ត្រូវមានការប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និង ជំងឺហ្ស៊ីកា

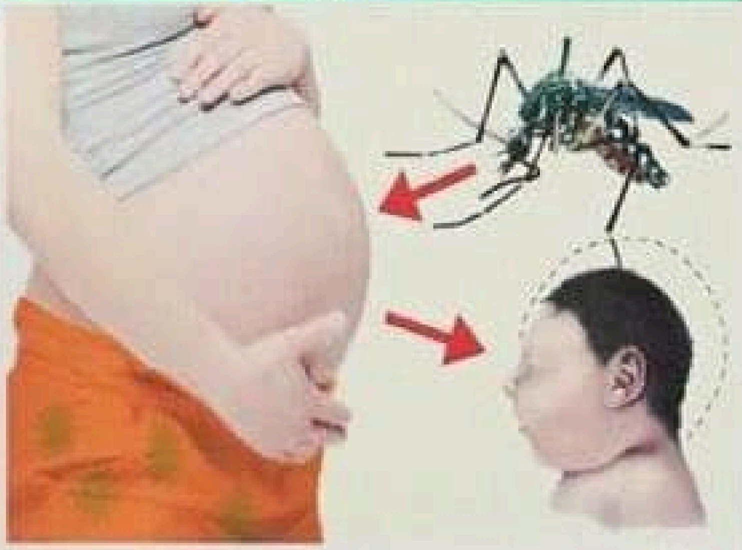
ក្រសួងសុខាភិបាល

"ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និងស្ត្រីដែលមានគម្រោងមានផ្ទៃពោះ គួរត្រូវជៀសវាងធ្វើដំណើរទៅតំបន់ដែលមានការរាតត្បាតជំងឺហ្ស៊ីកា"

ក. តើតំបន់ណាខ្លះដែលមានការរាតត្បាតជំងឺហ្ស៊ីកា?

- ប្រទេសមួយចំនួនក្នុងតំបន់អាស៊ាន
- ទ្វីបអាមេរិក
- ប្រទេសមួយចំនួននៅតំបន់អាមេរិកកណ្តាល
- ប្រទេសមួយចំនួននៅតំបន់កោះក្នុងសមុទ្រប៉ាស៊ីហ្វិក
- ទ្វីបអាហ្វ្រិក

ខ. ផលប៉ះពាល់ជំងឺហ្ស៊ីកាលើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ



- វាអាចឆ្លងពីម្តាយទៅទារកក្នុងផ្ទៃ
- ការឆ្លងជំងឺហ្ស៊ីកាទៅស្ត្រីមានផ្ទៃពោះធ្វើឱ្យការលូតលាស់របស់ទារកមានភាពមិនប្រក្រតីដូចជា ទារកមានក្បាលតូច ខូចខួរក្បាល និងប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទ
- វាឆ្លងតាមភ្នាក់ងារចម្លងជាប្រភេទសត្វមូសខ្លា ដែលដូចគ្នាទៅនឹងជំងឺគ្រុនឈាម "មូសប្រភេទនេះ ទាំយ៉ាងសាហាវនៅពេលថ្ងៃ ហើយវាក៏អាចខាំនៅពេលយប់ផងដែរ"
- ឆ្លងតាមការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកវីរុសហ្ស៊ីកា
- គ្មានថ្នាំព្យាបាល និងគ្មានវ៉ាក់សាំងចាក់ការពារនៅឡើយ

គ. រោគសញ្ញា

ភាគច្រើននៃអ្នកកើតជំងឺនេះប្រហែល ៧០% ទៅ ៨០% ពុំមានស្វែងចេញជារោគសញ្ញាអ្វីទាំងអស់។ រោគសញ្ញាដែលអាចកើតមានដូចជាៈ

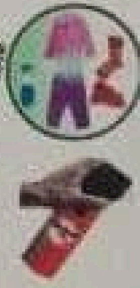
- ក្តៅខ្លួន
- រោគសញ្ញាលើស្បែក (ដូចជាស្នាមក្រហមអុចលើស្បែក)
- ឈឺសាច់ដុំ និងសន្លាក់ដៃជើង
- ភ្នែកឡើងក្រហម (រលាក Conjonctive ភ្នែក)
- រោគសញ្ញាបន្ទាប់បន្សំៈ
  - អស់កម្លាំង
  - ឈឺក្បាល
  - វិបត្តិផ្លូវរំលាយអាហារ (រាគ ក្អួត)

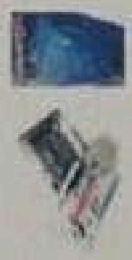
ឃ. ប្រសិនបើអ្នកចាំបាច់ត្រូវតែធ្វើដំណើរទៅកាន់តំបន់ដែលមានការរាតត្បាតជំងឺហ្ស៊ីកា ៖

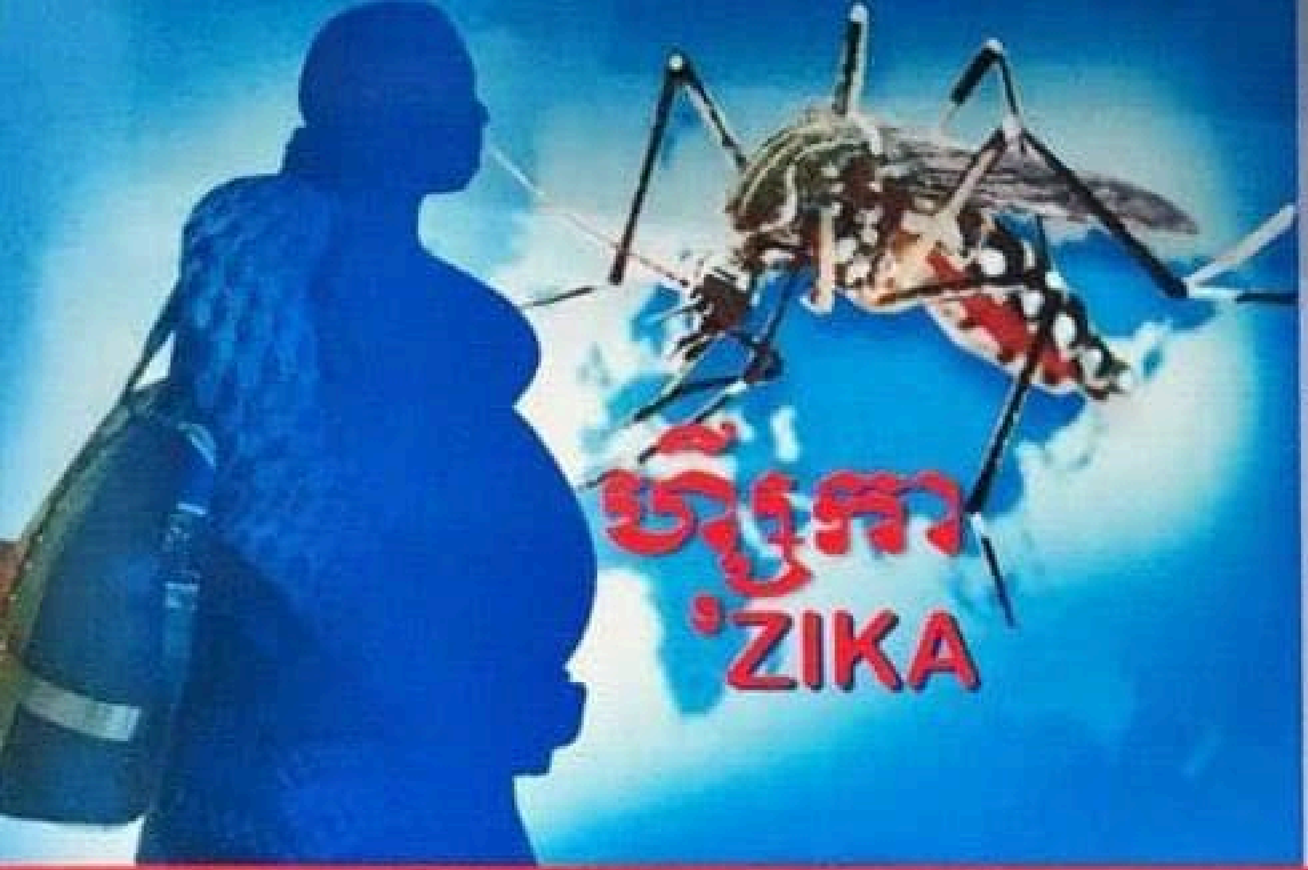
- ត្រូវធ្វើការពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យជំនាញ
- ស្វែងរកព័ត៌មានតាមរយៈខ្សែទូរស័ព្ទហតឡាញរបស់ក្រសួងសុខាភិបាល លេខ ៖ 115

ង. វិធីបង្ការ ៖

- បំបាត់ជម្រកមូសខ្លា ដោយធ្វើអនាម័យជុំវិញផ្ទះ ការពារកុំឱ្យមានទឹកដក់នៅជុំវិញផ្ទះ លុបបំបាត់ជ្រុកសំបកកំប៉ុង សំបកកង់ឡាន និងប្រើអាបែតដាក់ក្នុងពាង ឬអាងស្តុកទឹក
- ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ឱ្យជិតខ្លួនប្រាណ និងមានពណ៌ភ្លឺ
- ប្រើថ្នាំបាញ់ (Spray) ឬលាប (Repellent) កុំឱ្យមូសមកជិត (ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះអាចប្រើបាន ដោយមានសុវត្ថិភាព ពុំមានផលប៉ះពាល់ទេ)
- សម្រាន្តក្នុងមុងគ្រប់ពេល (យប់ និងថ្ងៃ) ព្រមទាំងបើកបង្អួចឱ្យធំ ដើម្បីឱ្យពន្លឺថ្ងៃនិងខ្យល់ចេញចូលគ្រប់គ្រាន់
- ជៀសវាងការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកវីរុសហ្ស៊ីកា ឬត្រូវប្រើស្រោមអនាម័យគ្រប់ពេលរួមភេទ







ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះគួរយល់ដឹង

- វីរុសហ្ស៊ីកាឆ្លងពីម្តាយទៅទារកក្នុងផ្ទៃ
- ការឆ្លងវីរុសហ្ស៊ីកាទៅស្ត្រីមានផ្ទៃពោះធ្វើឱ្យការលូតលាស់របស់ទារកមានភាពមិនប្រក្រតីដូចជា : ទារកមានក្បាលតូច ខូចខួរក្បាល និងប្រព័ន្ធសសៃប្រសាទ
- ជំងឺហ្ស៊ីកាអាចឆ្លងតាមការរួមភេទជាមួយអ្នកដែលមានផ្ទុកវីរុសហ្ស៊ីកា ពីព្រោះវីរុសនេះមាននៅក្នុង ទឹកកាម ឈាម ទឹកនោម ទឹកឃ្លោះ ទឹកមាត់ ព្រមទាំងសារធាតុរាវរាង្គកាយ នៅក្នុងខួរក្បាលនិងខួរឆ្អឹងខ្នង

គ្មានថ្នាំព្យាបាល និងគ្មានវ៉ាក់សាំងសម្រាប់ការពារទេ

ការពារខ្លួនអ្នកពីវីរុស ហ្ស៊ីកា

មូសប្រភេទនេះខាំយ៉ាងសាហាវ នៅពេលថ្ងៃ ហើយវាក៏អាចខាំ នៅពេលយប់ផងដែរ

ប្រើថ្នាំបាញ់ ឬលាប កុំឱ្យមូសមកជិត (ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះអាច ប្រើបានពុំមានផលប៉ះពាល់ទេ)

ស្លៀកសំលៀកបំពាក់ ឱ្យជិតខ្លួនប្រាណ និងមានពណ៌ភ្លឺ

ជៀសវាងការរួមភេទជាមួយ ដៃគូដែលមានផ្ទុកវីរុសហ្ស៊ីកា ត្រូវប្រើស្រោមអនាម័យរាល់ ពេលរួមភេទ

ការពារពីមូសខាំ ដោយសម្រាន្ត ក្នុងមុងរាល់ពេល (ថ្ងៃ និងយប់)។ បើកបង្អួចឱ្យធំ ដើម្បីឱ្យពន្លឺថ្ងៃ និងខ្យល់ចេញចូលគ្រប់គ្រាន់ បំបាត់ជម្រកមូសខ្លាដូចជាដាក់ អាបែត លាងពាង ឬអាងទឹក លុបថ្លុកទឹកដក់ សំអាតលំនៅដ្ឋាន

សូមស្វែងរកព័ត៌មានតាមរយៈខ្សែទូរស័ព្ទហតឡាញរបស់ក្រសួងសុខាភិបាលលេខ : ១១៥