



COVID-19 ကသံဉ်ဒီသအတၢ်ကစီၣ်အရူဒိၣ်တဖၣ်

ကဲ ထီၣ်ပှၤတဲ ခဲၣ် န့ၣ်တၢ်လၢကသံဉ်ဒီသအတၢ်- COVID-19 ကသံဉ်ဒီသအပီၤလီၤ

12/29/2021

နမၤစၢတၢ်ဆိကတီၢ်တၢ်ဆါသတြိၣ်အံၤခိဖျိတၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသအ COVID-19 သ့န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသအလၢတၢ်တြိၣ်အံၤ COVID-19 ကမ့ၢ်ကျဲအဂ့ၢ်ကတၢ်တဘီၤလၢ ကဒီသအနီၣ်ကစၢ်ဒီးပှၤကိးဂၤလၢနယၤဝးန့ၣ်လီၤ. ပှၤမ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသအလၢတၢ်တြိၣ်အံၤ COVID-19 ဒံးအါန့ၣ်, ကမ့ၢ်တၢ်အဂ့ၢ်ကတၢ်လၢပှၤကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ခိဖျိလၢတၢ်ဆိကတီၢ် COVID-19 တၢ်ရၤလီၤအသးအယိန့ၣ်, ပအိၣ်ထီၣ်ဒံးပတၢ်မၤလီၤ, ကွီ, ဒီးတၢ်မၤလီၤအဂၤတဖၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆိကတီၢ် COVID-19 အတၢ်ရၤလီၤအသးန့ၣ်ဆှၢပှၤဘူးထီၣ်ဆူတၢ်ဆိကတီၢ်တၢ်ဆါသတြိၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသအန့ၣ်မၤစၢန့ၣ်အါထီၣ်လၢတၢ်လၢနအဲၣ်ဒီးမၤအီၤန့ၣ်လီၤ.

ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် နကလိၣ်ဘၣ် ကသံဉ်ဒီသအ တဖျၢၣ် မ့တမ့ၢ် ခံဖျၢၣ်လၢ တၢ်ဒီသအအဂ့ၢ်ကတၢ်အဂီၢ် ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢ ကသံဉ်ဒီသအကလုာ်အပီၤခိၣ်န့ၣ်လီၤ. ဝဲနဆဲးနကသံဉ်ဒီသအ COVID-19 ကသံဉ်ဒီသအ အကတၢ်တဖျၢၣ်ဝံးအလီၢ်ခံ, တၢ်ဆါကတီၢ်ကယံၣ်ဝဲ ခံန့ၣ်လၢ ကဒုးအိၣ်ထီၣ် တၢ်ဒီသအအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဝဲခံန့ၣ်ဝံးအလီၢ်ခံ, တၢ်ဟံလၢ နဆဲးကသံဉ်ဒီသအဝံးလၢပှၤပှၤလဲန့ၣ်လီၤ.

ပှၤလၢအဆဲးကသံဉ်ဝံးလၢပှၤပှၤတဖၣ် ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် ကယုထၢလၢကဆဲးသိးဝဲ နီၣ်ကးဘၢမဲၣ်, ဒီးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် တၢ်ကဟ့ၣ်ကူၣ်အီၤလၢ ကသိးဝဲဝဲလီၢ်ကဝီၤဝဲ COVID-19 အတၢ်ရၤလီၤသးအါအလီၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်အိၣ်သးလီၤတၢ်လီၤဆဲးအပှၤ, ဒ်အမ့ၢ် တၢ်ကူၣ်ထွဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ခူၣ်အလီၢ်တဖၣ်, တၢ်ဒုးယၢ် မ့တမ့ၢ် ယိၣ်တဖၣ်, ဒီးတၢ်အိၣ်ကဒုလီၤ, မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်ကျိၤဝဲကွၢ်ဒီး ပှၤတဖၣ်တဖၣ်လၢ အိၣ်ဒီး တၢ်ကးဘၢမဲၣ်အတၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ်အပှၤ, နကဘၣ်သိးဒံးဒၣ်တၢ် နီၣ်ကးဘၢမဲၣ်တဖၣ်လီၤ. ကွၢ်သတြိၣ်

[တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢ တၢ်ကသိးနီၣ်ကးဘၢမဲၣ်တဖၣ် \(www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/facecover.html\).](http://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/facecover.html)

မၤဒီးဆူညါလၢတၢ်လူပိၣ်မၤထွဲတၢ်န့ၣ်ကျဲလၢနတၢ်မၤလီၤ, ကွီ, ဒီးတၢ်လီၤတၢ်ကျဲအဂၤတဖၣ်စ့ၢ်ကိးတက့ၢ်.

COVID-19 ကသံဉ်ဒီသအခဲလၢန့ၣ် ပှၤဖျဲးဒီးတၢ်စူးကါအီၤသ့န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသအလၢ အပှၤဖျဲးဒီးမၤတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤန့ၣ် မ့ၢ်တၢ်အရူဒိၣ်ကတၢ်လၢ တၢ်ကဘၣ်မၤအီၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်လၢကဘၣ်လူပိၣ်မၤထွဲလၢ COVID-19 ကသံဉ်ဒီသအတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ် မ့ၢ်တၢ်တမံၤယီၤလၢ ကသံဉ်ဒီသအအဂၤခဲလၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ကစူးကါအီၤအဂီၢ်, ပှၤထူးထီၣ်ကသံဉ်ဒီသအတဖၣ် ကဘၣ်ဟံဖျါတၢ်မၤလီၤယုသ့ၣ်ညါတၢ် အတၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖျိၣ်လၢ အဟံဖျါထီၣ်ဝဲ အဝဲသ့ၣ် အကသံဉ်ဒီသအန့ၣ် ပှၤဖျဲးဒီးမၤတၢ်ဂ့ၢ်ဝဲလီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖျိၣ်တဖၣ်အံၤ ဘၣ်တၢ်သမံၤသမိးကွၢ်အီၤ ဘူးဘူးတၢ်တၢ်လၢ ဝဲအုၣ်ပှၤမၤတၢ်အကရၢၢ်တဖၣ်ဒီး အဝဲသ့ၣ်မၤသကိးတၢ်ဆါတဲာ်ဘၣ်ယး တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒီး တၢ်န့ၣ်ဘျူးခိဖျိတၢ်စူးကါ ကသံဉ်ဒီသအတဖၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ခူၣ်အပှၤဘၣ်မ့တမ့ၢ်တဖၣ် ဆဲးကွၢ်စုၣ်ဝဲဒၣ် COVID-19 ကသံဉ်ဒီသအလၢ တၢ်ပှၤဖျဲးအဂီၢ် တကတီၢ်ယိၣ်ဝဲ တၢ်စးထီၣ်စူးကါအီၤလၢကမ့ၢ်တဖၣ်အကျါန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤပျဲးအဝဲသ့ၣ် ကယုသ့ၣ်ညါလၢ မ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဒီဘၣ်လၢ အတကဲထီၣ်ညိၣ်န့ၣ်တဖၣ်လၢ အိၣ်ထီၣ်စ့ၢ်တုၤဒၣ်လဲာ် တၢ်တထီၣ်အီၤဝဲတၢ်ယုသ့ၣ်ညါမၤကွၢ်တၢ်အခါဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ပှၤသ့ပှၤဘၣ်တဖၣ် ကကွၢ်ဝဲ တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်တဘျီယိ

ဒီး ဟုတ်တရားကတိုက်ဆူ ပျားလားအဆဲးနဲ့ကသံခါး ကမ္ဘာတဖန်လား တာကဘက်ကုစာယါဘျီဒီး ဒီအားကုအိမ်လဲအင်္ဂါနဲ့လီ။ ဝဲတယံ ဘက်နဲ့၊ ပျားပျားဘက်တဖန် ကွာကဒါကွာတော့ဘက်လား အအိတ်ထိတ်စွဲဝဲတံဆဲး Johnson & Johnson ကသံခါးသဘောအလီခံ ဒီးဟုတ်ကုတ်လား တာကစူးကါ mRNA ကသံခါးသဘောတဖန် (Pfizer ဒီး Moderna) တဖန်လီ။ ဝဲ Johnson & Johnson ကသံခါး သဘောတဖန် တာကစူးကါအီအဖု၊ အရူဒိုင်လား ပျားကမ္ဘာကသံညါလား တာဘက်ယိတ်လား အတကထိတ်ညီနာတဖန် အိတ်ထိတ်သုနဲ့လီ။ က သံခါးသဘောအတုပျားနဲ့မုာ် တာအရူဒိုင်ကတားလား တာမအပတီကိးပတီဒီးအင်္ဂါနဲ့လီ။

CDC ငှးဂုထိတ်ပသိထိတ်တံပီးတံလီအသိ၊ v-safe နဲ့လီ။ တာအံမေးစာနုလားတာမနီနီမေး ဒီးဟ်ဖျါထိတ်ကသံခါးအတံဘက်တဖန် လားကအိတ်ဒီးနုနဲ့လီ။ V-safe ကငှးသုနီထိတ်နုလားတာဆာကတီဖဲလဲလဲနုကဘက်ဆဲးကသံခါးဖျါတဖန်အင်္ဂါနဲ့လီ။ ပျားလားအဆဲးနဲ့ကသံခါးသဘောဟုတ်လီအါထိတ်နုတံဂုတ်ကတိုက်ဆူဘက်ယားဒီး v-safe နဲ့လီ။ နုလီအီအါထိတ်ဝဲ V-safe ပီးလီသမံသ မီးကွာတာအိတ်ဆူအိတ်ခွဲဝဲဆဲးကသံခါးသဘောအလီခံ (www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/vsafe.html) သုနဲ့လီ။

တာယုထိတ်သုညါမလိတဖန်ငှးနဲ့လား COVID-19 ကသံခါးသဘောလဲလဲနဲ့တာစူးကါအီသုဂုဒိုင်မး လားအီသဘောလားဒီးနု COVID-19 အင်္ဂါနဲ့လီ။ အဝဲသုဂုဖျါလီကလားအမာတံလားအထိတ်တံအကလုလီဆီစုာ်ကိးနဲ့လီ။ တာဆဲးကသံခါးသဘော COVID-19 မေးစာနုလားတာမနီနီတံဆါနုးနုးနုးနုးဒီးနု COVID-19 အခါဒိုင်လဲနဲ့လီ။ COVID-19 ကသံခါးသဘောတဖန်ဟုတ်နု COVID-19 တသုဘက်နဲ့လီ။

တာယုသုညါမလိ COVID-19 ကသံခါးသဘောနဲ့ပုဟ်ယုဒီးပျားပုဟ်ယုမသကိး တာတဘျးဖုနဲ့လီ။

အရူဒိုင်လား တာကထာနုယုဒီးပပုတတအါဖုလား တာယုသုညါမကွာ COVID-19 ကသံခါးသဘောတာမကွာတဖန်အပူလီ။ ပျားပုဟ်ယု၊ ပျားလဲးတုာ်၊ ပျားအဝဲရကားအုဒယါ၊ ဒီးပျားအုဂျာ်ဖိလား အကထိတ်အကလးတဖန် ပုဟ်ယုလားတာယုသုညါတဖန်အပူနဲ့လီ။ ပသုညါလား ပျားတတဖန်အံ ညီနုတံဟ်တံအီလား ကသံခါးကသံခါးတာနုဘျးတဖန်အပူဒီး ဘက်လဲးခီဖျဲဝဲ တာကွာတလီကလုလဲလား အအိတ်ထိတ်လား တာစံခါးဝဲစါအပူ၊ ကသံခါးကသံခါးကွာထွဲ အတံတုာ်ဘက်တုာ်တံ၊ ဒီးတာမအါမသီတဖန်နဲ့လီ။ ခီဖျဲလား ပျား ကလုာ်၊ ကလုာ်နုာ်၊ သးနံခါး တာဆါအတံအိတ်သးလားအလီဆီတဖန် ပုဟ်ယုလား တာယုသုညါမကွာကသံခါးသဘောအပူအယိ၊ ပသုညါလား ကသံခါးသဘောအံဂုလား ပျားကိးဂုဒီးအင်္ဂါနဲ့လီ။

COVID-19 ကသံခါးသဘောလဲလဲနဲ့ဒီးသဘော COVID-19 နဲ့လီ။

COVID-19 ကသံခါးသဘောလဲလဲနဲ့ ဂုဒိုင်မးလား တာကဒီသဘောနုလား COVID-19 အင်္ဂါနဲ့လီ။ တာဟုတ်ကုတ်လား ပျားလားအသးနံခါး အိတ် ၅ နံခါး ပျားနုအနုတဖန် ကဆဲးကသံခါးသဘောနဲ့လီ။ mRNA ကသံခါးသဘောတဖန် (Pfizer ဒီး Moderna) တဖန်နဲ့ တာဘက်သးအီအါနုဒီး Johnson & Johnson ကသံခါးသဘော မုာ်လားအငှးအိတ်ထိတ် တာဒိုင်ဘက်လားအတအိတ်ထိတ်ညီနု၊ ဒ်အမုာ် သွံဂီကိတ်လိတ်အတံကိတ်ခဲတဖန်နဲ့လီ။ Johnson & Johnson ကသံခါးသဘောတဖန် အိတ်ဒီးလား ပျားလားအဆဲး mRNA ကသံခါး သဘောတသုဒီး မုတမုာ် ပျားအဲဒိုင်ဆဲးအီတဖန်အင်္ဂါလီ။

COVID-19 ကသံခါးသဘောအိတ်လား ပျားဆဲးနုကသံခါးသဘောလား ကီဝဲဒိုင်တဘုာ်အပူအင်္ဂါ၊ ဒ်အမုာ် တာအိတ်ဆူအိတ်ခွဲဝဲတာမအကွာအ ကျဲ၊ ပျားတတ တာဆဲးကသံခါးသဘောအလီအကျဲတဖန်၊ လီကဝီကမ္ဘာ တာအိတ်ဆူအိတ်ခွဲဝဲ၊ ကသံခါးကျးဒီးအဂတဖန်နဲ့လီ။ နုယုထာ လား မုာ်နုအဲဒိုင်ဆဲးကသံခါးသဘောလဲလဲတခါသုလီ။ နုမုာ်ယုကွာ ကသံခါးသဘောအလုာ်အပူလီတံလီဆဲးအယိ၊ ကိးဆီကွာ နုတံဆဲးကသံ န်ခါးသဘောအလီလား မုာ်အအိတ်ဒီးကသံခါးသဘောအကလုာ်ဝဲနုနီတကွာ။

ဖဲတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါ COVID-19 အလီၢ်ခံန့ၣ်, နကအိၣ်ဒီးကသံၣ်အတၢ် ဒီးဘၣ်တနီၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်လၢအမၤညီၣ်န့ၣ်အသး လၢနနီၢ်ခိမိၢ်ပျၢ်ကသ့ၣ်ထီၣ်တၢ်ဒီသဒါအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါ COVID-19 ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်, နကအိၣ်ဒီးစုၤန့ၣ်ဆါ ဒီးဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်န့ၣ်ထီၣ်တဖၣ်ကဆါ, တၢ်လီၤဘံး, ခိၣ်ဆါ, မ့တမ့ၢ် ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်တၢ်ကိၢ်ကထီၣ် (တၢ်ကိၢ်ထီၣ်န့ၣ်တၢ်ထံၣ်န့ၣ်အိၣ်စ့ၤ) န့ၣ်လီၤ. တဘျီတခိၣ်ကသံၣ်အတၢ်ဒီးဘၣ်တဖၣ်အံၤကလဲထီၣ်တၢ် ကိတၢ်ခဲလၢတၢ်ဆိကတီၢ်န့ၣ်လၢတၢ်မၤတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဂံၤလၢနမၤညီၣ်န့ၣ်အိၣ်လၢခံသိသးန့ၣ်လီၤ.

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးကသံၣ်အတၢ်ဒီးဘၣ်လၢအနးလၢအလိၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချၢတၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်, လဲၤဆူတၢ်ဆါဟံၣ် မ့တမ့ၢ် ကိး ၉၁၁ တက့ၢ်.

COVID-19 ကသံၣ်ဒီသဒါန့ၣ်ကမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအိၣ်ကလီၤအိၣ်လၢနဂီၢ်လီၤ.

COVID-19 ကသံၣ်ဒီသဒါန့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအိၣ်ကလီၤအိၣ်ဆူပုၤကိးဂၤဒဲးလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်လၢကွၢ်လၢကွၢ်စ့ၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒဲးလဲၣ်ဂ့ၤ, ပျၢ် ဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချၢတၢ်မၤစၢၤ မၤတၢ်ယုတၢ်လၢကွၢ်လၢကွၢ်စ့ၤလၢတၢ်ဟ့ၣ်ရဲၣ်ကွၢ်တၢ်လၢတၢ်ဆဲးန့ၣ်ကသံၣ်ဆူပုၤတၢ်ကလဲအိၣ်သ့ န့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်အခိၣ်ပညိမ့ၢ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် ပျၢ်ကယုန့ၣ်တၢ်အုၣ်ကိၢ်တၢ်ဂီၢ်တၢ်ကွၢ်ဖဲနဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါ COVID-19 အခါန့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ် တအိၣ်ဒီးတၢ်အုၣ်ကိၢ်ဒီး/မ့တမ့ၢ် ဟ့ၣ်စ့ၤလၢတၢ်ဟ့ၣ်ရဲၣ်ကွၢ်အဂီၢ်မ့ၢ်တန့ၢ်ဒဲးလဲၣ်န့ၣ် နဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါသ့ဒီးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးဆူၣ်ထီၣ် ကသံၣ်ဒီသဒါ COVID-19 အဂီၢ် ဘူးစထၢၣ်တဖၣ်န့ၣ် မ့ၢ်တၢ်လၢအမၤစၢၤလၢ ကအိၣ်ဒီးတၢ်ဒီသဒါလၢအဂ့ၤအဂီၢ်လီၤ.

ဖဲပျၢ်တၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ် အဂီၢ်ခိၣ်ထံးကသံၣ်ဒီသဒါ စံရံ (တဖျၢၣ် မ့တမ့ၢ် ခံဖျၢၣ် ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢ ကသံၣ်ဒီသဒါအကလုာ်လၢ အဆဲးဝဲ အဖီခိၣ်), အဝဲသ့ၣ် ကအိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဒီသဒါ COVID-19 လၢအဂ့ၤကတၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖျိၣ်အသိတဖၣ် ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲလၢ တၢ်ဒီသဒါ တၢ်ဘၣ်ကၢ်စ့ၤလီၤဝဲလၢ တၢ်ဆါကတီၢ်အဖီခိၣ်သ့, ဖဲ COVID-19 ကသံၣ်ဒီသဒါတဖၣ် မ့ၢ်ဒဲးတၢ် ကသံၣ်လၢအမၤတၢ်တုၤလီၤဂ့ၢ်ဒိၣ်မး လၢ ကဒီသဒါ တၢ်ဘၣ်ယိၣ်လၢ ကမၤန့ၢ်တၢ်ဆါလၢအနး, တၢ်ဘၣ်ထီၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်, ဒီးတၢ်သံတၢ်ပျၢ်တဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆဲးအိၣ်ထီၣ် က သံၣ်ဒီသဒါတဖျၢၣ်, လၢတၢ်ကိးအိၣ်လၢ ဘူးစထၢၣ်န့ၣ်, မၤစၢၤတၢ်လၢကမၤန့ၢ်တၢ်ဒီသဒါလၢအပတီၢ်ထီၣ်သ့လီၤ.



Minnesota Department of Health | health.mn.gov | 651-201-5000
625 Robert Street North PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975

ဆဲးကျိး health.communications@state.mn.us လၢကမၤန့ၢ်တၢ်ဂီၢ်တၢ်ကျိၤလၢအက့ၢ်အဂီၢ်အဂၤတဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်. (Karen)