

MMR (Measles, Mumps, and Rubella) Vaccine

This sheet will help you understand the three diseases, the vaccine, and the risks of both the vaccine and the illnesses.



Why get vaccinated?

MMR vaccine helps protect you from measles, mumps, and rubella illnesses. Most people who receive the vaccine will be protected for life.

What are measles, mumps, and rubella?

Measles (M) gives you a fever, cough, runny nose, and red, watery eyes. After that, you might get a rash all over your body. It can cause seizures, ear infections, diarrhea, or pneumonia. Sometimes, it can even damage your brain or cause death.

Mumps (M) gives you a fever, headache, muscle aches, and makes you tired. The glands under your ears might get big and hurt. It can make you deaf or cause other problems like swelling in your brain or spinal cord, or in your testicles or ovaries. Rarely, it can cause death.

Rubella (R) gives you a fever, sore throat, rash, headache, and irritated eyes. It can cause pain in the hands and joints of many women. If someone gets rubella while pregnant, they might have a miscarriage, or the baby could have serious problems.

Who should get the MMR vaccine?

Children should get 2 doses of the MMR vaccine at about these ages:

- 12–15 months
- 4–6 years

Babies 6–11 months should get a dose before traveling if they are going outside the United States.

What are the risks of the MMR vaccine?

After a MMR vaccine, it is common to have:

- Soreness or redness where you got the shot
- Fever
- Mild rash
- Swelling of the glands in the cheeks or neck
- Temporary pain and stiffness in the joints

These things almost always stop within a few days.

It is very rare to have:

- Dizziness or fainting
- Vision changes
- Ringing in your ears
- An allergic reaction (hives, swelling of the face, difficulty breathing, fast heartbeat)

What if there is a problem?

If you have any of the rare reactions listed, **call 9-1-1** or take the person to the nearest hospital.

For other signs that concern you, contact your doctor.

Vacuna Contra la MMR (Sarampión, Paperas y Rubéola)

Esta hoja le ayudará a entender las tres enfermedades, la vacuna y los riesgos tanto de la vacuna como de las enfermedades.



¿Por qué hay que vacunarse?

La vacuna triple vírica (MMR por sus siglas en inglés) ayuda a protegerle de las enfermedades del sarampión, las paperas y la rubéola. La mayoría de las personas que reciben la vacuna estarán protegidas de por vida.

¿Qué son el sarampión, las paperas y la rubéola?

Sarampión (M) produce fiebre, tos, secreción nasal y ojos rojos y llorosos. Después pueden dar brotes por todo el cuerpo. Puede provocar convulsiones, infecciones de oído, diarrea o neumonía. A veces, puede incluso dañar el cerebro o causar la muerte.

Paperas (M) dan fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares y cansancio. Las glándulas que tiene debajo de las orejas pueden agrandarse y doler. Puede quedar sordo o causar otros problemas, como inflamación del cerebro, la médula espinal, los testículos o los ovarios. En raras ocasiones, puede causar la muerte.

Rubéola (R) produce fiebre, dolor de garganta, erupción en la piel, dolor de cabeza e irritación de los ojos. En muchas mujeres puede causar dolor en las manos y las articulaciones. Si alguien contrae la rubéola estando embarazada, puede sufrir un aborto espontáneo o el bebé puede tener problemas graves.

¿Quién debe recibir la vacuna MMR?

Los niños deben recibir 2 dosis de la vacuna triple vírica aproximadamente a estas edades:

- 12-15 meses
- 4-6 años

Los bebés de 6 a 11 meses deben recibir una dosis antes de viajar si van a salir de Estados Unidos.

¿Cuáles son los riesgos de la vacuna triple vírica?

Después de la vacuna triple vírica, es común tener:

- Dolor o enrojecimiento en el lugar de la inyección
- Fiebre
- Erupción en la piel leve
- Inflamación de los ganglios de las mejillas o el cuello
- Dolor temporal y rigidez en las articulaciones

Estas cosas casi siempre paran a los pocos días.

Es muy raro tener:

- Mareos o desmayos
- Cambios en la visión
- Zumbidos en los oídos
- Reacción alérgica (ronchas, hinchazón de la cara, dificultad para respirar, latidos rápidos del corazón).

¿Qué pasa si hay algún problema?

Si presenta alguna de las reacciones raras mencionadas, **llame al 9-1-1** o lleve a la persona al hospital más cercano. Para otros signos que le preocupen, póngase en contacto con su médico.



Visite www.cdc.gov/vaccines para obtener más información.



واکسین

MMR (سرخکان، کله چرک و سرخچه)

این ورقه به شما کمک می کند تا این سه مرض، واکسین و خطرات واکسین و مرض ها را درک کنید.

چرا واکسین شویم؟

واکسین MMR به شما کمک می کند تا در برابر امراض سرخکان، کله چرک و سرخچه محافظت شوید. بیشتر افرادی که واکسین را دریافت می کنند، برای همه عمر در برابر آن محافظت خواهند شد.

سرخکان، کله چرک و سرخچه چیستند؟

سرخکان (M) باعث تب، سرفه، آبریزش بینی و چشم‌های سرخ و آبدار می شود. بعد از آن، ممکن است شاریدگی جلدی در تمام جان شما ایجاد شود. این مرض می تواند باعث تشنج، عفونت گوش، اسهال یا سینه بغل شود. گاهی اوقات، حتی می تواند به مغز شما آسیب برساند یا منجر به مرگ شود.

کله چرک (M) باعث تب، سردردی، درد عضلانی و احساس خستگی می شود. غدد ذیل گوش های شما ممکن است کلان و دردناک شوند. این مرض می تواند باعث ناشنوایی شما شود یا مشکلات دیگری مانند پندیدگی در مغز یا مجرای ستون فقرات، یا در بیضه ها یا تخمدان ها ایجاد کند. این مرض به ندرت می تواند منجر به مرگ شود.

سرخچه (R) باعث تب، گلو دردی، شاریدگی جلدی، سردردی و تحریک چشم ها می شود. این مرض می تواند باعث درد در دست ها و مفاصل بسیاری از زنان شود. اگر فردی در وقت حاملگی به سرخچه مبتلا شود، ممکن است سقط جنین داشته باشد یا طفل با مشکلات جدی مواجه گردد.

چه کسانی باید واکسین MMR دریافت کنند؟

اطفال باید 2 دوز واکسین MMR را در حدود سنین ذیل دریافت کنند:

- 12-15 ماهگی
- 4-6 سالگی

نوزادان 6 الی 11 ماهه اگر قصد سفر به خارج از ایالات متحده را دارند، باید قبل از سفر یک دوز واکسین را دریافت نمایند.

خطرات واکسین MMR چیست؟

بعد از دریافت واکسین MMR، شایع است که موارد ذیل رخ دهند:

- درد یا سرخی در محل پیچکاری
 - تب
 - شاریدگی جلدی خفیف
 - پندیدگی غدد در ناحیه کومه ها یا گردن
 - درد و کشیدگی موقتی در مفاصل
- این علائم تقریباً همیشه ظرف چند روز برطرف می شوند.

موارد ذیل بسیار نادر می باشد:

- سرچرخی یا ضعف
- تغییرات بینایی
- شنیدن صدای زنگ در گوش
- واکنش آلرژیک (پت کشیدگی، پندیدگی روی، مشکل در تنفس، ضربان سریع قلب)

اگر مشکلی پیش بیاید چه باید کرد؟

اگر هرکدام از واکنش های نادر ذکر شده را تجربه کردید، با شماره 1-800-9-1-1 به تماس شوید یا فرد را به نزدیک ترین شفاخانه منتقل کنید. در خصوص سائر علائمی که شما را نگران می کند، با داکتر خود به تماس شوید.



برای کسب معلومات بیشتر به ویب سایت www.cdc.gov/vaccines مراجعه کنید.



واکسن

MMR (سرخک، اوریون و سرخجه)

این برگه به شما کمک می‌کند تا با سه بیماری، واکسن و خطرات هر دو واکسن و بیماری‌ها آشنا شوید.

چرا واکسن بزنیم؟

واکسن MMR از شما در برابر بیماری‌های سرخک، اوریون و سرخجه محافظت می‌کند. اکثر افرادی که این واکسن را دریافت می‌کنند، برای تمام عمر در برابر این بیماری محافظت می‌شوند.

سرخک، اوریون و سرخجه چه هستند؟

سرخک (M) باعث تب، سرفه، آبریزش بینی و قرمزی و آبریزش چشم‌ها می‌شود. پس از آن، ممکن است راش در تمام بدن شما ظاهر شود. این بیماری می‌تواند باعث تشنج، عفونت گوش، اسهال یا ذات‌الریه شود. گاهی اوقات، حتی می‌تواند باعث آسیب به مغز یا مرگ شود.

اوریون (M) باعث تب، سردرد، درد عضلات و خستگی می‌شود. غدد زیر گوش‌های شما ممکن است بزرگ شده و درد کنند. این بیماری می‌تواند باعث ناشنوایی یا مشکلات دیگری مانند تورم در مغز یا نخاع، یا در بیضه‌ها یا تخمدان‌ها شود. به ندرت، ممکن است باعث مرگ شود.

سرخجه (R) باعث تب، گلو درد، راش، سردرد و تحریک چشم‌ها می‌شود. این بیماری می‌تواند باعث درد در دستان و مفاصل بسیاری از زنان شود. اگر فردی در دوران بارداری به سرخجه مبتلا شود، ممکن است دچار سقط جنین شده یا نوزاد با مشکلات جدی روبرو شود.

چه افرادی باید واکسن MMR دریافت کنند؟

کودکان باید 2 دوز از واکسن MMR را در حدود سنین زیر دریافت کنند:

• 12 تا 15 ماهگی

• 4 تا 6 سالگی

نوزادان 6 تا 11 ماهه باید قبل از سفر، در صورتی که به خارج از ایالات متحده می‌روند، یک دوز واکسن دریافت کنند.

خطرات واکسن MMR چیست؟

بعد از دریافت واکسن MMR، بروز موارد زیر متداول است:

- درد یا قرمزی در محل تزریق
 - تب
 - راش خفیف
 - تورم غدد در گونه‌ها یا گردن
 - درد و کوفتگی عضلانی موقت در مفاصل
- این علائم معمولاً همیشه طی چند روز برطرف می‌شوند.

بروز علائم زیر بسیار نادر است:

- سرگیجه و غش کردن
- تغییرات بینایی
- شنیدن صدای زنگ در گوش‌ها
- واکنش آلرژیک (کهیر، تورم صورت، دشواری در تنفس، ضربان قلب سریع)

در صورت وقوع مشکل چه باید کرد؟

چنانچه هر یک از واکنش‌های نادر ذکرشده رخ داد، با شماره 1-1-9 تماس بگیرید یا فرد را به نزدیک‌ترین بیمارستان منتقل کنید. برای سایر علائمی که شما را نگران می‌کند، با پزشک خود تماس بگیرید.



برای کسب اطلاعات بیشتر، به سایت www.cdc.gov/vaccines مراجعه کنید.

MMR (麻疹、おたふく風邪、風疹) ワクチン

このシートは、3つの病気、ワクチン、ワクチンと病気の両方のリスクについて理解するのに役立ちます。



ワクチン接種を受けるべき理由とは？

MMR ワクチンは、麻疹、おたふく風邪、風疹などの病気から身を守るのに役立ちます。ワクチンを接種したほとんどの人は、生涯にわたって保護されます。

麻疹、おたふく風邪、風疹とは何ですか？

麻疹 (M) は、発熱、咳、鼻水、目の充血、涙目などを引き起こします。その後、全身に発疹が出る可能性があります。ひきつけ、耳の感染症、下痢、肺炎を引き起こす可能性があります。場合によっては、脳に損傷を与えたり死に至ることもあります。

おたふく風邪 (M) は、発熱、頭痛、筋肉痛、疲労感を引き起こします。耳の下のリンパ腺が腫れ、痛くなる可能性があります。聴覚障害、脳や脊髄、精巣や卵巣の腫れ、などといった他の問題を引き起こす可能性があります。稀にですが、死に至ることもあります。

風疹 (R) は、発熱、喉の痛み、発疹、頭痛、目の痒みなどの症状を引き起こします。多くの女性に、手や関節の痛みを引き起こす可能性があります。妊娠中に風疹に感染すると、流産したり、赤ちゃんに深刻な問題を生じる可能性があります。

MMR ワクチンを接種すべきなのは誰ですか？

子どもは、およそ次の年齢で MMR を2回、接種する必要があります：

- 12～15か月
- 4～6歳

6～11か月の乳児は、米国外に旅行する際に、旅行前にワクチン接種を受ける必要があります。

MMR ワクチンのリスクは何ですか？

MMR ワクチン接種後、一般的に次のような症状が現れます：

- 注射した部位の痛みや赤み
- 発熱
- 軽い発疹
- 頬や首の腺の腫れ
- 関節の一時的な痛みとこわばり

これらは通常、数日以内に治まります。

以下の副作用は非常に稀です：

- 目まい、または失神
- 視力の変化
- 耳鳴り
- アレルギー反応（じんましん、顔のむくみ、呼吸困難、動悸）

もし問題が発生したら？

ここに挙げたような稀な反応が見られた場合には、**9-1-1に電話する**か、本人を最寄りの病院に連れて行ってください。その他の気になる兆候がある場合は、主治医にご相談ください。



詳細は、www.cdc.gov/vaccines をご覧ください。

MMR (သမူးဖီ, ဒွန်ဘီး ဒီးကွာမာဂ်ဝဲးသဲး) ကသံဂ်ဒီသဒါ

လိာ်ကဘျီးအံၤ ကမၤစၢၤန့ၤ ဒ်သီးနကနီၤပာ်တၢ်ဆါသၢမံၤအံၤ, ကသံဂ်ဒီသဒါ ဒီးကသံဂ်ဒီသဒါဒီးတၢ်ဆိက့ၤ ခံမံၤလိာ်အံၤအတၢ်လီၤ ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.



ဘၣ်မနုၤအမိ ဘၣ်ဆဲးကသံဂ်ဒီသဒါလဲၣ်.

MMR ကသံဂ်ဒီသဒါတဖၣ် ဒီသဒါစၢၤန့ၤလၢ သမူးဖီ, ဒွန်ဘီးဒီး ကွာမာဂ်ဝဲးသဲးတၢ်ဆိ က့တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤအါတက့ၢ်လၢ အဆဲးကသံဂ်ဒီသဒါအံၤန့ၣ် ကဘၣ်တၢ်ဒီသဒါအံၤ သးသမူတစံၤန့ၣ်လီၤ.

သမူးဖီ, ဒွန်ဘီး ဒီးကွာမာဂ်ဝဲးသဲးန့ၣ် မ့ၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်.

သမူးဖီ (M) အမိ နတၢ်လိၤကိာ်ထီၣ်, ကူး, နါအုၣ်ထံယုၤ, ဒီးမံၤချံၤဒီးမံၤထံထီၣ်န့ၣ် လီၤ. မ့ၢ်ဝံၤန့ၣ် ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် နကအိၣ်ဒီးတၢ်ကပြုထီၣ်လၢ နနီၢ်ကစၢ်ဒီတဂၤညါန့ၣ်လီၤ. တၢ် အံၤဒုးကဲထီၣ်သ့ တၢ်ထီၣ်, နာ်ဘၣ်က့ဘၣ်ကဲ, ဟၢမၤလူမ့တမ့ၢ် ပသိၣ်တၢ်ခုၣ်ဘၣ်တဖၣ်န့ၣ် လီၤ. တဘျီတခိၣ် တၢ်အံၤမၤဘၣ်ဒိနခိၣ်န့ၣ် မ့တမ့ၢ် နသံသ့န့ၣ်လီၤ.

ဒွန်ဘီး (M) အမိ နတၢ်လိၤကိာ်ထီၣ်, ခိၣ်ဆါ, ညၣ်ထူၣ်အုၣ်ထုး, ဒီးနလီၤဘျီးန့ၣ်လီၤ. က လဲထၢၣ်ဖိတဖၣ်လၢ နနီၢ်အပူၤန့ၣ် ဒိၣ်ထီၣ်ဒီးဆါသ့န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆါအံၤအမိ နနီၢ်တအာသ့ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်ဒ်အမ့ၢ် နခိၣ်န့ၣ်မ့တမ့ၢ်နာ်မိာ်ပုၤညိး, မ့တမ့ၢ် ဒိၣ်ချဲမ့တမ့ၢ်ဟိမ့ၢ်ဒိၣ် ညိးသ့န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆါအံၤအမိ ပုၤသံစ့ဒိၣ်မးလီၤ.

ကွာမာဂ်ဝဲးသဲး (R) အမိ နတၢ်လိၤကိာ်ထီၣ်, ကိာ်ယုၤဆါ, ဖဲးဘျၣ်ကပြုထီၣ်, ခိၣ်ဆါဒီး မံၤချံၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆါအံၤအမိ ဟိမ့ၢ်အါမး အစုဒီးအကမံၤတဖၣ်ဆါသ့န့ၣ်လီၤ. ပုၤတ ဂၤဂၤ မ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ကွာမာဂ်ဝဲးသဲးတၢ်ဆါ ဖဲအိၣ်ဒီးဟူးသးအခါန့ၣ် ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်အဝဲသ့ၣ် အဖိကလီၤတၢ်, မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်ကိနးနးကျိးကျိးသ့န့ၣ်လီၤ.

မတၢ်ကြးဆဲး MMR ကသံဂ်ဒီသဒါလဲၣ်.

ဖိသၣ်တဖၣ် ကြးဆဲး MMR ကသံဂ်ဒီသဒါ 2 ဘျီ ဖဲးသးန့ၣ်တဖၣ်အံၤလီၤ-

- 12-15 လါ
- 4-6 နံၣ်

ဖိသၣ်အိၣ်ဖျၢၣ်သီ လၢအသးနံၣ်အိၣ် 6-11 လါတဖၣ် ကြးဆဲးကသံဂ်ဒီသဒါတဘျီ တချး လဲတၢ်က့တၢ် မ့မ့ၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်လဲၤဆူ ကိာ်စၢၤဖိၣ်အမဲရကၤအချၢန့ၣ်လီၤ.

MMR ကသံဂ်ဒီသဒါ အတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်တဖၣ် မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

ဖဲတၢ်ဆဲး MMR ကသံဂ်ဒီသဒါအဝံၤန့ၣ် ညိၣ်န့ၣ်လၢကအိၣ်ဒီး-

- တၢ်ထီၣ်ညိး မ့တမ့ၢ် တၢ်ထီၣ်ဂီၤ ဖဲတၢ်ဆဲးကသံဂ်ဒီသဒါ အလီၢ်
- တၢ်လိၤကိာ်ထီၣ်
- ဖဲးဘျၣ်ကပြုထီၣ်တစဲး
- ကလဲထၢၣ်ဖိတဖၣ်လၢ ဘိးပၤမ့တမ့ၢ်ကိာ် ညိးထီၣ်
- စုကမံၤခိၣ်ကမံၤတဖၣ် ဆါဒီးကိာ်ကျၢၤတစိာ်တလီၢ် တၢ်တဖၣ်အံၤ ထီၣ်ကတၢ်ဝဲလၢ စ့ၤသီအတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤတညိၣ်န့ၣ်မးလၢကအိၣ်ဒီး-

- ခိၣ်မူၤ မ့တမ့ၢ် မံၤခဲးသ့
- မံၤချံၤအတၢ်ထံၣ်ဆိတလဲတဖၣ်
- တၢ်သိၣ်လၢနနီၢ်ပူၤ
- တၢ်တဘၣ်လိာ်ဒီးသ့ၣ်ထံတမံၤ (ဖဲးဘျၣ်အလိၤအက ဘျၢၣ်ဂီၤတဖၣ်ဟဲထီၣ်, မံၤသၣ်ညိးထီၣ်, တၢ်သါထီၣ် သါလီၤကီ, သးဖျၢၣ်စံၣ်ချ့)

တၢ်ဂ့ၢ်ကိမ့ၢ်အိၣ်တမံၤမံၤန့ၣ် ကဘၣ်မၤမနုၤလဲၣ်.

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးနီၢ်ခိအတၢ်ခိဆါကွၤကသံဂ် လၢတၢ်ကွဲးဖျၢၣ်ဃာ်အံၤ လၢတညိၣ်န့ၣ်ကဲထီၣ်တဖၣ်အကျါ တမံၤမံၤန့ၣ် ကိးလိတံစိဆူ 9-1-1 မ့တမ့ၢ် လဲၤကိးပုၤဆါဝဲန့ၣ် ဆူတၢ်ဆါဟံၣ်လၢအဘူးက တၢ်တက့ၢ်. တၢ်ပနီၢ်အဂၤတဖၣ်လၢ နဘၣ်ကိာ်ဘၣ်ဂီၤလၢအ ဃိအဂီၢ် ဆဲးကျိးနကသံဂ်သရၣ်တက့ၢ်.



Urukingo rw'

(Iseru, Amashamba na Rubeyole)

Iyi fishi izagufasha gusobanukirwa izi ndwara eshatu, uru rukingo n'ibyago bishobora guterwa n'uru rukingo ndetse n'izi ndwara.



Kuki ari ngombwa kwikingiza?

Urukingo rwa MMR rufasha kukurinda ubwandu bw'iseru, amashamba na rubeyole. Abantu benshi bahabwa uru rukingo rubarinda ubwandu ubuzima bwose.

Iseru, amashamba na rubeyole ni ibiki?

Iseru (M) igutera umuriro, inkorora, kuzana ibimyira n'amaso atukuye arimo amarira. Nyuma y'ibyo, ushobora gusesa ibiheri umubiri wose. Ishobora gutera guta ubwenge umuntu akikubita hasi, ubwandu bwo mu matwi, impiswi cyangwa umusonga. Rimwe na rimwe, ishobora no kukwangiriza ubwonko cyangwa ikica.

Amashamba (M) atera umuriro, kurwara umutwe, kubabara imikaya n'umunaniro. Ushobora kubyimbirwa no kubabara mu nsina z'amatwi. Amashamba ashobora gutera umuntu gupfa amatwi cyangwa ibindi bibazo nko kubyimbirwa mu bwonko, mu ruti rw'umugongo, mu mabya cyangwa mu mirerantanga gore. Ntibikunze kubaho, ariko ashobora kwica.

Rubeyole (R) itera umuriro, kubabara mu muhogo, gusesa ibiheri, kurwara umutwe n'uburyaryate mu maso. Abagore benshi ishobora kubatera ububabare mu ntoki no mu ngingo. Iyo umugore arwaye rubeyole atwite, ashobora gukuramo inda cyangwa umwana akagira ibibazo bikomeye.

Ni nde ukwiye guterwa urukingo rwa MMR?

Abana bagomba guterwa urukingo rwa MMR inshuro 2 ku myaka ikurikira:

- Amezi 12-15
- Imyaka 4-6

Impinja z'amezi 6 kugeza kuri 11 zigomba guhabwa urukingo igihe zigiyeye mu ngendo hanze ya Leta Zunze Ubumwe za Amerika.

Ibyago bishobora guterwa n'urukingo rwa MMR ni ibihe?

Nyuma yo guhabwa urukingo rwa MMR, birasanzwe kugira ibi:

- Ububabare cyangwa guhisha uruhu aho bateye urushinge
- Umuriro
- Ibiheri byoroheje
- Kubyimbirwa mu nsina z'amatwi cyangwa mu ijosi
- Kubabara no kugagara mu ngingo by'igihe gito

Akenshi ibi bintu bimara iminsi mike bigashira.

Ntibikunze kubaho kugira ibi:

- Kuzungera cyangwa kugwa igihumure
- Impinduka mu kubona
- Kumva ibintu bidunda mu matwi yawe
- Ubwivumbure bw'umubiri (gufuruta, kubyimbirwa mu maso, guhumeka bigoranye, gutera cyane k'umutima)

Nakora iki niba hari ikibazo?

Niba ugize bumwe mu bwivumbure budakunze kubaho, **hamagara 9-1-1** cyangwa ujyane umurwayi ku bitaro bikwegereye. Ku bindi bimenyetso biguteye impungenge, vugisha muganga wawe.

MMR (홍역, 이하선염, 풍진) 백신

본 자료는 위의 세 가지 질병, 그리고 백신과 질병의 위험성에 대해 설명합니다.



왜 백신을 접종받아야 하나요?

MMR 백신은 홍역, 이하선염, 풍진으로부터 보호할 수 있습니다. 백신을 접종한 대부분의 사람들은 평생 보호받습니다.

홍역, 이하선염, 풍진이란 무엇입니까?

홍역(M)에 걸리면 발열, 기침, 콧물이 나고, 눈이 빨갛고 눈물이 납니다. 이후 몸 전체에 발진이 생길 수 있습니다. 발작, 귀 감염, 설사 또는 폐렴을 일으킬 수 있습니다. 때로는 뇌를 손상시키거나 사망을 초래할 수도 있습니다.

이하선염(M)에 걸리면 열, 두통, 근육통이 나타나고 피곤해집니다. 귀 아래의 샘이 커지고 아플 수 있습니다. 귀가 들리지 않거나 뇌나 척수, 고환이나 난소가 부어오르는 것과 같은 다른 문제를 일으킬 수 있습니다. 드물게 사망을 초래할 수 있습니다.

풍진(R)에 걸리면 열, 인후통, 발진, 두통, 눈 자극이 유발됩니다. 많은 여성의 경우, 손과 관절 통증을 호소할 수 있습니다. 임신 중에 누군가가 풍진에 걸리면 유산을 하거나 영아에게 심각한 문제가 생길 수 있습니다.

MMR 백신 접종 대상자는 누구입니까?

어린이는 다음 연령대에 MMR을 2회 접종받아야 합니다.

- 12~15개월
- 4~6세

6~11개월 영아는 미국 밖으로 여행할 경우 여행 전에 1회 접종받아야 합니다.

MMR 백신의 부작용에는 어떤 것이 있습니까?

MMR 백신을 접종받은 후에는 일반적으로 다음과 같은 증상이 나타납니다.

- 주사를 맞은 부위의 빠근함 또는 붓어짐
- 열
- 경미한 발진
- 뺨이나 목의 샘 부기
- 관절의 일시적인 통증과 경직

이러한 증상은 거의 대부분 며칠 내에 사라집니다.

매우 드물게 다음과 같은 증상이 나타납니다.

- 현기증 또는 실신
- 시력 변화
- 이명(귀울림)
- 알레르기 반응(두드러기, 얼굴 부기, 호흡 곤란, 심박수 증가)

부작용이 있는 경우에는 어떻게 해야 하나요?

다음에 나열된 드문 반응이 있는 경우 **9-1-1에 전화하거나** 가장 가까운 병원으로 환자를 데려가십시오. 걱정되는 다른 증상은 의사에게 문의하십시오.



MMR (شړی، ډډغمبوری او سرخکان) واکسین

دغه پاڼه به له تاسو سره مرسته وکړي چې پر درې ناروغيو، د هغوی پر واکسین او د واکسین او ناروغيو پر خطرونو پوه شئ.

ولې واکسین وکړو؟

MMR واکسین له تاسو سره مرسته کوي تر څو له شړي، ډډغمبوري او سرخکان ناروغيو څخه خوندي اوسئ. ډېری هغه خلک چې واکسین ترلاسه کوي د ټول ژوند لپاره به خوندي شي.

شړی، ډډغمبوری او سرخکان څه شی دی؟

شړی (M) ستاسو لپاره د تې، ټوخي، پوزې بهېدو او سترگو د سوروالي يا اوبلن کېدو لامل کېږي. تر هغې وروسته کېدای شي ستاسو پر بدن د ټاکو لامل شي. دا کېدای شي د بې هوښه کېدو، د غوږ د عفونتونو، اسهال يا سينه بغل لامل شي. ځينې وختونه دا حتی کولای شي ستاسو مغز له منځه یوسي او ستاسو د مړينې لامل شي.

ډډغمبوری (M) تاسو ته تبه، سر درد، د عضلاتو درد درکوي او ستاسو د ستريا لامل کېږي. ستاسو تر غوږونو لاندې غدې کېدای شي لويې شي او درد وکړي. دا کېدای شي تاسو کانه کړي يا د نورو ستونزو لامل شي لکه ستاسو د مغز يا شوکي نخاع پړسوب يا ستاسو د بيضو يا تخمدان پړسوب. دا په ندرت سره د مرگ لامل کېږي.

سرخکان (R) ستاسو لپاره د تې، ستوني درد، لړمو، سر درد او سترگو د خارښ لامل کېږي. دا په ډېری ښځو کې د مفصلونو او لاسونو د درد لامل کېږي. که چېرته کومه امېندواره ښځه په سرخکان اخته شي، کېدای شي جنين يې سقط شي يا به ماشوم ته جدي ستونزې پيدا شي.

څوک بايد د MMR واکسین ترلاسه کړي؟

ماشومان بايد په لاندې عمرونو کې د MMR واکسین 2 ډوزونه ترلاسه کړي:

- 12-15 مياشتې
- 4-6 کاله

6-11 مياشتني ماشومان بايد له سفر څخه مخکې يو ډوز ترلاسه کړي، که چېرته هغوی له متحده ايالاتو څخه بهر سفر کوي.

د MMR واکسین خطرونه کوم دي؟

د MMR واکسین له ترلاسه کولو څخه وروسته لاندې موارد عام دي:

- د واکسین د تزریق په ځای کې درد يا سوروالی
 - تبه
 - خفيفې پولی
 - په کومو يا غاړه کې د غدو پړسوب
 - په مفاصلو کې لنډمهاله درد او سخت والی
- دا نښې نښانې نږدې تل په يو څو ورځو کې نښې کېږي.

لاندې موارد خورا نادر دي:

- سرگېچي يا بې هوښه کېدل
- په نظر کې بدلونونه
- ستاسو په غوږونو کې شغاری
- حساسيتي غبرگون (ټناکې، د مخ پړسوب، په ساه اخیستو کې ستونزه، د زړه د ضربان چټکېدل)

که کومه ستونزه وي څه به وشي؟

که چېرته له ذکر شويو غبرگونونو څخه کوم يو ولری، له 1-1-9 شمېرې سره اړیکه ونیسئ يا شخص نږدې روغتون ته یوسئ. د نورو هغو نښو نښانو په اړه چې تاسو اندېښمنوي، له خپل ډاکتر سره اړیکه ونیسئ.

Vacina MMR

(contra sarampo, caxumba e rubéola)

Este folheto ajudará você a entender as três doenças, a vacina e os riscos da vacina e das doenças.



Por que tomar a vacina?

A vacina MMR ajuda a proteger você contra as doenças sarampo, caxumba e rubéola. A maioria das pessoas que recebe a vacina terá proteção por toda a vida.

O que são o sarampo, a caxumba e a rubéola?

O **sarampo (M)** causa febre, tosse, coriza e olhos vermelhos e lacrimejantes. Depois disso, você poderá ter erupções cutâneas em todo o corpo. Ele pode causar convulsões, infecções no ouvido, diarreia ou pneumonia. Às vezes, ele pode até causar danos cerebrais ou morte.

A **caxumba (M)** causa febre, dor de cabeça, dores musculares e sensação de cansaço. As glândulas embaixo dos ouvidos podem inchar e ficar doloridas. Ela pode causar surdez ou outros problemas, como edema cerebral ou na medula espinhal, ou nos testículos ou ovários. Raramente, pode levar à morte.

A **rubéola (R)** causa febre, dor de garganta, erupções cutâneas, dor de cabeça e irritação nos olhos. Ela pode causar dores nas mãos e articulações de muitas mulheres. Se uma mulher pega rubéola durante a gestação, pode sofrer um aborto espontâneo, ou o bebê pode ter problemas graves.

Quem deve tomar a vacina MMR?

As crianças devem tomar 2 doses da vacina MMR aproximadamente nas seguintes idades:

- 12 a 15 meses
- 4 a 6 anos

Bebês com 6 a 11 meses devem tomar uma dose antes de viajar para fora dos Estados Unidos.

Quais são os riscos da vacina MMR?

Após receber a vacina MMR, é comum ter:

- Dor ou vermelhidão no local da aplicação
- Febre
- Algumas erupções cutâneas
- Inchaço das glândulas nas bochechas ou no pescoço
- Dor e rigidez temporárias nas articulações

Esses sintomas quase sempre duram apenas alguns dias.

É muito raro apresentar:

- Tontura ou desmaios
- Alterações na visão
- Zumbido nos ouvidos
- Uma reação alérgica (urticária, inchaço no rosto, dificuldade para respirar, taquicardia)

O que devo fazer se tiver um problema?

Se você presenciar alguma das reações raras enumeradas, **ligue para 911** ou leve a pessoa ao hospital mais próximo. No caso de outros sinais, entre em contato com seu médico.



Acesse www.cdc.gov/vaccines para saber mais.

Вакцина MMR

(против кори, паротита и краснухи)

Настоящая брошюра содержит информацию об указанных заболеваниях, вакцине против них и рисках, связанных с вакцинацией и инфекциями.



Зачем нужна вакцинация?

Вакцина MMR предназначена для предотвращения кори, паротита и краснухи. Большинство вакцинированных людей приобретают защиту от этих заболеваний на всю жизнь.

Что такое корь, паротит и краснуха?

Корь (M) характеризуется высокой температурой тела, кашлем, насморком, а также покраснением глаз и слезотечением. Кроме того, у пациента может появиться сыпь по всему телу. Это заболевание может вызывать судороги, ушные инфекции, диарею или пневмонию. Иногда оно даже приводит к поражению головного мозга и смерти.

Паротит (M) характеризуется высокой температурой тела, головной болью, болью в мышцах и слабостью. Железы, расположенные под глазами, могут увеличиться и стать болезненными. Это заболевание может вызывать глухоту или другие осложнения, включая отек головного или спинного мозга, семенных желез или яичников. В редких случаях оно приводит к смерти.

Краснуха (R) характеризуется высокой температурой тела, болью в горле, сыпью, головной болью и раздражением слизистой глаз. У многих женщин это заболевание может вызывать боль в кистях рук и суставов. Если женщина болеет краснухой во время беременности, это может привести к выкидышу либо к возникновению серьезных проблем со здоровьем у новорожденного.

Кому показана вакцина MMR?

Дети должны получить две дозы вакцины MMR в следующем возрасте:

- 12–15 месяцев;
- 4–6 лет.

Дети в возрасте 6–11 месяцев должны получить дозу этой вакцины перед выездом за пределы США.

Какие риски связаны с вакциной MMR?

После введения вакцины MMR часто наблюдаются следующие явления:

- боль или покраснение в месте инъекции;
- высокая температура тела;
- легкая сыпь;
- припухлость желез в области щек или шеи;
- временная боль и ригидность суставов.

Почти всегда эти явления проходят в течение нескольких дней.

Очень редко отмечаются перечисленные ниже явления:

- головокружение или обморок;
- ухудшение зрения;
- «звон» в ушах;
- аллергическая реакция (сыпь, отек лица, затрудненное дыхание, учащенное сердцебиение).

Что делать в случае возникновения осложнений?

В случае возникновения одной из указанных редких реакций необходимо **связаться со службой 9-1-1** или отвезти пациента в ближайшую больницу. При выявлении других беспокоящих признаков следует обратиться к врачу.

MMR

(Jadeeco, Qaamoqashiir/Dhago-fidiye, iyo Hablobaas/Busbus)

Tallaalka

Xaashidan waxay kaa caawinaysaa fahamka saddexda cudur, tallaalka, iyo halisaha tallaalka iyo jirrada labadaba.



Waa maxay sababta tallaalkan loo qaato?

Tallaalka MMR wuxuu kaa caawiyaa inaad ka badbaado jadeecada, qaamoqashiirta, iyo hablobaasta. Inta ugu badan dadka qaata tallaalka waxay ahaan qaar xanuunka laga ilaaliyey intay nool yihiin.

Waa maxay jadeeco, qaamoqashiir/dhago-fidiye, iyo hablobaas/busbus?

Jadeeco (M) waxay kugu keentaa xummad, qufac, duuf/diiliiliq, iyo indho cascasc oo ilmaynaya. Intaas kadib, waxa dhici karta inay finan kaa soo baxaan jirka oo dhan. Waxay keeni kartaa suuxdin, caabuqa dhagaha, shuban, ama oofwareen. Mararka qaar, waxay xataa waxyeeli kartaa maskaxda ama dhimasho ayey keeni kartaa.

Qaamoqashiir (M) waxay kugu keentaa xummad, madax-xanuun, murqo xanuun, iyo daal. Qanjaha ka hooseeya dhagahaaga ayaa waynaan kara oo waxyeelo gaari kartaa. Wuxuu kugu keeni karaa maqal beel ama dhibaatooyin kale sida barar maskaxda ama xangulada ah, ama labadaada xiniinyood ama ugxansidaha. Si dhif ah ayuu u keeni karaa dhimasho.

Hablobaas (R) waxay kugu keentaa xummad, cune xanuun, furuuruc, madax-xanuun, iyo indhaha oo cuncuna. Wuxuu ku keeni karaa xanuun gacmaha iyo kala-goysada haween badan. Haddii qof uur leh ay hablobaas ku dhacdo, waxa dhici karta in ilmaha uurka ku jiraa gaadho, ama ilmaha dhibaatooyin daran inay ku dhacaan.

Ayaa qaadnaya tallaalka MMR?

Carruurta waa inay qaataan 2 marqaadasho tallaalka MMR markay da'ahan ku jiraan:

- 12–15 bilood
- 4–6 sano

Carruurta sabiga ah ee jira 6–11 bilood waa in la siiyo marqaadasho kahor intaysan u socdaalin dibadda Maraykanka.

Waa maxay halisaha tallaalka MMR?

Kadib tallaalka MMR, waxa caadi ah inaad yeelato:

- Nabar ama gaduudasho halka lagaa muday/duray
- Xummad
- Furuuruc fudud
- Qanjaha ku yaala dhabanka ama qoorta oo barara
- Xanuun iyo qallafsani ka jira kala-goysyada

Badanaa waxyaalahani maalamo gudahood ayey ku baaba'aan.

Aad ayey dhif u tahay in qofku yeesho:

- Dawakhaad ama miyirbeel kooban
- Isbeddel aragga ah
- Dhagahaaga oo dhawaaq ku furmo
- Falcelin xasaasiyadeed (barbarar, barar wajiga ah, neefsiga oo adkaada, wadnaha oo aad u garaaca)

Ka waran hadday dhibaato dhacdo?

Haddaad leedahay wax ka mid ah falcelinahan dhifta ah, **wac 9-1-1** ama u qaad qofka isbitaalka ugu dhaw. Calaamadaha kale ee walaaca kugu abuura, la xiriir dhakhtarkaaga.

Chanjo ya MMR

(Surua, Matumbwitumbwi na Rubela)

Hati hii itakusaidia kuelewa magonjwa matatu, chanjo, na hatari za chanjo na magonjwa hayo.



Kwa nini uchanjwe?

Chanjo ya MMR husaidia kukuinga dhidi ya magonjwa ya surua, matumbwitumbwi na rubella (surua ya Kijerumani au surua ya siku tatu). Watu wengi wanaopata chanjo hiyo watalindwa katika maisha yao yote.

Je, dalili za surua, matumbwitumbwi na rubela ni zipi?

Surua (M) hukupa homa, kikohozi, kamasi kwenye pua, na macho mekundu, yenye majimaji. Baada ya hayo, unaweza kupata upele kwenye mwili wako wote. Inaweza kusababisha kifafa, maambukizi ya sikio, kuhara au nimonia. Wakati mwingine, inaweza hata kuharibu ubongo wako au kusababisha kifo.

Matumbwitumbwi (M) hukupa homa, maumivu ya kichwa, maumivu ya misuli na kukufanya uhisi uchovu. Tezi zilizo chini ya masikio yako zinaweza kuwa kubwa na kuuma. Inaweza kukufanya uwe kiziwi au kusababisha matatizo mengine kama vile uvimbe kwenye ubongo au uti wa mgongo, au kwenye korodani au ovari. Ingawa nadra, inaweza kusababisha kifo.

Rubela (R) hukupa homa, maumivu ya koo, vipele, maumivu ya kichwa na kuwashwa macho. Inaweza kusababisha maumivu katika mikono na viungo kwa wanawake wengi. Ikiwa mtu atapata rubela akiwa mjamzito, anaweza kuharibika mimba, au mtoto anaweza kuwa na matatizo makubwa.

Je, nani anapaswa kupata chanjo ya MMR?

Watoto wanapaswa kupata dozi 2 za chanjo ya MMR katika umri huu:

- Miezi 12 hadi 15
- Miaka 4 hadi 6

Watoto wa miezi 6 hadi 11 wanapaswa kupata dozi kabla ya kusafiri nje ya Marekani.

Je, chanjo ya MMR ina hatari gani?

Baada ya chanjo ya MMR, ni kawaida kuwa na:

- Maumivu au uwekundu mahali ulipodungwa
- Homa
- Upele mwepesi
- Kuvimba kwa tezi kwenye mashavu au shingo
- Maumivu na mkazo wa viungo kwa muda

Dalili hizi mara nyingi huisha ndani ya siku chache.

Ni nadra sana kuwa na dalili kama:

- Kizunguzungu au kupoteza fahamu
- Mabadiliko ya uwezo wa kuona
- Kuhisi mlio katika masikio yako
- Athari ya mzio (mabaka, uvimbe wa uso, ugumu wa kupumua, mapigo ya haraka ya moyo)

Je, itakuwaje tatizo likitokea?

Ikiwa una athari yoyote nadra iliyoorodheshwa, **piga simu 9-1-1** au umpeleke mtu aliyeathirika hospitali iliyo karibu. Kwa dalili nyingine zinazokutia wasiwasi, wasiliana na daktari wako.

MMR (Measles, Mumps, at Rubella) Vaccine

Makakatulong ang dokumentong ito para maunawaan mo ang tatlong sakit, ang bakuna, at ang mga peligro kapwa ng bakuna at ng mga sakit.



Bakit dapat magpabakuna?

Ang MMR vaccine ay nakakatulong na protektahan ka mula sa mga sakit na tigdas, beke, at rubella. Karamihan sa mga taong tumatanggap ng bakuna ay magiging protektado habambuhay.

Ano ang tigdas, beke, at rubella?

Ang **tigdas (M)** ay magdudulot sa iyo ng lagnat, ubo, tumutulong sipon, at namumula at nagtutubig na mga mata. Pagkatapos noon, maaari kang magkaroon ng pantal sa buong katawan mo. Maaari itong magsanhi ng mga pangingsay, impeksyon sa tainga, pagtatae, o pulmonya. Kung minsan, maaari pa nitong pinsalain ang iyong utak o magsanhi ng pagkamatay.

Ang **beke (M)** ay magdudulot sa iyo ng lagnat, pananakit ng ulo, pananakit ng mga kalamnan, at kapaguran. Ang mga glandula sa ilalim ng iyong mga tainga ay maaaring lumaki at sumakit. Maaari kang mabingi o magkaroon ng iba pang mga problema tulad ng pamamaga sa utak o spinal cord, o sa mga itlog o obaryo. Bihira, maaari itong magsanhi ng pagkamatay.

Ang **rubella (R)** ay magdudulot sa iyo ng lagnat, pangangati ng lalamunan, pantal, pananakit ng ulo, at sore eyes. Maaari itong magsanhi ng pananakit ng mga kamay at kasu-kasuan sa maraming kababaihan. Kapag nagkaroon ng rubella ang isang tao habang buntis, maaari siyang makunan, o maaaring magkaroon ng malulubhang problema ang sanggol.

Sino ang dapat tumanggap ng MMR vaccine?

Ang mga bata ay dapat tumanggap ng 2 dosis ng MMR vaccine sa mga edad na ito:

- 12–15 buwan
- 4–6 na taon

Ang mga sanggol na 6–11 buwan ay dapat tumanggap ng isang dosis bago bumiyahe kung lalabas sila ng Estados Unidos.

Ano ang mga peligro ng MMR vaccine?

Matapos tumanggap ng MMR vaccine, karaniwan ang pagkakaroon ng:

- Pamamaga o pamumula kung saan ka binakunahan
- Lagnat
- Bahagyang pamamantal
- Pamamaga ng mga glandula sa pisngi o leeg
- Pansamantalang pananakit o paninigas sa mga kasu-kasuan

Halos palaging tumitigil ang mga bagay na ito sa loob ng ilang araw.

Bihirang-bhirang magkaroon ng:

- Pagkahilo o pagkahimatay
- Mga pagbabago sa paningin
- Pag-ugong sa iyong mga tainga
- Allergic na reaksyon (pamamantal, pamamaga ng mukha, hirap sa paghinga, mabilis na pagtibok ng puso)

Paano kung may problema?

Kung mayroon ka ng alinman sa mga bihirang reaksyong nakalista, **tumawag sa 9-1-1** o dalhin ang tao sa pinakamalapit na ospital. Para sa iba pang mga palatandaang ipinag-aalala mo, kontakin ang doktor mo.



Bumisita sa www.cdc.gov/vaccines para malaman ang iba pa.

Vắc-xin MMR (Sởi, Quai bị và Rubella)

Tài liệu này sẽ giúp quý vị hiểu về ba loại bệnh, vắc-xin và những rủi ro của cả vắc-xin và bệnh.



Tại sao cần chích vắc-xin?

Vắc-xin MMR giúp bảo vệ quý vị khỏi các bệnh sởi, quai bị và rubella. Hầu hết những người đã chích vắc-xin sẽ được bảo vệ suốt đời.

Bệnh sởi, quai bị và rubella là gì?

Sởi (M) gây ra triệu chứng sốt, ho, sổ mũi và mắt đỏ, chảy nước mắt. Sau đó, quý vị có thể bị phát ban khắp cơ thể. Bệnh này có thể gây co giật, nhiễm trùng tai, tiêu chảy hoặc viêm phổi. Đôi khi, bệnh thậm chí có thể làm tổn thương não hoặc gây tử vong.

Quai bị (M) gây sốt, nhức đầu, đau cơ và mệt mỏi. Các tuyến dưới tai sưng to và đau. Bệnh này có thể gây mất thính lực hoặc các vấn đề khác như sưng não, tủy sống, tinh hoàn hoặc buồng trứng. Trong một số trường hợp hiếm gặp, bệnh này có thể gây tử vong.

Rubella (R) gây sốt, đau họng, phát ban, nhức đầu và kích ứng mắt. Bệnh này có thể gây đau ở tay và khớp cho nhiều phụ nữ. Nếu phụ nữ mắc rubella khi đang mang thai thì có thể bị sảy thai hoặc em bé có thể gặp phải các vấn đề nghiêm trọng.

Ai nên chích vắc-xin MMR?

Trẻ em nên chích 2 liều vắc-xin MMR ở độ tuổi sau:

- 12-15 tháng
- 4-6 tuổi

Trẻ sơ sinh từ 6-11 tháng tuổi nên chích một liều trước khi đi du lịch nếu ra khỏi Hoa Kỳ.

Vắc-xin MMR có thể gây ra những rủi ro nào?

Sau khi chích vắc-xin MMR, thường sẽ có các hiện tượng:

- Đau nhức hoặc đỏ ở vị trí tiêm
- Sốt
- Phát ban nhẹ
- Sưng các tuyến ở má hoặc cổ
- Đau và cứng khớp tạm thời

Những hiện tượng này hầu như luôn biến mất trong vòng vài ngày.

Các tình trạng rất hiếm khi xảy ra bao gồm:

- Chóng mặt hoặc ngất xỉu
- Thay đổi thị lực
- Tiếng ù ù trong tai
- Phản ứng dị ứng (phát ban, sưng mặt, khó thở, tim đập nhanh)

Khi có biến cố phải làm gì?

Nếu có bất kỳ phản ứng hiếm gặp nào kể trên, **hãy gọi 9-1-1** hoặc đưa người đó đến bệnh viện gần nhất. Hãy liên hệ với bác sĩ nếu có những dấu hiệu khác khiến quý vị lo lắng.