ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 - សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់ សម្រាប់មនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ

ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំខ្សោយ មានសេចក្តីណែនាំផ្សេងៗគ្នា សម្រាប់ការចាក់ថ្នាំបង្ការ?

មនុស្សដែលមាន ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយកម្រិតមធ្យមឬធ្ងន់ធ្ងរ (ឧទាហរណ៍ ជំងឺមហារីកផ្សេងៗដែលទាក់ទងនឹងឈាម ឬការព្យាបាលជាក់លាក់មួយចំនួនចំពោះជំងឺមហារីក ការប្តូរសរីរាង្គ [គ្រឿងក្នុង] ហើយនិងស្ថានភាពបំផ្លាញកោសិកាសរីរាង្គដោយប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ [autoimmune]) គឺងាយនឹងទទួលការរងគ្រោះថ្នាក់ជាពិសេសដោយសារជំងឺ COVID-19។ ពួកគេទំនងជាអាចឆ្លងជំងឺ COVID-19 ជាងមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំធម្មតា។ ហើយប្រសិនបើពួកគេឆ្លងមេរោគ ពួកគេទំនងជាធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ និងទំនងជាងមុនក្នុងការចម្លងមេរោគបន្តទៅដល់មនុស្សដទៃទៀត ផងដែរ។

លើសពីនេះទៅទៀត មនុស្សមួយចំនួនដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំខ្សោយ មិនអាចបង្កើតប្រព័ន្ធការពារបានគ្រប់គ្រាន់ពីការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 លំដាប់ដំបូងធម្មតានោះទេ។

ដោយសារហេតុផលទាំងនេះ មនុស្សទាំងឡាយដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំខ្សោយកម្រិតមធ្យម ឬកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ មានសេចក្តីណែនាំផ្សេងៗគ្នា សម្រាប់ការចាក់ថ្នាំបង្ការ ដើម្បីជួយបង្កើនប្រព័ន្ធការពាររបស់ពួកគេ។ បន្ថែមពីលើនេះទៅទៀត មានការណែនាំឱ្យមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយជាច្រើននាក់ ទទួលថ្នាំពេទ្យមួយប្រភេទដែលមានឈ្មោះថា Evusheld សម្រាប់ជួយទប់ស្កាត់ការឆ្លងជំងឺ COVID-19 ផងដែរ (សូមមើលផ្នែកខាងក្រោម)។

តើខ្ញុំគួរតែទទួលចាក់ចំនួនប៉ុន្មានដូស?

ចំនួនដូសដែលអ្នកគួរតែចាក់មានភាពខុសគ្នា អាស្រ័យទៅតាមអាយុ និងប្រភេទលំដាប់ដំបូងនៃថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 របស់អ្នក។

លំដាប់ដំបូង

- **ប្រសិនបើលំដាប់ដំបូងរបស់អ្នក គឺជាថ្នាំបង្ការប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna** នោះ អ្នកគួរតែទទួលចាក់ចំនួន 3 ដូស
- **ប្រសិនបើលំដាប់ដំបូងរបស់អ្នក ចាប់ផ្តើមដោយថ្នាំបង្ការប្រភេទ J&J** នោះ អ្នកគួរតែទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ J&J ចំនួន 1 ដូស បូកនឹងថ្នាំបង្ការប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna ចំនួនមួយដូស (ប្រភេទណាមួយក៏បាន)
- **ប្រសិនបើលំដាប់ដំបូងរបស់អ្នក គឺជាថ្នាំបង្ការប្រភេទ Novavax** នោះ អ្នកគួរតែទទួលចាក់ចំនួន 2 ដូស

ដូសជំរុញ

- **មនុស្សទាំងឡាយដែលមានអាយុចាប់ពី 5 ឆ្នាំឡើងទៅ -** អ្នកគួរតែទទួលចាក់ដូសជំរុញបែប ប្រឆាំងនឹងមេរោគពីរប្រភេទ នារដូវស្លឹកឈើជ្រុះ (ដែលបានធ្វើឱ្យថ្មីឡើងវិញ)* (fall [updated] bivalent booster) ចំនួនមួយដូស ក្នុងរយៈពេលយ៉ាងហោចណាស់ 2 ខែក្រោយពីការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ដូសចុងក្រោយបង្អស់របស់អ្នក (មិនថានោះជាដូសលំដាប់ដំបូង ឬក៏ដូសជំរុញចុងក្រោយបង្អស់នោះទេ)។ ការចាក់បែបនេះគឺមិនគិតអំពី ថាតើអ្នកបានទទួលចាក់ដូសជំរុញប៉ុន្មានដូសហើយ ឬបានទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទណា (មួយ ឬច្រើន) ពីពេលកន្លងមកនោះទេ។
    - មនុស្សទាំងឡាយដែលមានអាយុចាប់ពី 6 ឆ្នាំឡើងទៅ អាចទទួលចាក់ដូសជំរុញនារដូវស្លឹកឈើជ្រុះប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna ក៏បាន។
    - កុមារទាំងឡាយដែលមានអាយុ 5 ឆ្នាំ អាចទទួលចាក់បានតែដូសជំរុញនារដូវស្លឹកឈើជ្រុះប្រភេទ Pfizer ប៉ុណ្ណោះ។

  *ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុចាប់ពី 18 ឡើងទៅ អ្នកអាចជ្រើសរើសទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ Novavax (បែប ប្រឆាំងនឹងមេរោគតែមួយប្រភេទ/ម៉ូណូវ៉ាលិន) (monovalent) ជាដូសជំរុញ ជាជាងដូសជំរុញបែបប្រឆាំងនឹងមេរោគពីរប្រភេទ/បាយវ៉ាលិន (bivalent) ដែលជាប្រភេទ mRNA (របស់ Pfizer ឬរបស់ Moderna) បាន ប្រសិនបើអ្នកស្របតាមលក្ខខ័ណ្ឌ**ទាំងអស់**នេះ៖ អ្នកមិនអាច ឬមិនចង់ទទួលចាក់ដូសជំរុញប្រភេទ mRNA **ហើយ** អ្នកបានបញ្ចប់ការចាក់ថ្នាំបង្ការលំដាប់ដំបូងរបស់អ្នករួច **ហើយនិង** អ្នកមិនដែលបានទទួលចាក់ដូសជំរុញណាមួយ នាពេលកន្លងមកនោះទេ។

- **កុមារទាំងឡាយដែលមានអាយុចាប់ពី 6 ខែ ទៅ 4 ឆ្នាំ - មិនមានដូសជំរុញណាមួយបានទទួលការអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់សម្រាប់ក្រុមអាយុនេះទេ។**

សូមចូលទៅកាន់ទំព័រ *ស្វែងយល់អំពីពេលដែលអាចទទួលចាក់ដូសជំរុញបាន (Find Out When to Get a Booster)* ដែលអាចផ្លាស់ប្តូរព័ត៌មានគ្នាបាន នៅលើគេហទំព័រ ធ្វើឱ្យថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ទាំងឡាយ នៅតែគ្រប់លក្ខណៈ និងទាន់ពេលវេលា រួមទាំងដូសជំរុញ របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC) ដើម្បីពិនិត្យមើល ថាតើអ្នក (ឬកូនរបស់អ្នក) ដល់ពេលកំណត់អាចទទួលចាក់ដូសជំរុញបាននៅពេលណា។

សូមសាកសួរគ្រូពេទ្យរបស់អ្នកអំពីពេលវេលាដ៏ល្អបំផុត សម្រាប់ការទទួលចាក់ដូសថ្នាំបង្ការរបស់អ្នក ដោយផ្អែកទៅលើផែនការព្យាបាលរបស់អ្នកនាពេលបច្ចុប្បន្ន។ ការធ្វើបែបនេះមានសារៈសំខាន់ជាពិសេស ប្រសិនបើអ្នកនឹងចាប់ផ្តើមការព្យាបាលទាក់ទងនឹងការបង្ក្រាបភាពស៊ាំ (immunosuppressive treatment) ឬចាប់ផ្តើមការព្យាបាលនេះឡើងវិញ។

សូមមើល កាលវិភាគនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 របស់នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ (DPH) នៅលើគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidvaccineschedules សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីដូសថ្នាំបង្ការលំដាប់ដំបូង និងដូសជំរុញ ដែលមានការណែនាំចំពោះមនុស្សទាំងឡាយដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ។

តើខ្ញុំគួរតែចាត់វិធានការណ៍អ្វីផ្សេងទៀត ដើម្បីការពារខ្លួនខ្ញុំផ្ទាល់?

បន្ថែមពីលើការទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 នោះ ការចាត់វិធានការណ៍ផ្សេងៗទៀតដើម្បីការពារខ្លួនអ្នកពីជំងឺ COVID-19 មានសារៈសំខាន់ ដូចជា៖

- **ពិគ្រោះជាមួយនឹងគ្រូពេទ្យរបស់អ្នកអំពីថ្នាំពេទ្យសម្រាប់ទប់ស្កាត់ជំងឺ COVID-19។** ឥឡូវនេះ ថ្នាំពេទ្យដែលមានឈ្មោះថា Evusheld មានផ្តល់ជូនដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងជំងឺ COVID-19 ចំពោះមនុស្សទាំងឡាយណាដែលមិនអាចបង្កើតប្រព័ន្ធការពារបានគ្រប់គ្រាន់ ក្រោយពីការទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការតែមួយមុខនោះ។ មានការផ្តល់ជូនថ្នាំនេះជាការចាក់ចំនួន 2 ម្ជុលផ្សេងគ្នាទៅលើគូទ នៅពេលទៅជួបគ្រូពេទ្យតែមួយលើក។ ថ្នាំចាក់នេះមានការផ្តល់ជូនរៀងរាល់ 6 ខែម្តង ដល់មនុស្សដែលមានអាយុចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើងទៅ ហើយដែលមានទម្ងន់យ៉ាងហោចណាស់ 88 ផោន (ប្រហែលជា 40kg)។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមមើលគេហទំព័រ តារាងព័ត៌មានការពិតរបស់ថ្នាំពេទ្យម៉ាក Evusheld របស់រដ្ឋបាលចំណីអាហារនិងឱសថ (FDA) សម្រាប់អ្នកជំងឺ ឬឪពុកម្តាយ។
- **ពាក់ម៉ាស់ដែលមានកម្រិតការពារល្អ** ដូចជាឧបករណ៍ជំនួយការដកដង្ហើមដែលបិទជិតល្អ (ឧ. ប្រភេទ N95 ប្រភេទ KN95 ឬប្រភេទ KF94) ឬក៏ ម៉ាស់ពីរជាន់ ដើម្បីទទួលបានកម្រិតការពារខ្ពស់ជាងមុន។ សូមជៀសវាងទីកន្លែងនៅខាងក្នុងអគារដែលមានមនុស្សច្រើនកុះករ ឬទីកន្លែងដែលមិនមានខ្យល់បក់ចេញចូលល្អ នៅពេលដែលអាចធ្វើទៅបាន។ សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិត សូមមើលគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/reducerisk និងគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/masks។
- **សូមជំរុញមនុស្សទាំងឡាយដែលអ្នកចំណាយពេលនៅជាមួយ ឱ្យជួយការពារអ្នក។** ពួកគេគួរតែធ្វើឱ្យថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 របស់ពួកគេនៅតែ គ្រប់លក្ខណៈនិងទាន់ពេលវេលា ដោយរួមមានការទទួលចាក់ដូសជំរុញនារដូវស្លឹកឈើជ្រុះ (fall booster) (ប្រសិនបើមានអាយុចាប់ពី 5 ឆ្នាំឡើងទៅ) ហើយនិងចាត់វិធានការណ៍ផ្សេងៗទៀតដើម្បី កាត់បន្ថយហានិភ័យរបស់ពួកគេ ក្នុងការឆ្លងមេរោគ និងចម្លងជំងឺ COVID-19 បន្តមកអ្នក។

តើខ្ញុំអាចទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែមនៅទីណា?

- ដើម្បីបោះពុម្ព ឬមើលសំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់នេះ ឬសំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់ផ្សេងទៀតទាក់ទងនឹងប្រធានបទថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 សូមស្កេនកូដ QR នេះ ឬចូលទៅកាន់គេហទំព័រ សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់ទាក់ទងនឹងថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19។
- គេហទំព័រ VaccinateLACounty.com – រួមទាំងគេហទំព័រ កាលវិភាគនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ដែលមានរូបភាពក្រាហ្វិកដើម្បីបង្ហាញនូវពេលណាដែលដូសនីមួយៗដល់ពេលកំណត់អាចទទួលបាន និងព័ត៌មានស្តីពី វិធីទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការ។
- សូមមើលគេហទំព័រ ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 សម្រាប់មនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយកម្រិតមធ្យម ឬធ្ងន់ធ្ងរ ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែម។
- សូមពិគ្រោះជាមួយនឹងគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរផ្សេងៗ។