



# တၢ်သးအံးတၢ်ကူး(တၢ်ကူးဖးထီ)

## ❑ တၢ်ကူးဖးထီစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလၢၣ်.

✓ တၢ်ကူးဖးထီစံးမ့ၢ်တၢ်ဘၣ်တၢ်ဆါဘဲးထံရံၣ်ယါလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံးဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ကူးလၢအနးဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ.

## ❑ တၢ်ဆါအက့ၢ်ပနီၣ်တဖၣ်.

- ✓ တၢ်ဆါအက့ၢ်ပနီၣ်တဖၣ်အိၣ်ဖျါထီၣ်လၢဖိသိဒီး ၂၁သိအဘၣ်စၢၤ(ညီန့ၢ်၇-၁၀အတီၢ်ပူၤ)ဖဲအထံၣ်လိာ်သးဒီးပူၤလၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံးတၢ်ဂၤဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.
- ✓ တၢ်ကူးဖးထီစံးအဆိၣ်ထံးန့ၣ်ကစးထီၣ်အသးလၢတၢ်ခုၣ်ဘၣ်အက့ၢ်ပနီၣ်တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်ကူးယုထီဒီးလၢခံန့ၣ်တၢ်ကပိာ်ထွဲထီၣ်အခံလၢတၢ်ကူးနးနးကျဲးကျဲးတပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ်န့ၣ်လီၤ.သးကလးမ့ၢ်တၢ်ဘၣ်တဖၣ်အသးဖဲလၢန့ၣ်နးနးကျဲးကျဲးဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.တၢ်ကူးအံၤကနးအါထီၣ်လၢမ့ၢ်န့ၣ်လီၤ.ပူၤတၢ်ဂၤအံၤကဖျါအိၣ်အူၣ်အိၣ်ဖျါဖဲလၢတကူးနးနးအါန့ၣ်လီၤ.အလီၤတၢ်ကံးတၢ်မ့ၢ်တဖၣ်အလီၤကကသ့ထဲတစဲးလီၤ.
- ✓ ပူၤတီၢ်ဖိ.ပူၤဒိၣ်ထီၣ်သိဖိဒီးပူၤဒိၣ်တုၤတုၤတဖၣ်လၢအဆဲးဖဲကသံၣ်ဒီးသၤတၢ်ဆါတဖၣ်န့ၣ်အလီၤကသ့ကစၢၤန့ၣ်ဒီးပူၤဖိသ့အဆဲးဖဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ✓ ဖိသ့အံၤလၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ကူးဖးထီန့ၣ်တဖၣ်အိၣ်ထီၣ်တၢ်ကူးလၢနးနးကျဲးကျဲးဘၣ်.ကကထီၣ်တၢ်ကူးယိယိဖိ.အိၣ်တၢ်စ့ၤလီၤကွဲၤဒီးကသါကတံၢ်မ့ၢ်တဖၣ်ထီၣ်ဂီၤထီၣ်လၢထီၣ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.

## ❑ တၢ်ဆါရၢလီၤအသးဒိၣ်လၢၣ်.

- ✓ တၢ်ကူးဖးထီစံးရၢလီၤအသးဒိၣ်ဖျါထီၣ်အဖျါအကမ့ၢ်ဖိတဖၣ်လၢအဖဲဖျါထီၣ်လၢထးခိၣ်ဒီးန့ၣ်.ဖဲလၢပူၤလၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ကူးဖးထီတၢ်ဂၤအံၤကနး.သါကဆဲးမ့ၢ်တဖၣ်တၢ်ဆါန့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပူၤလၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ကူးဖးထီဒီးတဘၣ်တၢ်ကူစါဒီးဘၣ်န့ၣ်ရၢလီၤသက့တၢ်ဆါအါန့ၣ်အတီၢ်ပူၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပူၤဒိၣ်တုၤတုၤ.ဖိသ့ဒီးအူၣ်ဖျါပူၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ကူးဖးထီဒီးတဖၣ်သ့ၣ်လၢသးဝဲတဖၣ်ဒုးဘၣ်ကူဘၣ်ကံးပူၤဂၤသ့ဝဲ.ယုၣ်ဒီးဖိသ့အံၤဒီးပူၤဖိဒါသ့ၣ်တဖၣ်အဆိၣ်န့ၣ်လီၤ.

## ❑ မ့ၢ်မတၢ်တဖၣ်မၤန့ၢ်တၢ်ဆါသ့လၢၣ်.

- ✓ ပူၤလၢအဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလိာ်သးဒီးတၢ်ဆါယံန့ၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ကူးဖးထီသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
- ✓ တၢ်ကူးဖးထီကသံၣ်ဆဲးဒီးသၤအံၤန့ၣ်ဒီးသၤတၢ်ဆါလၢဖိသ့အိၣ်ဖျါထီၣ်သိဖိတဖၣ်အဂီၢ်ဘၣ်ဆၢ.ဆဲးဖဲကသံၣ်ဒီးသၤတၢ်ဆါလဲၣ်န့ၣ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ကူးဖးထီသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
- ✓ တၢ်ကူးဖးထီစံးထီၣ်အသးလၢဖိသ့လၢအနီၣ်ဒိၣ်ဒီးပူၤဒိၣ်တုၤတုၤတဖၣ်အံၤဖိဖျါလၢကသံၣ်ဆဲး(DTP, DTaP)တဖၣ်အံၤဒီးသၤတၢ်န့ၣ်၁၀၀မ့ၢ်ကယၤပူၤပုၤဘၣ်ဒီးဒီးယံၣ်ဒီးအသဟံၣ်စ့ၤလီၤကွဲၤအယိန့ၣ်လီၤ.

## ❑ ပူၤလၢအလီၤဘၣ်ယိၣ်အဆိၣ်တၢ်တဖၣ်မ့ၢ်မတၢ်လၢၣ်.

- ✓ ဖိသ့လၢအသးန့ၣ်၁န့ၣ်အဆိၣ်လၢတဖၣ်မ့ၢ်ပူၤလၢအလီၤဘၣ်ယိၣ်အဆိၣ်ကတၢ်လၢတၢ်ကူးဖးထီနးနးကျဲးကျဲးအဂီၢ်.ယုၣ်ဒီးလဲၣ်ထီၣ်ဒီးပူၤသးလၢတၢ်ဆါဟံၣ်.တၢ်ခုၣ်ဘၣ်ပသိၣ်ညးတၢ်ဆါ.တၢ်ထီၣ်ဒီးတဘျီတခါန့ၣ်.ခိၣ်န့ၣ်ဟးဂီၤမ့ၢ်တဖၣ်တၢ်ဒုၤလဲၣ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
- ✓ ဖိသ့လၢတဆဲးဘၣ်ကသံၣ်ဒီးသၤမ့ၢ်တဖၣ်ဆဲးကသံၣ်ဒီးသၤတၢ်န့ၣ်တဖၣ်စ့ၤကိးအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အဆိၣ်ကတၢ်လၢတၢ်ကူးဖးထီဒီးတၢ်ဆါနးနးကျဲးကျဲးသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.
- ✓ ပူၤဖိဒါလၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ကူးဖးထီဒီးဘူးလၢဖိဆဲးကဆိၣ်န့ၣ်စ့ၤကိးကဘၣ်ဟံၣ်လီၤဆိဒီးအဖိဆဲးလၢအိၣ်ဖျါသိန့ၣ်လီၤ.

## ❑ တၢ်ကူစါယါဘျီ

- ✓ ဝဲတၢ်ဆါကထီၣ်သိအါန့ၣ်.တၢ်ကူးဖးထီကသံၣ်ဆဲးမၤစၢၤဒိသိးတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ကံးအူၣ်ပူၤအဂၤအဆိၣ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.
- ✓ ပူၤလၢအဘၣ်တၢ်ကူစါအါဒီးကသံၣ်ကသိတဖၣ်န့ၣ်.ဖဲလၢအဒီးကူစါအသးဒီးဝံၤအလီၢ်ယံၣ်သိပူၤကွဲၤန့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဘူးဘူးတၢ်တံၢ်ဒီးပူၤအဂၤလဲၣ်ဘၣ်ကူဘၣ်ကံးပူၤအဂၤတန့ၢ်လၢဘၣ်.

## ❑ တၢ်ဒီသဒါ

- ✓ ဟံးန့ၢ်ကသံၣ်ဒီးသၤတၢ်ကူးဖးထီပူၤတက့ၢ်.
  - ဖိသ့လၢအသးန့ၣ်အဖိလၢတဖၣ်ကဘၣ်ဆဲးDTaP ၅ဘျီလီၤ.
  - ပူၤလၢလၢတဖၣ်ကဘၣ်ဆဲးDTaPထဲတဘျီဖိလီၤ.
    - ဖိသ့လၢအသး၇-၁၀န့ၣ်အဘၣ်စၢၤတဖၣ်လၢအဆဲးဘၣ်ဒီးတၢ်ဆါတၢ်ကူးဖးထီကသံၣ်ပူၤပုၤဒီးသ့ၣ်တဖၣ်.
    - ပူၤဒိၣ်ထီၣ်သိဖိတဖၣ်လၢအသး၁၁-၁၈န့ၣ်အဘၣ်စၢၤတဖၣ်လၢအဆဲးကသံၣ် DTP/DTaP ပူၤပုၤဝံၤသ့ၣ်တဖၣ်.
    - ပူၤဖိဒါဒီးမိဖိဆဲးတဖၣ်.ဖဲလၢသၢလၢတလၢမ့ၢ်ခံလိတလၢအကတၢ်.ဟုးသးအိၣ်ထီၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံ ၂၀န့ၣ်အလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.
    - ပူၤဒိၣ်တုၤတုၤပူၤလၢအသး၁၉န့ၣ်ဒီးအူၣ်အိၣ်တဖၣ်.လီၤဆိဒ်တၢ်ပူၤဒိၣ်တုၤတုၤတဖၣ်လၢကဆိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်လၢကဆိၣ်ဘူးဘူးတၢ်တံၢ်ဒီးပူၤဖိသ့အိၣ်ဖျါထီၣ်သိဖိလၢအသးန့ၣ်၁၂လၢအူၣ်အဖိလၢတဖၣ်.
  - ဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်ဒီးပူၤလၢအိၣ်ဘူးဘူးတၢ်တံၢ်ဒီးဖိသ့အိၣ်ဖျါထီၣ်သိဖိသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်အူၣ်ဒိၣ်သပုၤကတၢ်လၢကဘၣ်ဆဲးဟံၣ်ကသံၣ်ဒီးသၤတၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ✓ န့ၢ်ဆိးကူးန့ၣ်.ဟးဆဲးပူၤဖိသ့အိၣ်ဖျါသိဒီးမိဖိဒါလၢဖိဆဲးကဆိၣ်တဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.တဘၣ်လဲၣ်ဟးအိၣ်သကိးမ့ၢ်တဖၣ်မၤတၢ်လၢတၢ်ဆါအိၣ်ဖျါမိဆဲး.အိၣ်ဖျါမိဆဲးဒီးတၢ်ကူထွဲဖိသ့အလီၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်တဖၣ်အပူၤ.ဒီးတဘၣ်လဲၣ်ဟးမ့ၢ်မ့ၢ်မၤတၢ်လၢတၢ်ကူထွဲဖိသ့အလီၤတဖၣ်ဘၣ်.
- ✓ န့ၢ်ဆိၣ်တပူၤယိမ့ၢ်မ့ၢ်အိၣ်ဘူးဘူးတၢ်တံၢ်ဒီးပူၤလၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ကူးဖးထီန့ၣ်.အလီၤကဆိၣ်ဝဲလၢန့ၣ်ကဘၣ်ဆဲးကသံၣ်ဒီးသၤတၢ်ကူးဖးထီန့ၣ်လီၤ.ဆဲးကျဲးဘၣ်ဒီးန့ၣ်ကသံၣ်သရၣ်အဆိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

န့ၢ်န့ၢ်ဘၣ်လံာ်အံၤလၢအက့ၢ်အဂီၤအကလုာ်ကလုာ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.

ဟံၣ်ဖျါထီၣ်King Countyတၢ်ပုၤတၢ်ကျိၤဖဲလၢအံၤအူၣ်  
ကမ့ၢ်အူၣ်ဖျါဒီးမိဖျါဆဲးကျိၤလီၤဝဲ(206) 296-4774