီသဒၢယဖိလဲၣ်.

* တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်မ့ၢ်ကျဲအပူၤဖျဲးကတၢၢ်ဒီးအတုၤလီၤတီၤလီၤကတၢၢ်လၢတၢ်ကပာ်ကတီၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအရၤလီၤအသးသ့တဖၣ်အါကလုာ်န့ၣ်လီၤ.
* တၢ်ဒီသဒၢလၢဖိသၣ်ဆံးကတီၢ်ကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်ဆဲးဃာ်အီၤတနီၤန့ၣ်အဂံၢ်စၢ်လီၤဒီးလိၣ်တၢ်မၤဆူၣ်ထီၣ်က့ၤအီၤဖဲလိၣ်ဘိထီၣ်အခါဒီးလၢကသံၣ်ဒီသဒၢလၢအဂၤတဖၣ်အဂီၢ်, သးစၢ်လိၣ်ဘိမ့ၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်အဂ့ၤကတၢၢ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်လီၤကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ် လီၤ.
* ကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်တမ့ၢ်ထဲအဒီသဒၢနဖိလၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအမၤဘၣ်ဒိဆါတၢ်တဖၣ်ဧိၤဘၣ်သနာ်က့ဟ့ၣ်တၢ်န့ၢ်ဘျုးန့ၢ်ဖှိၣ်အကါဒိၣ်လၢကတီၢ်ယံာ်ပှၤတ၀ၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်လီၤ.
* ဖဲပှၤကမျၢၢ်လၢပှၤတ၀ၢအပူၤမ့ၢ်ဆဲးဒီသဒၢအသးအလၢအပှဲၤန့ၣ်,တၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်ရၤလီၤအသးဆူပှၤတဂၤဆူအဂၤတဂၤတသ့လၢၤဘၣ်.

လၢအီးစတြ့လယါအပူၤကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်န့ၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါအဂီၢ်ပီးလီအတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤပၢဆှၢ ( Therapeutic Goods Administration, TGA) ဟ့ၣ်တၢ်စဲပနီၣ်လီၤ. TGA အိၣ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ဟုၣ်တၢ်အသနူတခါလၢအကွၢ်ဟုၣ်ဒီးပာ်ဖျါထီၣ်ကသံၣ်အ တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဖဲဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢ၀ံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ပျဲလၢကသံၣ်ဒီသဒၢအဂီၢ်န့ၣ်တၢ်ထုးကွံာ်အီၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်တခါလၢ်လၢ်တချုးတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအခါန့ၣ်သ့လီၤ. မိၢ်ပၢ် တဖၣ်,ပှၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်တဖၣ်မ့တမ့ၢ်ပှၤမၤတၢ်ဆၢတဲာ်ဘၣ်ဃးကသံၣ်ကသီတၢ်ကူစါတဖၣ်ကြၢးဆဲးကျိးလီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢလၢတၢ်ဆဲးဒီသဒၢကသံၣ်အတၢ်မၤစၢၤလၢအဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢလၢနဖိအကၠိပူၤန့ၣ်လီၤ.

# Human papillomavirus (HPV) အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ

### တၢ်လၢ ပှၤကညီ papillomavirus (မုၣ်ခွါသွံၣ်ထံတၢ်ဘၣ်ဂာ်အတၢ်ဆါဃၢ်) မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်

ပှၤကညီ papillomavirus (HPV) န့ၣ်မ့ၢ်မံၤလၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤလၢအကဲဘဲရၢး(စ)အကရူၢ်လၢအမၤဘၣ်ဒိပိာ်မုၣ်ဒီးပိာ်ခွါခံဖုလၢာ် န့ၣ်လီၤ. တၢ်န့ၣ်အါတက့ၢ်ညီနုၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ဒီး HPV အကလုာ်တခါမ့တမ့ၢ်အါခါဖဲသွံၣ်ထံးအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမ့ၢ်စးထီၣ်အသး တစိၢ်ဖိ၀ံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ. ဖဲနီၢ်ခိအံၤညီနုၢ်အမၤဆှဲကွံာ် HPV အတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ဒ်န့ဆၢၣ်အသိးဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖျါထီၣ်ဘၣ်, HPV ဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဆါအဒိၣ်အမုၢ်သ့လီၤ,ပာ်ဃုာ်ဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိးအခဲစၢၣ်တၢ်ဆါခဲလၢာ်ဃၣ်ဃၣ်, ခဲစၢၣ်လၢအအိၣ်လၢမုၣ်ခွါက့ၢ်ဂီၤ အလီၢ်တဖၣ်ဒီး 60% မ့ၢ်ခဲစၢၣ်လၢအကဲထီၣ်လၢထးခိၣ်ဒီးကိာ်ဘိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

### တၢ်ဆဲး၀ဲဒၣ် HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်အဘျုးအဖှိၣ်အိၣ်ဒ်လဲၣ်.

HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢ GARDASIL®9 ဒီသဒၢထီဒါ၀ဲဒၣ် HPV အကလုာ်ခွံမံၤလၢအလီၤပျံၤတဖၣ်လၢအဒုးကဲထီၣ်စဲ(လ)ဖျၢၣ်အ တၢ်တဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးဒီးခဲစၢၣ်လီၤလီၤဆီဆီတနီၤလီၤ. HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်မၤတၢ်အဂ့ၤကတၢၢ်ဖဲတၢ်မ့ၢ်ဆဲးန့ၢ်အီၤတချုးတၢ် ဘၣ်၀ဲဒၣ်ဒီးဘဲရၢး(စ)အဃၢ်အခါန့ၣ်လီၤ. ဖဲပှၤတဂၤလၢအဆဲးဒီသဒၢအသးတဂၤထိးဘူးဘၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ကူၣ်ဘၣ်ဂာ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်,အ၀ဲသ့ၣ်အဂံၢ်တြီဆၢတၢ်ဆါအသနူန့ၣ်ကသ့ခီဆၢတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤဒိၣ်ထီၣ်,ဒီသဒၢတၢ်ဆါအံၤအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဆူညါမ့တမ့ၢ်မၤစှၤလီၤအတၢ်နးထီၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်လီၤ. လၢတၢ်န့ၣ်အဃိပဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢဆူသးစၢ်ဖိတဖၣ်ဖဲအထီၣ်တီၤထီကၠိသီသီအခါတချုးအ၀ဲသ့ၣ်ဟူးဂဲၤထီၣ်လၢသွံၣ်ထံးတကပၤအခါန့ၣ်လီၤ.

### မ့ၢ်ကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤဒ်လဲၣ်.

HPV Gardasil®9 အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤလၢကသံၣ်ဆဲးထဲတဖျၢၣ်ဧိၤဆူစုဒုၣ်အဖီခိၣ်တကပၤလၢပှၤအါတက့ၢ်အဂီၢ်လီၤ.

သးစၢ်လိၣ်ဘိတနီၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကလိၣ်ဘၣ် Gardasil®9 အကသံၣ်ဒီသဒၢသၢဘျီအဂီၢ်လီၤ. Gardasil®9 အကသံၣ်ဒီသဒၢသၢ ဖျၢၣ်န့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အီၤလၢ-

* ပှၤတဂၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါမ့တမ့ၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ကူစါလၢအဒုးကဲထီၣ်ဂံၢ်တီဆၢတၢ်ဆါအသဟီၣ်စှၤ(အဒိန့ၣ် HIV/AIDS,   
  rheumatoid arthritis (စုဆၢခီၣ်ဆၢညိးထီၣ်တၢ်ဆါ), ခဲစၢၣ်, ရ့ဒံၣ်ယိၣ်တၢ်ကူစါ,  ကံၣ်မိၣ်တၢ်ကူစါမ့တမ့ၢ်တၢ်ကူစါလၢအဆီၣ်တံၢ် ဃာ်ဂံၢ်တြီဆၢတၢ်ဆါအသနူအဒိၣ်အမုၢ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.)

ဖဲတၢ်မ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ကသံၣ်သၢဖျၢၣ်န့ၣ်,တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်၀ဲဒၣ်လၢနကတိၤတၢ်ဒီးန [GP](https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/serviceprofiles/general-practitioner-services), အဘီရံကၠၢၣ်နၢၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်မၤစၢၤ, ပှၤတ၀ၢသရၣ်သရၣ်မုၣ်ဖီကသံၣ်မ့တမ့ၢ်လီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢအတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်တက့ၢ်.

### မ့ၢ် HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်အပူၤဖျဲးထဲလဲၣ်.

HPV Gardasil®9 အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်ပူၤဖျဲးဒီးတၢ်တူၢ်အီၤန့ၢ်ဂ့ၤဂ့ၤလီၤ. ကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်သူအီၤလၢအီးစတြ့လယါတဖၣ်န့ၣ် ပူၤဖျဲးဒီးကဘၣ်ဖျိ၀ဲဒၣ်တၢ်ပူၤဖျဲးအတၢ်ဖီၣ်ဃံးအတၢ်ဒိးစဲးတချုး TGA ဟ့ၣ်အီၤဒီးတၢ်ပျဲန့ၣ်လီၤ. အမဲာ်ညါ, TGA ကွၢ်ဟုၣ်ကသံၣ်ဒီ သဒၢအတၢ်ပူၤဖျဲးတဘျီဖဲတၢ်မ့ၢ်သူအီၤန့ၣ်လီၤ. ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဖဲဆဲး HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢ၀ံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်ညီနုၢ်မ့ၢ်ထဲဒၣ် တၢ်လၢအစၢ်န့ၣ်လီၤ.

### မ့ၢ်ဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိးအတၢ်မၤကွၢ်တဖၣ်န့ၣ်တၢ်ကလိၣ်ဘၣ်အီၤလၢခါဆူညါဧါ.

တၢ်မၤကွၢ်ဒၢလီၢ်ခိၣ်ဘၣ်ဆၢဘၣ်ကတီၢ် (အပူၤကွံာ်တၢ်ကိးအမံၤဒ် Pap smear (တၢ်ထွါဒၢလီၢ်ခိၣ်ညၣ်ယဲၤ) န့ၣ်မ့ၢ်ဒ်တၢ်အကါဒိၣ် လၢပိာ်မုၣ်လၢအဆဲးဒီသဒၢအသးတဖၣ်ဒီးပှၤလၢအအိၣ်ဒီးဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိးတဖၣ်အဂီၢ်,မ့ၢ်လၢ HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်တဒီသဒၢ ထီဒါ၀ဲဒၣ် HPV အကလုာ်ခဲလၢာ်လၢအဒုးကဲထီၣ်ဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိးအခဲစၢၣ်န့ၣ်ဘၣ်.

### ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအကဲထီၣ်သ့မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

ဖဲဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢ၀ံၤအလီၢ်ခံကသံၣ်အတၢ်ခီဆၢလၢအစၢ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကကဲထီၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျံၤတဆံးတက့ၢ်လၢအမ့ၢ်တၢ်တဖိးဒီးသွံၣ်အဒိၣ်အမုၢ်အတၢ်ခီဆၢလၢကသံၣ်ဒီသဒၢတမံၤလၢ်လၢ်အဂီၢ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကအိၣ်လီၤ.

#### ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအညီနုၢ်ကဲထီၣ်အသးတဖၣ်

* တၢ်ဆါ,ဂီၤထီၣ်ဒီးတၢ်ညိးထီၣ်လၢတၢ်ဆဲးဃာ်ကသံၣ်အလီၢ်
* တၢ်ကၢကိၣ်လိၣ်ထီၣ်အသးတစိၢ်တလီၢ်လၢတၢ်ဆဲးဃာ်အလီၢ်
* တၢ်ကိၢ်ထီၣ်တဆံးတက့ၢ်
* အိၣ်တမုာ်တလၤ
* ခိၣ်သၣ်ဃံဆါ

ဖဲကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအစၢ်မ့ၢ်ကဲထီၣ်န့ၣ်,ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိတဖၣ်တၢ်မၤစှၤလီၤအီၤသ့ခီဖျိ

* အိအါထီၣ်ထံဒီးတဘၣ်ဒုးကူကၤပှၤတဂၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ကိၢ်တဂၤဒီးတၢ်ကူတၢ်ကၤအါကထၢတဂ့ၤ
* အိလီၤ paracetamol
* ပာ်လီၤတၢ်ကံးညာ်အခုၣ်,တၢ်ကံးညာ်ဘၣ်စီၣ်လၢတၢ်ဆဲးဃာ်ကသံၣ်အလီၢ်တက့ၢ်.

#### ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအစၢ်လၢတညီနုၢ်တဖၣ်

* တၢ်သးမ့တမ့ၢ်ဖံးဘ့ၣ်တၢ်ဆါတကလုာ်လၢအဂီၤဒီးဆါ

#### ကသံၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိလၢတနါစိၤကဲထီၣ်တဖၣ်

* တၢ်တဖိးဒီးသွံၣ်အတၢ်ခီဆၢလၢအနးတခါ,အဒိန့ၣ်မဲာ်သၣ်ညိးထီၣ်,ကသါကီခဲန့ၣ်လီၤ.

လၢတၢ်ကဲထီၣ်သးလၢတညီနုၢ်ကဲထီၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်တဖိးဒီးသွံၣ်အတၢ်ခီဆၢအနးတခါန့ၣ်,တၢ်ကဟ့ၣ်ကသံၣ်ကသီအတၢ်ကနၣ်ဃုာ်တဘျီဃီလီၤ.

# Diphtheria, tetanus (တၢ်ခၣ်အ့ၣ်တံၢ်) ဒီး pertussis (တၢ်ကူးဖး ထီ)အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ

### တၢ်လၢ diphtheria မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

Diphtheria န့ၣ်ဘဲးထံရံယါအတၢ်ဆါအနးတခါလၢအဒုးကဲထီၣ်တၢ်ညိးထီၣ်လၢနါစ့ၤ,ကိာ်ယူၢ်ဒီးကလံၤကျိၤတဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. ဘဲးထံရံယါအဃၢ်ထုးထီၣ်တၢ်အစုၣ်အပျၢ်လၢအဒုးကဲထီၣ်တၢ်အသလီလၢတညီနုၢ်အိၣ်ထီၣ်တခါကဒိၣ်ထီၣ်လၢကိာ်ဘိ, မၤကဲထီၣ် တၢ်ကီတၢ်ခဲလၢတၢ်ကယုၢ်လီၤတၢ်, ကသါဒီးတုၤဒၣ်လဲာ်ဒုးကဲထီၣ်တၢ်ကသါတပၢၢ်ထီၣ်လီၤဘၣ်အသးသ့လီၤ.

ဘဲးထံရံယါထုးထီၣ်တၢ်အစုၣ်အပျၢ်လၢအလီၤပြါလၢနီၢ်ခိတၢ်လီၢ်၀း၀းသ့၀ဲဒၣ်ဒီးဒုးကဲထီၣ်တၢ်ကီတၢ်ခဲလၢအနးအဒိဒ်သိးတၢ်လီၤဘျ့ဒီးသးဖျၢၣ်တၢ်ဟးဂူာ်ဟးဂီၤသ့လီၤ. ပှၤလၢအဒိးန့ၢ်ဘၣ် diphtheria အမျးကယၤ 10 န့ၣ်သံဘၣ်အသးလီၤ.

Diphtheria န့ၣ်နမၤန့ၢ်အီၤသ့ဖဲနကသါဘၣ်တၢ်ကူးမ့တမ့ၢ်တၢ်ကဆဲအထံဖျၢၣ်ဖိလၢအအိၣ်ဟဲလၢပှၤလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ဒီးတၢ်ဆါ တဂၤအအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

### Tetanus (တၢ်ခၣ်အ့ၣ်တံၢ်)မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

Tetanus (တၢ်ခၣ်အ့ၣ်တံၢ်)န့ၣ်ကဲထီၣ်အသးခီဖျိဘဲးထံရယါလၢအအိၣ်လၢဟီၣ်ခိၣ်,ဖၣ်ကမူၣ်ဒီးတၢ်အ့ၣ်တၢ်ဆံၣ်အကျါန့ၣ်လီၤ. ဘဲးထံရံယါနုာ်လီၤဆူနမိၢ်ပှၢ်အပူၤသ့ခီဖျိတၢ်ပူၤလီၢ်တခါလၢအဆံးထဲသိးထးဘၣ်ဆဲးန့ၣ်သ့လီၤ. Tetanus (တၢ်နၢ်ထံယိာ်ဖုၣ်ထီ) န့ၣ်ရၤလီၤအသးလၢပှၤတဂၤဆူပှၤအဂၤတဂၤတသ့ဘၣ်.

Tetanus (တၢ်နၢ်ထံယိာ်ဖုၣ်ထီ) မ့ၢ်တၢ်ဆါအနးတခါလၢအဒုးကဲထီၣ်ယုၢ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ကသါအတၢ်ကီတၢ်ခဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘဲးထံရံယါ ဒုးထီၣ်တၢ်အစုၣ်အပျၢ်လၢအမၤဘၣ်ဒိနၢၣ်အသနူတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤဒုးကဲထီၣ်ယုၢ်ထီၣ်တဖၣ်လၢအခီၣ်ထံးန့ၣ်တူၢ်ဘၣ်လၢကိာ်ဘိ အလိၤဒီးအခၣ်အယုၢ်ညၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. Tetanus န့ၣ်ကဲထီၣ်တၢ်ကသါအတၢ်ကီတၢ်ခဲ,တၢ်ကသါလၢအဆါဒီးသးဖျၢၣ်ဖုတဘၣ်လီၢ် ဘၣ်စးတဖၣ်သ့လီၤ. ပှၤ 10 ဂၤအကျါတဂၤလၢအဘၣ်ဂာ်ဒီးဘဲးထံရံယါလၢအဒုးကဲထီၣ် tetanus န့ၣ်ကသံ၀ဲဒၣ်လီၤ.

Tetanus န့ၣ်တညီနုၢ်ကဲထီၣ်လၢအီးစတြ့လယါအပူၤဘၣ်မ့ၢ်လၢတၢ်ဆဲး tetanus အကသံၣ်ဒီသဒၢလဲၢ်လဲၢ်ကွာ်ကွာ်အဃိလီၤ. သးစၢ် လိၣ်ဘိလၢတဆဲးဒီသဒၢအသးဒီး tetanus တဖၣ်မ့တမ့ၢ်ပှၤလၢတဆဲးဘၣ်ကသံၣ်ဆဲးဆူၣ်ထီၣ်တဖၣ်အိၣ်လၢတၢ်လီၤ ပျံၤအလီၢ်လီၤ.

### တၢ်လၢ pertussis (တၢ်ကူးဖးထီ)စံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

Pertussis (ညီနုၢ်တၢ်သ့ၣ်ညါအီၤဒ်တၢ်ကူးဖးထီ) မ့ၢ်တၢ်ဆါလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်တၢ်ချ့ဒိၣ်မးတခါလၢအမၤဘၣ်ဒိကလံၤကျိၤတဖၣ်ဒီး တၢ်ကသါထီၣ်ကသါလီၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆါအံၤဒုးကဲထီၣ်တၢ်ကူးအနးဒိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကူးလၢအနးအံၤညီနုၢ်ပိာ်ထွဲထီၣ်ဒီးတၢ်ဘှီးဒီး တၢ် ကူးအံၤယံာ်၀ဲဒၣ်တဘျုးလါသ့လီၤ.

Pertussis န့ၣ်နမၤန့ၢ်အီၤသ့ဖဲနကသါဘၣ်တၢ်ကူးမ့တမ့ၢ်တၢ်ကဆဲအထံဖျၢၣ်ဖိလၢအအိၣ်ဟဲလၢပှၤလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ဒီးတၢ်ဆါတ ဂၤအအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဒီသဒၢထီဒါ pertussis လၢတၢ်ဆါဒီးကသံၣ်ဒီသဒၢခံမံၤလၢာ်အအိၣ်န့ၣ်ဒ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လဲၤပူၤကွံာ်အသိးစှၤလီၤ ၀ဲဒၣ်လီၤ. လၢတၢ် န့ၣ်အဃိ, ကသံၣ်ဆဲးဆူၣ်ထီၣ်တဖျၢၣ်အပာ်ဃုာ်ဒီး pertussi အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အီၤလၢသးစၢ်လိၣ် ဘိလၢအသးအိၣ် 12 ဒီး 13 နံၣ်လၢအပၢၤဃာ်ဂံၢ်တြီဆၢတၢ်ဆါတုၤဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပှဲၤတစုလီၤ.

### ကသံၣ်ဒီသဒၢအံၤအပူၤဖျဲးထဲလဲၣ်.

Diphtheria-tetanus-pertussis အကသံၣ်ဒီသဒၢပာ်ဃုာ် diphtheria ဒီး tetanus အစုၣ်အပျၢ်တဆံးတက့ၢ်လၢတၢ်ဆီတလဲဃာ် အီၤဒ်သိးအသုတမၤဘၣ်ဒိဆါတၢ်တဂ့ၤအဂီၢ်, တၢ်ကူးဖးထီအက့အခီလၢတၢ်မၤကဆှီဃာ်အီၤတဖၣ်ဒီးအလူၣ်မံနယၢၣ်အအံသၣ်တ ဆံးတက့ၢ်ဒီးတၢ်ပာ်ကီၤဃာ်တၢ်တဖၣ်ပာ်ဃုာ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်ဒီသဒၢဆဲးဆူၣ်ထီၣ်အံၤအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဂံာ်လီၤဒးလၢအစှၤ၀ဲဒၣ်လီၤဆီဒၣ်တၢ် diphtheria ဒီးတၢ်ကူးဖးထီၣ်အက့အခီဖိတဖၣ် ဖဲမ့ၢ်ထိၣ်သတြီၤဒီးဖိသၣ်အကသံၣ်ဒီသဒၢအခါန့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်ဒီသဒၢအံၤပူၤဖျဲးဒီးသးစၢ်လိၣ်ဘိတဖၣ်တူၢ်၀ဲဒၣ်န့ၢ်ဂ့ၤဂ့ၤလီၤ. ကသံၣ်ပာ်ဖှိၣ်တခါအံၤတၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤလၢအစှၤကတၢၢ် 4 နွံဖဲ တၢ်ဟ့ၣ်လီၤကသံၣ်ဒီသဒၢပာ်ဃုာ်ဒီးတၢ်ခၣ်အ့ၣ်တံၢ်မ့ၢ်အတယံာ်ဒံးဘၣ်တခါန့ၣ်သ့လီၤ.

### ဘၣ်မနုၤအဃိယဖိလိၣ်ဘၣ်ကသံၣ်ဆဲးဆူၣ်ထီၣ်တဖျၢၣ်လဲၣ်.

သးစၢ်လိၣ်ဘိတဖၣ်န့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အီၤလၢကဆဲး၀ဲဒၣ်ကသံၣ်ဆဲးဆူၣ်ထီၣ်လၢအမ့ၢ် diphtheria-tetanus-pertussis အကသံၣ် ဒီသဒၢလၢကဒုးထီထီၣ်အသးဆူတၢ်ဒီသဒၢအပတီၢ်လၢအမ့ၢ် diphtheria, tetanus ဒီး pertussis အဂံၢ်ဒီသဒၢတၢ်ဆါတုၤလီၤ လၢဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပှဲၤထီၣ်သီတစုလီၤ.

### မ့ၢ်ကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤဒ်လဲၣ်.

Diphtheria, tetanus, ဒီး pertussis န့ၣ်အိၣ်၀ဲဒၣ်လၢအီးစတြ့လယါဒ်ကသံၣ်ပာ်ဖှိၣ်တခါလီၤ.

diphtheria-tetanus-pertussis အကသံၣ်ဒီသဒၢမ့ၢ်ကသံၣ်ဆဲးထဲတဖျၢၣ်လၢတၢ်ဆဲးန့ၢ်အီၤဖဲစုဒုၣ်အဖီခိၣ်တကပၤလီၤ.

### ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအကဲထီၣ်သ့မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

ဖဲဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢ၀ံၤအလီၢ်ခံကသံၣ်အတၢ်ခီဆၢလၢအစၢ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကကဲထီၣ်ဒီးတၢ်လီၤပျံၤတဆံးတက့ၢ်လၢအမ့ၢ်တၢ်တဖိးဒီးသွံၣ်အဒိၣ်အမုၢ်အတၢ်ခီဆၢလၢကသံၣ်ဒီသဒၢတမံၤလၢ်လၢ်အဂီၢ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကအိၣ်လီၤ.

#### ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအညီနုၢ်ကဲထီၣ်အသးတဖၣ်

* တၢ်ဆါ,ဂီၤထီၣ်ဒီးတၢ်ညိးထီၣ်လၢတၢ်ဆဲးဃာ်ကသံၣ်အလီၢ်
* တၢ်ကၢကိၣ်လိၣ်ထီၣ်အသးတစိၢ်တလီၢ်လၢတၢ်ဆဲးဃာ်အလီၢ်
* တၢ်ကိၢ်ထီၣ်တဆံးတက့ၢ်
* အိၣ်တမုာ်တလၤ
* ခိၣ်သၣ်ဃံဆါ

ဖဲကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအစၢ်မ့ၢ်ကဲထီၣ်န့ၣ်,ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိတဖၣ်တၢ်မၤစှၤလီၤအီၤသ့ခီဖျိ

* အိအါထီၣ်ထံဒီးတဘၣ်ဒုးကူကၤပှၤတဂၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ကိၢ်တဂၤဒီးတၢ်ကူတၢ်ကၤအါကထၢတဂ့ၤ
* အိလီၤ paracetamol
* ပာ်လီၤတၢ်ကံးညာ်အခုၣ်,တၢ်ကံးညာ်ဘၣ်စီၣ်လၢတၢ်ဆဲးဃာ်ကသံၣ်အလီၢ်တက့ၢ်.

#### ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအစၢ်လၢတညီနုၢ်တဖၣ်

* တၢ်သးမ့တမ့ၢ်ဖံးဘ့ၣ်တၢ်ဆါတကလုာ်လၢအဂီၤဒီးဆါ

#### ကသံၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိလၢတနါစိၤကဲထီၣ်တဖၣ်

* တၢ်တဖိးဒီးသွံၣ်အတၢ်ခီဆၢလၢအနးတခါ,အဒိန့ၣ်မဲာ်သၣ်ညိးထီၣ်,ကသါကီခဲန့ၣ်လီၤ.

လၢတၢ်ကဲထီၣ်သးလၢတညီနုၢ်ကဲထီၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်တဖိးဒီးသွံၣ်အတၢ်ခီဆၢအနးတခါန့ၣ်,တၢ်ကဟ့ၣ်ကသံၣ်ကသီအတၢ်ကနၣ်ဃုာ်တဘျီဃီလီၤ.

# ကတဲာ်ကတီၤပာ်သးစၢ်လိၣ်ဘိလၢကၠိအပူၤတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢ

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အကါဒိၣ်တနီၤလၢတၢ်ကတဲာ်ကတီၤပာ်သးစၢ်တဖၣ်လၢကၠိအပူၤတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်ပာ်ဃုာ်-

* ဟ့ၣ်အ၀ဲသ့ၣ်ဒီးဂီၤခီတၢ်အီၣ်
* မၤလီၤတံၢ်အ၀ဲသ့ၣ်ကူသိးဆ့ကၤကျီကျီ
* မၤလီၤတံၢ်အ၀ဲသ့ၣ်အိၣ်မုာ်ဖဲနံၤအ၀ဲန့ၣ်တက့ၢ်
* မၤလီၤတံၢ်အ၀ဲသ့ၣ်ဒုးသ့ၣ်ညါအသရၣ်သရၣ်မုၣ်မ့တမ့ၢ်ပှၤဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢဖဲအ၀ဲသ့ၣ်မ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘှီမ့တမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်တမုာ်တလၤအခါတက့ၢ်.

ဖဲသးစၢ်လိၣ်ဘိတဂၤတၢ်သ့ၣ်ညါလၢအမဲာ်ခံးလီၤဃံၤမ့တမ့ၢ်အအိၣ်ဖျါအသးကိၢ်ဒိၣ်ဒိၣ်အခါ,အဂ့ၤကတၢၢ်န့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤကသံၣ်ဒီသဒၢလၢကၠိအချၢ,ကတိၤတၢ်ဒီးပှၤဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢလၢကဆၢတဲာ်လီၤမ့ၢ်တၢ်ဆၢတဲာ်အံၤအဘၣ်၀ဲဒၣ်လၢနဖိအဂီၢ်ဧါန့ၣ်တက့ၢ်.

### တချုးတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအစရီ

တၢ်အံၤအကါဒိၣ်၀ဲဒၣ်လၢသးစၢ်လိၣ်ဘိတဲဘၣ်ပှၤဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢဖဲတၢ်တမံၤမံၤလၢလာ်မ့ၢ်ကဲထီၣ်အသးအခါန့ၣ်လီၤ.

* အိၣ်တဆူၣ်တချ့ဖဲတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအနံၤ (တၢ်ကိၢ်ထီၣ်တလၢကွံာ် 38.5°C)
* အပူၤကွံာ်အိၣ်ဒီးကသံၣ်အတၢ်ခီဆၢလၢအနးလၢကသံၣ်ဒီသဒၢတခါခါအဂီၢ်
* အသွံၣ်တဖိးဒိၣ်ဒိၣ်မုၢ်မုၢ်ဒ်သိးသးဖျၢၣ်သလီညိးထီၣ်ဖဲမ့ၢ်ဘၣ်ဒီးကိၣ်မံၣ်မ့တမ့ၢ်ရီဘၢၣ်အထုး
* အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါတခါမ့တမ့ၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ကူစါလၢအဒုးကဲထီၣ်ဂံၢ်တြီဆၢတၢ်ဆါအသနူလၢအစှၤန့ၣ်လီၤ.
* တၢ်သ့ၣ်ညါလၢအတူၢ်၀ဲဒၣ် diphtheria toxoid တန့ၢ်နီတစဲးဘၣ်
* မ့ၢ်ပှၤမိၢ်ဒၢ
* တၢ်ကဲထီၣ်သးလၢအပူၤကွံာ်ဒ်ဖံးဘ့ၣ်တၢ်ဆါဖဲဆဲးကသံၣ်၀ံၤအလီၢ်ခံ

ကွၢ်ဃုဘၣ် [တချုးတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအစရီ](https://www.healthtranslations.vic.gov.au/resources/pre-immunisation-checklist) လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အ၀ဲၤကျိၤ (Department of Health) အပှာ်ယဲၤသန့ <<https://www.healthtranslations.vic.gov.au/resources/pre-immunisation-checklist>> အလိၤတက့ၢ်.

### ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒၢ၀ံၤအလီၢ်ခံ

သးစၢ်လိၣ်ဘိတဖၣ်ကြၢးအိၣ်၀ဲဒၣ်လၢတၢ်ကွၢ်ဟုၣ်အီၤအဖီလာ်လၢတၢ်လီၢ်လၢတၢ်ဆဲးဟ့ၣ်အီၤကသံၣ်ဒီသဒၢအလီၢ်လၢအစှၤကတၢၢ် 15 မံးနံးလၢကမၤလီၤတံၢ်၀ဲဒၣ်လၢအ၀ဲသ့ၣ်တလဲၤခီဖျိဘၣ်ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအကဲထီၣ်သတူၢ်ကလာ်,ဒီးမ့ၢ်ဒ်သိးပှၤဟ့ၣ်ကသံၣ် ဒီသဒၢအပှၤမၤတၢ်ဖိကဟ့ၣ်ကသံၣ်ကသီအတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢအဆိအချ့ဖဲမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်အီၤအခါကသ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

လၢတၢ်ကဲထီၣ်သးလၢတညီနုၢ်ကဲထီၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်တဖိးဒီးသွံၣ်အတၢ်ခီဆၢအနးတခါန့ၣ်,တၢ်ကဟ့ၣ်ကသံၣ်ကသီအတၢ်ကနၣ်ဃုာ်တဘျီဃီလီၤ. ဖဲကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအပိာ်ထွဲထီၣ်ဖဲတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢ၀ံၤအလီၢ်ခံမ့ၢ်နးမ့တမ့ၢ်ကဲထီၣ်တပယူာ်ဃီန့ၣ်,မ့တ မ့ၢ်ဖဲနမ့ၢ်ဘၣ်ယိၣ်တၢ်န့ၣ်ဆဲးကျိးဘၣ်နကသံၣ်သရၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဆါဟံၣ်တက့ၢ်.

[Immunisation side effects (ကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢအတဂ့ၤတဖၣ်)](https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/immunisation-side-effects)န့ၣ်တၢ်ကြၢး ပာ်ဖျါထီၣ်အီၤဆူ [Victorian vaccine safety service (SAFEVIC) (ဘံးထိရံယါကသံၣ်ဒီသဒၢတၢ်ပူၤဖျဲးအတၢ်မၤစၢၤ)](https://www.safevac.org.au/Home/Info/VIC), လီၢ်ခၢၣ်သးတၢ်ပာ်ဖျါထီၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢ ဘံးထိရံယါ,လၢလီတဲစိ 1300 882 924 (ဃုထၢ 1), အံမ့(လ) [enquiries@safevic.org.au](mailto:enquiries@safevic.org.au) တက့ၢ်.

# တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါ

#### တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲဒီးကသံၣ်ဒီသဒၢ

လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလီၤတံၢ်ဘၣ်ထွဲဒီး HPV မ့တမ့ၢ် diphtheria, tetanus ဒီး pertussis အကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်အီၤတ ဖၣ်အဂီၢ်, ၀ံသးစူၤကွၢ်ဘၣ် [Better Health Channel](https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/immunisation-in-secondary-schools) <<https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/immunisation-in-secondary-schools>> တက့ၢ်.

#### တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်စံၣ်စိၤအတၢ်ပာ်ဖျါ

ပှၤဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်ကဘၣ်ပာ်ဖျါထီၣ်အ NIP တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤပၢဆှၢကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်ဆူ Australian Immunisation Register (AIR) အအိၣ်လီၤ. နဖိအတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်စံၣ်စိၤအတၢ်ပာ်ဖျါအဒိတဘ့ၣ်န့ၣ်အိၣ်၀ဲဒၣ်လၢ-

* Medicare လၢလီပှာ်ယဲၤအဖီခိၣ်အစရီခီဖျိ myGov <[www.my.gov.au](http://www.my.gov.au)>
* Medicare လီတဲစိအအဲး(ဖ) <<https://www.servicesaustralia.gov.au/medicare>>
* Australian Immunisation Register (အီးစတြ့လယါတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢတၢ်ဆဲးလီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ), လီတဲစိ. 1800 653 809
* National Translating and Interpreting Service (ထံကီၢ်တၢ်ကျိးထံဒီးတၢ်ကတိၤကျိးထံအတၢ်မၤစၢၤ), လီတဲစိ. 131 450

ဖဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ဆူညါတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤန့ၣ်,ဆဲးကျိးဘၣ်နတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအပှၤဟ့ၣ်တၢ်မ့တမ့ၢ်လဲၤအိၣ်သကိးဘၣ်ပှာ်ယဲၤဘျးစဲလၢလာ်တက့ၢ်.

#### လံၥ်လဲၢ်တၢ်ကွဲးလၢအကဲဘျုးတဖၣ်

* [Better Health Channel](https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/immunisation-in-secondary-schools)<<https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/immunisation-in-secondary-schools>>
* [Australian Government Department of Health](https://www.health.gov.au/topics/immunisation/when-to-get-vaccinated/immunisation-for-adolescents) <<http://www.health.gov.au/health-topics/immunisation/when-to-get-vaccinated/immunisation-for-adolescents>>

# တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲအလံာ်တကွီၢ်-ပှၤကညီ papillomavirus (HPV) ကသံၣ်ဒီသဒၢဒီး Diphtheria-tetanus-pertussis (တၢ်ကူးဖးထီ) အကသံၣ်ဒီသဒၢ

### ကၠိဖိအဂ့ၢ်အကျိၤလီၤတံၢ်(ဒ်တၢ်မၤနီၣ်မၤဃါအီၤလၢအ၀ဲသ့ၣ် Medicare အကးအလိၤအသိး

|  |  |
| --- | --- |
| Medicare အနီၢ်ဂံၢ်(ပာ်ဃုာ်နီၢ်ဂံၢ်ဘၣ်ထွဲဘၣ်ဃးလၢဖိသၣ်အမံၤအကပၤ) | Stop outlineStop outlineStop outlineStop outlineStop outlineStop outlineStop outlineStop outlineStop outlineStop outline Stop outline |
| ဟံၣ်ဖိဃီဖိအမံၤ |  |
| မံၤအခီၣ်ထံး |  |
| လီၢ်အိၣ်ဆိးထံး |  |
| လံာ်ပရၢတၢးအနီၣ်ဂံၢ် |  |
| အိၣ်ဖျဲၣ်နံၤသီ |  |
| မုၣ်ခွါ |  |
| ကၠိအမံၤ |  |
| တီၤ |  |

မ့ၢ်ပှၤတဂၤအံၤအဘီရံကၠၢၣ်နၢၣ်မ့တမ့ၢ်ထိရ့းစထရ့း(တ)ကီးဖိတဖၣ်ဧါ. မၤနီၣ်တၢ်စံးဆၢလၢတၢ်ဃုထၢအီၤဃုာ်ဒီး ‘X’ တက့ၢ်

|  |  |
| --- | --- |
| တမ့ၢ်ဘၣ် |  |
| အဘီရံကၠၢၣ်နၢၣ် |  |
| ထိရ့း(တ)စထရ့း(တ)ကီးဖိ |  |
| အဘီရံကၠၢၣ်နၢၣ်ဒီးထိရ့း(တ)စထရ့း(တ)ကီးဖိ |  |

### မိၢ်ပၢ်မ့တမ့ၢ်ပှၤကွၢ်ထွဲလုၢ်ဒိၣ်ထီၣ်တၢ်အတၢ်ဆဲးကျိးလီၤတံၢ်

|  |  |
| --- | --- |
| မိၢ်ပၢ်မ့တမ့ၢ်ပှၤကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်တၢ်အမံၤ |  |
| မုၢ်ဆါခီလီတဲစိ |  |
| လီတဲစိ |  |
| အံမ့(လ) |  |

# ကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ပျဲ

**တၢ်ဘိးဘၣ်ပာ်ဖျါ**-ယအိၣ်ဒီးစိကမီၤလၢတၢ်ကဟ့ၣ်တၢ်ပျဲမ့တမ့ၢ်တဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢယဖိအံၤကဆဲးဒီသဒၢအသးဒီးခီဖျိတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲအဃိ,ယနၢ်ပၢၢ်၀ဲဒၣ်လၢယဖိအံၤကဘၣ်တၢ်နီၤဟ့ၣ်လီၤအီၤဒီးကသံၣ်ဒီသဒၢလၢအမ့ၢ် diphtheria-tetanus-pertussis (တၢ်ကူးဖးထီ)ဒီးပှၤကညီ papillomavirus လၢတၢ်ဆၢကတီၢ်တဒ်သိးလိာ်အသးအပူၤန့ၣ်လီၤ. ယဖးဘၣ်ဒီးယနၢ်ပၢၢ်၀ဲဒၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤယၤ ဘၣ်ဃးကသံၣ်ဒီသဒၢ,ပာ်ဃုာ်တၢ်လီၤပျံၤတဖၣ်လၢတၢ်တဆဲးဒီသဒၢအသးအဃိဒီးကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ယနၢ် ပၢၢ်၀ဲဒၣ်လၢယတဲသကိးတၢ်လီၤပျံၤတဖၣ်ဒီးတၢ်န့ၢ်ဘျုးန့ၢ်ဖှိၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးကသံၣ်ဒီသဒၢဃုာ်ဒီးယပှၤဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်သ့လီၤ. ယနၢ်ပၢၢ်၀ဲဒၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲန့ၣ်တၢ်ထုးကွံာ်အီၤသ့လၢတၢ်ဆၢကတီၢ်တခါလၢ်လၢ်တချုးတၢ်ဟ့ၣ်လီၤကသံၣ်ဒီသဒၢအခါ န့ၣ်လီၤ.

## ပှၤကညီ papillomavirus (HPV) အကသံၣ်ဒီသဒၢ

၀ံသးစူၤမၤနီၣ်နတၢ်ဃုထၢအတၢ်ခီဆၢ,လၢလာ်ဃုာ်ဒီး ‘X’ တက့ၢ်.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| မ့ၢ်, ယဟ့ၣ်ယတၢ်ပျဲလၢယဖိကဒိးန့ၢ်ဘၣ် HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢလီၤ. | | | | | |  |
| ဖဲယမ့ၢ်ဃုထၢ"မ့ၢ်"လၢထးန့ၣ်၀ံသးစူၤဆဲးလီၤမံၤမ့တမ့ၢ်ဒိလီၤနမံၤတက့ၢ်. | | | |  | | |
| မုၢ်နံၤလၢနဆဲးလီၤမံၤလၢလံာ်တကွီၢ်ဒိတခါအံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. | | | |  | | |
| တမ့ၢ်ဘၣ်, ယတဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢယဖိအံၤကဆဲး၀ဲဒၣ် HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ်ဘၣ်. | | | | | |  |
| တမ့ၢ်ဘၣ်,ယဖိဆဲးဘၣ် HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်လီၢ်အဂၤတတီၤလီၤ. | | | | | |  |
| ဖဲနဖိမ့ၢ်ဒိးန့ၢ်ဘၣ် HPV အကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်လီၢ်အဂၤတတီၤန့ၣ်,၀ံသးစူၤဟ့ၣ်ထီၣ်ဘၣ်မုၢ်နံၤလၢတၢ်ဆဲးကသံၣ်တဖျၢၣ်စုာ်စုာ်အဂီၢ်တက့ၢ်. | | | | | | |
| ကသံၣ် 1 တဖျၢၣ်- |  | ကသံၣ် 2 တဖျၢၣ်-  (ဖဲမ့ၢ်သ့မ့ၢ်ဘၣ်) |  | | ကသံၣ် 3 တဖျၢၣ်- (ဖဲမ့ၢ်သ့မ့ၢ်ဘၣ်) |  |

## Diphtheria-tetanus-pertussis (တၢ်ကူးဖးထီ)အကသံၣ်ဒီသဒၢ

၀ံသးစူၤမၤနီၣ်နတၢ်ဃုထၢအတၢ်ခီဆၢ,လၢလာ်ဃုာ်ဒီး ‘X’ တက့ၢ်.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| မ့ၢ်,ယဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢယဖိကဒိးန့ၢ်ဘၣ် diphtheria-tetanus-pertussis ကသံၣ်ဆဲးဆူၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ. | | |  |
| ဖဲယမ့ၢ်ဃုထၢ"မ့ၢ်"လၢထးန့ၣ်၀ံသးစူၤဆဲးလီၤမံၤမ့တမ့ၢ်ဒိလီၤနမံၤတက့ၢ်. |  | | |
| မုၢ်နံၤလၢနဆဲးလီၤမံၤလၢလံာ်တကွီၢ်ဒိတခါအံၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. |  | | |
| တမ့ၢ်ဘၣ်, ယတဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢယဖိအံၤကဆဲး၀ဲဒၣ် diphtheria-tetanus-pertussis အကသံၣ်ဒီသဒၢန့ၣ် ဘၣ်. | | |  |
| တမ့ၢ်ဘၣ်,ယဖိဆဲးဘၣ် diphtheria-tetanus-pertussis အကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်လီၢ်အဂၤတတီၤလီၤ. | | |  |
| ဖဲနဖိမ့ၢ်ဒိးန့ၢ်ဘၣ် diphtheria-tetanus-pertussis အကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်လီၢ်အဂၤတတီၤန့ၣ်, ၀ံသးစူၤဟ့ၣ်ထီၣ်ဘၣ်မုၢ်နံၤလၢအဆဲးကသံၣ်န့ၣ်တက့ၢ်. | |  | |

|  |
| --- |
| ဖဲနဖိမ့ၢ်ဆဲးဒီသဒၢနသးန့ၣ်,၀ံသးစူၤမၤနီၣ်ဃာ်ကသံၣ်ကသီအတၢ်အိၣ်သးလၢအအိၣ်ထီၣ်တံၢ်လၢညါတမံၤလၢ်လၢ်,တၢ်တဖိးဒီးတၢ်သွံၣ် လၢအဒိၣ်အမုၢ်မ့တမ့ၢ်ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအနးလၢအပူၤကွံာ်လၢကဆဲးဒီသဒၢအသးဖဲအံၤ- |

# တၢ်သဒံၣ်သဒၢအတၢ်ပာ်ဖျါ

7 တီၤ တီၤထီကၠိကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (Secondary School Immunisation Program) န့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်စ့ခီဖျိအီး စတြ့လယါဒီးဘံးထိရံယါပဒိၣ်ဒီးဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤခီဖျိလီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢကမျၢၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီး တၢ်အိၣ်မုာ်ဆိးပၢၤအတၢ်သိၣ်တၢ်သီ ၂၀၀၈ (Public Health and Wellbeing Act 2008) န့ၣ်, လီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢတဖၣ်န့ၣ် အိၣ်ဒီးမူဒါလၢတၢ်ကရဲၣ်ကျဲၤဒီးဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ဆူဖိသၣ်လၢအမၤလိတၢ်လၢပၢပြးအကီၢ်ရ့ၣ်တဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.

လီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢတဖၣ်န့ၣ်ဟ့ၣ်လီၤအသးလၢတၢ်ကဒီသဒၢ၀ဲဒၣ်နီၢ်တဂၤအတၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ,တၢ်ပာ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်ခူသူၣ်ဒီးတၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢလၢအအိၣ်လိၤလိၤဒီးတၢ်သဒံၣ်သဒၢဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖှိၣ်တၢ်ဒီသဒၢအတၢ်သိၣ်တၢ်သီ ၂၀၁၄ (Privacy and Data Protection Act 2014) ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်မၤနီၣ်မၤဃါတဖၣ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သီ ၂၀၀၁ (Health Records Act 2001) န့ၣ်လီၤ. .

လီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢတဖၣ်ပာ်ဖျါထီၣ်ကသံၣ်ဒီသဒၢတဖၣ်လၢတၢ်ဟ့ၣ်လီၤခီဖျိကၠိအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်ဆူ Australian Immunisation Register (AIR) အအိၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လီၤတံၢ်လၢအနဲၣ်ဖျါထီၣ်နီၢ်တဂၤစုာ်စုာ်န့ၣ်တၢ်ကပာ်အီၤဒ်တၢ်ခူသူၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်လီၤတံၢ်တဖၣ်အံၤအတၢ်ပညိၣ်မ့ၢ်၀ဲဒၣ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်ပညိၣ်လီၤဃာ်လၢဘံးထိရံယါဖိသၣ်ခဲလၢာ်အဂီၢ်လီၤ. အမဲာ်ညါ, တၢ်ဂ့ၢ်လီၤတံၢ်တဖၣ်မၤကဲထီၣ်ပီးလီစုက၀ဲၤတဖၣ်လၢအဒိမ့ၢ်တၢ်ဒ်သိးတၢ်သ့ၣ်နီၣ်က့ၤဒီးတၢ်ဒုးသ့ၣ် နီၣ်က့ၤတၢ်အသနူတဖၣ်လၢတၢ်ကမၤဂ့ၤထီၣ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအယူာ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤအကါဒိၣ်၀ဲဒၣ်လၢတၢ်ကမၤဂ့ၤထီၣ် တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအယူာ်ခဲလၢာ်ခဲဆ့န့ၣ်လီၤ. နီၢ်တဂၤစုာ်စုာ်တဖၣ်ကအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢကသူ၀ဲဒၣ်အ၀ဲသ့ၣ်အတၢ်မၤနီၣ်မၤဃါလၢ ကသံၣ်ဒီသဒၢလၢတၢ်မၤနီၣ်ဃာ်အီၤလၢ AIR အပူၤခဲလၢာ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖှိၣ်လၢတၢ်ပာ်ဖှိၣ်ထီၣ်အီၤန့ၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကထုးဖျါအီၤဆူဘံးထိရံယါအပဒိၣ်အအိၣ်လၢအတၢ်ပညိၣ်မ့ၢ်တၢ်ကကွၢ်ဟုၣ်, ဟ့ၣ်စ့ဆီၣ်ထွဲဒီးမၤဂ့ၤထီၣ် 7 တီၤ တီၤထီကၠိတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါ အံၤတနဲၣ်ဖျါထီၣ်ပှၤနီတဂၤဘၣ်.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲဒီးနၤမ့တမ့ၢ်နဖိန့ၣ်ကဘၣ်တၢ်သူအီၤမ့တမ့ၢ်ထုးဖျါထီၣ်အီၤလၢအတၢ်ပညိၣ်တဖၣ်ဘၣ်ထွဲလိၤလိၤဒီးနဖိအတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢဒီးလၢကျိၤကျဲလၢနမုၢ်လၢ်ပာ်ဃာ်အသိးန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကပာ်ဃုာ်တၢ်ဆှၢဃီၤမ့တမ့ၢ်တၢ်နီၤ ဟ့ၣ်လိာ် သးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအဘၣ်ထွဲဘၣ်ဃးဆူန GP, ဆူနဖိအ GP, ဆူတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်မၤစၢၤလၢအကူစါတၢ်လၢအဂၤတခါမ့ တမ့ၢ်တၢ်ဆါဟံၣ်မ့တမ့ၢ်လီၢ်က၀ီၤအကီၣ်ကးကရၢအဂၤတခါန့ၣ်လီၤ. လီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကဟ့ၣ်နၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ် ကျိၤလၢအဘၣ်ထွဲဒီးတီၤထီကၠိတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤခီဖျိ SMS မ့တမ့ၢ်အံမ့(လ)န့ၣ်လီၤ. နမၤန့ၢ်နဖိအကသံၣ်ဒီသ ဒၢအတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤသ့ခီဖျိတၢ်ဆဲးကျိး၀ဲဒၣ်လီၢ်က၀ီၤကီၣ်ကးကရၢဖဲနဖိထီၣ်ကၠိအလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပှၤအါတက့ၢ်မၤပှဲၤဒီးဆှၢကဒါက့ၤလံာ်တကွီၢ်ဒိတဘ့ၣ်အံၤလီၤ. တၢ်ဘျုးဒိၣ်မးလၢနဆှၢကဒါက့ၤနလံာ်အဃိလီၤ.

ထဲဒၣ်၀ဲၤဒၢးကသူအီၤအဂီၢ်ဧိၤ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ကသံၣ်ဒီသဒၢ** | **တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအမုၢ်နံၤ** | **သရၣ်သရၣ်မုၣ်ကွၢ်ပှၤဆါအမံၤအခီၣ်ထံး** | **အလီၢ်- စုဒုၣ် အစ့ၣ်, အထွဲ** |
| HPV |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ကသံၣ်ဒီသဒၢ** | **တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအမုၢ်နံၤ** | **သရၣ်သရၣ်မုၣ်ကွၢ်ပှၤဆါအမံၤအခီၣ်ထံး** | **အလီၢ်- စုဒုၣ် အစ့ၣ်, အထွဲ** |
| Diphtheria-tetanus-pertussis |  |  |  |

|  |
| --- |
| လၢတၢ်ကဒိးန့ၢ်ဘၣ်လံာ်တီလံာ်မီတဘ့ၣ်အံၤလၢက့ၢ်ဂီၤအဂၤတခါအဂီၢ်,အံမ့(လ)ဘၣ် [Immunisation P](mailto:immunisation@health.vic.gov.au)rogram <[immunisation@health.vic.gov.au](mailto:immunisation@health.vic.gov.au)>. လံာ်ထုးထီၣ်ရၤလီၤတဘ့ၣ်အံၤမ့ၢ်ခွဲးယာ်ကွဲးဒိတၢ်,မ့တမ့ၢ်ဘၣ်လၢ တၢ်အိၣ်လိၤလိၤဒီးတၢ်မၤ အကျိၤအကွာ်လၢအအိၣ်လၢ *Copyright Act 1968*အဖီလာ်ဘၣ်ဒီးတၢ်အကူာအက့နီတခါတၢ်တဘၣ်ထုးထီၣ်ကဒါက့ၤအီၤလၢအကျိၤ အကွာ်နီတဘိဘၣ်န့ၣ်လီၤ.  ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမီၤဒီးစဲးကျံးထုးထီၣ်အီၤလၢ ၀ံးထိရံယါပဒိၣ်, 1 Treasury Place, မဲ(လ)ဘၢၣ်န့ၣ်လီၤ.  © State of Victoria, Australia, Department of Health, ယူၤ 2024.  အိၣ်၀ဲဒၣ်ဖဲ [Secondary school immunisation program (တီၤထီကၠိတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒၢအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ) - ဂံၢ်ထံးတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်လၢတီၤထီကၠိတဖၣ်ဒီးကီၣ်ကးကရၢတဖၣ်](https://www.health.vic.gov.au/immunisation/vaccination-for-adolescents/secondary-school-immunisation-program) <<https://www.health.vic.gov.au/immunisation/vaccination-for-adolescents/secondary-school-immunisation-program>> |