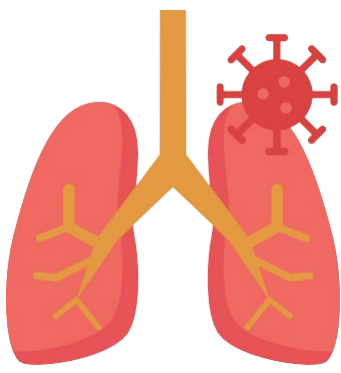


# RSV အတွက် လမ်းညွှန်

ဇန်နဝါရီ 2024



## ရောဂါလက္ခဏာ

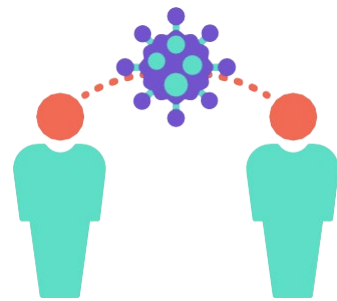
အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ စင်ဆီရှယ်ဗိုင်းရပ်စ် (RSV) ကူးစက်ခံရသောလူများသည် များသောအားဖြင့် ကူးစက်ခံရပြီးနောက် 4 ရက် မှ 6 ရက်အတွင်း ရောဂါလက္ခဏာများ ပြသည်-

- နှာရည်ယိုခြင်း
- အစာစားချင်စိတ် လျော့ကျခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- နှာချေခြင်း
- ဖျားခြင်း
- ချွဲထခြင်း

ဤလက္ခဏာများသည် များသောအားဖြင့် တစ်ပြိုင်တည်းမဟုတ်ဘဲ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ပေါ်လာတတ်သည်။ **RSV** ကူးစက်ခံရသည့် အလွန်ငယ်ရွယ်သော မွေးကင်းစကလေးများတွင် ဖြစ်နိုင်သော ရောဂါလက္ခဏာများမှာ မအီမသာဖြစ်၍ ရှိကျခြင်း ၊ လှုပ်ရှားမှုလျော့နည်းခြင်း နှင့် အသက်ရှူရခက်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

## ကူးစက်ခြင်း

RSV ကူးစက်နိုင်သည့် အချိန်များမှာ-



- ကူးစက်ခံရသူတစ်ဦး ချောင်းဆိုးခြင်း သို့မဟုတ် နှာချေသည့်အခါ
- ချောင်းဆိုးခြင်း သို့မဟုတ်နှာချေခြင်းမှ ဗိုင်းရပ်စ်အမှုန်အမွှားများ သင်၏မျက်စိ၊ နှာခေါင်း သို့မဟုတ် ပါးစပ်ထဲသို့ ဝင်သည့်အခါ
- RSV ကူးစက်ခံထားရသော ကလေးတစ်ဦး၏ မျက်နှာကို နမ်းခြင်းကဲ့သို့သော ဗိုင်းရပ်စ်နှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့သည့်အခါ
- ဗိုင်းရပ်စ်ရှိသော မျက်နှာပြင်တစ်ခုကိုထိပြီးနောက် လက်မဆေးဘဲ မျက်နှာကိုထိသည့်အခါ

RSV သည် စားပွဲများနှင့် တံခါးလက်ကိုင်များကဲ့သို့ မာကျောသော မျက်နှာပြင် များပေါ်တွင် နာရီပေါင်းများစွာ ရှင်သန်နိုင်သည်။ ၎င်းသည် ပုံမှန်အားဖြင့် တစ်ရှူးများနှင့် လက်များကဲ့သို့ပျော့ပျောင်းသော မျက်နှာပြင်များပေါ်တွင် အချိန်တိုတိုသာ အသက်ရှင်သည်။

## ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း



ဤအုပ်စု များအတွက်သာ RSV ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အကြံပြုသည်-



- RSV ကာကွယ်ဆေးနှစ်မျိုး (GSK ကထုတ်သည့် Arexvy နှင့် Pfizer ကထုတ်သည့် Abrysvo) သည် FDA ခွင့်ပြုချက်ရထားပြီးအသက် 60 အထက် လူကြီးများအတွက် CDC က အကြံပြုထားသည်။
- RSV ကာကွယ်ဆေးတစ်မျိုး (Pfizer ကထုတ်သည့် Abrysvo) သည် ခွင့်ပြုချက်ရထားပြီးမွေးကင်းစကလေးများကို ကာကွယ်ရန် ကိုယ်ဝန်ဆောင် 32 ပတ် မှ 36 ပတ်အတွင်း ထိုးရန် အကြံပြုထားသည်။
- RSV ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ပဋိပစ္စည်းသည် ခွင့်ပြုချက်ရထားပြီး မွေးကင်းစကလေးများနှင့် ကလေးငယ်အချို့အတွက် အကြံပြုထားသည်။

ပြင်းထန်သော RSV နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြေ နည်းသော အခြားသူများအတွက်ဆိုလျှင် နေ့စဉ်ကြိုတင်ကာကွယ်မှု လုပ်ဆောင်ချက်များသည် RSV ကူးစက်နိုင်ခြေကို လျော့ ချနိုင်သည်။

- နေမကောင်းသည့်အခါ အိမ်တွင်နေပါ
- လက်ကိုမကြာခဏ ဆေးကြောသန့်စင်ပါ
- ချောင်းဆိုး နှာချေသည့်အခါ လက်ဖြင့်မဟုတ်ဘဲ တစ်ရှူး သို့မဟုတ် အင်္ကျီလက်ဖြင့်အုပ်ပါ
- မဆေးရသေးသောလက်ဖြင့် သင့်မျက်နှာကို မထိပါနှင့်
- မကြာခဏထိတွေ့သော မျက်နှာပြင် များကို သန့်ရှင်းပါ

မိုငြမ်း: [www.cdc.gov/rsv](http://www.cdc.gov/rsv)

အာရှ ၊ ဒေသခံ ဟာဝိုင်ယီနှင့် ပစိဖိတ်ကျွန်းသား ဘာသာစကားများဖြင့် မိုငြမ်းစရာများ-