



# သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B နှံ့မှ်တစ်မ နှံ့လဲင်?

သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B နှံ့မှ်သွက်တစ်ဆါအတတ်ဘက်ကူ ဘက်ဂ်နးနးကလဲင်ကထီပဲအသးခီဖျိုလါ၊ သွက်ညှိုး တစ်ဆါ B အယာ်အယိနှံ့လီ၊ ဒူးကဲထီပဲဝဲဒ်တတ် ဆိးကွဆါ တဆိးတကွဲလါအနွံပူသ့ဝဲ မ့တမှ် တတ် ဆိးကွဆါနးနးကလဲင်လါတစါသးသ့ဝဲဒ်နှံ့လီ၊

ပုဒီးနှံ့ဘက်သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B 4 ဂါအကျါ 1 တဂါ နှံ့ကဒီးနှံ့ဘက်ဝဲဒ် သွက်အတတ်ဂွံကီနးမးတဖပ်, ခဲစာ်တစ်ဆါဒ်လဲင်လီ၊ သန့်ကွ တတ်ကူစါယါ ဘျါဒီး တတ်သမံကမိးမးကွံ အိပ်ဝဲဖဲတတ်ထံင်သ့ဝဲ ညါဘက်အီ၊ ဆိဆိနှံ့လီ၊

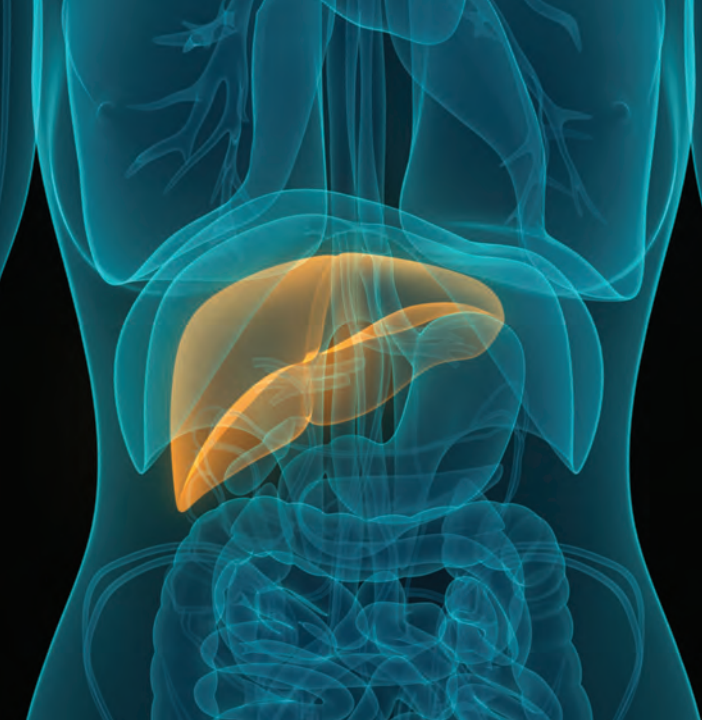
## သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B နှံ့ရလါအသးဒ်လဲင်?

သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B နှံ့ရလါအသးလါပုတဂါအူ ပုတဂါအအိပ် ခီဖျိုတတ်ဘက်ဒီးဘက်ဒါလါ သွံ့မှ် တမှ်နီခိအထံတဖပ် လါအဘက်ကူဘက်ဒီးတတ် ဆါနှံ့လီ၊ ဘက်တစ်ခိအီသ့လါ

- မိဒါဆူဖဲသပ် ဖဲအိပ်ဖျိအဆါကတီအခါ
- ခီဖျိုတတ်ဘက်ဒီးဘက်ဒါလါပုလါအအိပ်ဒီးသွက် ညှိုးတစ်ဆါ B တဂါအသွံ့
- တတ်စူးကါသကိးနီတဂါအတတ်ပီးတတ်လီ ဒ်အ မှ်ဝဲဒ် တတ်ထူးမဲဘိ, တတ်လူ့ခေ်ဆူ, တတ် တံင်စု, မ့တမှ် ကသံင်ကသိတတ်ပီးတတ်လီတ ဖပ် (တတ်မကွံကလူခိး(စ) ပိးလီ) ဒီးပုလါအ အိပ်ဒီးသွက်ညှိုးတစ်ဆါ B တဂါ
- မုဂ်ခွါတတ်မဲယုတ်လီသး
- တတ်စူးကါသကိး ထးဆဲး, ကသံင်ဆဲးပီ, မ့တ မှ် တတ်ကတ်ကတီကသံင်မူးဘိုးပိးလီတဖပ်

## သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B နှံ့တရလါအသးခီဖျို-

- တတ်ဟွန်နီအိပ်သကိးတတ်အိပ် မ့တမှ် တတ်သူသကိး တတ်အိပ်တတ်အိအပိးလီတဖပ်
- တတ်ထိးဘူးထိးတတ်လိင်သးညီနှိဒ်အမှ်ဝဲဒ် တတ် ဖိးဟု, တတ်နါမူ, မ့တမှ် တတ်ဖိပ်လီသးစု
- ထံ မ့တမှ် ကလံကျါ



## လါကမးနှံ့အါထီပဲတတ်ဂွံတတ်ကျိအဂီ-

**Centers For Disease Control and Prevention (CDC, တတ်တတ်ပာယာ်ဒီးတတ်ဒီသ ဒါတတ်ဆါလီခေ်သး)**  
[www.cdc.gov/hepatitis/hbv/](http://www.cdc.gov/hepatitis/hbv/)



DOH 420-405 May 2022 Karen  
လါကမးနှံ့ လိင်တီလိင်မိအံအကွံအဂီအဒိအဂါတမံ၊ အဂီ, ကိး 1-800-525-0127 တကွံ, ပုစူးကါတတ်မာစါ လါအနတ်အါ မ့တမှ် နှံ့ဟူတတ်ကိတဖပ်အဂီ, ဝံသးစူ ကိး 711 (Washington Relay) မ့တမှ် ဆုအံမ့(လ) ဆူ [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov) တကွံ,  
တတ်မာစါအဂီထံး- Minnesota Department of Health (Minnesota ဆူဂ်ချ့ဝဲကျါ), (သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B)

# သွက်ညှိုးတစ်ဆါ B- တတ်လါပုကိးဂါဒီး ကြးသ့ညါ



# မတၤတဖၣ်ကြၢ်းဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါလဲၣ်?

Centers For Disease Control and Prevention (CDC, တၢ်ကၤယၢ်ဒီးတၢ်ဒီသဒါတၢ်ဆါလီၢ်ခၢၣ်သး) ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဒၣ်လၢ ပုၤလၢအကြၢ်းဆဲးဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါ သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B တဖၣ်ဟ်ဃုာ်ဝဲ-

- ဖိသၣ်အိၣ်ဖျါၣ်သီတဖၣ်ခဲလၢာ်
- ဖိသၣ်ဒီးပုၤနီၣ်ဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပုၤတဖၣ်တုၤလၢ 59 နံၣ်လၢ အတဆဲးဘၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါ, အတၢ်ဘၣ်ယိၣ်မ့ၢ် အိၣ်ဒိလဲၣ်ဂ့ၢ်ဒိလဲၣ်ဂ့ၢ်
- ပုၤသးပုၤသးနီၣ် 60 ဒီးဆူဖိခိၣ်တဖၣ်လၢအအိၣ်ဒီး တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ်-
  - ပုၤလၢအိၣ်လၢတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အလီၢ် လၢတၢ်ဆါကဘၣ်ကူဘၣ်ဂၢ်အီၤ ခီဖျါမုၢ်ခွါ တၢ်မဲဃုာ်လိာ်သး
  - ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ် ဘၣ်ဃးတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ကံတၢ်ဆါ ခီဖျါတၢ်ကူးကွဲး မ့တမ့ၢ် ဖဲးဘ့ၣ် တဲၤထီၣ်ဒီးဘၣ်ဒီးသ့ၣ်
  - ပုၤလဲၤက့ၤတၢ်လီၢ်တဖၣ်ဖဲအအိၣ်ဒီး သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B တၢ်တၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂၢ်ဖဲအကြၢ်း မ့တမ့ၢ် အါ
  - ပုၤလၢအိၣ်ဒီးသူၣ်တၢ်ဆါယံာ်ထၢ
  - ပုၤလၢအိၣ်ဒီး HIV တၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ကံ
  - ပုၤလၢအလီၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်
  - ပုၤကညီအဂုၤဂၤလၢအဃုာ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဒီသဒါလၢ သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B



# မတၤတဖၣ်ကြၢ်းမၤကွၢ်အသးလဲၣ်?

ကျဲအိၣ်ထဲတဘိ လၢနကသ့ၣ်ညါဘၣ်နဲ မ့ၢ်န အိၣ်ဒီးသူၣ်ညးတၢ်ဆါ B ဧါန့ၣ် နကဘၣ်မၤကွၢ်နသးလီၤ.

- ပုၤလၢအတၢ်ထိးဘူးထိးတၢ်လိာ်သးညီန့ၢ် ကြၢ်းမၤကွၢ်အသးလၢ သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B အဂီၢ်ဘၣ်ဆါဘၣ်ကတီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤလၢအဒါဖိ တဂၤမ့ၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်ဝဲဒၣ် သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B န့ၣ် တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါ ချုးဆါချုးကတီၢ်န့ၣ် ဒီသဒါဝဲတၢ်ဆါဃၢ်အတၢ်ရၤလီၤသးဆူဖိသၣ် အအိၣ်သံဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ပုၤလၢအအိၣ်ဆိးဒီး ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးသူၣ်ညးတၢ်ဆါ B.
- ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အါလၢအကဒီးန့ၢ် ဘၣ်ဝဲဒၣ် သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B တဖၣ် အဝဲအံၤဟ်ဃုာ်ဝဲဒၣ်-
  - ပုၤဖိသၣ်လၢအအိၣ်ဖျါၣ်လၢတၢ်လီၢ် လၢ ပုၤဒီးန့ၢ်ဘၣ်သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B အါအလီၢ် မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်မိၢ်ပၢ်တဖၣ်လၢအအိၣ်ဖျါၣ်လီၤ တၢ်လီၢ်ဖဲန့ၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ဒ်အမ့ၢ်ဝဲဒၣ်အါဖ ရံကၤ မ့တမ့ၢ် ကီၢ်အ့ၣ်အပူၤ
  - ပုၤလၢအဆဲးကသံၣ်မူၤဘျီ
  - ပိၣ်ခွါလၢအမံၤဃုာ်ဒီးဟိၣ်ခွါတဖၣ်



**ပုၤကညီကအိၣ်ဝဲဒၣ် 296 ကကွၢ်ဃုာ်ဃုာ်**  
လၢအိၣ်ဒီးသူၣ်ညးတၢ်ဆါ B လၢဟီၣ်ခိၣ်ဒိတဖျါၣ်, ဘၣ်ဆၣ်အဝဲသ့ၣ်တဖၣ်တသ့ၣ်ညါဝဲဒၣ်လၢအဘၣ်ကံဒီး တၢ်ဆါဘၣ်သ့ မ့ၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်တဆိက့ဘၣ်မ့တမ့ၢ် တလီၢ်ကံဆိးက့ဘၣ်အဃုာ်လီၤ.



# မ့ၢ်ကသံၣ်ဒီသဒါတဖၣ်န့ၣ် ပုၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဧါ.

သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B အကသံၣ်ဒီသဒါအံၤ ပုၤဖျးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ် ဒီးဂ့ၢ်ဝဲတုၤလီၤတီၤလီၤဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲန့ၣ်ဘၣ်တၢ်သူၣ်အီၤလၢ အမဲရကၤကီၢ်စၢ်ဖျါအပူၤစးထီၣ်လၢ 1982 န့ၣ်လီၤ.

သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B အကသံၣ်ဒီသဒါအဖျါၣ်အါန့ၢ်ဒီး တက့ၢ်န့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆဲးန့ၢ်ဝဲဒၣ်ပုၤလၢဟီၣ်ခိၣ်ဒိတဖျါၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါအတၢ်ဒိဆါလၢအမၤသးညီန့ၢ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲဒၣ် တၢ်လီၤကီၢ်လၢအစၢ်ဒီး ဖဲအကြၢ်းဒီး တကံတကးဖဲနဆဲးကသံၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်တဖၣ်ကယံာ်ဝဲဒၣ် 1-2 သီသ့န့ၣ်လီၤ.



# ယလဲၤဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါ သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B ကသ့ၣ်လၢတၢ်လီၢ်ဖဲလဲၣ်?

တဲသကိးတၢ်ဒီးနကသံၣ်ကျဲး ပုၤကွၢ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ မ့တမ့ၢ် နလီၢ်ကဝီၤဆူၣ်ချ့အဝဲၤကျါ ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါန့ၣ်တက့ၢ်. ကသံၣ်ဒါးတနီၤန့ၣ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါ သူၣ်ညးတၢ်ဆါ B လၢအပူၤစၢၤဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဆူၣ်ချ့တၢ်အုၣ်ကီၤန့ၣ် ကဟ့ၣ်န့ၣ်ဝဲဒၣ်ကသံၣ်ဆဲးဒီသဒါအပူၤ လၢပုၤကညီသးန့ၣ်တုၤလၢ 59 န့ၣ်, ဒီးပုၤလၢအသးန့ၣ်အါန့ၢ် 60 လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

နမ့ၢ်အိၣ်ဖျါၣ်နဖိန့ၣ် နဆဲးန့ၢ်နဖိသူၣ်ညးတၢ်ဆါ B ကသံၣ်ဒီသဒါလၢတၢ်ဆါဟီၣ်သတချုးနစံၣ်လီၤလၢတၢ်ဆါဟီၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆဲးန့ၢ်ဖိသၣ်အိၣ်ဖျါၣ်သီကသံၣ်ဒီသဒါန့ၣ် တလီၢ်ဟ့ၣ်အပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.