

# ការពារខ្លួនអ្នកពីជំងឺផ្លូវដង្ហើម



## ចាក់វ៉ាក់សាំង

រនាំងការពារជំងឺ  
បំផុតរបស់អ្នកពីជំងឺ  
ផ្លូវដង្ហើម



## លាងសម្អាតដៃ

លាងសម្អាតដៃរបស់  
អ្នកឱ្យបានញឹកញាប់  
ដោយប្រើសាប៊ូ និងទឹក



## នៅដាច់ដោយឡែក បើអ្នកឈឺ

តាមដានរោគសញ្ញានិង  
ត្រៀមខ្លួនក្នុងការនៅដាច់  
ដោយឡែកពីអ្នកផ្សេង  
ទៀត បើអ្នកឈឺ



## ពិចារណាពាក់ ម៉ាស់

នៅកន្លែងមាន  
មនុស្សច្រើនក្នុង  
អគារ

## ផ្លាសាយធំ COVID-19 និង RSV

- ផ្លាសាយធំ COVID-19 និង RSV (រលាកផ្លូវដង្ហើម) (វីរុសបង្ករោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើម) គឺជាវីរុសបង្កជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមទូទៅដែលបម្លាស់ទីនៅអំឡុងពេលនេះនៃឆ្នាំនីមួយៗ។ ឆ្នាំមុន យើងឃើញមានអត្រាខ្ពស់នៃជំងឺផ្លូវដង្ហើម និងការសម្រាកព្យាបាលក្នុងមន្ទីរពេទ្យដោយសារជំងឺផ្លាសាយធំ COVID-19 និងរលាកផ្លូវដង្ហើម។ សំណាងល្អ យើងមានវ៉ាក់សាំងដែលអាចជួយការពារយើងពីជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ ការសម្រាកព្យាបាលក្នុងមន្ទីរពេទ្យ និងការស្លាប់ដោយសារជំងឺផ្លូវដង្ហើមទាំងនេះ។
- ការចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺផ្លាសាយធំប្រចាំឆ្នាំ និងចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 ឱ្យទាន់សភាពការណ៍អាចផ្តល់ឱ្យអ្នក និងមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកនូវការការពារល្អបំផុតពីជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ និងការស្លាប់។ វ៉ាក់សាំងជំងឺផ្លាសាយធំ និងជំងឺ COVID-19 ថ្មីឆ្នាំ 2023-24 មានផ្តល់ជូនទាំងពីរ និងត្រូវបានណែនាំសម្រាប់អ្នកគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 6 ខែ។ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុ 60 ឆ្នាំឡើង ឬបច្ចុប្បន្នមានផ្ទៃពោះ អ្នកអាចមានលក្ខខណ្ឌគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើម។ វ៉ាក់សាំងជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមដែលចាក់ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះត្រូវបានរកឃើញថាអាចការពារទារកពីជំងឺធ្ងន់ធ្ងរពីជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើម។ ផលិតផលអង់ទីករជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមត្រូវបានណែនាំឱ្យប្រើសម្រាប់កុមារគ្រប់រូប មុនអាយុ 8 ខែ ប្រសិនបើឪពុកម្តាយមិនបានចាក់វ៉ាក់សាំងក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះទេ។ សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក ដើម្បីដឹងថាតើអ្នកគួរតែចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើម ឬថាតើទារករបស់អ្នកគួរតែប្រើផលិតផលជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមឬអត់។
- អ្នកអាចចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺផ្លាសាយធំ និងវ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 របស់អ្នកនៅថ្ងៃតែមួយបាន ដើម្បីឱ្យមានភាពងាយស្រួល។ ទោះយ៉ាងណា អ្វីដែលសំខាន់គឺត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំងទាំងពីរឱ្យបានឆាប់តាមដែលអ្នកអាចធ្វើបាន។ សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំរបស់អ្នកអំពីការចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមរួមជាមួយវ៉ាក់សាំងផ្សេងទៀត ប្រសិនបើអ្នកមានលក្ខខណ្ឌគ្រប់គ្រាន់។



DOH 820-245 December 2023 Khmer ពេទ្យពេទ្យពេទ្យពេទ្យពេទ្យពេទ្យ ជាទូទៅមង្គល់ រៀនទៀត សូមហៅទូរស័ព្ទសួររកលេខ 1-800-525-0127។ អតិ ជនដែលពិការភាពភ្នែកឬស្តាប់មិនសូវឮ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 711 (Washington Relay) ឬអ៊ីម៉ែលទៅ [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov)។