This translation is out of date. You are encouraged to distribute the up-to-date English-language version at the same time as the outdated translation.
To access descriptions of changes of outdated VISs, go to www.immunize.org/vis.

ສັກຢາກັນ ໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ Influenza Vaccine ສິ່ງທີ່ທ່ານຄວນຮູ້

2002-2003

1 ເປັນຫຍັງ ຈຶ່ງຕ້ອງສັກຢາ ?

ໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ (ຟລູ) ເປັນພຍາດທີ່ກັນດານ. ມັນເກີດຈາກພຍາດທີ່ແຜ່ພາຍ ອອກຈາກຜູ້ທີ່ເປັນ ໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ແລ້ວແຜ່ ລະບາດ ຕໍ່ໄປໃສ່ຜູ້ອື່ນ ໂດຍທັງດັງ ແລະຄໍ.

ໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ຈະທຳໃຫ້:

- ເປັນໄຂ້ - ເຈັບຄໍ - ໜາວ
- ໄອ - ເຈັບຫົວ - ເຈັບກ້າມເນື້ອ

ໃຜໆກໍສາມາດ ເປັນໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ໄດ້, ຄົນສ່ວນຫຼາຍ ເປັນໄຂ້ຫວັດ ສອງສາມ ວັນກໍເຊົາ, ແຕ່ບາງຄົນ ຈະເປັນແຮງ ເຖິງກັບຕ້ອງເຂົ້າໂຮງໝໍ, ໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ລະບາດໃນແຕ່ລະປີ ທຳໃຫ້ຜູ້ຄົນລົ້ມຕາຍ ຫຼາຍພັນຄົນ. ສ່ວນຫຼາຍຈະແມ່ນພວກຜູ້ເຖົ້າ.

ສັກຢາກັນ ໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ສາມາດ ຊ່ວຍປ້ອງກັນໄດ້

2 ການສັກຢາກັນ ໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່

ພຍາດໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ຈະປ່ຽນສພາບ ໃນຕົວຂອງມັນເອງເລື້ອຍໆ, ສັ້ນ ຢາກັນໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ກໍຈະປັບປ່ຽນໃໝ່ ເພື່ອໃຫ້ທັນກັບ ພຍາດໃນແຕ່ລະປີ.

ຢາຈະອອກລິດຄຸ້ມກັນ ຮ່າງກາຍເຮົາ ໄດ້ຫຼັງຈາກສັກຢາແລ້ວ 2 ອາທິດ ແລະມັນອາດຈະຄຸ້ມກັນໄດ້ດົນເປັນປີ.

ບາງຄົນເຖິງແມ່ນ ໄດ້ສັກຢາກັນໂຣກແລ້ວກໍຕາມ ແຕ່ກໍຍັງຈະຕິດ ໄຂ້ຫວັດໄດ້, ແຕ່ຈະບໍ່ເປັນແຮງ ເທົ່າກັບ ຄົນທີ່ບໍ່ໄດ້ສັກຢາ ປ້ອງກັນຫຍັງເລີຍ.

ຢານີ້ສາມາດສັກຮ່ວມກັນກັບຢາຊະນິດອື່ນໆໄດ້ ລວມທັງຢາ ວັກຊີນ pneumococcal.

3 ໃຜແດ່ຕ້ອງ ສັກຢາກັນໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ?

ເດັກນ້ອຍອາຍຸ 6 ເດືອນ, ຫຼື ແກ່ກວ່ານັ້ນ ທີ່ເຫັນວ່າຢູ່ໃນຂັ້ນສ່ຽງພັຍ ທີ່ອາດຈະຕິດໂຣກນີ້ໄດ້ງ່າຍ ຫຼືໂຣກໄຂ້ຫວັດຊະນິດອື່ນໆ. ແລະ ຜູ້ທີ່ມັກຢູ່ຮ່ວມຫຼືໃກ້ຊິດກັບ ຄົນເປັນໄຂ້ຫວັດນີ້. (ລວມທັງ ສະມາຊິກທຸກຄົນ ໃນຄອບຄົວ).

ໃນແຕ່ລະປີຜູ້ທີ່ *ຄວນຈະສັກຢາປ້ອງກັນໄວ້ກ່ອນ* ໄດ້ແກ່:

- ທຸກຄົນ ຜູ້ທີ່ອາຍຸແຕ່ 50 ປີ ຫຼື ແກ່ກວ່ານັ້ນ
- ຜູ້ທີ່ຢູ່ ໃນສຖານທີ່ພຍາບານຕົວ ເປັນດົນນານ
- ຜູ້ທີ່ມີພຍາດເຮື້ອຮັງ ປ່ວຍໂຊ ນານານ
- ຄົນຜູ້ທີ່ມີ ບັນຫາທາງດ້ານ ສຸຂພາບ ມາດົນນານ ເຊັ່ນ:
  - ພຍາດຫົວໃຈ - ພຍາດໝາກໄຂ່ຫຼັງ
  - ພຍາດປອດ - ພຍາດໃນມ້າມ ເຊັ່ນ ໂຣກເບົາຫວານ
  - ພຍາດຫືດ - ພຍາດໂຣກເລືອດຈາງ ແລະ ໂຣກເລືອດຕ່າງໆ
- ຜູ້ທີ່ມີ ພູມຕ້ານທານພຍາດອ່ອນ ຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂຣກ ເຊັ່ນ:
  - HIV/AIDS ຫຼື ໂຣກອື່ນໆ ທີ່ມີກະທົບຕໍ່ພູມຕ້ານທານໂຣກ.
  - ຜູ້ທີ່ຖືກປິ່ນປົວ ມາດົນນານ ຈາກການໃຊ້ຢາເສພຕິດ ສເຕີຣອຍ
  - ຜູ້ທີ່ປິ່ນປົວໂຣກມະເລັງຈາກການສ່ອງໄຟຟ້າຫຼືໃຊ້ຢາຕ່າງໆ.
- ເດັກທີ່ມີອາຍຸ 6 ເດືອນ ເຖິງ 18 ປີ ທີ່ໃຊ້ຢາ ອັສປີຣິນປິ່ນປົວມາ ດົນນານ. (ຜູ້ທີ່ອາດຈະເກີດ ເປັນພຍາດຕາແດງ ຖ້າຕິດໂຣກໄຂ້ຫວັດນີ້).
- ແມ່ນານ ຜູ້ທີ່ຖືພາ ມາໄດ້ສາມເດືອນປາຍແລ້ວ ເມື່ອຍ່າງເຂົ້າເຖິງ ຣະດູໄຂ້ຫວັດ. (ຕາມປົກກະຕິກໍແມ່ນ ເດືອນ November - March ແຕ່ບາງປີກໍຜ່ານ ເດືອນ March ໄປ).
- ພວກທ່ານໝໍ, ນາງພຍາບານ, ສະມາຊິກ ໃນຄອບຄົວ, ຫຼືຜູ້ຄົນອື່ນໆ ທີ່ມີ ຄວາມໃຊ້ຊິດ ກັບບຸກຄົນທີ່ຈະຕິດເຊື້ອໄຂ້ຫວັດນີ້.

ການສັກຢາປ້ອງກັນ ໄຂ້ຫວັດນີ້ຍັງ *ຄວນຈະສັກໃຫ້ແກ່ຜູ້ທີ່:*

- ເດັກນ້ອຍສຸຂພາບແຂງແຮງ ທີ່ມີອາຍຸແຕ່ 6-23 ເດືອນ. ທີ່ມີແຕ່ ສມາຊິກ ໃນຄອບຄົວ ຫຼືຜູ້ຮັບຝາກເບິ່ງເທົ່ານັ້ນ ທີ່ເປັນຜູ້ຢູ່ໃກ້ຊິດເຂົາ.
- ສມາຊິກ ໃນຄອບຄົວ ຫຼືຜູ້ຮັບຝາກເບິ່ງເທົ່ານັ້ນ ທີ່ເປັນຜູ້ຢູ່ໃກ້ຊິດ ກັບເດັກ ທາຣົກ ມີອາຍຸຕ່ຳກວ່າ 6 ເດືອນ.
- ບຸກຄົນທີ່ຊ່ວຍວຽກງານເພື່ອ ສາທາຣະນະຊົນ.
- ບຸກຄົນທີ່ມີໂອກາດຕິດໄຂ້ຫວັດໄດ້ງ່າຍ ຜູ້ທີ່ເດີນທາງໄປພາກໃຕ້ ຂອງໂລກ ໃນລະຫວ່າງ ເດືອນເມສາ ຫາ ເດືອນ ກັນຍາ ຫຼື ຜູ້ທີ່ຈະເດີນທາງໄປເຂດຮ້ອນ ຫຼື ຮ່ວມເດີນທາງໄປກັບກຸ່ມຄົນຫຼາຍຄົນ.
- ຜູ້ຄົນທີ່ຢູ່ກິນນອນ ໃນຫໍພັກຕ່າງໆ ຫຼື ຢູ່ພາຍໃຕ້ສພາບ ທີ່ອັ່ງອໍຄັບຄັ່ງຄົນ ນຳກັນ.
- ຜູ້ທີ່ບໍ່ຕ້ອງການຢາກຈະ ສ່ຽງຕໍ່ການຕິດໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່

4 ເມື່ອໃດ ຂ້າພະເຈົ້າຄວນສັກຢາກັນ ໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່?

ຄົນສ່ວນຫຼາຍ ຈະສັກຢາກັນໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ພຽງຄັ້ງດຽວໃນປີນຶ່ງ. ເດັກນ້ອຍທີ່ອ່ອນກວ່າ 9 ປີ *ຈະສັກຢາຄັ້ງແຣກ*, ຈະຕ້ອງໄດ້ ສັກຢາ ສອງຄັ້ງ, ແຕ່ລະຄັ້ງຫ່າງກັນ ເດືອນນຶ່ງ.

ເວລາທີ່ເໝາະສົມ ເພື່ອສັກຢາປ້ອງກັນ ແມ່ນ ໃນເດືອນ October - November. ເພາະວ່າໂຣກໄຂ້ຫວັດ ຈະເລີ່ມເກີດຂຶ້ນໃນ ລະຫວ່າງເດືອນ January ແລະເດືອນ March. ຖ້າສັກຢາປ້ອງກັນໄວ້ ແຕ່ເດືອນສິບສອງ ຫຼືກ່ອນນັ້ນ ກໍນັບວ່າເປັນການດີ ເພາະຢານັ້ນອາດຈະກຸ້ມໄປຕລອດປີ.

ບາງຄົນຈະຕ້ອງ ເລີ່ມສັກຢາແຕ່ເດືອນ September ຫຼື October:
ຄົນຜູ້ທີ່ອາຍຸ 65 ປີຂຶ້ນໄປ. ຫຼື ແກ່ກວ່ານັ້ນ.
ຄົນຜູ້ທີ່ອາດຈະຕິດ ໄຂ້ຫວັດຕ່າງໆໄດ້ງ່າຍ. ຄົນໃນຄອບຄົວຫາກ ຢູ່ໃກ້ຊິດຕິດກັບຄົນພວກນີ້. ພະນັກງານພຍາບານ, ແລະເດັກນ້ອຍ ຕ່ຳກວ່າ 9 ປີ ທີ່ສັກຢາກັນໄຂ້ຫວັດ ເປັນຄັ້ງທຳອິດ.
ຕ້ອງໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າ ຄົນເຫຼົ່ານີ້ຈະຕ້ອງໄດ້ ສັກຢາກ່ອນ, ພວກກຸ່ມຄົນອື່ນໆ ສາມາດ ລໍຖ້າໄປເຖິງເດືອນ November ໄດ້.

5 ບາງຄົນຄວນປຶກສາ ກັບທ່ານໝໍກ່ອນຈະ ສັກຢາກັນໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່

ຕ້ອງປຶກສາທ່ານໝໍ ກ່ອນຈະສັກຢາກັນໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ຖ້າວ່າ:

1) ທ່ານເຄີຍມີອາການແພ້ໄຂ່ ຫຼືແພ້ຢາສັກກັນໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ມາກ່ອນ ຫຼື
2) ເຄີຍເກີດເປັນ **Guillain -Barre Syndrome (GBS).**

ຖ້າທ່ານເປັນໄຂ້ຕົວຮ້ອນ, ຫຼືເປັນໄຂ້ແຮງ ໃນຊ່ວງລະຍະ ເວລານັດໝາຍ ທີ່ຈະໄປສັກຢານັ້ນ, ທ່ານຄວນຈະຖ້າ ຈົນກວ່າທ່ານເຊົາເປັນປົກກະຕິດີເສັຍກ່ອນ. ຂໍໃຫ້ທ່ານໝໍຫຼືນາງພຍາບານ ນັດໄປສັກຢາເທື່ອໃໝ່.

6 ຜົນສະທ້ອນທີ່ອາດຈະໄດ້ຮັບຈາກ ການສັກຢາມີຫຍັງແດ່?

ຢາສັກນີ້, ກໍຄືຢາຊະນິດອື່ນໆ, ຊຶ່ງມັນອາດຈະມີ ປະຕິກິຣິຍາ ຕໍ່ຮ່າງກາຍຂອງຄົນ ຊຶ່ງອາດຈະທຳໃຫ້ ເກີດອາການແພ້ຕ່າງໆ. ໂອກາດທີ່ຢານີ້ຈະທຳໃຫ້ຄົນລົ້ມປ່ວຍ ຫຼືຕາຍຍ້ອນນັ້ນມີນ້ອຍທີ່ສຸດ. ແລະການກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາ ດ້ານສຸຂພາບທີ່ເປັນອັນຕຣາຍໃດໆນັ້ນ ກໍມີນ້ອຍທີ່ສຸດ. *ພຍາດໃນຕົວຢານີ້ຖືກຂ້າຖິ້ມໝົດແລ້ວ, ດັ່ງນັ້ນ ທ່ານກໍຈະບໍ່ໄດ້ຕິດເຊື້ອພຍາດໃດໆຕາມມານຳໃນຕົວຢາທີ່ສັກໃຫ້ນີ້.*

ອາການທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນເລັກນ້ອຍມີເຊັ່ນ:
• ເຈັບ, ໄຄ່, ຫຼື ແດງຕາມບໍຣິເວນບ່ອນທີ່ສັກຢາ
• ເປັນໄຂ້
• ປວດຕາມຮ່າງກາຍ
ຖ້າຫາກມີອາການເຫຼົ່ານີ້ເກີດຂຶ້ນ, ຕາມປົກກະຕິ ມັນຈະເກີດຂຶ້ນ ທັນທີ ຫຼັງຈາກສັກຢາແລ້ວ ແລະອາດຈະເປັນຢູ່ສອງສາມ ກໍໝົດໄປ.

ອາການທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນແຮງມີເຊັ່ນ:
• ເກີດອາການແພ້ຢ່າງແຮງເຖິງຂັ້ນຈະເອົາຕົວບໍ່ລອດ, ແຕ່ກໍຈະມີນ້ອຍສຸດ ທີ່ຈະເກີດບັນຫາເຊັ່ນນີ້ຂຶ້ນ. ຖ້າມັນເກີດຂຶ້ນແທ້ ມັນຈະເກີດຂຶ້ນທັນທີ ຫຼັງຈາກສອງສາມນາທີ ໄປຫາ ສອງສາມຊົ່ວໂມງ ຫຼັງຈາກສັກຢາ.

ໃນປີ 1976 ຢາສັກກັນໂຣກໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ ທີ່ເອີ້ນວ່າ Swine flue vaccine ມີສາຍເຫດທຳໃຫ້ເກີດເປັນໂຣກໂຂຈັງຢ່າງແຮງ ທີ່ເອີ້ນວ່າ Guillan-Barre Syndrome (GBS). ຕັ້ງແຕ່ນັ້ນມາກໍບໍ່ທັນມີການວິໃຈຄົ້ນພົບຄວາມກະຈ່າງແຈ້ງວ່າຈະມີສາຍເຫດກ່ຽວພັນກັບ GBS. ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມ ຖ້າຫາກຄິດວ່າຢາມຈະເກີດບັນຫານີ້ ຍ້ອນວັກຊີນທີ່ຢູ່ໃນ GBS ນັ້ນກໍ ຈະສເລັ່ຍໃຫ້ເຫັນວ່າມີພຽງແຕ່ 1 ຄົນ ຫຼື ລາຍເທົ່ານັ້ນ ລ້ານໆຄົນທີ່ສັກຢາ. ສ່ວນໂອກາດທີ່ຈະຕິດໂຣກ ໄຂ້ຫວັດຢ່າງຮ້າຍແຮງ ຍ້ອນບໍ່ຢາກສັກຢາກັນໄວ້ນັ້ນ ໂຣກນັ້ນມີຫຼາຍ ກວ່າ.

7 ຈະເຮັດຢ່າງໃດ ຖ້າເກີດອາການ ຫຼືມີອາການເກີດຂຶ້ນຢ່າງແຮງ ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະສັງເກດໄດ້ຢ່າງໃດ?

• ເກີດມີສິ່ງທີ່ບໍ່ເປັນປົກກະຕິ, ເຊັ່ນເປັນໄຂ້ແຮງ, ຫຼືມີທ່າທາງຜິດປົກກະຕິ ອາການຂອງຜູ້ແພ້ຢາຢ່າງແຮງຈະລວມມີເຊັ່ນ ຫາຍໃຈຍາກ, ເວົ້າສຽງແຫບໆ, ຫຼືເວົ້າບໍ່ອອກ, ເກີດຄັນຄາຍ, ຕົວເຫຼືອງ, ໝົດແຮງ, ຫົວໃຈເຕັ້ນໄວ ຫຼື ວິ່ງວຽນ.
ຂ້າພະເຈົ້າ ຄວນຈະເຮັດວິທີໃດ?
• ໂທຣສັບຫາທ່ານໝໍ, ນຳສົ່ງຜູ້ກ່ຽວເຖິງໂຮງພຍາບານທັນທີ
• ບອກທ່ານໝໍເຖິງເຣື່ອງທີ່ເກີດຂຶ້ນ, ວັນ, ເວລາທີ່ມັນເກີດຂຶ້ນ, ແລະເວລາໃດທີ່ສັກຢານັ້ນ.
• ສເນີໃຫ້ທ່ານໝໍ, ນາງພຍາບານ, ພະນັກງານແພດ ຈົ່ງທຳຣາຍງານ ເຣື່ອງອາການທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກຢານີ້ ເພື່ອສົ່ງໄປສຳນັກງານ Vaccine Advers Event Reporting System (VAERS) ຫຼື ຈະໂທຣໄປທີ່ VAERS ດ້ວຍທ່ານເອງ ທີ່ເບີ 1-800-822-7976 ຫຼື ທາງ ອິນເທີເນັດ http://www.vaers.org

8. ຂ້າພະເຈົ້າ ຢາກຈະຮູ້ເພີ່ມຕື່ມອີກໄດ້ຢ່າງໃດ?

• ສອບຖາມນຳນາງພຍາບານ ຫຼືທ່ານໝໍ. ເພີ່ນຈະເອົາ ເອກກະສານ ກ່ຽວກັບເຣື່ອງຢາວັກຊີນ ໃຫ້ທ່ານ ຫຼືຈະແນະນຳໃຫ້ທ່ານ ໄປຄົ້ນຄວ້າ ໃນບ່ອນຕ່າງໆ.
• ໂທຣສັບໄປສອບຖາມ ກະຊວງສາທາຣະນະສຸກ ໃນເຂດເມືອງຫຼືຣັຖຂອງທ່ານ.
• ຕິດຕໍ່ໄປຍັງ ສຳນັກງານ ຄວບຄຸມໂຣກຕິດຕໍ່
Centers for Disease Control and Prevention (CDC):
• ໂທຣ 1-800-232-2522 (ພາສາອັງກິດ)
• 1-800-232-0233 (ພາສາສະແປນນິສ)
• ເບິ່ງທາງອິນເທີເນັດ ໃນ National Immunization Program http:// www.cdc.gov/nip

Translation provided by the Minnesota Department of Health

ກະຊວງສາທາຣະນະສຸກ ແລະສວັດດີການສັງຄົມ ສະຫະຣັຖ
U.S. Department of Health & Human Services
Centers for Disease Control and Prevention