វ៉ាក់សាំងអាចបង្ការជំងឺ

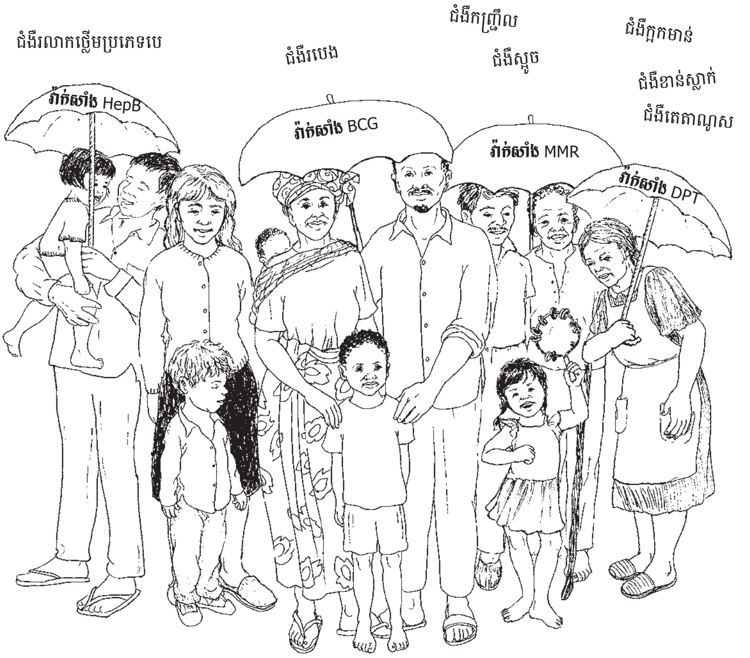
វ៉ាក់សាំងអាចបង្ការជំងឺជាច្រើនដែលអាចនឹងធ្វើឲ្យមនុស្សមានជំងឺ ឬថែមទាំងស្លាប់ទៀតផង។ វ៉ាក់សាំងពង្រឹងប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់រាងកាយដែលជាផ្នែកមួយក្នុងការប្រយុទ្ធបណ្តេញមេរោគនិងជំងឺផ្សេងៗ ដើម្បីឲ្យរាងកាយទទួលបានសុខភាពល្អឡើងវិញ។ ប្រសិនបើប្រព័ន្ធភាពស៊ាំមានលក្ខណៈរួចរាល់ និងរឹងមាំ នោះវាឆាប់ស្គាល់ពីការគំរាមកំហែងនានាដល់សុខភាព ហើយដឹងពីរបៀបប្រយុទ្ធជាមួយវាជាស្រេច។ វ៉ាក់សាំងមិនធ្វើឱ្យអ្នកមានជំងឺទេ។

តើវ៉ាក់សាំងធ្វើការដោយរបៀបណា? វ៉ាក់សាំងត្រូវបានផលិតឡើងដោយមេរោគស្រាលឬអសកម្ម ហើយវត្តមានរបស់វា បង្ហាញពីរបៀបបញ្ឈប់មេរោគស្រដៀងគ្នានាពេលអនាគត មុនពេលមេរោគធ្វើឲ្យមនុស្សមានជំងឺ។ វិធីដែលរាងកាយបង្កើតប្រព័ន្ធការពារនេះ គឺតាមរយៈការបង្កើតអង្គបដិបក្ខជាក់លាក់ដើម្បីប្រយុទ្ធនឹងជំងឺប្រកបដោយជោគជ័យ។ អង្គបដិបក្ខទាំងនេះ ការពារអ្នកនិងអ្នកដទៃដែលរស់នៅជុំវិញអ្នក ពីមេរោគដែលបង្កជំងឺ។

ទារកកើតមកជាមួយនឹងអង្គបដិបក្ខមួយចំនួនដែលពួកគេត្រូវការ ដែលវាមកដោយផ្ទាល់ពីម្តាយរបស់ពួកគេ។ នៅពេលម្តាយបំបៅដោះកូន វាពង្រឹងប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់ទារកថែមទៀត។ វ៉ាក់សាំង ស្ថាបនាប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់ទារកនៅពេលដែលពួកគេធំឡើងៗ។ ដូចដែលអាហារជីជាតិល្អ ជួយឱ្យរាងកាយរបស់ទារកលូតលាស់ដែរ វ៉ាក់សាំងជួយឲ្យប្រព័ន្ធភាពស៊ាំលូតលាស់ដូចគ្នា។

វ៉ាក់សាំងមានប្រសិទ្ធភាព។ ជំងឺមួយចំនួនដែលធ្លាប់តែសម្លាប់មនុស្ស ឬធ្វើឲ្យពិការ ដូចជាជំងឺអុតតូចជាដើម គឺត្រូវបានលុបបំបាត់ទាំងស្រុង ហើយយើងមិនត្រូវការវ៉ាក់សាំងសម្រាប់វាទៀតឡើយ។

ជំងឺផ្សេងៗទៀតដែលវ៉ាក់សាំងចង់បង្ក្រាប ឥឡូវមិនសូវឃើញមានទៀតទេ។ ការផ្តល់វ៉ាក់សាំងដល់ទារកនិងកុមារគ្រប់រូប និងមនុស្សពេញវ័យផងដែរតាមចាំបាច់ អាចទប់ស្កាត់មិនឲ្យជំងឺជាច្រើន ឆ្លងរាលដាលឬវិលត្រឡប់មកវិញ។



វ៉ាក់សាំង ការពារបុគ្គលដែលបានទទួលវា ហើយវាការពារអ្នកដទៃថែមទៀត នៅពេលដែលមានមនុស្សគ្រប់ចំនួន បានទទួលវ៉ាក់សាំង។ ប្រសិនបើជំងឺមួយ មិនអាចរកឃើញមនុស្សថ្មីដែលមិនបានទទួលវ៉ាក់សាំងទេ នោះវាក៏មិនអាចឆ្លងរាលដាលបានទេ។ យូរៗទៅ នៅពេលមានមនុស្សកាន់តែច្រើន ទទួលបានវ៉ាក់សាំង នោះករណីជំងឺក៏មានកាន់តែតិចដែរ។

ចំនួនមានច្រើន ធ្វើឲ្យមានកម្លាំងកាន់តែខ្លាំង! នៅពេលមនុស្សភាគច្រើនបានទទួលវ៉ាក់សាំង នោះភាពស៊ាំនឹងជំងឺរបស់ពួកគេ អាចជួយការពារអ្នកដទៃទៀតដែលនៅក្មេងពេក ឬមានជំងឺធ្ងន់ពេក ដែលមិនអាចទទួលវ៉ាក់សាំងបាន។ នេះហៅថា ភាពស៊ាំជាក្រុម។

រៀនអំពីវ៉ាក់សាំង និងហេតុអ្វីទើបយើងត្រូវការវា

វ៉ាក់សាំងបង្ការកុមារពីជំងឺគ្រោះថ្នាក់ជាច្រើន ដូចជាក្អកមាន់ តេតាណូស រលាកស្អូត កញ្រ្ជឹល រលាកថ្លើមប្រភេទបេ របេង និងជំងឺរាកដែលបង្កដោយវីរុស rotavirus ។ វ៉ាក់សាំង HPV អាចបង្ការមហារីកមួយចំនួន។ ប្រសិនបើកូនរបស់អ្នក បានទទួលវ៉ាក់សាំង ពួកគេនឹងត្រូវបានការពារពីជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។

ជាធម្មតា វ៉ាក់សាំងត្រូវបានផ្តល់ជូនដោយឥតគិតថ្លៃសម្រាប់ទារកនិងកុមារ ហើយប្រទេសនីមួយៗមានកាលវិភាគផ្ទាល់ខ្លួន ដែលប្រាប់អំពីពេលវេលាដែលត្រូវផ្តល់ឲ្យ។ បុគ្គលិកសុខាភិបាលបានកំណត់ពេលវេលាជួបជាមួយទារកនិងកុមារ ដើម្បីឱ្យប្រាកដថាពួកគេកំពុងលូតលាស់បានល្អ និងដើម្បីផ្តល់វ៉ាក់សាំងចាំបាច់ផ្សេងៗដើម្បីរក្សាសុខភាពដ៏ល្អ។

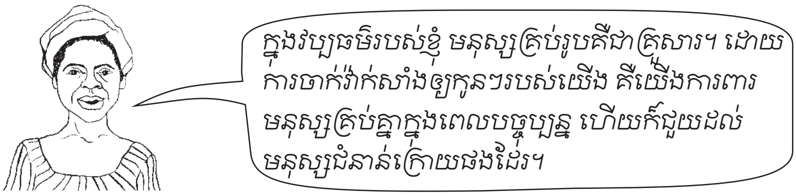
វ៉ាក់សាំងជាច្រើនត្រូវបានផ្តល់ឲ្យច្រើនដង ដើម្បីជួយដល់រាងកាយរបស់យើងឲ្យពង្រឹងកម្លាំងប្រឆាំងនឹងជំងឺមួយចំនួន។ បន្ទាប់ពីមនុស្សម្នាក់ទទួលបានវ៉ាក់សាំងសំខាន់ៗ ឬវ៉ាក់សាំងដូចគ្នាជាបន្តបន្ទាប់(ជាស៊េរី), ឧទាហរណ៍ ចាក់ ៣ដងក្នុងរយៈពេល ៦ខែ, ពួកគេក៏នៅតែអាចត្រូវការវ៉ាក់សាំងរំឭកមួយឬច្រើនដងនៅពេលក្រោយទៀត។ នៅពេលដែលប្រសិទ្ធភាពនៃវ៉ាក់សាំង ថយចុះ នោះការចាក់វ៉ាក់សាំងរំឭក គឺជាការរំឭកដល់រាងកាយអំពីរបៀបប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងជំងឺ។

? ចុះបើកូនរបស់ខ្ញុំឈឺនៅថ្ងៃណាត់ទទួលវ៉ាក់សាំង?	➡ វ៉ាក់សាំងអាចត្រូវបានផ្តល់ឲ្យនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺផ្តាសាយ ឬជំងឺស្រាល។ ប្រសិនបើកុមារមានបញ្ហាសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរ បុគ្គលិកសុខាភិបាលនឹងប្រាប់ក្រុមគ្រួសារថាតើគួរពន្យារពេលផ្តល់វ៉ាក់សាំងដែរឬទេ។ នៅពេលដែលអ្នកដទៃនៅក្នុងគ្រួសារនិងសហគមន៍ បានទទួលវ៉ាក់សាំងគ្រប់គ្នា នោះវានឹងជួយបង្ការជំងឺចំពោះអ្នកដែលមិនអាចទទួលវ៉ាក់សាំងបាន។
? តើវ៉ាក់សាំងមានសុវត្ថិភាពដែរឬទេ?	➡ វ៉ាក់សាំងមានសុវត្ថិភាព។ វាមិនធ្វើឲ្យមានជំងឺទេ។ វ៉ាក់សាំងខ្លះអាចបណ្តាលឲ្យរមាស់ ឬគ្រុនក្តៅបន្តិចបន្តួច ប៉ុន្តែវានឹងបាត់ទៅវិញយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ ប្រសិនបើអ្នកឮពាក្យចចាមអារ៉ាមដែលថាវ៉ាក់សាំងមិនមានសុវត្ថិភាពទេ ចូរនិយាយជាមួយបុគ្គលិកសុខាភិបាលដែលអ្នកជឿជាក់ ដើម្បីដឹងពីព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបាន។
? តើវ៉ាក់សាំងគឺសម្រាប់តែកុមារមែនឬទេ?	➡ កុមារទាំងអស់ត្រូវការវ៉ាក់សាំង ប៉ុន្តែតម្រូវការវ៉ាក់សាំងមិនបញ្ចប់បន្ទាប់ពីកុមារភាពនោះទេ។ ចំពោះជំងឺខ្លះ កុមារធំនិងមនុស្សពេញវ័យនឹងត្រូវការថ្នាំចាក់បន្ថែម ដែលហៅថា "វ៉ាក់សាំងរំឭក" ដើម្បីរក្សាសមត្ថភាពការពារ។ នេះដោយសារតែយូរៗទៅ ប្រសិទ្ធភាពនៃវ៉ាក់សាំងមួយចំនួនថមថយចុះ។ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះក៏ត្រូវបានផ្តល់វ៉ាក់សាំងដើម្បីការពារសុខភាពរបស់ម្តាយនិងទារកផងដែរ។ មនុស្សវ័យចំណាស់ ឬអ្នកដែលមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ អាចនឹងទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ពីវ៉ាក់សាំងដើម្បីការពារពីជំងឺដូចជា គ្រុនផ្តាសាយដែលរាងកាយរបស់ពួកគាត់ទប់ទល់មិនបានល្អ។
? ចំនួននិងប្រភេទនៃវ៉ាក់សាំងបានប្រែប្រួល ធៀបនឹងកូនដំបូងរបស់ខ្ញុំ។ ហេតុអ្វីបានជាដូច្នេះ?	➡ ចំពោះជំងឺមួយចំនួន អាចមានក្រុមហ៊ុនឱសថជាច្រើនដែលផលិតវ៉ាក់សាំងដែលមានសុវត្ថិភាពនិងប្រសិទ្ធភាព។ វ៉ាក់សាំងទាំងនេះអាចនឹងមានកាលវិភាគផ្សេងគ្នា។ ដូច្នេះប្រសិនបើប្រទេសពីរ ប្រើម៉ាកវ៉ាក់សាំងខុសគ្នា ឬប្រទេសតែមួយផ្លាស់ប្តូរពីវ៉ាក់សាំងមួយ ទៅវ៉ាក់សាំងមួយទៀត នោះកាលវិភាគនៃការផ្តល់វ៉ាក់សាំង ក៏អាចនឹងផ្លាស់ប្តូរផងដែរ។ ការផ្លាស់ប្តូរផ្សេងទៀតកើតឡើងនៅពេលដែលវ៉ាក់សាំងថ្មីត្រូវបានផលិតឡើង ឬលែងត្រូវការវ៉ាក់សាំងចាស់។

នរណាខ្លះត្រូវការវ៉ាក់សាំង និងត្រូវការពេលណា?

នៅប្រទេសនានា និងជួនកាលស្រុកនីមួយៗនៅក្នុងប្រទេសនោះ មានកាលវិភាគផ្តល់ថ្នាំបង្ការខុសៗគ្នា៖

- វ៉ាក់សាំងមួយចំនួនត្រូវបានផ្តល់ឲ្យមនុស្សស្ទើរតែគ្រប់គ្នា ពោលគឺទារក កុមារ និងមនុស្សពេញវ័យ។ កុមារធំឬមនុស្សពេញវ័យដែលខកខានទទួលវ៉ាក់សាំងដែលផ្តល់ឱ្យក្នុងពេលជាទារក នៅតែអាចទទួលវានៅពេលក្រោយ។
- វ៉ាក់សាំងខ្លះមានប្រយោជន៍តែនៅក្នុងតំបន់មួយចំនួនប៉ុណ្ណោះ ហើយត្រូវបានផ្តល់ឱ្យតែចំពោះមនុស្សដែលរស់នៅ ឬទៅធ្វើទស្សនកិច្ចនៅទីនោះប៉ុណ្ណោះ។
- វ៉ាក់សាំងខ្លះមិនមានភាពចាំបាច់សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នានោះទេ ប៉ុន្តែត្រូវបានណែនាំឲ្យប្រើចំពោះក្រុមមួយចំនួន ដូចជាស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ បុគ្គលិកសុខាភិបាល ឬមនុស្សវ័យចំណាស់។
- នៅពេលដែលវាជាជំងឺថ្មីនៅក្នុងតំបន់មួយ ជាធម្មតាអ្នករាល់គ្នានឹងត្រូវការទទួលវ៉ាក់សាំង។



វ៉ាក់សាំងដែលផ្តល់ជាប្រចាំ ការពារទារកនិងកុមារ

បុគ្គលិកសុខាភិបាលផ្តល់ការពិនិត្យដល់ទារកជាច្រើនដងក្នុងអំឡុងឆ្នាំដំបូងនៃជីវិត។ នេះក៏ជាពេលដែលពួកគេផ្តល់វ៉ាក់សាំងស្ទើរតែគ្រប់មុខផងដែរ។ វ៉ាក់សាំងមួយណា និងត្រូវផ្តល់នៅពេលណា គឺអាស្រ័យលើគោលការណ៍របស់កម្មវិធីផ្តល់ថ្នាំបង្ការនៅក្នុងប្រទេសរបស់អ្នក។

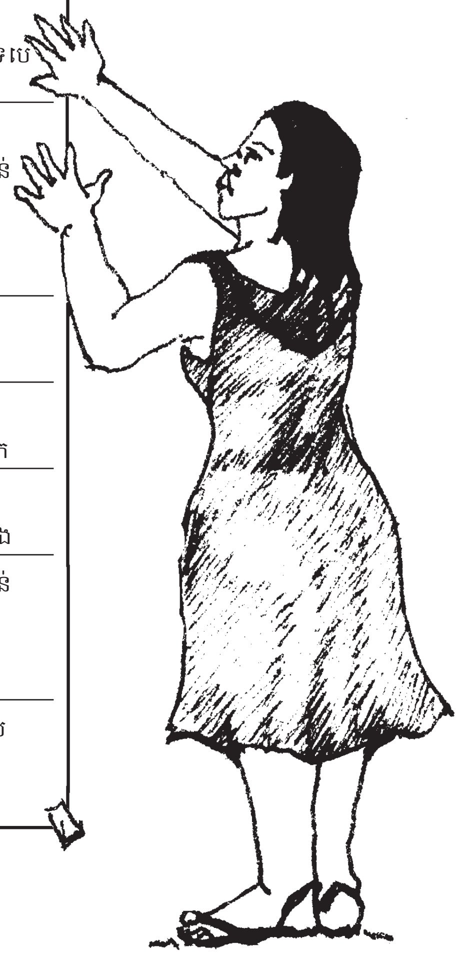
ដើម្បីរក្សាទារកនិងកុមារឲ្យមានសុខភាពល្អ វ៉ាក់សាំងមានសារសំខាន់ខ្លាំងណាស់ ប៉ុន្តែស្ថានភាពរស់នៅដែលបង្ការជំងឺផ្សេងៗ ក៏សំខាន់ដូចគ្នា។ ទឹកស្អាតអនាម័យល្អ ការបំបៅដោយទឹកដោះម្តាយយ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល ៦ខែដំបូងនៃជីវិត និងអាហារូបត្ថម្ភល្អ នឹងបង្ការជំងឺបានយ៉ាងច្រើន។ (សូមមើលជំពូក ទឹកស្អាត និងអនាម័យ៖ គន្លឹះដើម្បីថែរក្សាសុខភាព និង អាហារល្អធ្វើឲ្យមានសុខភាពល្អ) ។

វ៉ាក់សាំង និងវ៉ាក់សាំងរំឭក ត្រូវបានផ្តល់ឲ្យមនុស្សពេញវ័យ នៅពេលដែលពួកគេត្រូវការវ៉ាក់សាំងមួយដូសទៀតបន្ទាប់ពីកុមារភាព ដើម្បីឲ្យការការពារមានរយៈពេលយូរ ឬដោយសារតែពួកគេមិនបានទទួលវ៉ាក់សាំងគ្រប់ចំនួននៅពេលជាកុមារ។

កម្មវិធីជាតិផ្តល់ថ្នាំបង្ការនៅក្នុងប្រទេសនីមួយៗ បានផ្តល់ការណែនាំអំពីកាលវិភាគសម្រាប់ផ្តល់វ៉ាក់សាំងដល់ទារកនិងកុមារ។ កាលវិភាគនោះបង្ហាញថាតើវ៉ាក់សាំងណាដែលត្រូវផ្តល់រួមគ្នា និងនៅអាយុប៉ុន្មាន។ នៅពេលវ៉ាក់សាំង ២មុខមិនអាចផ្តល់រួមគ្នាទេ ជាញឹកញាប់គឺដោយសារតែវាមិនមានប្រសិទ្ធភាពល្អនៅពេលបញ្ចូលទៅក្នុងរាងកាយក្នុងពេលតែមួយ។

តើកុមារនៅក្នុងប្រទេសយើងត្រូវការវ៉ាក់សាំងនៅពេលណា?

នៅពេលកើត		វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺរបេង (BCG) វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទបេ (HepB)
អាយុ ២ខែ អាយុ ៤ខែ	ដូសទី១៖ ដូសទី២៖	វ៉ាក់សាំងបង្ការគ្រុនស្វិតដៃជើង វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺខាន់ស្លាក់ ក្អកមាន់ តេតាណូស វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺ rotavirus វ៉ាក់សាំងបង្ការមេរោគភ្នើម៉ូកូក
អាយុ ៦ខែ	ដូសទី៣៖	វ៉ាក់សាំងបង្ការគ្រុនស្វិតដៃជើង វ៉ាក់សាំងបង្ការមេរោគភ្នើម៉ូកូក
អាយុ ៩-១២ខែ		វ៉ាក់សាំង MMR លើកទី១ វ៉ាក់សាំងរំឭកការពារមេរោគភ្នើម៉ូកូក
អាយុ ១៨ខែ		វ៉ាក់សាំង MMR លើកទី២ វ៉ាក់សាំងរំឭកការពារគ្រុនស្វិតដៃជើង
អាយុ ៤-៦ឆ្នាំ		វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺខាន់ស្លាក់ ក្អកមាន់ តេតាណូស វ៉ាក់សាំងរំឭកលើកទី២ ការពារគ្រុនស្វិតដៃជើង
អាយុ ៩-១១ឆ្នាំ		វ៉ាក់សាំងរំឭកការពារជំងឺតេតាណូស ដូសទី២ នៃវ៉ាក់សាំងបង្ការមហារីកមាត់ស្បូន (HPV)



ជាញឹកញាប់ កាលវិភាគផ្តល់វ៉ាក់សាំងមានលក្ខណៈស្រដៀងគ្នានឹងមួយនេះ បើទោះជាអាយុនៃក្រុមវ៉ាក់សាំងនីមួយៗមានភាពខុសគ្នាពីប្រទេសមួយទៅប្រទេសមួយក៏ដោយ។ ម្យ៉ាងទៀត មិនមែនគ្រប់ប្រទេសសុទ្ធតែប្រើវ៉ាក់សាំងរួមគ្នាដូចៗគ្នានោះទេ ហើយមិនមែនវ៉ាក់សាំងទាំងអស់សុទ្ធតែត្រូវការនៅគ្រប់ប្រទេសនោះដែរ។ ចូរស្វែងរកព័ត៌មានពីកម្មវិធីជាតិផ្តល់ថ្នាំបង្ការ ថាតើវ៉ាក់សាំងអ្វីខ្លះដែលត្រូវបានណែនាំនៅក្នុងប្រទេសរបស់អ្នក។

វ៉ាក់សាំង និងមេរោគ HIV

ជាទូទៅ ទារកនិងមនុស្សពេញវ័យដែលមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍ ត្រូវការវ៉ាក់សាំងដូចគ្នានឹងមនុស្សដទៃដែរ។ ក្នុងករណីខ្លះ កុមារឬមនុស្សពេញវ័យដែលមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍ អាចនឹងត្រូវការដូសបន្ថែម ដូចជាវ៉ាក់សាំងជំងឺកញ្ជ្រឹល ជាដើម។

ចំពោះវ៉ាក់សាំងមួយចំនួនតូច (BCG, MMR, OPV), ត្រូវប្រាកដថាសុខភាពមានស្ថេរភាព និងបានចាប់ផ្តើមការព្យាបាលមេរោគអេដស៍ មុននឹងចាប់ផ្តើមផ្តល់វ៉ាក់សាំង។ ការព្យាបាលមេរោគអេដស៍ ធ្វើឲ្យប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់រាងកាយ កាន់តែរឹងមាំ ហើយបែបនេះធ្វើឲ្យវ៉ាក់សាំងមានប្រសិទ្ធភាពកាន់តែប្រសើរ។

ចំពោះវ៉ាក់សាំង BCG វាមានសុវត្ថិភាពក្នុងការផ្តល់ឲ្យនៅពេលកើត ទោះបីជាម្តាយមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍ក៏ដោយ។ ទោះជាយ៉ាងនេះក្តី បើកុមារជាកុមារធំ និងផ្ទុកមេរោគអេដស៍ នោះសូមព្យាបាលមេរោគអេដស៍ជាមុនសិន។

វ៉ាក់សាំង និងផ្ទៃពោះស្ត្រី

ការទទួលបានវ៉ាក់សាំងពេញលេញក្នុងវ័យក្មេង មានន័យថាផ្ទៃពោះរបស់ស្ត្រីកាន់តែមានសុវត្ថិភាព។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងគិតអំពីការមានផ្ទៃពោះ ចូរពិភាក្សាជាមួយបុគ្គលិកសុខាភិបាលដើម្បីឱ្យប្រាកដថាគ្រប់វ៉ាក់សាំងរបស់អ្នក សុទ្ធតែទាន់សម័យ។

វ៉ាក់សាំងការពារសុខភាពរបស់ម្តាយនិងទារកដែលកំពុងលូតលាស់។ ម្យ៉ាងទៀត ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ បញ្ជូនអង្គបដិបក្ខពីវ៉ាក់សាំងទាំងឡាយ ទៅឲ្យកូនដែលមិនទាន់កើត ហើយវាជួយការពារទារកនៅក្រោយពេលកើត។ ទារកទើបនឹងកើត គឺមានភាពក្មេងពេកក្នុងការទទួលវ៉ាក់សាំងមួយចំនួនក្នុងអំឡុងសប្តាហ៍ឬខែដំបូងៗនៃជីវិត។

ចូរចែករំលែកព័ត៌មាននេះជាមួយឪពុកម្តាយរបស់ក្មេងស្រីនានា និងស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះ៖

- ការផ្តល់វ៉ាក់សាំង មិនប៉ះពាល់ដល់លទ្ធភាពរបស់ស្ត្រីក្នុងការមានផ្ទៃពោះនោះទេ។
- វ៉ាក់សាំងភាគច្រើនមានសុវត្ថិភាពក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ។
- នៅពេលក្មេងស្រីទទួលបានវ៉ាក់សាំងទាំងអស់របស់ខ្លួនក្នុងវ័យកុមារ នោះគាត់នឹងត្រូវការវ៉ាក់សាំងតិចតួច ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ។ វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺស្អូច គឺជាឧទាហរណ៍ដ៏ល្អមួយដែលបញ្ជាក់ថាវ៉ាក់សាំងមានប្រយោជន៍ក្នុងការផ្តល់ឲ្យកុមារីមុនពេលមានផ្ទៃពោះ ដោយសារតែជំងឺស្អូចលើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ មានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងដល់ទារក។
- មនុស្សគ្រប់គ្នាត្រូវការវ៉ាក់សាំងរំពូកបង្ការជំងឺតេតាណូស ជាច្រើនដង ក្នុងរយៈពេលច្រើនឆ្នាំ ដែលអាចជាវ៉ាក់សាំងដាច់តែឯង ឬជាផ្នែកមួយនៃវ៉ាក់សាំងរួមបញ្ចូលគ្នា។ ប្រសិនបើស្ត្រីម្នាក់មិនទាន់បានទទួលវ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺតេតាណូសនាពេលថ្មីៗទេ នោះគាត់នឹងត្រូវការវ៉ាក់សាំងនេះក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ។ វ៉ាក់សាំងនេះការពារទារកទើបកើត ពីមេរោគតេតាណូសដ៏គ្រោះថ្នាក់ ដែលអាចកើតឡើងពីការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍មិនស្ទេរីលក្នុងអំឡុងពេលសម្រាលកូន។
- នៅក្នុងប្រទេសរបស់អ្នក បុគ្គលិកសុខាភិបាលអាចនឹងផ្តល់អនុសាសន៍វ៉ាក់សាំងផ្សេងក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ដូចជាវ៉ាក់សាំងបង្ការក្អកមាន់ ឬវ៉ាក់សាំងបង្ការគ្រុនផ្តាសាយជាដើម។

វ៉ាក់សាំងខ្លះត្រូវបានជៀសវាងក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ដូចជាវ៉ាក់សាំង BCG ឬវ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្ជ្រឹល។ នៅពេលផ្តល់វ៉ាក់សាំង សូមសួរស្ត្រីជាមុនសិន ថាតើគាត់មានផ្ទៃពោះដែរឬទេ។

កត់ត្រាទុក

សូមរក្សាទុកប័ណ្ណផ្តល់ថ្នាំបង្ការ ឬឯកសារដែលបង្ហាញឈ្មោះនិងកាលបរិច្ឆេទនៃការផ្តល់ថ្នាំបង្ការ។ ជារឿយៗកុមារត្រូវការប័ណ្ណទាំងនេះដើម្បីចុះឈ្មោះចូលរៀន ហើយមនុស្សពេញវ័យត្រូវការវាសម្រាប់ការងារ ធ្វើដំណើរ និងដើម្បីបង្ហាញដល់បុគ្គលិកសុខាភិបាលនូវវ៉ាក់សាំងដែលពួកគេបានទទួល និងអ្វីផ្សេងៗទៀតដែលពួកគេត្រូវការ។ ប្រសិនបើពួកគេមិនមានប័ណ្ណទាំងនេះនៅគ្លីនីករបស់អ្នកទេ សូមកត់ត្រាទុកខ្លួនឯង ហើយឲ្យអ្នកដែលផ្តល់វ៉ាក់សាំង បំពេញព័ត៌មាននិងចុះហត្ថលេខា។

ប័ណ្ណផ្តល់ថ្នាំបង្ការ			
មោះ ៖ មីរ៉ា កុមារ			
ថ្ងៃខែឆ្នាំកំណើត ៖ ១០ កុម្ភៈ ២០១៩			
ស្ថានភាពជំងឺ ឬអាល់ឡែស៊ី:			
ស្ថានភាពជំងឺ ឬអាល់ឡែស៊ី:	ងៃខែផ្តល់	ផ្តល់ដោយ	ងៃខែផ្តល់
BCG	ផ្តល់ដោយ	មណ្ឌលសុខភាព	
bOPV polio	ផ្តល់ដោយ	មណ្ឌលសុខភាព	៣០ មីនា
Hep B	ផ្តល់ដោយ	មណ្ឌលសុខភាព	៣០ មីនា
DPT-Hib-HepB	៣០ មីនា ១៩	មណ្ឌលសុខភាព	៣០ មេសា
OPV polio	៣០ មីនា ១៩	មណ្ឌលសុខភាព	៣០ មេសា
Rotavirus	៣០ មីនា ១៩	មណ្ឌលសុខភាព	៣០ មេសា

វ៉ាក់សាំងដែលផ្តល់ជាញឹកញាប់

នៅប្រទេសភាគច្រើន មានវ៉ាក់សាំងសម្រាប់ការពារពី៖

ជំងឺរបេង

ជំងឺតេតាណូស

ជំងឺខាន់ស្លាក់

ជំងឺក្អកមាន់

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទបេ

បាក់តេរី Haemophilus influenza ប្រភេទបេ ដែលបង្កឲ្យមានជំងឺជាច្រើន

ជំងឺគ្រុនស្វិតដៃជើង

មេរោគ Rotavirus ដែលជាមូលហេតុនៃជំងឺរាករលើទារកនិងកុមារតូច

មេរោគ ភ្នើម៉ូកូក ដែលបង្កជាជំងឺរលាកសួត និងជំងឺផ្សេងទៀត

ជំងឺកញ្ជ្រឹល

ជំងឺស្អូច

មេរោគ Human papillomavirus (HPV) ដែលបង្កជាមហារីកមាត់ស្បូន

នៅពេលចាំបាច់ មានវ៉ាក់សាំងសម្រាប់ការពារពី៖

ជំងឺអាសន្នរោគ

ជំងឺដែលបង្កដោយបាក់តេរី meningococcus

ជំងឺគ្រុនលឿង

ជំងឺរលាកខួរក្បាល ជេអ៊ី

ជំងឺរលាកខួរក្បាលបណ្តាលមកពីចៃ

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទអា

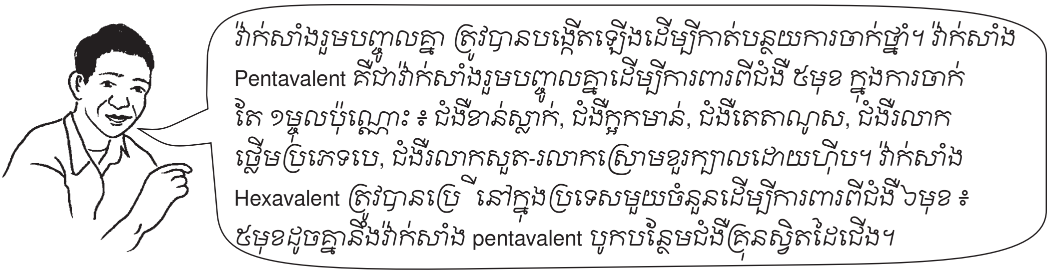
ជំងឺអុតស្វាយ (varicella)

ជំងឺគ្រុនផ្តាសាយ

ជំងឺគ្រុនពោះវៀន

ជំងឺឆ្កែឆ្កួត

វ៉ាក់សាំង BCG **ការពារជំងឺរបេង**	
វ៉ាក់សាំង BCG គឺថ្នាំចាក់ដែលចូលទៅក្រោមស្បែកតែបន្តិច។ វាត្រូវបានផ្តល់ឱ្យភ្លាមៗបន្ទាប់ពីកំណើត។ • ប្រសិនបើនរណាម្នាក់នៅក្នុងគ្រួសារ មានជំងឺរបេង ហើយកុមារមិនដែលបានទទួលវ៉ាក់សាំង BCG ទេ សូមចាក់វ៉ាក់សាំងឱ្យពួកគេឲ្យបានឆាប់បំផុត។ • មិនត្រូវផ្តល់វ៉ាក់សាំង BCG ឲ្យស្ត្រីមានផ្ទៃពោះនោះទេ។ • ទារកដែលកើតពីម្តាយដែលមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍ អាចទទួលវ៉ាក់សាំង BCG នៅពេលកើតបាន។ ចំពោះអ្នកដែលមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍រួចហើយ សូមចាប់ផ្តើមព្យាបាលមេរោគអេដស៍ មុននឹងផ្តល់វ៉ាក់សាំង BCG ។	ជំងឺរបេងគឺជាការបង្ករោគដ៏គ្រោះថ្នាក់ដែលជាទូទៅស្ថិតនៅក្នុងសួត ហើយគេអាចព្យាបាលវាឲ្យជាសះស្បើយបានដោយថ្នាំពេទ្យ។ ប្រសិនបើមិនព្យាបាលទេ ជំងឺរបេងបំផ្លាញសួតបន្តិចម្តងៗ ហើយធ្វើឲ្យអ្នកជំងឺដកដង្ហើមមិនបាន។ វ៉ាក់សាំង BCG ជួយបង្ការប្រភេទគ្រោះថ្នាក់បំផុតនៃជំងឺរបេង និងជួយឲ្យរាងកាយស៊ាំនឹងការបង្ករោគផ្សេងៗទៀតផងដែរ។



វ៉ាក់សាំង DPT (ឬ DTaP, Tdap) **ការពារពីជំងឺខាន់ស្លាក់ ជំងឺក្អកមាន់ ជំងឺតេតាណូស**	
វ៉ាក់សាំង DPT ការពារពីជំងឺ ៣មុខ ។ វ៉ាក់សាំង pentavalent និង hexavalent រួមបញ្ចូលវ៉ាក់សាំង DPT ។ មកដល់អាយុ ៦ខែ ទារកនឹងបានទទួលវ៉ាក់សាំង ៣ដង។ • ជាធម្មតា កុមារធំៗនឹងទទួលវ៉ាក់សាំងរំឭក DTP ចំនួន ៣ដង ឬក៏វ៉ាក់សាំងរួមបញ្ចូលគ្នាដើម្បីបង្ការជំងឺខាន់ស្លាក់ និងជំងឺតេតាណូស (Td, Dt)។ • វ៉ាក់សាំង DPT ក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ ជួយការពារដល់ទារក។ • ការទទួលបានវ៉ាក់សាំង DPT គ្រប់ ៦ដូស(៣ដងដំបូង និងរំឭក ៣ដងទៀត) ផ្តល់ការការពារពីជំងឺតេតាណូសអស់ជាច្រើនទសវត្សរ៍មកហើយ។ វ៉ាក់សាំងរំឭកតេតាណូស (TT) គឺជាការចាំបាច់ ប្រសិនបើកុមារមិនបានទទួលបង្គ្រប់ ៣ដូស ឬប្រសិនបើអ្នកមានរបួសជ្រៅ ឬកខ្វក់។	ជំងឺខាន់ស្លាក់ ភាគច្រើនប៉ះពាល់ដល់កុមារ ហើយអាចហើមបំពង់កយ៉ាងខ្លាំងដែលធ្វើឲ្យមិនអាចដកដង្ហើមបាន។ ជំងឺក្អកមាន់បណ្តាលឲ្យក្អកយ៉ាងខ្លាំងដែលធ្វើអោយពិបាកដកដង្ហើម។ បែបនេះមានគ្រោះថ្នាក់យ៉ាងខ្លាំងចំពោះទារក។ ជំងឺតេតាណូសអាចបណ្តាលឲ្យស្លាប់បានយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ មនុស្សគ្រប់គ្នាអាចឆ្លងវាតាមរយៈការមុតដាច់ ឬរបួស ។ ទារកទើបនឹងកើតអាចមានជំងឺតេតាណូស ប្រសិនបើម្តាយមិនបានទទួលវ៉ាក់សាំងទេ។
វ៉ាក់សាំង HepB (ឬ HBV) **ការពារពីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទបេ**	
មកដល់អាយុ ៦ខែ ទារកបានទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំង បន្តបន្ទាប់ ៣ ឬ ៤ដង។ • វ៉ាក់សាំងលើកទី១ ត្រូវបានផ្តល់នៅពេលកើត ហើយវ៉ាក់សាំងបន្តបន្ទាប់ទៀតក្នុងអំឡុងអាយុ ៦ខែ, ដែលអាចជាវ៉ាក់សាំង DPT ជាបន្តបន្ទាប់ ឬមួយជាវ៉ាក់សាំង pentavalent ឬ hexavalent ។ • សូមផ្តល់វ៉ាក់សាំងឲ្យកុមារធំៗ និងមនុស្សពេញវ័យ នូវវ៉ាក់សាំង HepB ចំនួន ៣ដង ប្រសិនបើពួកគេមិនបានទទួលវានៅពេលជាទារកទេ។	ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទបេ បណ្តាលឱ្យមានបញ្ហាថ្លើមធ្ងន់ធ្ងរ និងជួនកាលជាមហារីកថ្លើម។ វាអាចចម្លងពីម្តាយទៅទារកក្នុងអំឡុងពេលកើត ឬរវាងមនុស្ស ២នាក់តាមរយៈការរួមភេទ ឬម្ជុលមិនស្អាត។

<table>
<tr><td colspan="2">វ៉ាក់សាំង Hib ការពារពីបាក់តេរី haemophilus influenza ប្រភេទបេ</td></tr>
<tr><td>មកដល់អាយុ ៦ខែ ទារកទទួលបានវ៉ាក់សាំង ៣ដង ដែលអាចជាវ៉ាក់សាំង DPT ជាបន្តបន្ទាប់ ឬមួយជាវ៉ាក់សាំង pentavalent ឬ hexavalent ។
• អាចនឹងត្រូវការវ៉ាក់សាំងរំឭកនៅអាយុ ១២ ទៅ ១៥ខែ។
• មនុស្សពេញវ័យ និងកុមារអាយុលើសពី ៥ឆ្នាំ និងមនុស្សពេញវ័យ ជាធម្មតាមិនត្រូវការវ៉ាក់សាំង Hib ទេ លើកលែងតែពួកគេមានជំងឺ sickle cell ឬបញ្ហាប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ។</td><td>បាក់តេរី haemophilus influenza ប្រភេទបេ មិនដូចជាមេរោគគ្រុនផ្តាសាយ ដែលគេហៅថាជំងឺគ្រុនផ្តាសាយនោះទេ ។ វាគឺជាមេរោគដែលបណ្តាលឱ្យរលាកស្រោមខួរ រលាកសួត ជំងឺស្បែកនិងឆ្អឹង និងជំងឺធ្ងន់ធ្ងរផ្សេងៗទៀត។</td></tr>
<tr><td colspan="2">វ៉ាក់សាំង Polio (OPV, IPV) ការពារពីជំងឺគ្រុនស្វិតដៃជើង</td></tr>
<tr><td>មកដល់អាយុ ៦ខែ ទារកទទួលបានវ៉ាក់សាំង ៣ ឬ ៤ដូសជាបន្តបន្ទាប់។
• ដូសដំបូងគេ ត្រូវបានផ្តល់នៅពេលកើត និងដូសផ្សេងទៀត នៅក្នុងអំឡុងអាយុ ៦ខែ រួមជាមួយនឹងវ៉ាក់សាំង DPT ជាបន្តបន្ទាប់ ។
• វ៉ាក់សាំង OPV (វ៉ាក់សាំងបង្ការគ្រុនស្វិតដៃជើងប្រភេទបន្តក់) គឺជាថ្នាំបន្តក់ដែលត្រូវបានផ្តល់ឱ្យតាមមាត់ ហើយវ៉ាក់សាំង IPV (វ៉ាក់សាំងបង្ការគ្រុនស្វិតដៃជើងប្រភេទចាក់) ត្រូវបានផ្តល់ជាថ្នាំចាក់។ អាស្រ័យលើប្រទេសរបស់អ្នក ជាធម្មតា ស៊េរីវ៉ាក់សាំងគ្រុនស្វិតដៃជើង រួមបញ្ចូលទាំង OPV និង IPV ។</td><td>Polio គឺជាមេរោគដែលអាចបណ្តាលឱ្យខ្វិន មានបញ្ហាដកដង្ហើម ហើយសូម្បីតែស្លាប់។ ដោយសារតែមនុស្សជាច្រើនបានទទួលវ៉ាក់សាំងការពារពីវា នោះមេរោគ polio ស្ទើរតែ បានលុបបំបាត់ទាំងស្រុងទៅហើយ។</td></tr>
<tr><td colspan="2">វ៉ាក់សាំង rotavirus (RV) ការពារពីមេរោគ rotavirus</td></tr>
<tr><td>មកដល់អាយុ ៦ខែ ទារកទទួលបានវ៉ាក់សាំងនេះ ២ ឬ ៣ដងអាស្រ័យលើរោងចក្រផលិតវ៉ាក់សាំង។ វាត្រូវបានបន្តក់ទៅក្នុងមាត់។
• ត្រូវបានផ្តល់ឱ្យក្នុងពេលជាមួយគ្នានឹងវ៉ាក់សាំង DPT ឬ pentavalent។
• ក្នុងអំឡុងពេល ២សប្តាហ៍បន្ទាប់ពីផ្តល់វ៉ាក់សាំងឲ្យទារក សូមយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការលាងសម្អាតដៃឱ្យបានស្អាតល្អនៅពេលប្តូរក្រណាត់កន្ទបដើម្បីជៀសវាងពីជំងឺស្រាលមួយចំនួន។</td><td>Rotavirus គឺជាជំងឺញឹកញាប់ដែលបណ្តាលឱ្យរាកធ្ងន់ធ្ងរ គ្រុនក្តៅ និងក្អួត ។ វាឆ្លងរាលដាលយ៉ាងងាយ និងមានគ្រោះថ្នាក់ជាខ្លាំងចំពោះទារកនិងកុមារតូចៗ។</td></tr>
<tr><td colspan="2">វ៉ាក់សាំង Pneumococcal (conjugate) ការពារពីជំងឺរលាកសួត និងការបង្ករោគផ្សេងៗទៀត</td></tr>
<tr><td>ទារកទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំង ៣ដង។
• ជាធម្មតា វ៉ាក់សាំងត្រូវបានផ្តល់ឱ្យក្នុងពេលជាមួយគ្នានឹងវ៉ាក់សាំង DPT ឬ pentavalent ប៉ុន្តែនៅប្រទេសខ្លះគេចាក់ ២ដងដំបូងក្នុងអំឡុង ៦ខែ និងចាក់លើកទី៣ នៅពេលក្រោយ។</td><td>វ៉ាក់សាំងនេះការពារពីការបង្ករោគធ្ងន់ធ្ងរក្នុងសួត ខួរក្បាលនិងឈាម ដែលវាបណ្តាលមកពីមេរោគ pneumococcus ។

ការចាក់វ៉ាក់សាំងឲ្យកុមារទាំងអស់ គឺជាអាទិភាព ប៉ុន្តែវាក៏ជួយការពារមនុស្សពេញវ័យពីជំងឺរលាកសួតផងដែរ។</td></tr>
<tr><td colspan="2">វ៉ាក់សាំង MR, MMR ការពារពីជំងឺកញ្ជ្រឹល</td></tr>
<tr><td>ជាញឹកញាប់ វ៉ាក់សាំងនេះត្រូវបានផ្តល់ឲ្យជាផ្នែកមួយនៃវ៉ាក់សាំងរួមបញ្ចូលគ្នា អាចជាវ៉ាក់សាំង MR (ជំងឺកញ្ជ្រឹល និងជំងឺស្អូច) ឬក៏វ៉ាក់សាំង MMR (ជំងឺកញ្ជ្រឹល, ក្រឡទែន, និងជំងឺស្អូច)។ កុមារនឹងត្រូវការយ៉ាងតិច ២ដូស។
• ក្នុងពេលផ្ទុះជំងឺកញ្ជ្រឹល ទារកដែលមានអាយុ ៦ខែ អាចនឹងត្រូវផ្តល់វ៉ាក់សាំង។ ពួកគេទទួលវ៉ាក់សាំងធម្មតា ២ដូសបន្ទាប់ពីនោះទៀត។
• កុមារដែលមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍ ក៏ត្រូវការការចាក់ ២ឬជួនកាល ៣ដងផងដែរ ប៉ុន្តែកុមារដែលឈឺធ្ងន់ពីមេរោគអេដស៍ ត្រូវការការព្យាបាលមេរោគអេដស៍ និងឲ្យមានសុខភាពនឹងនជាមុនសិន មុននឹងទទួលវ៉ាក់សាំង។</td><td>ជំងឺកញ្ជ្រឹលឆ្លងរាលដាលយ៉ាងងាយក្នុងចំណោមក្មេងៗ ហើយធ្វើឲ្យឡើងកន្ទួលគ្រុនក្តៅ និងក្អក។ បើមិនព្យាបាលទេ វាអាចបណ្តាលឲ្យមានជំងឺរាក ពិការភ្នែក ឬស្លាប់។</td></tr>
</table>

វ៉ាក់សាំង Rubella, MR, MMR **ការពារពីជំងឺស្អូច**	
កុមារត្រូវការយ៉ាងហោចណាស់ ១ម្ជុល។ សូមផ្តល់ឲ្យជាមួយនឹងវ៉ាក់សាំងជំងឺកញ្ជ្រឹលលើកដំបូង។ • កុមារជាច្រើនទទួលបានការចាក់ ២ដង ដោយសារវ៉ាក់សាំង Rubella គឺជាផ្នែកមួយនៃវ៉ាក់សាំងរួមគ្នា ២ប្រភេទ គឺវ៉ាក់សាំង MR (ជំងឺកញ្ជ្រឹល និងជំងឺស្អូច) និងវ៉ាក់សាំង MMR (ជំងឺកញ្ជ្រឹល, ក្រឡទែន និងជំងឺស្អូច) ដែលត្រូវបានផ្តល់ឱ្យចំនួន ២ដង។ • នៅតំបន់ដែលមនុស្សភាគច្រើនមិនបានទទួលវ៉ាក់សាំងកាលពីនៅជាទារកទេ នោះយុទ្ធនាការផ្តល់វ៉ាក់សាំង Rubella អាចនឹងផ្តោតទៅលើក្មេងស្រីអាយុច្រើន។	ជំងឺស្អូចអាចធ្វើឱ្យឡើងកន្ទួល និងគ្រុនក្តៅ រួចវាបាត់ទៅវិញ។ ប៉ុន្តែប្រសិនបើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ មានជំងឺស្អូច នោះវាមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងចំពោះកូនក្នុងផ្ទៃ។ ការចាក់វ៉ាក់សាំងឲ្យកុមារទាំងអស់ជួយបណ្តេញជំងឺស្អូចឲ្យទៅឆ្ងាយ ហើយវានឹងជួយដល់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះមិនឲ្យកើតជំងឺនេះដែរ។ ម្យ៉ាងទៀតក្មេងស្រីដែលបានទទួលវ៉ាក់សាំងជំងឺស្អូច នឹងមិនកើតវាទេនៅពេលមានផ្ទៃពោះពេលពេញវ័យ។
វ៉ាក់សាំង HPV **ការពារពីមេរោគ** human papillomavirus	
ក្មេងស្រីត្រូវការ ២ឬ៣ម្ជុល អាស្រ័យលើអាយុរបស់ពួកគេ។ • ការចាក់លើកទី១ ត្រូវបានផ្តល់នៅចន្លោះអាយុ ៩ ឬ១០ឆ្នាំ ហើយលើកទី២ នៅ ៦ខែបន្ទាប់។ ចំពោះស្ត្រីដែលមានអាយុចាប់ពី ១៥ឆ្នាំឡើងទៅ៖ ផ្តល់ការចាក់លើកទី១, រង់ចាំ ៤សប្តាហ៍សម្រាប់លើកទី២, រង់ចាំ ១២សប្តាហ៍សម្រាប់លើកទី៣។	វ៉ាក់សាំងនេះបង្ការមហារីកមាត់ស្បូនចំពោះស្ត្រី និងមហារីកមួយចំនួនចំពោះបុរស។ វាសំខាន់បំផុតសម្រាប់ក្មេងស្រី ប៉ុន្តែប្រសិនបើមានថវិកានិងការផ្គត់ផ្គង់គ្រប់គ្រាន់ ប្រទេសខ្លះផ្តល់វ៉ាក់សាំងនេះឲ្យក្មេងប្រុសផងដែរ។

វ៉ាក់សាំងដែលប្រើនៅតែតំបន់មួយចំនួន និងវ៉ាក់សាំងផ្សេងៗទៀតដែលមានតែមនុស្សមួយចំនួនប៉ុណ្ណោះដែលត្រូវការ

ជំងឺអាសន្នរោគ

ជំងឺអាសន្នរោគ គឺជាជំងឺរាគដែលអាចសម្លាប់មនុស្សយ៉ាងឆាប់រហ័ស តាមរយៈភាពខ្សោះជាតិទឹក ជាពិសេសចំពោះទារកនិងកុមារ។ (សូមអានជំពូក ការឈឺពោះ ជំងឺរាគ និងព្រូន, ទំព័រ ២៨ ទៅ ២៩)។

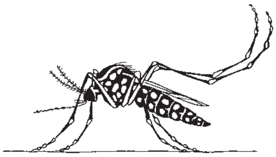
វ៉ាក់សាំងការពារពីជំងឺអាសន្នរោគ ត្រូវបានប្រើតាមមាត់ ហើយប្រើប្រាស់នៅតំបន់ដែលទើបចាប់ផ្តើមផ្ទុះ ឬដែលអាចនឹងផ្ទុះឡើង ជាពិសេសនៅតាមជំរំឬកន្លែងតាំងលំនៅរបស់ជនភៀសខ្លួន។ អាចត្រូវការ ២ដូស ឬ ៣ដូស អាស្រ័យលើអ្នកក្រុមហ៊ុនផលិតវ៉ាក់សាំង។ ប្រសិនបើជំងឺអាសន្នរោគត្រឡប់មកតំបន់នោះវិញ ប្រជាជនអាចត្រូវការដូសពេញលេញ ឬគ្រាន់តែ ១ដូសរំឭកប៉ុណ្ណោះ។

ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ស្ត្រីបំបៅកូនដោយទឹកដោះ និងអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ គួរតែត្រូវបានរាប់បញ្ចូលទៅក្នុងយុទ្ធនាការផ្តល់វ៉ាក់សាំងការពារជំងឺអាសន្នរោគណាមួយ។

ជំងឺដែលបង្កដោយបាក់តេរី meningococcus

វ៉ាក់សាំងនេះបង្ការជំងឺរលាកខួរក្បាលដ៏ធ្ងន់ធ្ងរមួយដែលកើតឡើងជាញឹកញាប់នៅក្នុងបណ្តាប្រទេសអាហ្វ្រិកភាគខាងត្បូងនិងភាគកណ្តាល។ វ៉ាក់សាំងនេះគឺសម្រាប់កុមារ និងមនុស្សពេញវ័យ។ បុគ្គលិកសុខាភិបាលនឹងត្រូវការវាប្រសិនបើមានការផ្ទុះឡើង។ វាមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ។ គេនឹងត្រូវការ ១ ឬ ២ដូស អាស្រ័យលើក្រុមហ៊ុនផលិតវ៉ាក់សាំង។ នៅប្រទេសផ្សេងៗ គេប្រើប្រភេទមួយនៃវ៉ាក់សាំងនេះ ដែលត្រូវគ្នាទៅនឹងមេរោគ meningococcal ដែលកំពុងមានវត្តមាន។

ជំងឺគ្រុនលឿង



គ្រុនលឿង គឺជាមេរោគមួយដែលត្រូវបានចម្លងដោយសត្វមូស។ នៅពេលមេរោគគ្រុនលឿងចូលទៅដល់តំបន់ថ្មីមួយ វាឆ្លងរីករាលដាលយ៉ាងឆាប់រហ័សហើយមានគ្រោះថ្នាក់យ៉ាងខ្លាំងដល់កុមារតូចៗ។

នៅតំបន់ដែលកើតមានជំងឺគ្រុនលឿងញឹកញាប់ សូមផ្តល់វ៉ាក់សាំងឲ្យកុមារ ១ដូសក្នុងពេលជាមួយគ្នានឹងជំងឺកញ្ជ្រឹល នៅអាយុ ៩ ទៅ ១២ខែ។ ប្រសិនបើជំងឺគ្រុនលឿងចូលមកដល់តំបន់ថ្មី សូមផ្តល់វ៉ាក់សាំងឲ្យមនុស្សគ្រប់គ្នា រួមទាំងទារកដែលមានអាយុចាប់ពី ៦ខែ។

ជំងឺរលាកខួរក្បាល ជេអ៊ី

ជំងឺរលាកខួរក្បាល ជេអ៊ី គឺជាមេរោគដែលត្រូវបានចម្លងដោយសត្វមូសនៅតាមតំបន់ខ្លះនៅអាស៊ី។ យុទ្ធនាការផ្តល់ថ្នាំបង្ការ អាចនឹងផ្តោតជាដំបូងទៅលើកុមារទាំងអស់ដែលមានអាយុតិចជាង ១៥ឆ្នាំ។ បន្ទាប់ពីនោះមក មានតែទារកទើបនឹងកើតប៉ុណ្ណោះដែលត្រូវការចាក់វ៉ាក់សាំងនេះ។ កុមារត្រូវការ ១ ឬ ២ម្ជុល អាស្រ័យលើក្រុមហ៊ុតផលិតវ៉ាក់សាំង។

ជំងឺរលាកខួរក្បាលបណ្តាលមកពីចៃលើសត្វ

ជំងឺរលាកខួរក្បាលនេះ ត្រូវបានចម្លងដោយចៃលើសត្វ និងសត្វល្អិតតូចៗដែលខាំចោះទៅក្នុងស្បែកហើយពិបាកនឹងមើលឃើញណាស់។ ជារឿយៗ កុមារត្រូវការចាក់ ៣ម្ជុល, លើកដំបូងនៅអាយុ ១ ឬ ៣ឆ្នាំ, លើកទី២ នៅ ១ ទៅ ៧ខែក្រោយ, និងលើកទី៣ នៅ ៩ ទៅ ១២ខែបន្ទាប់ពីចាក់លើកទី២, អាស្រ័យលើប្រភេទនិងក្រុមហ៊ុនផលិតវ៉ាក់សាំង។ នៅតំបន់ដែលមានកើតញឹកញាប់នូវជំងឺរលាកខួរក្បាលបង្កដោយចៃ, គេនឹងត្រូវការវ៉ាក់សាំងរំឭករៀងរាល់ ៣ ទៅ ៥ឆ្នាំម្តង។ ដោយសារជំងឺនេះមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងចំពោះមនុស្សវ័យចំណាស់ នោះយុទ្ធនាការអាចនឹងផ្តោតទៅលើការចាក់វ៉ាក់សាំងឲ្យមនុស្សពេញវ័យអាយុលើលពី ៥០ឆ្នាំ។

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទអា

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទអា ត្រូវបានឆ្លងរាលដាលដោយអាហារឬទឹកដែលមានមេរោគ ហើយវាធ្វើឱ្យខូចថ្លើម។ វាបណ្តាលឱ្យអស់កម្លាំងជាខ្លាំង ជួនកាលមានរយៈពេលជាច្រើនខែ។ វាបាត់ទៅវិញដោយខ្លួនឯងហើយនឹងមិនត្រឡប់មកវិញទេ។ នៅតំបន់ដែលមានកើតជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទអា ជាញឹកញាប់ នោះមិនចាំបាច់ប្រើវ៉ាក់សាំងទេ ប៉ុន្តែនៅតំបន់ដែលមនុស្សភាគច្រើនមិនធ្លាប់ឈឺ នោះវ៉ាក់សាំងនឹងបង្ការជំងឺ។

គេនឹងត្រូវការវ៉ាក់សាំង ១ ឬ ២ដូស អាស្រ័យលើក្រុមហ៊ុនផលិត។ នៅពេលផ្តល់ឱ្យកុមារជាទៀងទាត់ ការចាក់លើកទី១ ត្រូវបានផ្តល់ឱ្យនៅអាយុប្រហែល ១២ខែ និងលើកទី២ នៅ ៦ ទៅ ១៨ខែក្រោយ។

ជំងឺអុតស្វាយ (varicella)

វ៉ាក់សាំងនេះបង្ការជំងឺអុតស្វាយដែលវាបណ្តាលឱ្យមានគ្រុនក្តៅ ឡើងកន្ទួល រមាស់ និងអស់កំលាំងក្នុងអំឡុង ១ ឬ ២សប្តាហ៍។ អាស្រ័យលើក្រុមហ៊ុនផលិត គេត្រូវការចាក់ ១ ឬ ២ម្ជុលឱ្យកុមារទាំងអស់ ហើយជូនកាលឲ្យកុមារធំ និងមនុស្សពេញវ័យ។

ជំងឺគ្រុនផ្តាសាយ (flu)

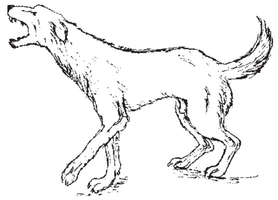
គ្រុនផ្តាសាយ គឺជាឈ្មោះរបស់វីរុសមួយក្រុមដែលឆ្លងរាលដាលរយៈពេលពីរបីខែជារៀងរាល់ឆ្នាំ បណ្តាលឱ្យមានគ្រុនក្តៅ ញ័រញាក់ និងសញ្ញាផ្សេងៗទៀតស្រដៀងនឹងជំងឺផ្តាសាយ ប៉ុន្តែធ្ងន់ធ្ងរជាង។ មនុស្សភាគច្រើននឹងជាសះស្បើយពីជំងឺគ្រុនផ្តាសាយ ប៉ុន្តែវាអាចនឹងធ្ងន់ធ្ងរសម្រាប់ទារក មនុស្សចាស់ ឬអ្នកដែលមានបញ្ហាសុខភាព។ វ៉ាក់សាំងថ្មីមួយត្រូវបានបង្កើតជារៀងរាល់ឆ្នាំដើម្បីការពារវីរុសគ្រុនផ្តាសាយ ។ ជាញឹកញាប់ ការចាក់វ៉ាក់សាំងឲ្យស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ គឺជាអាទិភាព ពីព្រោះពួកគាត់នឹងផ្ទេរការការពារដល់ទារកដែលកំពុងលូតលាស់ដែលមិនអាចទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំងប្រឆាំងនឹងជំងឺគ្រុនផ្តាសាយបានយ៉ាងហោចណាស់ ៦ខែ។

ជាធម្មតាត្រូវការការចាក់ ១ម្ជុលជារៀងរាល់ឆ្នាំ។ នៅលើកដំបូងដែលពួកគេត្រូវទទួលវ៉ាក់សាំង កុមារអាយុ ៦ខែទៅ ៥ឆ្នាំត្រូវបានចាក់ ២ម្ជុល ក្នុងពេល ៤សប្តាហ៍ដាច់ពីគ្នា។

ជំងឺគ្រុនពោះវៀន

គ្រុនពោះវៀន គឺជាជំងឺឆ្លងដែលបណ្តាលឲ្យមានគ្រុនក្តៅ ក្អួត និងសញ្ញាផ្សេងៗទៀត។ វាអាចត្រូវបានព្យាបាលដោយថ្នាំអង់ទីប៊ីយោទិច។ ជំងឺគ្រុនពោះវៀន ឆ្លងរាលដាលពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតតាមរយៈអាហារ ឬទឹក។ ការលាងសម្អាត និងការទទួលបានទឹកស្អាតនិងអនាម័យល្អ បង្ការការឆ្លងរាលដាល។ វ៉ាក់សាំងប្រឆាំងជំងឺគ្រុនពោះវៀននេះមានជាពីរទម្រង់៖ ថ្នាំចាក់ ឬថ្នាំគ្រាប់។ ភាគច្រើនវ៉ាក់សាំងនេះត្រូវបានប្រើនៅពេលមានការផ្ទុះជំងឺគ្រុនពោះវៀន ហើយក៏សម្រាប់អ្នកដែលធ្វើដំណើរទៅតំបន់ដែលមានជំងឺគ្រុនពោះវៀនជាញឹកញាប់។

ជំងឺឆ្កែឆ្កួត



មេរោគឆ្កែឆ្កួត គឺជាវីរុសដែលប៉ះពាល់ដល់ជីវិត ហើយចម្លងដោយសត្វ, ជាទូទៅសត្វឆ្កែ សត្វឆ្មា ឬប្រចៀវ។ ជំងឺឆ្កែឆ្កួតគឺជាករណីកម្រនៅក្នុងប្រទេសខ្លះ ហើយក៏ជាករណីញឹកញាប់នៅក្នុងប្រទេសផ្សេងៗទៀតដែរ។ ការចាក់វ៉ាក់សាំងឲ្យសត្វឆ្កែទាំងអស់ នឹងកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់ដល់មនុស្ស ។ ប្រសិនបើសត្វដែលមានមេរោគឆ្កែឆ្កួត ខាំនរណាម្នាក់ នោះជនរងគ្រោះត្រូវការចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺឆ្កែឆ្កួតជាបន្តបន្ទាប់(ស៊េរី) ដែលត្រូវចាប់ផ្តើមភ្លាមៗ ហើយពួកគេក៏ប្រហែលជាត្រូវការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺឆ្កែឆ្កួត (rabies immunoglobulin) ផងដែរ(មើលជំពូកស្តីពី ជំនួយបឋម ទំព័រ ៧៥)។ ការលាងសម្អាតមុខរបួសឲ្យបានល្អ ជាមួយសាប៊ូនិងទឹកយ៉ាងហោចណាស់ ១៥នាទី គឺជាកិច្ចសំខាន់ណាស់។

ការប្រើប្រាស់វ៉ាក់សាំងជំងឺឆ្កែឆ្កួតបន្ទាប់ពីសត្វខាំ៖ នៅពេលដែលអ្នករបួសត្រូវការទាំងថ្នាំបង្ការជំងឺឆ្កែឆ្កួត (rabies immunoglobulin) និងវ៉ាក់សាំងជំងឺឆ្កែឆ្កួត សូមផ្តល់ថ្នាំបង្ការជំងឺឆ្កែឆ្កួតជាមុន បន្ទាប់មកប្រើម្ជុលស្អាតមួយផ្សេងទៀតសម្រាប់ចាក់វ៉ាក់សាំង។ សូមចាក់វ៉ាក់សាំងឲ្យអស់ពីដប (អាចជា ០,៥មីលីលីត្រ ឬ ១មីលីលីត្រ អាស្រ័យលើក្រុមហ៊ុនផលិតវ៉ាក់សាំង) ទៅក្នុងសាច់ដុំដើមដៃនៅថ្ងៃខាំ, ហើយបន្ទាប់មកម្តងទៀតនៅថ្ងៃទី៣ និងថ្ងៃទី៧ ។ បន្ទាប់មកថ្នាំចាក់លើកទី៤ ត្រូវបានចាក់ក្នុងចន្លោះ ១៤ថ្ងៃ (២សប្តាហ៍) និង ២៨ថ្ងៃ (៤សប្តាហ៍) បន្ទាប់ពីខាំ។ ចំពោះកុមារអាយុ ២ឆ្នាំឬក្មេងជាងនេះ ត្រូវចាក់នៅភ្លៅខាងលើ។ សូមកុំចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺឆ្កែឆ្កួតនៅលើកំប៉េះគូទ។

បើទោះជាគ្មានថ្នាំបង្ការជំងឺឆ្កែឆ្កួតក៏ដោយ ការលាងសម្អាតស្បែកឱ្យបានល្អភ្លាមៗ រួចផ្តល់វ៉ាក់សាំងជំងឺឆ្កែឆ្កួតជាបន្តបន្ទាប់(ស៊េរី) អាចបង្ការជំងឺឆ្កែឆ្កួតបាន។

វ៉ាក់សាំងជំងឺឆ្កែឆ្កួតត្រូវបានគេផ្តល់ឲ្យដើម្បីបង្ការជំងឺឆ្កែឆ្កួត មុនពេលមនុស្សម្នាក់ត្រូវបានសត្វខាំ ប៉ុន្តែជាធម្មតាគេត្រូវការប្រើចំពោះអ្នកដែលធ្វើការផ្ទាល់ជាមួយសត្វដែលទំនងជាមានមេរោគឆ្កែឆ្កួតតែប៉ុណ្ណោះ។

បុគ្គលិកសុខាភិបាល: គន្លឹះក្នុងការផ្តល់វ៉ាក់សាំង

បុគ្គលិកសុខាភិបាលគឺជាធាតុផ្សំដ៏សំខាន់បំផុតនៅក្នុងយុទ្ធនាការជួយឲ្យកុមារនិងមនុស្សពេញវ័យទទួលបានវ៉ាក់សាំងដែលពួកគេត្រូវការ ដើម្បីឱ្យមនុស្សគ្រប់គ្នាមានសុខភាពល្អ។ បើទោះជាអ្នកមិនមែនជាបុគ្គលិកសុខាភិបាលដែលផ្តល់វ៉ាក់សាំងក៏ដោយ ក៏អ្នកដទៃស្តាប់ដំបូន្មានរបស់អ្នកដែរ។ ក្នុងនាមជាសមាជិកម្នាក់របស់សហគមន៍ ប្រជាជនប្រហែលជាទុកចិត្តលើអ្នក ជាងមន្ត្រីក្រៅសហគមន៍ដែលមកពីកម្មវិធីផ្តល់ថ្នាំបង្ការរបស់រដ្ឋ។

ប្រសិនបើអ្នកធ្វើការនៅមណ្ឌលសុខភាពឬគ្លីនិក:

- សូមមានភាពរួសរាយនិងស្វាគមន៍ដល់ឪពុកម្តាយទាំងឡាយ។ ឲ្យពួកគាត់ដឹងថាសំណួររបស់គាត់ គឺជាសំណួរល្អ ហើយកុំឲ្យពួកគាត់មានអារម្មណ៍មិនល្អចំពោះការសួរនោះ។
- ដោយសារការចាក់ថ្នាំអាចធ្វើឱ្យឈឺចាប់ សូមព្យាយាមធ្វើឱ្យកុមារមិនសូវឈឺ។ អ្នកអាចបង្វែរចំណាប់អារម្មណ៍របស់កុមារ ភ្លាមៗបន្ទាប់ពីការចាក់ ដោយប្រើវត្ថុផ្សេងៗដែលមានពណ៌ភ្លឺៗ ឬធ្វើឱ្យមានសំឡេង។

- នៅក្នុងហ្វូងមនុស្ស ឬជាមួយគ្រួសារនីមួយៗ សូមពន្យល់ពីការផ្តល់វ៉ាក់សាំងនីមួយៗ និងមូលហេតុដែលត្រូវការវា មុននឹងផ្តល់វ៉ាក់សាំង។ រៀបរាប់ថាតើវាជារឿងធម្មតាទេដែលវ៉ាក់សាំងនឹងធ្វើឱ្យមានគ្រុនក្តៅបន្តិចបន្តួច ឬឈឺចាប់នៅដៃ ដើម្បីកុំឲ្យឪពុកម្តាយព្រួយបារម្ភ។ ពន្យល់ពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើប្រសិនបើឪពុកម្តាយកត់សំគាល់ឃើញសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ណាមួយ ដូចជាប្រតិកម្មអាឡែស៊ីជាដើម។
- ប្រសិនបើអស់វ៉ាក់សាំងដែលចាំបាច់ សូមពិនិត្យមើលថាតើវាអាចរកបាននៅគ្លីនិកផ្សេងទៀតដែរឬទេ ឬណាត់ក្រុមគ្រួសារនៅថ្ងៃណាដែលពួកគាត់អាចត្រឡប់មកវិញបាន។ អ្នកអាចសរសេរការរំឭកនៅលើប័ណ្ណគ្លីនិក ឬប័ណ្ណទទួលថ្នាំបង្ការ។
- ជួយក្រុមគ្រួសារក្នុងការរក្សាទុកកំណត់ត្រាទទួលវ៉ាក់សាំង ក្នុងសៀវភៅសុខភាពរបស់កុមារ ឬតាមវិធីផ្សេងៗ។ បែបនេះលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រជាជនរៀបចំនិងសម្រេចចិត្តចំពោះសុខភាពកូនរបស់ខ្លួន។

គ្លីនិកសុខភាពជាច្រើន មិនទទួលបានធនធានទាំងឡាយដែលពួកគាត់ត្រូវការនោះទេ។ ប្រសិនបើបញ្ហានេះ ធ្វើឱ្យប្រជាជនមានបទពិសោធន៍មិនល្អនៅក្នុងគ្លីនិក នោះពួកគេប្រហែលជាមិនត្រឡប់មកទទួលវ៉ាក់សាំងវិញនោះទេ។ ប៉ុន្តែទោះបីជាមានបុគ្គលិកឬការផ្គត់ផ្គង់តិចក៏ដោយ គួររកវិធីធ្វើឲ្យប្រជាជនមានអារម្មណ៍ល្អក្នុងពេលមកលើកនេះ។

នៅក្នុងសហគមន៍ សូមលើកទឹកចិត្តឱ្យក្រុមគ្រួសារទទួលវ៉ាក់សាំង៖

- ផ្តល់ព័ត៌មានឲ្យដល់ទាំងម្តាយនិងឪពុក។ ទោះបីជាម្តាយតែងតែនាំកូនទៅមណ្ឌលសុខភាពក៏ដោយ នៅពេលដែលឪពុកក៏បានយល់ពីសារសំខាន់នៃវ៉ាក់សាំង នោះកុមារកាន់តែងាយនឹងទទួលបានវ៉ាក់សាំងដែរ។ អាចនឹងមានប្រយោជន៍ផងដែរ ក្នុងការនិយាយជាមួយជីដូនជីតាឬសមាជិកគ្រួសារផ្សេងៗទៀត។
- ប្រសិនបើគ្រួសារមួយកំពុងគេចវេសពីការទទួលវ៉ាក់សាំង ចូរស្វែងរកមូលហេតុរបស់គាត់។ ប្រហែលជាបញ្ហាទាក់ទងនឹងការធ្វើដំណើរ ខ្វះប្រាក់ ឬអ្វីផ្សេងទៀតដែលអ្នកអាចជួយដោះស្រាយបាន។ សូមអះអាងប្រាប់ពួកគេអំពីសុវត្ថិភាពនិងគុណតម្លៃរបស់វ៉ាក់សាំង។
- បណ្តុះបណ្តាលឆ្មបឬអ្នកដទៃទៀតដែលជួយស្ត្រីមានផ្ទៃពោះនិងម្តាយថ្មីៗ ដើម្បីឱ្យពួកគេអាចឆ្លើយសំណួរអំពីថ្នាំបង្ការ និងជួយឲ្យប្រជាជនទទួលបាន។
- រួមបញ្ចូលកុមារក្នុងការផ្សព្វផ្សាយអំពីវ៉ាក់សាំង។ ប្រសិនបើកុមាររៀនអំពីវ៉ាក់សាំងនៅសាលារៀន នោះពួកគេអាចនិយាយជាមួយឪពុកម្តាយរបស់ខ្លួនអំពីការផ្តល់វ៉ាក់សាំងឲ្យបងប្អូន សមាជិកគ្រួសារ និងអ្នកជិតខាង។
- ធ្វើកិច្ចការណាដែលមានប្រសិទ្ធភាពនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក។ ការជជែកជាមួយប្រជាជននៅតាមផ្ទះរបស់ពួកគាត់ អាចនឹងមានប្រសិទ្ធភាព។ ឬមួយអ្នកអាចនឹងស្វែងយល់ថា ឪពុកម្តាយចូលចិត្តទៅមណ្ឌលសុខភាព។ ការជជែកជាមួយគ្រូបង្រៀន និងអ្នកដឹកនាំសហគមន៍នានា អាចនឹងលើកទឹកចិត្តមនុស្សឱ្យទទួលវ៉ាក់សាំង។

រូបអ្នកស្គាល់សហគមន៍របស់អ្នកច្បាស់ជាងគេ។ នៅពេលធ្វើការរៀបចំដើម្បីធានាថាកុមារគ្រប់រូបទទួលបានវ៉ាក់សាំងរបស់ខ្លួន ចូរពិនិត្យមើលថាតើនរណាដែលអ្នកកំពុងធ្វើការជាមួយ និងថាតើអ្វីទៅដែលជំរុញទឹកចិត្តគាត់, អ្វីខ្លះជាការព្រួយបារម្ភរបស់គាត់, តើនរណាដែលធ្វើការសម្រេចចិត្តនៅក្នុងគ្រួសារ, និងថាតើគួររួមបញ្ចូលអ្នកដឹកនាំសហគមន៍តាមរបៀបណា។ ម្យ៉ាងទៀត គួរស្វែងយល់ថាតើវាពិបាកដែរឬទេសម្រាប់ប្រជាជនក្នុងការទទួលដំបូន្មានសុខភាពនិងសេវាសុខភាព ហើយអ្វីទៅដែលជួយធ្វើឱ្យវាកាន់តែងាយស្រួល។

សាលារៀនអាចបង្រៀនមនុស្សវ័យក្មេងអំពីសារសំខាន់នៃវ៉ាក់សាំង និងពីដំណើរការរបស់វាជាលក្ខណៈវិទ្យាសាស្ត្រ។ កម្មវិធីផ្ដល់ថ្នាំបង្ការក៏អាចរួមបញ្ចូលកុមារផងដែរ ដោយការផ្ដល់វ៉ាក់សាំងនៅសាលារៀន។

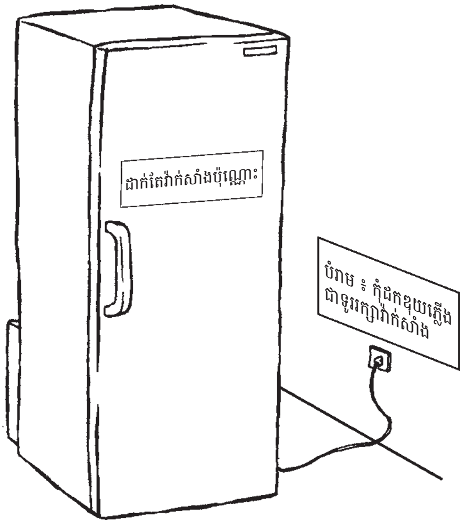
ការចូលរួមជាសាធារណៈ ៖ ការផ្ដល់វ៉ាក់សាំងដើម្បីសមភាព

ការផ្ដល់ថ្នាំបង្ការ អាចលុបបំបាត់ ឬកាត់បន្ថយការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺជាច្រើនដែលពីមុនបានបណ្ដាលឱ្យស្លាប់ឬមានបញ្ហាសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរ។ ប៉ុន្តែភាគច្រើន វាកើតឡើងតែនៅប្រទេសដែលការផ្ដល់ថ្នាំបង្ការគឺធ្វើឡើងដោយឥតគិតប្រាក់ ឬមិនសូវថ្លៃ ហើយប្រព័ន្ធសុខាភិបាលនោះអាចផ្ដល់ជូនប្រជាជនបាន។ បុគ្គលិកសុខាភិបាល គ្រូបង្រៀន និងអ្នកដឹកនាំសហគមន៍ដទៃទៀត គួរបញ្ចេញមតិយោបល់ដើម្បីធានាថា វ៉ាក់សាំងតែងតែមានសុវត្ថិភាព, ផ្ដល់ជូនដោយមិនគិតថ្លៃ, និងអាចរកបានសម្រាប់អ្នកដែលត្រូវការវាទាំងក្មេងនិងចាស់។ ប្រជាពលរដ្ឋគួរផ្ដល់យោបល់ឲ្យរដ្ឋាភិបាលរបស់ខ្លួន ក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាទឹកមិនស្អាត កង្វះអនាម័យ និងកង្វះវ៉ាក់សាំង - ដែលបញ្ហាទាំងនេះបណ្ដាលឲ្យមានសុខភាពមិនល្អ។

ការគ្រប់គ្រងវ៉ាក់សាំង

រក្សាទុកវ៉ាក់សាំងនៅសីតុណ្ហាភាពត្រឹមត្រូវ (រក្សាភាពត្រជាក់នៅបានស្ថិតស្ថេរ)

ជាការសំខាន់ខ្លាំងណាស់ដែលត្រូវរក្សាវ៉ាក់សាំងក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ។ ប្រសិនបើវ៉ាក់សាំងមិនត្រជាក់ វាអាចនឹងខូច ហើយគ្មានប្រសិទ្ធភាពទៀតទេ។ ហើយវ៉ាក់សាំងខ្លះត្រូវតែនៅត្រជាក់ ប៉ុន្តែមិនអាចបង្កកបានទេ បើមិនដូច្នេះទេ វាគ្មានប្រសិទ្ធភាពដែរ។ វ៉ាក់សាំងចាំបាច់ត្រូវរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវចេញពីរោងចក្រ។ នៅពេលណាមួយ រាប់ពីពេលចេញពីរោងចក្រទៅកន្លែងរក្សាទុក បើវ៉ាក់សាំងមានកម្តៅខ្លាំង ឬកកក្នុងពេលមិនគួរកក នោះវានឹងក្លាយជាគ្មានប្រយោជន៍។



វ៉ាក់សាំងដែលអាចបង្កកបាន៖
វ៉ាក់សាំងជំងឺកញ្ច្រឹល
វ៉ាក់សាំង MR
វ៉ាក់សាំង MMR
វ៉ាក់សាំង BCG
វ៉ាក់សាំង OPV (oral poliovirus)
ប្រភេទបន្តក់
វ៉ាក់សាំងជំងឺគ្រុនលឿង
វ៉ាក់សាំងជំងឺរលាកខួរក្បាល ជេអ៊ី

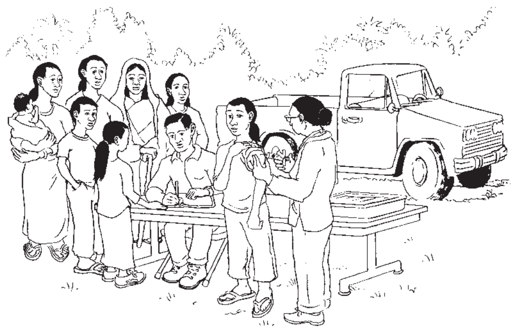
វ៉ាក់សាំងដែលត្រូវដាក់ឱ្យត្រជាក់ខ្លាំង ប៉ុន្តែមិនត្រូវបង្កក៖
វ៉ាក់សាំងជំងឺអាសន្នរោគ
វ៉ាក់សាំង Pentavalent
វ៉ាក់សាំងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទបេ (Hep B)
វ៉ាក់សាំងជំងឺរលាកស្ងួត-រលាកស្រោមខួរក្បាលដោយហ៊ីប (ទឹក)
វ៉ាក់សាំង HPV (human papillomavirus)
វ៉ាក់សាំង IPV (inactivated poliovirus)
វ៉ាក់សាំងគ្រុនផ្តាសាយ
វ៉ាក់សាំង Pneumococcal
វ៉ាក់សាំង Rotavirus (ទឹក និងបង្កកស្ងួត)
វ៉ាក់សាំងជំងឺតេតាណូស (DT, Td)

ម៉ាស៊ីនត្រជាក់ត្រូវបានប្រើប្រាស់ក្នុងការដឹកជញ្ជូន និងរក្សាទុកវ៉ាក់សាំង ក៏ដូចជាទឹកលាយដែលត្រូវបានប្រើដើម្បីពង្រាវវា។ សូមស្វែងយល់ថាតើវ៉ាក់សាំងណាត្រូវរក្សាទុកនៅក្រោមសីតុណ្ហភាពណា ហើយធ្នើរណាត្រូវបានប្រើសម្រាប់ដាក់វ៉ាក់សាំងណា។ ជាទូទៅ វ៉ាក់សាំងត្រូវបានរក្សាទុកនៅសីតុណ្ហភាពក្រោម ៨អង្សាសេ និងលើកម្រិតបង្កកបន្តិច (២អង្សាសេ)។ សូមមើលបញ្ជីវ៉ាក់សាំងលើប្រអប់ ថាតើវ៉ាក់សាំងណាដែលមិនត្រូវឲ្យឡើងកំដៅពេក និងណាខ្លះដែលត្រូវបង្កក។

វ៉ាក់សាំងខ្លះអាចនឹងខូចក្រោមពន្លឺខ្លាំង ដូចជាវ៉ាក់សាំង BCG និង MMR ។ ដើម្បីការពារវាពីពន្លឺថ្ងៃ និងពន្លឺខាងក្នុងខ្លាំង ចូររក្សាវានៅក្នុងដបកញ្ចក់ខ្មៅរបស់វា និងក្នុងកញ្ចប់ក្រៅរបស់វា។

នៅពេលវ៉ាក់សាំងមួយត្រូវបានរៀបចំរួចរាល់ ដោយបានពង្រាវជាមួយនឹងទឹកលាយរួចហើយ នោះក៏ត្រូវរក្សាវាឱ្យត្រជាក់ផងដែរ។ អ្នកដែលបានទទួលការហ្វឹកហាត់ផ្នែកថែរក្សាវ៉ាក់សាំង ប្រាកដជាដឹងថាតើវ៉ាក់សាំងនៅមានប្រសិទ្ធភាពប៉ុន្មានម៉ោង បន្ទាប់ពីលាយរួច និងថាត្រូវបោះចោលដែរឬទេនៅពេលចប់ម៉ោងការងារ។

រៀនពីរបៀបរក្សាទុក លាយ និងផ្តល់វ៉ាក់សាំង



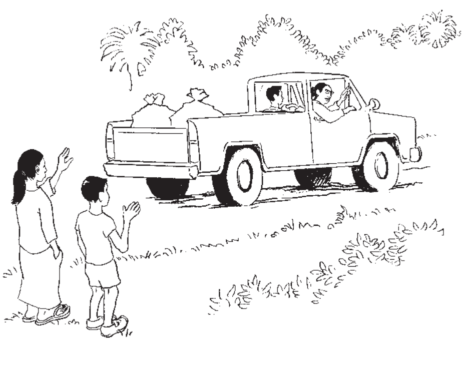
មនុស្សគ្រប់គ្នាអាចលើកកម្ពស់ការផ្តល់វ៉ាក់សាំង ហើយបុគ្គលិកសុខាភិបាលជាច្រើនបានរៀនពីវិធីផ្តល់វ៉ាក់សាំងផងដែរ។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងផ្តល់វ៉ាក់សាំង ឬទុកដាក់វ៉ាក់សាំង ការបណ្តុះបណ្តាលរបស់អ្នកនឹងរួមបញ្ចូល៖

- របៀបរៀបចំ(លាយ)វ៉ាក់សាំង
- របៀបកំណត់កម្រិតដូសត្រឹមត្រូវសម្រាប់ក្រុមអាយុផ្សេងៗគ្នា
- កន្លែងណាដែលត្រូវរកមើលកាលបរិច្ឆេទផុតកំណត់ និងរបៀបចោលវ៉ាក់សាំងដែលផុតកំណត់
- របៀបជ្រើសរើសទំហំម្ជុលត្រឹមត្រូវ មុំសម្រាប់ចាក់ និងកន្លែងត្រូវចាក់ទៅលើរាងកាយ ចំពោះវ៉ាក់សាំងនីមួយៗ

ដើម្បីសុខភាពរបស់អ្នក និងសុខភាពរបស់មនុស្សដែលអ្នកកំពុងជួយ សូមលាងសម្អាតដៃរបស់អ្នក មុនពេលផ្តល់វ៉ាក់សាំងឲ្យមនុស្សម្នាក់ៗ។ ប្រើម្ជុលតែមួយលើកប៉ុណ្ណោះ ហើយបន្ទាប់មកបោះចោលវាដោយសុវត្ថិភាព។

ទទួលខុសត្រូវចំពោះសំណល់វ៉ាក់សាំង

ជាញឹកញាប់ គេភ្លេចនូវជំហានចុងក្រោយនៃយុទ្ធនាផ្តល់ថ្នាំបង្ការ៖ គឺបោះចោលសំណល់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ សម្ភារប្លាស្ទិក ម្ជុល និងសម្ភារជីវៈ ដែលនៅសល់ចោល នឹងបង្កើតជាបញ្ហាសុខភាពដល់មនុស្ស និងបរិស្ថាន ជាពិសេស បើវាត្រូវបានដុតឬកប់ដោយគ្មានសុវត្ថិភាព ឬទុកចោលនៅកន្លែងដែលកុមារអាចយកបាន។ កម្មវិធីផ្តល់ថ្នាំបង្ការ អាចធ្វើផែនការបោះចោលសំណល់ប្រកបដោយដោយសុវត្ថិភាព តាមរយៈការ ៖



- ប្រើប្រាប់យានយន្តដដែលដែលបានដឹកជញ្ជូនបរិក្ខា មកដឹកកាកសំណល់ទៅកែច្នៃ ឬទៅបោះចោលដោយសុវត្ថិភាព។
- បង្កើតមជ្ឈមណ្ឌលប្រចាំតំបន់សម្រាប់កែច្នៃកាកសំណល់ ដោយមានរណ្តៅកប់ជាច្រើន។
- ជួយដល់គ្លីនិកក្នុងសហគមន៍ឲ្យបង្កើតប្រព័ន្ធសាមញ្ញសម្រាប់ចោលកាកសំណល់ថែទាំសុខភាព រួមទាំងការញែកកាកសំណល់ និងរណ្តៅកប់សុវត្ថិភាព។ (សូមមើលសៀវភៅមគ្គុទ្ទេសក៍សហគមន៍ស្តីពីសុខភាពបរិស្ថាន ជំពូកទី១៩: កាកសំណល់ពីការថែទាំសុខភាព)។