ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 - សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់
សម្រាប់មនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ

ហេតុអ្វីបានជាមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំខ្សោយ មានសេចក្តីណែនាំផ្សេងៗគ្នា សម្រាប់ការចាក់ថ្នាំបង្ការ?

មនុស្សដែលមាន ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយកម្រិតមធ្យមឬធ្ងន់ធ្ងរ (ឧទាហរណ៍ ជំងឺមហារីកផ្សេងៗដែលទាក់ទងនឹងឈាម ឬការព្យាបាលជាក់លាក់មួយចំនួនចំពោះជំងឺមហារីក ការប្តូរសរីរាង្គ [គ្រឿងក្នុង] ហើយនិងស្ថានភាពបំផ្លាញកោសិកាសរីរាង្គដោយប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ [autoimmune]) គឺងាយនឹងទទួលការរងគ្រោះថ្នាក់ជាពិសេសដោយ សារជំងឺ COVID-19។ ពួកគេទំនងជាអាចឆ្លងជំងឺ COVID-19 ជាងមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំធម្មតា។ ហើយប្រសិនបើពួកគេឆ្លងមេរោគ ពួកគេទំនងជាធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ និងទំនងជាងមុនក្នុងការចម្លងមេរោគបន្តទៅដល់មនុស្សដទៃទៀតផងដែរ។

មនុស្សមួយចំនួនដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំខ្សោយ មិនមានការឆ្លើយតបទៅនឹងថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 បានល្អដូចគ្នាទៅនឹងមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំធម្មតានោះទេ។ ពួកគេត្រូវការទទួលចាក់ដូសថ្នាំបង្ការបន្ថែមទៀត ដើម្បីទទួលបានប្រព័ន្ធការពារដែលល្អបំផុត។

តើខ្ញុំគួរតែទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការចំនួនប៉ុន្មានដូស?

ចំនួនដូសដែលអ្នកគួរតែចាក់មានភាពខុសគ្នា អាស្រ័យទៅតាមអាយុ និងប្រភេទលំដាប់ដំបូងនៃថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 របស់អ្នក។

លំដាប់ដំបូង

- **លំដាប់ដំបូងថ្នាំបង្ការប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna គឺ** មានចំនួន 3 ដូស
- **លំដាប់ដំបូងថ្នាំបង្ការប្រភេទ Novavax គឺ** មានចំនួន 2 ដូស
- **លំដាប់ដំបូងថ្នាំបង្ការប្រភេទ J&J គឺ** មានថ្នាំបង្ការប្រភេទ J&J ចំនួន 1 ដូស បូកនឹងថ្នាំបង្ការប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna ណាមួយក៏បាន ចំនួនមួយដូស

ដូសជំរុញ

មានការណែនាំឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបដែលមានអាយុចាប់ពី 6 ខែឡើងទៅ ទទួលចាក់ដូសជំរុញដែលបានធ្វើឱ្យថ្មីឡើងវិញ (បែប ប្រឆាំងនឹងមេរោគពីរប្រភេទ/បាយវ៉ាលិន) (bivalent)* ចំនួនមួយដូស ដោយមិនគិតអំពីថាតើពួកគេបានទទួលចាក់ដូសជំរុញប៉ុន្មានដូសហើយពីពេលកន្លងមកនោះទេ។ ចំណុចលើកលែងមួយគឺថាកុមារទាំងឡាយដែលមានអាយុចាប់ពី 6 ខែ ទៅ 4 ឆ្នាំ ហើយដែលបានបញ្ចប់ការចាក់ថ្នាំបង្ការលំដាប់ដំបូងប្រភេទ Pfizer នោះ គឺមិនមានសិទ្ធិចាក់ដូសជំរុញណាមួយទេ នាពេលនេះ។ សូមមើលគេហទំព័រ ដូសជំរុញ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

*មនុស្សទាំងឡាយដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឡើងទៅ អ្នកអាចជ្រើសរើសទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ Novavax (បែប ប្រឆាំងនឹងមេរោគតែមួយប្រភេទ/ម៉ូណូវ៉ាលិន) (monovalent) ជាដូសជំរុញ ជាជាងដូសជំរុញបែបប្រឆាំងនឹងមេរោគពីរប្រភេទ/បាយវ៉ាលិន (bivalent) ដែលជាប្រភេទ mRNA (របស់ Pfizer ឬរបស់ Moderna) បាន ប្រសិន បើពួកគេមិនអាច ឬមិនចង់ទទួលចាក់ដូសជំរុញប្រភេទ mRNA ទេ ហើយពួកគេមិនដែលបានទទួលចាក់ដូសជំរុញសម្រាប់ជំងឺ COVID-19 ណាមួយ នាពេលកន្លងមកនោះទេ។

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

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

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

និងដូសជំរុញដែលមានការណែនាំចំពោះមនុស្សទាំងឡាយដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ។

តើខ្ញុំគួរតែចាត់វិធានការណ៍អ្វីផ្សេងទៀត ដើម្បីការពារខ្លួនខ្ញុំផ្ទាល់?

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

- **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 ដោយរួមមានការទទួលចាក់ដូសជំរុញដែលបានធ្វើឱ្យថ្មីឡើងវិញ (updated booster) ហើយនិងចាត់វិធានការណ៍ផ្សេងៗទៀតដើម្បី កាត់បន្ថយហានិភ័យរបស់ពួកគេ ក្នុងការឆ្លងមេរោគ

ប្រសិនបើអ្នកចាប់ផ្តើមមានអារម្មណ៍ថាមិនស្រួលខ្លួននោះ សូមប្រញាប់ប្រញាល់ក្នុងការធ្វើតេស្តជំងឺ COVID-19 និងទទួលការព្យាបាលជំងឺ COVID-19 ដែលមិនគិតថ្លៃ។ ប្រសិនបើអ្នកពិតជាមានជំងឺ COVID-19 មែននោះ មានថ្នាំពេទ្យផ្សេងៗដែលអ្នកអាចទទួលប្រើប្រាស់បានដើម្បីជួយកាត់បន្ថយហានិភ័យរបស់អ្នកនៃការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ។ សូមស្នើសុំគ្រូពេទ្យរបស់អ្នកឱ្យផ្តល់ការព្យាបាលភ្លាមៗ បើទោះបីជារោគសញ្ញានានារបស់អ្នកមានកម្រិតស្រាល និងបើ ថ្នាំពេទ្យទាំងឡាយដំណើរការបានល្អបំផុតនៅពេលដែលទទួលប្រើប្រាស់បានឆាប់ បន្ទាប់ពីចាប់ផ្តើមមានរោគសញ្ញានានា ដូច្នេះសូមកុំពន្យារពេល។ សូមមើលគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/covidmedicines សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម រួមទាំងវិធីទទួលបានថ្នាំពេទ្យសម្រាប់ជំងឺ COVID-

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។