



# ការពិតអំពីថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19

## ហេតុអ្វីគួរចាក់ថ្នាំបង្ការ?



- ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 គឺមានសុវត្ថិភាព និងមានប្រសិទ្ធភាព។
- ការទទួលបានថ្នាំបង្ការគឺជាមធ្យោបាយដ៏ល្អបំផុតដើម្បីជួយការពារអ្នក និងមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក ពីការធ្លាក់ខ្លួនឈឺ មិនបានទៅធ្វើការងារឬសាលារៀន ការចូលសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យ ឬការស្លាប់បាន។
- ថ្នាំបង្ការការពារប្រឆាំងមេរោគប្រភេទ Delta ផ្សេងៗ។ ថ្នាំបង្ការទាំងឡាយក៏នឹងកាត់បន្ថយឱកាសដែលមេរោគប្រភេទថ្មីៗនិងដែលកាន់តែគ្រោះថ្នាក់ កុំឱ្យលេចឡើងផងដែរ។

## តើអ្នកណាខ្លះអាចទទួលបានថ្នាំបង្ការបាន?



### មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 5 ឆ្នាំឡើងទៅ

- ថ្នាំបង្ការគឺឥតគិតថ្លៃសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា - ទោះបីជាអ្នកមិនមានការធានារ៉ាប់រងក៏ដោយ។
- អ្នកនឹងមិនត្រូវបានសួរនាំអំពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍របស់អ្នកទេ។
- មនុស្សគ្រប់រូបដែលមានអាយុចាប់ពី 5 ឆ្នាំឡើងទៅត្រូវបានណែនាំឱ្យចាក់ថ្នាំបង្ការ រួមទាំងអ្នកដែលមានផ្ទៃពោះឬកំពុងបំបៅដោះកូន និងអ្នកដែលធ្លាប់មានជំងឺ COVID-19 ផងដែរ។
- មនុស្សភាគច្រើនដែលមានប្រតិកម្ម ឬការទាស់ ក៏អាចចាក់ថ្នាំបង្ការបានដែរ។

## របៀបទទួលបានថ្នាំបង្ការ

មានទីតាំងចាក់ថ្នាំបង្ការរាប់រយកន្លែងនៅទូទាំងខោនធី LA - ទីតាំងជាច្រើនបើកបម្រើការជូននៅចុងសប្តាហ៍ និងពេលល្ងាច ហើយមិនចាំបាច់ធ្វើការណាត់ជួបទេ។

ដើម្បីស្វែងរកទីតាំងនៅជុំវិញអ្នក៖



- សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinate.lacounty.gov) ឬទូរស័ព្ទទៅលេខ **833-540-0473** ចាប់ពីម៉ោង 8:00 ព្រឹកដល់ម៉ោង 8:30 យប់។
- អ្នកក៏អាចទូរស័ព្ទទៅលេខ 2-1-1 ដែលមានព័ត៌មានជាច្រើនភាសា ហើយមានបម្រើការជូន 24 ម៉ោងក្នុងមួយសប្តាហ៍ (24/7) ឬសួរគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក ឬឱសថការី (អ្នកលក់ថ្នាំពេទ្យ) ក្នុងតំបន់របស់អ្នកក៏បាន។
- ការដឹកជញ្ជូនដោយឥតគិតថ្លៃ និងការចាក់ថ្នាំបង្ការនៅតាមផ្ទះក៏មានផ្តល់ជូនផងដែរ។

អនីតិជន (ជនមិនទាន់គ្រប់អាយុ) ត្រូវការការយល់ព្រមពីឪពុកម្តាយ ឬអាណាព្យាបាលស្របច្បាប់ ដើម្បីទទួលបានការចាក់ថ្នាំបង្ការ។

## តើថ្នាំបង្ការប្រភេទណាខ្លះ ដែលមានផ្តល់ជូននៅសហរដ្ឋអាមេរិក?

	<b>Pfizer</b>	<b>Moderna</b>	<b>Johnson &amp; Johnson</b>
មានសម្រាប់៖	មនុស្សអាយុចាប់ពី 5 ឆ្នាំឡើងទៅ	មនុស្សអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ	មនុស្សអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ
លំដាប់ដំបូងដែលផ្តល់ជូនជា៖	2 ដូស - គម្លាត 21 ថ្ងៃពីគ្នា	2 ដូស - គម្លាត 28 ថ្ងៃពីគ្នា	1 ដូស

**ដូសទី 3** - សម្រាប់មនុស្សដែលមានអាយុចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើងទៅ ហើយដែលមានភាពសុំចុះខ្សោយ និងបានទទួលការចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna។

**ដូសជំរុញ** - សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ។ រយៈពេល 2 ខែបន្ទាប់ពីការចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ J&J និងរយៈពេល 6 ខែបន្ទាប់ពីការចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna។





# ការពិតអំពីថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19

## តើមានផលប៉ះពាល់អ្វីខ្លះ?

- ផលប៉ះពាល់របស់ថ្នាំបង្ការគឺអាចកើតមានជាទូទៅ និងអាចមានដូចជាឈឺដៃ ឬដៃឡើងក្រហម មានអារម្មណ៍អស់កម្លាំង ក្រុនក្តៅ ក្រុនរងា ឈឺក្បាល ឬឈឺសាច់ដុំ។ ទាំងនេះមិនមានន័យថាអ្នកមានជំងឺ COVID-19 នោះទេ។ មិនមែនមនុស្សគ្រប់គ្នានឹងមានផលប៉ះពាល់ទាំងនេះទេ។
- ផលប៉ះពាល់គឺជាសញ្ញាដែលថាប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់អ្នកកំពុង**បង្កើតការការពារ**។ វាអាចប៉ះពាល់ដល់សមត្ថភាពរបស់អ្នក ក្នុងការធ្វើសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃមួយចំនួន ប៉ុន្តែគួរតែបាត់ទៅវិញក្នុងរយៈពេលមួយ ឬពីរថ្ងៃបន្ទាប់ពីចាក់ថ្នាំបង្ការ។
- ផលប៉ះពាល់បែបធ្ងន់ធ្ងរគឺកម្រ ហើយភាគច្រើនអាចព្យាបាលឱ្យជាសះស្បើយបានដែរ។



## ចុះសុវត្ថិភាពវិញ តើយ៉ាងណាដែរ?

- អ្នកមិនអាចកើតជំងឺ COVID-19 ពីថ្នាំបង្ការឡើយ។ គ្មានថ្នាំបង្ការណាមួយមានផ្ទុកមេរោគដែលបង្កជំងឺ COVID-19 នោះទេ។
- ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 បានឆ្លងកាត់ - និងបន្តឆ្លងកាត់ - **ការតាមដានផ្នែកសុវត្ថិភាពយ៉ាងល្អិតល្អន់** បំផុតក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រអាមេរិក។
- ថ្នាំបង្ការត្រូវបានធ្វើតេស្តលើមនុស្សរាប់ម៉ឺននាក់ រួមទាំងមនុស្សដែលមានពណ៌សម្បុរស្បែកខុសគ្នា មនុស្សចាស់ និងមនុស្សដែលមានបញ្ហាសុខភាព ហើយត្រូវបានរកឃើញថា**មានសុវត្ថិភាព និងមានប្រសិទ្ធិភាព**។
- ចាប់តាំងពីខែធ្នូ ឆ្នាំ 2020 មក **មនុស្សរាប់រយលាននាក់**បានទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ដោយសុវត្ថិភាព។
- មិនមានភស្តុតាងណាមួយដែលបញ្ជាក់ថា ការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 បណ្តាលឱ្យមានបញ្ហាការបង្កកំណើតឡើយ។ ថ្នាំបង្ការទាំងនេះគឺមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់មនុស្សដែលមានផ្ទៃពោះ ហើយថែមទាំងមានការណែនាំពីអ្នកជំនាញផ្នែកផ្ទៃពោះផងដែរ។

## បន្ទាប់ពីចាក់ថ្នាំបង្ការ

- អ្នកមិនត្រូវបាន **ចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ** នៅឡើយរហូតដល់រយៈពេល 2 សប្តាហ៍បន្ទាប់ពីអ្នកទទួលបានថ្នាំបង្ការប្រភេទ Johnson & Johnson ទីមួយ ឬថ្នាំបង្ការប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna លើកទីពីររបស់អ្នក។ វាត្រូវការពេលវេលាដើម្បីឱ្យរាងកាយរបស់អ្នកបង្កើតភាពស៊ាំ។
- បន្ទាប់ពីអ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ បន្តចាត់វិធានការដើម្បីការពារខ្លួនអ្នក និងអ្នកដទៃ៖
  - **ពាក់ម៉ាស់ដែលបិទជិតល្អត្រឹមត្រូវ**
  - នៅតែផ្ទះ ពេលឈឺ
  - លាងសម្អាតដៃឱ្យបានញឹកញាប់
  - ជៀសវាងទីកន្លែងដែលមានមនុស្សច្រើនកុះករ ឬទីកន្លែងដែលមិនមានខ្យល់បក់ចេញចូលល្អ
  - រក្សាគម្លាតរបស់អ្នក

