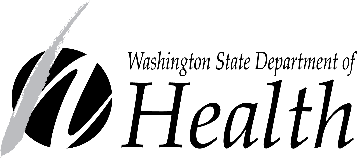
****

DOH 821-141 June 2021 Khmer

**នាដកថាវីដេអូនៃការអប់រំអំពីវ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19**

**របៀបក្នុងការប្រើប្រាស់គំរូនាដកថានេះ**

ខ្លឹមសារនៃនាដកថាវីដេអូនេះ​​លើកឡើង​នូវប្រធានបទជាច្រើន​ពាក់ព័ន្ធ​នឹង​វ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19។ អ្នកអាច​ប្រើប្រាស់​នាដកថានេះ​ដើម្បី​បង្កើត​វីដេអូ​ដើម្បីបង្ហាញ​ជា​ផ្នែកមួយ​នៃ​ការផ្សព្វផ្សាយគ្លីនិកចាក់វ៉ាក់សាំង ក្នុងអំឡុងពេលគ្លីនិកចាក់វ៉ាក់សាំង ឬនៅក្នុងមជ្ឈដ្ឋានណាផ្សេង​ទៀតដែលអ្នកចែករំលែក​ព័ត៌មាន​វ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19។

នៅពេលបង្កើតវីដេអូ សូមជ្រើសរើស​ផ្នែកនៃនាដកថា​ដែល​ជាប់ពាក់ព័ន្ធបំផុត​ទៅនឹង​សហគមន៍របស់អ្នក និងតម្រូវការ​របស់ពួកគេ។ អ្នកអាចប្រើប្រាស់​ខ្លឹមសារទាំងអស់ រួមបញ្ចូល និងផ្គូផ្គងប្រធានបទនានា ឬសរសេរ ឬរៀបចំឡើងផ្នែកនានាឡើងវិញបាន។

ឧទាហរណ៍៖ ប្រសិនបើមានរឿងមិនពិតដែលដែលគេនាំគ្នាជឿនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក អ្នកអាច​នឹងចង់ប្រើប្រាស់​ខ្លឹមសារពាក់ព័ន្ធនឹង​​សារធាតុផ្សំ ការធ្លាក់ខ្លួនឈឺបន្ទាប់ពីចាក់វ៉ាក់សាំង ការព្រួយបារម្ភអំពីបញ្ហាបន្ទះឈីប​ ឬការព្រួយបារម្ភអំពីបញ្ហា DNA។ ឬ ប្រសិនបើមនុស្សនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក​ចង់​ធ្វើការត្រៀមខ្លួន​ក្នុងការ​ទទួលវ៉ាក់សាំងរបស់ពួកគេ អ្នកអាច​ប្រើប្រាស់​ខ្លឹមសារ​ស្ដីពី ប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួន តម្លៃ អ្វីដែលត្រូវរំពឹងទុក និងផលរំខាន។

ទាំងនេះគ្រាន់តែជាការណែនាំតែប៉ុណ្ណោះ—អ្នកអាច​ប្រើប្រាស់​ការរួមបញ្ចូលគ្នា​នូវ​ប្រធានបទ​ណាមួយ​ដែលមានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់អ្នក។ នេះជាគំរូមួយ និងមានគោលបំណង​ជួយគ្រាំទ្រប្រកបដោយភាពបត់បែន​ នូវ​តម្រូវការ​វីដេអូ​វ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 របស់អ្នក។ ដោយសារតែភាពបត់បែននេះ គឺមិនមានប្រយោគភ្ជាប់សេចក្ដី​នៅក្នុង​នាដកថានេះនោះទេ។ ប្រសិនបើចាំបាច់ សូមបន្ថែម​ប្រយោគភ្ជាប់សេចក្ដីដោយខ្លួនអ្នក នៅចន្លោះ​ប្រធានបទ​នានា នៅពេលដែលអ្នកបង្កើតវីដេអូ។

យើងសូមណែនាំអ្នកឲ្យ​ធ្វើវីដេអូ​ដែលមានរយៈពេល​តិចជាងបីនាទី​ ដើម្បីឲ្យ​មនុស្ស​ងាយស្រួល​មើល និងចងចាំ​អ្វីដែលពួកគេ​បានសិក្សា។ អ្នកមិនចាំបាច់​ប្រើប្រាស់​ខ្លឹមសារទាំងអស់​នៅក្នុងវីដេអូ​តែមួយនោះទេ។ ប្រសិនបើអ្នក​ចង់​ប្រើប្រាស់​ខ្លឹមសារទាំងអស់ សូម​ពិចារណា​បង្កើត​វីដេអូខ្លីៗជាច្រើន។

**នាដកថាដែលត្រូវបានណែនាំ៖**

**សេចក្តីផ្តើម​/ការបើកដំបូង**

*[ការបើកដំបូងដែលតម្រូវទៅតាមបុគ្គល (10-15វិនាទី)៖ ណែនាំខ្លួនអ្នក អង្គភាពដែលអ្នកតំណាងឲ្យ និងតួនាទីរបស់អ្នកនៅក្នុង​អង្គភាព ឬសហគមន៍ដែលអ្នកមានទំនាក់ទំនងជាមួយ និងតួនាទីរបស់អ្នក។​ ប្រាប់ពីមូលហេតុដែលអ្នកចំណាយពេលវេលារបស់អ្នកក្នុងការ​បង្កើត​វីដេអូ​នេះឡើង]*

មានព័ត៌មានជាច្រើននៅគ្រប់ទីកន្លែងអំពីវ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19។ វាពិតជាអាចនឹង​មានការពិបាកលើសលប់​ក្នុងការ​ស្វែងយល់ពីវិទ្យាសាស្ត្រទាំងអស់ ក៏ដូចជាគំនិត​របស់មនុស្ស ខណៈពេលដែលព្យាយាម​ស្វែងរក​អ្វីដែលស័ក្តិសមបំផុត​សម្រាប់​អ្នក។

ព័ត៌មានដែលខ្ញុំនឹង​ចែករំលែកនៅថ្ងៃនេះគឺបានមកពី Washington State Department of Health (DOH, ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន), the Centers for Disease Control and Prevention (CDC, មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងបង្ការជំងឺ) និង the U.S. Food and Drug Administration (FDA, រដ្ឋបាលចំណីអាហារ និងឱសថនៃសហរដ្ឋអាមេរិក)។ ការទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំងគឺជាជម្រើសរបស់អ្នក ហើយការធ្វើការសម្រេចចិត្ត​ដោយទទួលបាន​ព័ត៌​មាន​គ្រប់គ្រាន់​គឺមានសារៈសំខាន់។ ខ្ញុំលើកទឹកចិត្តឲ្យអ្នកធ្វើការស្រាវជ្រាវដោយខ្លួន​ឯងដោយប្រើប្រាស់ប្រភព​ដែលអាចទុកចិត្តបាន​ដូចជា Department of Healthឬពិភាក្សាជាមួយ​គិលានុប្បដ្ឋាក វេជ្ជបណ្ឌិត និងបុគ្គលិកសុខាភិបាលតាមសហគមន៍។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ ភ័ស្ដុតាង​នៃភាពជាពលរដ្ឋ**

អ្នកមិន​ចាំបាច់ទាល់តែជាពលរដ្ឋអាមេរិក​ ឬបង្ហាញភ័ស្តុតាងនៃភាពជាពលរដ្ឋ ទើប​ទទួលបាន​វ៉ាក់សាំងនោះទេ។ ដោយមិនគិតពីភាពជាពលរដ្ឋ ឬស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍នោះទេ គ្រប់គ្នានៅវ៉ាស៊ីនតោនគឺអាចទទួលបានការចាក់វ៉ាក់សាំង។ វិធានតែមួយគត់​នោះគឺអ្នកត្រូវតែមានអាយុចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើងទៅ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ លក្ខខណ្ឌតម្រូវចំពោះអត្តសញ្ញាណ**

នៅពេលដែលអ្នកចាក់វ៉ាក់សាំង អ្នកអាចនឹងត្រូវបាន​សួររកប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួន ឬលេខសន្តិសុខសង្គម។ ប៉ុន្តែអ្នកមិនចាំបាច់​បង្ហាញ​វត្ថុទាំងនេះនោះទេ ប្រសិនបើអ្នកមិនចង់ ឬមិនមានពួកវា។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ ថ្លៃ​ចំណាយ**

វ៉ាក់សាំងត្រូវបានផ្ដល់ជូនដោយឥតគិតថ្លៃទៅកាន់គ្រប់គ្នា សូម្បីតែអ្នកដែលគ្មានធានារ៉ាប់រងក៏ដោយ។ អ្នកមិនគួរ​ត្រូវបាន​គិតប្រាក់ពីហោប៉ៅផ្ទាល់ខ្លួន​ ឬ​ទទួលបាន​​​វិក្កយបត្រទូទាត់​​ទេ​។ ប្រសិនបើអ្នកមានធានារ៉ាប់រង សូមប្រាប់​អ្នកផ្ដល់វ៉ា់សាំង​របស់អ្នក ប៉ុន្តែប្រសិនបើអ្នកមិនមានធានារ៉ាប់រង ក៏មិនអីដែរ! អ្នកនៅតែអាចទទួលបាន​វ៉ាក់សាំង​ដោយឥតគិតថ្លៃ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ ការប្រើប្រាស់ភាសា**

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយ លើភាសាខ្មែរ ឬមានតម្រូវការ​ផ្នែកទំនាក់ទំនង​ផ្សេងទៀត សូមសួរ​អ្នកផ្ដល់វ៉ាក់សាំងរបស់អ្នក។ សេវាបកប្រែអាចនឹង​មានផ្ដល់ជូន។

*កំណត់ចំណាំទៅកាន់អ្នកធ្វើបទបង្ហាញ៖ សូមបំពេញឈ្មោះភាសាជាក់លាក់​ដែលពាក់ព័ន្ធ​នឹង​អ្នកមើលវីដេអូ។*

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ ប្រភេទវ៉ាក់សាំង**

បច្ចុប្បន្ននេះ មានវ៉ាក់សាំងចំនួន 3 ដែលអាច​ការពារអ្នក​ពីការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ ឬស្លាប់​ដោយសារ​ជំងឺ COVID-19។ វ៉ាក់សាំងទាំងអស់នេះ​មានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ក្នុងការ​បង្ការ​ជំងឺ​ COVID-19 និងកាត់បន្ថយ​បានយ៉ាងច្រើន​នូវឱកាសដែលអ្នកអាច​ធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ ឬស្លាប់​ដោយសារ​ជំងឺ COVID-19។ អ្នកគ្រាន់តែចាំបាច់ត្រូវ​ចាក់វ៉ាក់សាំង​តែមួយម៉ាកតែប៉ុណ្ណោះ។

* វ៉ាក់សាំង Pfizer គឺជាវ៉ាក់សាំងពីរដូស ចាក់ក្នុងចន្លោះរយៈពេល 3 សប្ដាហ៍ពីគ្នា។ មនុស្សដែលមានអាយុចាប់ពី 12 ឡើងទៅអាចចាក់វ៉ាក់សាំង Pfizer បាន។
* វ៉ាក់សាំង Moderna ក៏ជាវ៉ាក់សាំងពីរដូសដែរ ចាក់ក្នុងចន្លោះរយៈពេល 4 សប្ដាហ៍ពីគ្នា និងសម្រាប់​មនុស្សដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ។
* វ៉ាក់សាំង Johnson & Johnson គឺជាវ៉ាក់សាំង​តែមួយដូស ហើយក៏សម្រាប់​មនុស្សដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅផងដែរ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ អ្វីដែលត្រូវ​រំពឹងទុក​បន្ទាប់ពីការចាក់វ៉ាក់សាំង**

មុនពេលដែលអ្នកចាក់វ៉ាក់សាំង អ្នកផ្ដល់វ៉ាក់សាំងរបស់អ្នក​នឹង​សួរសំណួរ​មួយចំនួន​ដើម្បី​ពិនិត្យមើលអំពី​ហានិភ័យ​នៃ​ប្រតិកម្មអាលែក្ស៊ី​របស់អ្នក។ បន្ទាប់ពីអ្នកទទួលបានវ៉ាក់សាំងហើយ អ្នកនឹង​ចាំបាច់ត្រូវ​ស្ថិតនៅ​ទីតាំង​ចាក់វ៉ាក់សាំង​រយៈពេល 15 នាទី។ ខណៈពេលដែលអ្នករង់ចាំ អ្នកផ្ដល់វ៉ាក់សាំង​នឹង​តាមដាន​មើលប្រតិកម្មទៅនឹងវ៉ាក់សាំង។ ប្រតិកម្ម​ទៅនឹង​វ៉ាក់សាំង​​​កម្រកើត​មាន​ណាស់។ អ្នកផ្ដល់វ៉ាក់សាំងរបស់អ្នកគឺទទួលបានការបណ្តុះ​បណ្តាល​ដើម្បី​ឆ្លើយតប​ ហើយនឹង​ដឹង​ពីរបៀប​ជួយ​ដល់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានប្រតិកម្ម​។

បន្ទាប់ពីអ្នកទទួលបានវ៉ាក់សាំងដំបូងរបស់អ្នក អ្នកនឹងទទួលបាន​ប័ណ្ណកំណត់ត្រាចាក់វ៉ាក់សាំង។ ប័ណ្ណនេះ​គឺជាកំណត់ត្រាឬភ័ស្តុ​តាង​ដែលបញ្ជាក់ថាអ្នកបានទទួលវ៉ាក់សាំង​ជំងឺ COVID-19 រួចហើយ។ សូមរក្សាប័ណ្ណនេះដើម្បី​រក្សាទុកព័ត៌មានកាលបរិច្ឆេទ ប្រភេទវ៉ាក់សាំងដែលអ្នកទទួលបាន និងចំនួនដូសដែលអ្នកបានទទួល។ អ្នកគួរតែ​រក្សាវាទុកផងដែរ​ ក្រែងលោអ្នកត្រូវការ​បញ្ជាក់ជាភ័ស្ដុតាងថាអ្នកបានចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 រួចហើយ។ ថតរូបប័ណ្ណ ឬថតចម្លង​ទុក ក្រែងលោអ្នកបាត់ប័ណ្ណនោះ។

ប្រសិនបើអ្នកទទួលបានវ៉ាក់សាំង Pfizer ឬ Moderna សូមសាកសួរ​ថាតើអ្នកអាច​ធ្វើការ​កំណត់ពេល​ណាត់ជួបចាក់វ៉ាក់សាំងលើកទីពីរបានដែរឬទេ ខណៈពេលដែលអ្នកស្ថិតនៅគ្លីនិកសម្រាប់ការណាត់ជួប​ចាក់វ៉ាក់សាំងលើកទីមួយ។

វានឹងត្រូវការពេលរហូតដល់ពីរសប្ដាហ៍បន្ទាប់ពីអ្នកបានចាក់វ៉ាក់សាំងពេញលេញ ដើម្បីទទួលបានការការពារជាអតិបរមា។ បន្ទាប់មកគឺអ្នកអាចត្រឡប់ទៅធ្វើរឿងជាច្រើនដែលអ្នកធ្លាប់តែធ្វើកាលពីមុនមានជំងឺរាតត្បាតនេះ។ អ្នកត្រូវបានចាត់ទុកថាបានចាក់វ៉ាក់សាំងពេញលេញ ក្នុងរយៈពេល 2 សប្ដាហ៍បន្ទាប់ពីការចាក់ដូសទី 2 នៃវ៉ាក់សាំង Pfizer ឬ Modernaឬ 2 សប្ដាហ៍បន្ទាប់ពីការចាក់វ៉ាក់សាំង Johnson & Johnsonតែមួយដូសរបស់អ្នក។ ចូលទៅកាន់គេហទំព័រ LifeAfterVaccine.org ដើម្បី​ស្វែងយល់បន្ថែម​អំពីអ្វីដេលអ្នកអាចធ្វើបាន​នៅពេលដែលអ្នក​បានចាក់វ៉ាក់សាំង​ពេញលេញហើយ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នក​ចង់ណែនាំព័ត៌មានដោយផ្អែកលើសំណួរដែលត្រូវបានសាកសួរញឹកញាប់​អំពីវ៉ាក់សាំង​**

ដូចដែលនឹងប្រហែលជាដឹងស្រាប់ហើយ ថាវ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 ត្រូវបានអនុញ្ញាតដោយ FDA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ក្នុងគ្រាមានអាស្ន ហើយអ្នកផ្ដល់សេវាវេជ្ជសាស្ត្រ និងក្រសួងសុខាភិបាលនានារបស់យើងកំពុងព្យាយាមអស់ពីសមត្ថភាព​ដើម្បីនាំយកវ៉ាក់សាំងទៅផ្ដល់ជូន​អ្នកស្នាក់នៅវ៉ាស៊ីនតោនទាំងអស់។

សម្រាប់មនុស្សមួយចំនួន ការគិតពីការចាក់វ៉ាក់សាំងគឺមានភាពតានតឹងណាស់ ព្រោះពួកគេ​មិនច្បាស់ថាតើរាងកាយរបស់ពួកគេ​នឹង​ឆ្លើយតបបែបណា។ វាជារឿងធម្មតាទេដែលយើងមានភាពភ័យខ្លាច​អំពីការព្យាបាលវេជ្ជសាស្ត្រណាមួយ ហើយវាជាការល្អណាស់ដែលយើងមានសំណួរ។ រឿងល្អដែលត្រូវដឹងនោះគឺបន្ទាប់ពីវ៉ាក់សាំងចំនួនរាប់សិបលានដូសត្រូវបានផ្ដល់ជូនរួចមក យើងបានកត់សម្គាល់ឃើញថាមនុស្សភាគច្រើន​មានប្រតិកម្មល្អ​ស្រដៀងគ្នាច្រើនទៅនឹងវ៉ាក់សាំង។ មនុស្សជាច្រើនគ្រាន់តែឈឺដៃ និងមានអារម្មណ៍អស់កម្លាំងបន្តិចបន្តួចរយៈពេលពីរទៅបីថ្ងៃ។​ អ្នកផ្សេងទៀតអាចនឹង​មានព្រឺរងារ ឬគ្រុនក្ដៅបន្តិចបន្តួច​ដែលឆាប់បាត់ទៅវិញ។ មនុស្សមួយចំនួន​មិនមានអារម្មណ៍ថា​មានផលរំខានអ្វីទាល់តែសោះ។ ប្រតិកម្មធ្ងន់ធ្ងរខ្លាំង​កម្រនឹង​កើតមានណាស់។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ សារធាតុផ្សំនៅក្នុងវ៉ាក់សាំង រួមទាំងជំនឿដែលមិនត្រឹមត្រូវ​អំពី​គ្រឿងផ្សំ​ជាក់លាក់នានា**

វ៉ាក់សាំងត្រូវបានបង្កើតដោយប្រើប្រាស់ខ្លាញ់ អំបិល ស្ករ ដើម្បីជួយឲ្យវ៉ាក់សាំងទាំងនោះមានប្រសិទ្ធភាព​កាន់តែប្រសើរ​នៅក្នុងរាងកាយ​របស់អ្នក។ សារធាតុផ្សំ​ទាំងនេះគឺ​មានសុវត្ថិភាព​និង​ចាំបាច់ដើម្បីឲ្យវ៉ាក់សាំងអាចការពារអ្នកបាន។​ សូមចាំថាវ៉ាក់សាំងទាំងនេះ​មិនមានផ្ទុក​បំណែកនៃទារក ឬកោសិកាទារក ជ័រកៅស៊ូ ដែក ឧបករណ៍តាមដាន សារធាតុរក្សាគុណភាព ឬអនុផលសត្វណាមួយ​រួមមាន​ផលិតផលសាច់ជ្រូក ឬផលិតផលស៊ុតនោះទេ។ វ៉ាក់សាំងទាំងនេះមិនផ្ទុកវីរុស​ដែលបង្ករ​ឲ្យកើតជំងឺ COVID-19 នោះទេ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ ជំនឿដែលមិនពិតអំពី​ការតាមដាន ឬបន្ទះឈីប​នៅក្នុងវ៉ាក់សាំង**

មានជំនឿដែលមិនពិតជាច្រើន​ត្រូវបានចែករំលែក​អំពីបន្ទះឈីបតូច និងការតាមដាន។ មិនមានបន្ទះឈីបតូច ឬឧបករណ៍តាមដាននៅក្នុងវ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 ឬវ៉ាក់សាំងណាផ្សេងទៀតនោះទេ។ វ៉ាក់សាំង​មិនធ្វើការតាមដាន​មនុស្ស ឬប្រមូលព័ត៌មាន​ផ្ទាល់ខ្លួននោះទេ។ រដ្ឋាភិបាល​ក៏កត់ត្រានូវការពិតដែលថាវ៉ាក់សាំង​ត្រូវបានផ្ដល់ជូន ប៉ុន្តែវ៉ាក់សាំងទាំងនោះ​នឹង​មិន ហើយមិនអាច​តាមដាន​អ្នកបាននោះទេ! កំណត់ត្រានោះ​ត្រូវបានបង្កើត​ពី​ទម្រង់បែបបទ​ដែលអ្នកបំពេញ​នៅពេលដែលអ្នកចាក់វ៉ាក់សាំង។ ដូច្នេះ គឺទេ មិនមានបន្ទះឈីប​នៅក្នុងវ៉ាក់សាំងនោះទេ។ មិនដែលមានបន្ទះឈីប​នៅក្នុងវ៉ាក់សាំងនោះទេ! អ្នកផ្ដល់វ៉ាក់សាំង [ដូចជាខ្ញុំ] ពិតជាបាន​ប្រើប្រាស់​កំណត់ត្រា​ចាក់វ៉ាក់សាំងរបស់រដ្ឋ​ដើម្បី​កត់ត្រាព័ត៌មានចាក់វ៉ាក់សាំងរបស់អ្នកជំងឺ រួមទាំងវ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 ផងដែរ។ យើងប្រើប្រាស់​កំណត់ត្រាទាំងនេះ​ដើម្បី​រំលឹកអ្នកប្រសិនបើអ្នកហួសថ្ងៃចាក់វ៉ាក់សាំង និងដើម្បីដឹងថា​នរណាដែល​ងាយរងគ្រោះក្នុងអំឡុងពេល​នៃការ​ផ្ទុះ​ឡើង​នូវ​ជំងឺ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ សុវត្ថិភាពវ៉ាក់សាំង​សម្រាប់សហគមន៍ BIPOC**

FDA បានអនុញ្ញាតវ៉ាក់សាំងទាំងនេះ​បន្ទាប់ពីការ​ត្រួតពិនិត្យ​ភ័ស្តុតាងជាច្រើន។ អ្នកជំនាញ​ឯករាជ្យជាច្រើន​បាន​បញ្ជាក់ថា​វ៉ាក់សាំង​ទាំងនេះ​បំពេញតាម​ស្ដង់ដាសុវត្ថិភាព​កម្រិតខ្ពស់។ មនុស្ស​ច្រើនជាតិសាសន៍​និង​ជនជាតិ​បាន​ចូលរួម​ក្នុងការ​សាកល្បងសម្រាប់​វ៉ាក់សាំងទាំងនេះ។ សម្រាប់វ៉ាក់សាំង Pfizer និង Moderna អ្នកចូលរួមជាពលរដ្ឋអាមេរិកប្រហែល 30% ដែលចូលរួមនៅក្នុងការសាកល្បងវ៉ាក់សាំងគឺជាជនជាតិអេស្ប៉ាញ ជនជាតិស្បែកខ្មៅ ឬជនជាតិអាមេរិកដើមកំណើតអាហ្វ្រិក ជនជាតិអាស៊ី ឬជនជាតិដើមអាមេរិក ឬជនជាតិដើមអាឡាស្កា ហើយប្រហែលពាក់កណ្ដាលគឺជាមនុស្សវ័យចំណាស់។

សម្រាប់វ៉ាក់សាំង Johnson & Johnson យ៉ាងហោចណាស់អ្នកចូលរួមប្រហែល 38% ដែលចូលរួមនៅក្នុងការសាកល្បងវ៉ាក់សាំងគឺត្រូវបានកំណត់អត្តសញ្ញាណថាជា ជនជាតិស្បែកខ្មៅ ឬជនជាតិអាមេរិកដើមកំណើតអាហ្វ្រិក ជនជាតិអាស៊ី ឬជនជាតិដើមអាមេរិក ឬជនជាតិដើមអាឡាស្កា ហើយប្រហែលពាក់កណ្ដាលគឺជាមនុស្សវ័យចំណាស់។ លើសពីនោះទៅទៀត ប្រហែល 45% នៃអ្នកចូលរួមត្រូវបានកំណត់អត្តសញ្ញាណថាជាជនជាតិអេស្ប៉ាញ ឬឡាទីន។ មិនមានក្ដីបារម្ភគួរឲ្យកត់សម្គាល់ណាមួយអំពីសុវត្ថិភាពត្រូវបានរកឃើញ​នៅក្នុងក្រុមនេះ ឬក្រុមផ្សេងទៀតសម្រាប់​ការសាកល្បងណាមួយឡើយ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ តើវ៉ាក់សាំងនេះមានប្រសិទ្ធភាពយ៉ាងដូចម្ដេច**

វ៉ាក់សាំងបង្ហាត់រាងកាយរបស់អ្នកឲ្យបង្កើត​អង្គបដិបក្ខប្រាណ​ដែលអាច​ប្រយុទ្ធប្រឆាំង​នឹង​វីរុស​ ប្រសិនបើអ្នក​ឆ្លងជំងឺ។ ដូច្នេះ អ្នកនឹង​អាច​ប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងវីរុសបានដោយមិនចាំបាច់​ធ្លាក់ខ្លួនឈឺ ហើយអ្នកនឹង​មិន​ខកខាន​ព្រឹត្តិការណ៍នានា ឬការងារនោះទេ។ នេះគឺដូចគ្នាទៅនឹង​របៀបដែល​វ៉ាក់សាំងដោយទៀងទាត់តាមកាលកំណត់របស់អ្នក ឬកូនរបស់អ្នក​ធ្វើការប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹង​ជំងឺផ្សេងៗទៀត​ ដូចជា​កញ្ជ្រឹល និងក្អកមាន់ដូច្នោះដែរ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ តើអ្នកណាដែលគួរតែទទួលវ៉ាក់សាំង**

មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើងទៅគួរតែទទួលវ៉ាក់សាំង។ នេះគឺរួមបញ្ចូលទាំងមនុស្សដែលធ្លាប់​ឈឺដោយសារជំងឺ COVID-19 ពីមុនមក និងមនុស្សដែលមានសុខភាពល្អផងដែរ។ យើងលើកទឹកចិត្តឲ្យមនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានសិទ្ធិទទួលវ៉ាក់សាំង ឲ្យទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំង។ ប៉ុន្តែយើងដឹងថាមនុស្សមួយចំនួនប្រហែលជាមិនប្រាកដចិត្ត ព្រោះពួកគេ​ប្រហែលជាមានផ្ទៃពោះ ឬមានកង្វល់អំពីស្ថានភាពសុខភាព។ ពិភាក្សាជាមួយ​អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខភាព​របស់អ្នក​ ប្រសិនបើអ្នកមាន​ក្តី​កង្វល់​ផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រអំពី​ការចាក់វ៉ាក់សាំង​។

វ៉ាក់សាំងមិនទាន់ត្រូវបានដាក់កម្រិតថានរណាអាច​ទទួលវាបាននោះទេនៅពេលនេះ។ កាលពីដំបូង នៅពេលដែលយើង​មានការផ្គត់ផ្គង់​មានកម្រិត យើងអាចផ្ដល់ជូន​វ៉ាក់សាំង​ទៅកាន់​ក្រុមមនុស្សតូចៗតែប៉ុណ្ណោះ។ ប៉ុន្តែនៅពេលនេះ គឺមានវ៉ាក់សាំងគ្រប់គ្រាន់ ហើយពេលនេះគឺដល់វេនរបស់អ្នកហើយ! មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើងទៅ​អាច​ទទួលបាន​វ៉ាក់សាំង​នៅវ៉ាស៊ីនតោន។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ សុវត្ថិភាពវ៉ាក់សាំងសម្រាប់អ្នកមានផ្ទៃពោះ ឬចង់មានកូន**

អ្នកដែលមានផ្ទៃពោះ កំពុងបំបៅដោះកូន ឬព្យាយាមមានផ្ទៃពោះគឺអាចទទួលវ៉ាក់សាំងបាន។ អ្នកធ្វើរឿងត្រឹមត្រូវហើយដែលចង់ការពារខ្លួន​អ្នក និងគ្រួសារ​របស់អ្នក​។​ របាយការណ៍មុនៗណែនាំថាវ៉ាក់សាំង​អាចជួយឲ្យរាងកាយរបស់អ្នកបញ្ជូនអង្គបដិបក្ខប្រាណ​ទៅកាន់​កូនរបស់អ្នកបានតាមរយៈទឹកដោះម្ដាយ។ ចាំបាច់ត្រូវមានការសិក្សាបន្ថែម ប៉ុន្តែប្រសិនបើករណីនេះត្រូវបាន​បញ្ជាក់ គឺវានឹងជួយការពារ​កូន​របស់អ្នកពីជំងឺ COVID-19។ ហើយប្រសិនបើអ្នកចង់មានកូននៅពេលអនាគត​ មិនមានភ័ស្តុតាងដែលបង្ហាញថា​បញ្ហាការបន្តពូជគឺជា​ផលរំខាន​នៃវ៉ាក់សាំងណាមួយនោះទេ រួមទាំងវ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 ផងដែរ។ ប្រសិនបើអ្នកមានផ្ទៃពោះ កំពុងបំបៅដោះកូន ឬមានគម្រោង​មានផ្ទៃពោះ សូមពិភាក្សាជាមួយ​អ្នកផ្ដល់ការថែទាំងសុខភាពរបស់អ្នក​ ដើម្បី​សម្រេច​ថាតើវ៉ាក់សាំង​ល្អសម្រាប់អ្នកដែរឬទេ។

អ្នកជំនាញផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រនានាមិនមាន​កង្វល់ផ្នែកសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកមានផ្ទៃពោះនោះទេ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ សុវត្ថិភាពវ៉ាក់សាំងសម្រាប់មនុស្សដែលមានបញ្ហាសុខភាពស្រាប់**

វ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 ត្រូវបានណែនាំសម្រាប់មនុស្សដែល​មានបញ្ហាសុខភាពភាគច្រើនរួមមាន ជំងឺបេះដូង ជំងឺសួត ជំងឺទឹកនោមផ្អែម ឬធាត់លើសទម្ងន់។ មនុស្សដែលមានស្ថានភាពសុខភាពទាំងនេះ ឬស្ថានភាពផ្សេងទៀតទំនង​ជានឹង​ធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ ប្រសិនបើពួកគេកើតជំអឺ COVID-19 ដូច្នេះ​ហើយ​វ៉ាក់សាំង​គឺកាន់តែមានសារៈសំខាន់​ដើម្បីការពារពួកគេ។ ប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ហាសុខភាព សូមពិភាក្សាជាមួយ​អ្នកផ្តល់ការថែទាំសុខរបស់អ្នក។ ពួកគាត់នឹង​ផ្ដល់ជូនអ្នកនូវព័ត៌មាន​ទាំងអស់ដែលអ្នកត្រូវការ​ដើម្បី​ធ្វើការ​សម្រេចចិត្ត​ដោយទទួលបាន​ព័ត៌មាន​គ្រប់គ្រាន់​អំពីវ៉ាក់សាំង។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ ផលរំខាន**

ផលរំខានមួយចំនួនគឺអាចកើតមាន។ អ្នកអាចមានផលរំខាន​នានាបន្ទាប់ពីអ្នកចាក់វ៉ាក់សាំងរួច។ អ្នកអាចនឹង​មានអាការៈ ឈឺដៃ អស់កម្លាំង ឈឺក្បាល ឬឈឺចុកចាប់សាច់ដុំ។ អាការៈទាំងនេះគឺធម្មតា និងមានន័យថា​វ៉ាក់សាំង​កំពុងមានប្រសិទ្ធភាព​ក្នុងការជួយ​រាងកាយ​របស់អ្នក​បង្កើតការការពារ។ ហើយ រាងកាយ​របស់អ្នកក៏​នៅតែបង្កើតការការពារ​ដែរ ទោះបីជាអ្នក​មិនមាន​ផលរំខាន​អ្វីក៏ដោយ។

សម្រាប់​មនុស្សភាគច្រើន ផលរំខាន​ទាំងនេះ​កើតឡើង​ក្នុងរយៈពេល​ពីរថ្ងៃ​នៃការចាក់វ៉ាក់សាំង​ និងមានរយៈពេលប្រហែលមួយថ្ងៃ។ សម្រាប់វ៉ាក់សាំង​ពីរដូ​ស ផលរំខាន​ក្រោយការចាក់ដូសទីពីរ​គឺមានភាព​ធម្មតាជាង​ការចាក់ដូសទីមួយ។

ការយល់ដឹងពីផលរំខានទាំងនេះ​អាចជួយអ្នក​ឲ្យត្រៀមខ្លួន​មុនពេលអ្នកចាក់វ៉ាក់សាំង។ ផលរំខាន​ទាំងនេះ​គឺមានលក្ខណៈស្រាល មិនស្ថិតនៅរយៈពេលយូរ និងមិនអាច​ប៉ាន់ស្មានបាននោះទេ។ ហើយផលរំខាន​នៃវ៉ាក់សាំង​គឺងាយស្រួល​ក្នុងការគ្រប់គ្រង​ជាង និងមិនមានគ្រោះថ្នាក់ដូចការឆ្លងជំងឺ COVID-19 នោះទេ។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់ផ្ដល់ជូនពីគន្លឹះ​ក្នុងការ​គ្រប់គ្រង​ផលរំខាន**

* មនុស្សមួយចំនួន​មានកង្វល់អំពីការខកខាន​មិនបានទៅបំពេញការងារ​ដោយសារតែផលរំខាន។ អ្នកអាច​ជម្រាប​និយោជក​របស់អ្នកថា​អ្នក​មានគម្រោង​ទៅចាក់វ៉ាក់សាំង អ្នកអាច​នឹង​ប្រើប្រាស់​ច្បាប់ឈប់សម្រាកពេលមានជំងឺ ឬធ្វើការកំណត់​ពេលណាត់ជួប​មុនថ្ងៃចុងសប្ដាហ៍​របស់អ្នកចាប់ផ្ដើម ដូច្នេះអ្នកអាច​ប្រើប្រាស់​ថ្ងៃឈប់សម្រាក​របស់អ្នកដើម្បីសម្រាក​ ប្រសិនបើចាំបាច់។ ឧទាហរណ៍៖ នៅថ្ងៃសុក្របន្ទាប់ពីវេនរបស់អ្នក។
* ប្រសិនបើអ្នកមានកូនតូចៗនៅផ្ទះ ស្នើសុំ​មិត្តភ័ក្តិ សមាជិកគ្រួសារ​ឲ្យ​នៅ​កំដរ​ក្រែងលោ​អ្នកមាន​ផលរំខាន​ ហើយ​ត្រូវ​ការ​សម្រាក​បន្តិច​បន្ទាប់​ពី​អ្នកចាក់វ៉ាក់សាំង។

**សូមប្រើប្រាស់ ប្រសិនបើអ្នកចង់លើកឡើងអំពី៖ ជំនឿមិនពិត​ដែលថាវ៉ាក់សាំង​អាច​កែប្រែ​ DNA ឬ​ធ្វើឲ្យ​មនុស្ស​កើត​ជំងឺ COVID-19**

វ៉ាក់សាំងជំងឺ COVID-19 មិនកែប្រែ ឬប៉ះពាល់​ដល់ DNA របស់អ្នកទេ។ ផ្ទុយមកវិញ វ៉ាក់សាំង​ធ្វើការ​ជាមួយ​ប្រព័ន្ធការពារ​ពីធម្មជាតិ​នៃរាងកាយ​​របស់យើង​ ដើម្បី​បង្កើត​ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ។ វ៉ាក់សាំងទាំងនោះ​បញ្ជូន​ការណែនាំ​ទៅកាន់​កោសិកា​របស់អ្នក​អំពី​របៀប​ក្នុងការ​ប្រយុទ្ធប្រឆាំង​នឹង​វីរុស​ប្រសិន​បើ​រាងកាយ​របស់អ្នកជួបប្រទះវា ដើម្បីឲ្យ​រាងកាយរបស់អ្នក​អាច​បង្កើត​អង្គបដិបក្ខប្រាណ​ដែលត្រឹមត្រូវបាន។ ហើយមិនមានវ៉ាក់សាំងណាមួយ​មានផ្ទុក​វីរុស​ដែល​បង្ករឲ្យកើតជំងឺ COVID-19 នោះទេ ដូច្នេះ​អ្នកមិនអាច​កើតជំងឺ COVID-19 ដោយសារតែវ៉ាក់សាំងនោះទេ។

**សេចក្ដីបញ្ចប់**

*[ខ្ញុំ/យើងខ្ញុំ]* សង្ឃឹមថា​វីដេអូនេះ​បានជួយផ្ដល់ឲ្យអ្នកនូវព័ត៌មាន និងចម្លើយ​ដែលអ្នកត្រូវការ​ដើម្បី​សម្រេច​ចិត្ត​ថាតើ​វ៉ាក់សាំង​ជំងឺ COVID-19 ល្អសម្រាប់​អ្នកដែរឬទេ។

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការ​ពេលវេលា ឬព័ត៌មានបន្ថែមបន្តិចទៀតដើម្បី​ធ្វើការ​សម្រេចចិត្ត​អំពី​វ៉ាក់សាំង នោះក៏មិនអីដែរ! សូមចូលទៅកាន់ CovidVaccineWA.org សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។ ឬ អ្នកអាច​ទូរសព្ទទៅកាន់​អ្នកផ្ដល់សេវារបស់អ្នកបាន - ពួកគេ​ចង់ជួយអ្នក​ក្នុងការ​ធ្វើការសម្រេច​ចិត្ត​ដោយទទួលបាន​ព័ត៌មានគ្រប់គ្រាន់។ ដើម្បីស្វែងរក​ទីតាំងចាក់វ៉ាក់សាំង​នៅជិតលោកអ្នក សូមប្រើប្រាស់ Vaccine Locator )កម្មវិធីស្វែងរកទីតាំងចាក់វ៉ាក់សាំង( ដោយចូលទៅកាន់ vaccinelocator.doh.wa.gov។ ឬប្រសិនបើអ្នកត្រូវការ​ជំនួយក្នុងការ​ស្វែងរក ឬកំណត់ពេលណាត់ជួប​ សូមទូរសព្ទទៅកាន់លេខ 1-833-VAX-HELPបន្ទាប់មកចុចសញ្ញា #។ មានជំនួយផ្នែកភាសាសម្រាប់ផ្ដល់ជូន។

*កំណត់ចំណាំទៅកាន់អ្នកធ្វើបទបង្ហាញ៖ ប្រសិនបើអ្នក​នឹង​ធ្វើការ​ថតវីដេអូនេះជាភាសាផ្សេងក្រៅពីភាសាអង់គ្លេស សូមប្រើប្រាស់លេខ 1-800-525-0127 ជំនួសឲ្យលេខ 1-833-VAX-HELPវិញ។ វាជាមជ្ឈមណ្ឌលផ្ដល់ព័ត៌មានតែមួយទេ ប៉ុន្តែ​សូមចៀសវាង​ពាក្យជាភាសាអង់គ្លេស​នៅក្នុងលេខទូរសព្ទ​ដែលមិនមានន័យនៅក្នុងភាសាផ្សេងទៀត។*

*[សេចក្ដីបញ្ចប់​តម្រូវតាមបុគ្គល (10-15 វិនាទី)]*

ដើម្បីស្នើសុំឯកសារនេះជាទម្រង់ផ្សេងទៀត សូមទូរសព្ទទៅលេខ1-800-525-0127។ អតិថិជនដែលស្តាប់មិនឮ ឬ​ស្តាប់មិនសូវឮ សូមទូរសព្ទ​ទៅលេខ​ 711 (Washington Relay) ឬអ៊ីម៉ែល​ [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)។