COVI D-19 ကာကွယ်ဆေးများနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း

သင်နှင့် သင့်ကလေးအား လုံခြုံအောင်ထားပါ။

သင်နှင့် သင့်ကလေး၏ ကျန်းမာရေးကို သင်ဂရုစိုက်သလို သင်သည် အရေးကြီးသော ဆုံးဖြတ်ချက်များစွာကို ချလိမ့်မည်။ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင်တို့နှစ်ဦးလုံးကို ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးမှ ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သည်။

CDC နှင့် အမေရိကန် သားဖွားနှင့် မီးယပ် အထူးကုဆရာဝန် ကောလိပ် (ACOG) တို့က အကယ်၍ သင်သည် အောက်ပါအခြေအနေတွင်ရှိပါက အကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အကြံပြုထားသည်-

- ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း
- အနာဂတ်တွင် ကိုယ်ဝန်ရှိလာနိုင်သည် သို့မဟုတ်
- လောလောဆယ် နို့တိုက်နေရခြင်း။

ကျွမ ကိုယ်ဝန်ရှိလျှင် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ထိုးသင့်ပါသလား။

ဟုတ်ကဲ့။ ၎င်းသည် ဘေးကင်းပြီး ထိရောက်မှုရှိသည်။ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးသည် သင့်အား ပြင်းထန်သောဖျားနာမှုမှ ကာကွယ်ပေးပြီး ကျန်းမာစေသောကြောင့် သင့်ကလေးအား ကျန်းမာစေနိုင်သည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း COVID ကူးစက်ခံရသူများသည် လမစေ့ဘဲ ကလေးမွေးဖွားနိုင်ခြေ အန္တရာယ်ပိုများသည်။

ကိုယ်ဝန်မဆောင်မီ သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်အစောပိုင်း ကာလတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင်နှင့် သင့်ကလေးအတွက် COVID-19 ၏ နောက်ဆက်တွဲရောဂါများ ဖြစ်နိုင်မှုကို လျှော့ချရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သည်ဟု American Society for Reproductive Medicine မှ ပြောကြားခဲ့သည်။

ကိုယ်ဝန်ရှိစဉ် COVID-19 ထိုးနှံခြင်းက ကျွမ သို့မဟုတ် ကျွမ၏ကလေးအတွက် ပြဿနာဖြစ်စေနိုင်ပါသလား။

ဟုတ်ပါသည်၊ မကြာသေးမီက နိုင်ငံစုံ လေ့လာမှုတစ်ခုက အောက်ပါ COVID ရောဂါဖြစ်နေသော ကိုယ်ဝန်ဆောင်များသည် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေပိုများသည်ဟု ဖေါ်ပြသည်-

- မိခင် သေဆုံးမှု
- ကိုယ်ဝန်အဆိပ်တက်ခြင်း၊ နှင့်
- လမစေ့ဘဲမွေးခြင်း။

ကျွမသည် ကိုယ်ဝန်ရှိသောကြောင့် ပြင်းထန်သော COVID ဖြစ်နိုင်ခြေ အန္တရာယ်ပိုများနေပါသလား။

ဟုတ်ကဲ့။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီးများသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မဟုတ်သော အမျိုးသမီးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက ပြင်းထန်သော COVID ဖြစ်နိုင်ခြေအန္တရာယ် သိသိသာသာ မြင့်မားသည်ဟု CDC မှ ပြောကြားခဲ့သည်။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်မှာ သင့်ခန္ဓာကိုယ်ဟာ နည်းအမျိုးစုံနဲ့ ပြောင်းလဲလာပါသည်။ ဤပြောင်းလဲမှုများကြောင့် အောက်ပါတို့အပါအဝင် ပြင်းထန်သော COVID ရရှိနိုင်ခြေအန္တရာယ် တိုးလာသည်-

- နှလုံးခုန်နှုန်း တိုးစေခြင်း
- အောက်ဆီဂျင် သုံးစွဲမှု တိုးလာခြင်း၊ နှင့်
- အဆုတ်၏ လုပ်ဆောင်မှုစွမ်းရည် ကျဆင်းခြင်း။

ကျွမ ကိုယ်ဝန်ယူဖို့ ကြိုးစားလျှင် သို့မဟုတ် အနာဂတ်မှာ ကိုယ်ဝန်ရချင်လျှင် COVID ကာကွယ်ဆေးက ဘေးကင်းပါသလား။

ဟုတ်ကဲ့၊ ကာကွယ်ဆေးသည် ဘေးကင်းပါသည်။ COVID-19 ကာကွယ်ဆေး သုံးမျိုး အပါအဝင် မည်သည့် ကာကွယ်ဆေးမှ အမျိုးသမီးများ သို့မဟုတ် အမျိုးသားများတွင် မျိုးပွားမှုဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဖြစ်စေကြောင်း အထောက်အထား မရှိပါ။ v-safe safety monitoring system v-safe ဘေးကင်းရေး စောင့်ကြည့်ရေးစနစ်မှ မကြာသေးမီက အစီရင်ခံစာတစ်ခုတွင် Pfizer သို့မဟုတ် Moderna ကာကွယ်ဆေး ပထမအကြိမ်ထိုးနှံပြီးနောက် လူပေါင်း 4,800 သည် အပြုသဘောဆောင်သော ကိုယ်ဝန်စမ်းသပ်မှုကို ပြသခဲ့သည်။ ကိုယ်ဝန်မဆောင်မီ သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်ဆောင် အစောပိုင်းကာလအတွင်း Pfizer သို့မဟုတ် Moderna ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးနှံထားသော ကိုယ်ဝန်ဆောင်များအား လေ့လာမှုနှစ်ခုက ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျနိုင်ခြေ အန္တရာယ် ပိုများသည်ကို တွေ့ရှိခဲ့ခြင်း မရှိပေ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် မျိုးအောင်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ တခြား ဘာအချက်အလက်တွေ ရှိသလဲ။

မကြာသေးမီက ပြုလုပ်ခဲ့သော လေ့လာမှုတစ်ခုအရ ဖန်ပြွန်သန္ဓေတည်ခြင်း ပြုလုပ်နေသော အောက်ပါ အမျိုးသမီးအုပ်စုသုံးစုရှိ ကိုယ်ဝန်အောင်မြင်မှုနှုန်းကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ-

- COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသော အမျိုးသမီးများ
- COVID-19 ဖြစ်စေသော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်ခံထားရသည့် ပဋိပစ္စည်းများပါသော အမျိုးသမီးများ
- မကြာသေးမီက COVID-19 ဖြစ်စေသော သို့မဟုတ် COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ထိုးထားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည့် ဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ခံရခြင်းမှလည်းကောင်း ပဋိပစ္စည်းများမပါသော အမျိုးသမီးများ

လေ့လာမှုတွင် ကိုယ်ဝန် အောင်မြင်နှုန်း ကွာခြားမှုမရှိကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့သည်။

ကျွမ နို့တိုက်နေပါက၊ COVID ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံသင့်သလား။

ဟုတ်ကဲ့၊ CDC သည် မိခင်နို့တိုက်နေသူများအတွက် COVID ကာကွယ်ဆေးကို အကြံပြုထားပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသော မိခင်နို့တိုက်ကျွေးသူများသည် သူတို့၏ နို့ရည်တွင် ပဋိပစ္စည်းပါဝင်ပြီး သူတို့၏ ကလေးငယ်များကို ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်ဟု အစီရင်ခံစာများတွင် ဖော်ပြထားသည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးသည် ကျွမ သို့မဟုတ် ကျွမ၏ကလေးအား COVID-19 ပေးနိုင်ပါသလား။

မပေးပါ၊ ကာကွယ်ဆေးတွင် မည်သည့်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးမှ မပါဝင်သောကြောင့် သင့် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးအား COVID-19 မပေးနိုင်ပါ။ ကာကွယ်ဆေးသည် သင့်ခန္ဓာကိုယ်ကို COVID-19 ကို မှတ်မိရန်နှင့် ခုခံအား တုံ့ပြန်မှုကို ဖန်တီးရန် သင်ပေးသည်။ ထိုးနှံခံရပြီး မကြာမီတွင် ကာကွယ်ဆေးကို သင့်ခန္ဓာကိုယ်မှ ဖယ်ရှားပြီး ခုခံအား တုံ့ပြန်မှုသာ ကျန်ရစ်သည်။ ကိုယ်ခံအား တုံ့ပြန်မှုသည် COVID ကြောင့် ဖျားနာပြီးနောက် ရရှိမည့် အရာနှင့် တူသော်လည်း သင့်ခန္ဓာကိုယ်ကို COVID ကြောင့် ဖြစ်စေနိုင်သော ပျက်စီးမှုများမှ သင် ရှောင်ကြဉ်ပါသည်။

ကျွမ ကလေး ဘေးကင်းဖို့ တခြားဘာလုပ်ရမလဲ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး သင့်ကလေးနှင့် ထိတွေ့သူများကိုလည်း ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် တိုက်တွန်းခြင်းဖြင့် COVID ဘေးကင်းသော "ပိုးအိမ်" ကို ဖန်တီးနိုင်သည်။