ឃ. ប្រសិនបើអ្នកចាំបាច់ត្រូវតែធ្វើដំណើរទៅកាន់តំបន់ដែលមានការរាតត្បាតជំងឺហ្ស៊ីកា ៖

- ត្រូវធ្វើការពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យជំនាញ
- ស្វែងរកព័ត៌មានតាមរយៈខ្សែទូរស័ព្ទហតឡាញរបស់ក្រសួងសុខាភិបាល លេខ ៖ ☎ 115

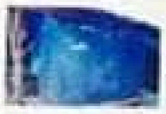
ង. វិធីបង្ការ ៖

- បំបាត់ជម្រកមូសខ្លា ដោយធ្វើអនាម័យជុំវិញផ្ទះ ការពារកុំឱ្យមានទឹកដក់នៅជុំវិញផ្ទះ លុបបំបាត់ផ្តុកសំបកកំប៉ុង សំបកកង់ឡាន និងប្រើអាបែតដាក់ក្នុងពាង ឬអាងស្តុកទឹក

- ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ឱ្យជិតខ្លួនប្រាណ និងមានពណ៌ភ្លឺ

- ប្រើថ្នាំបាញ់ (Spray) ឬលាប (Repellent) កុំឱ្យមូសមកជិត (ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះអាចប្រើបាន ដោយមានសុវត្ថិភាព ពុំមានផលប៉ះពាល់ទេ)

- សម្រាន្តក្នុងមុងរាល់ពេល (យប់ និងថ្ងៃ) ព្រមទាំងបើកបង្អួចឱ្យធំ ដើម្បីឱ្យពន្លឺថ្ងៃនិងខ្យល់ចេញចូលគ្រប់គ្រាន់



- ជៀសវាងការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកវីរុសហ្ស៊ីកា ឬត្រូវប្រើស្រោមអនាម័យគ្រប់ពេលរួមភេទ

ក្រសួងសុខាភិបាល

ត្រូវមានការប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និង ជំងឺហ្ស៊ីកា

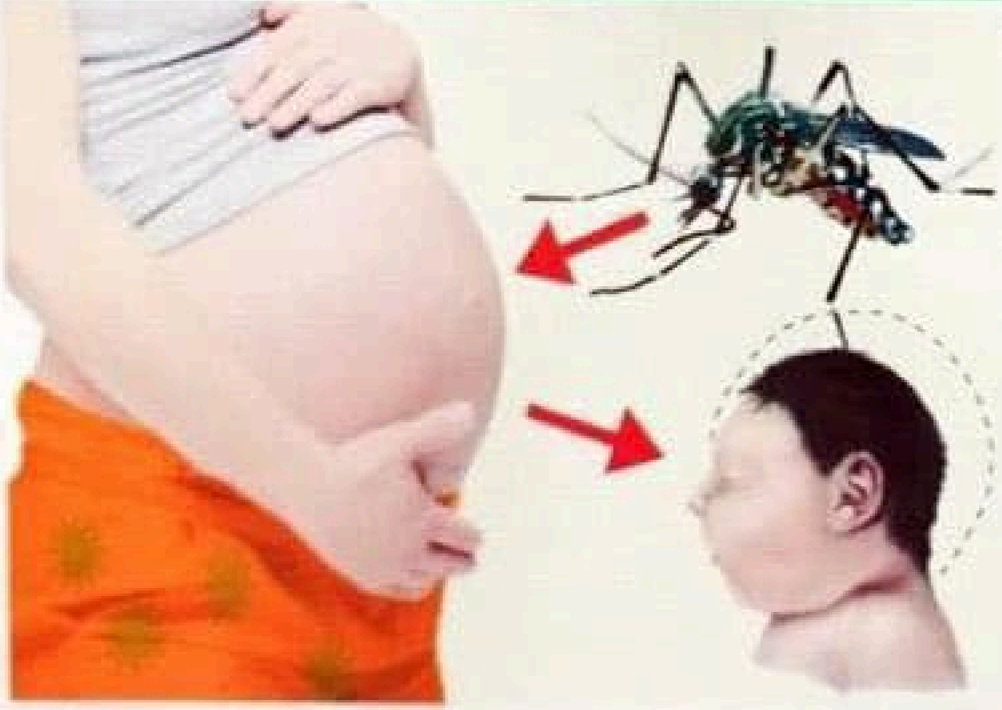
"ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និង ស្ត្រីដែលមានគម្រោងមានផ្ទៃពោះ គួរត្រូវជៀសវាងធ្វើដំណើរទៅតំបន់ដែលមានការរាតត្បាតជំងឺហ្ស៊ីកា"

សូមស្វែងរកព័ត៌មានតាមរយៈខ្សែទូរស័ព្ទហតឡាញរបស់ក្រសួងសុខាភិបាលលេខ : ១១៥

ក. តើតំបន់ណាខ្លះដែលមានការរាតត្បាតជំងឺហ្ស៊ីកា?

- ប្រទេសមួយចំនួនក្នុងតំបន់អាស៊ាន
- ទ្វីបអាមេរិក
- ប្រទេសមួយចំនួននៅតំបន់អាមេរិកកណ្ដាល
- ប្រទេសមួយចំនួននៅតំបន់កោះក្នុងសមុទ្រប៉ាស៊ីហ្វិក
- ទ្វីបអាហ្វ្រិក

ខ. ផលប៉ះពាល់ជំងឺហ្ស៊ីកាលើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ



- វាអាចឆ្លងពីម្ដាយទៅទារកក្នុងផ្ទៃ
- ការឆ្លងជំងឺហ្ស៊ីកាទៅស្ត្រីមានផ្ទៃពោះធ្វើឱ្យការលូតលាស់របស់ទារកមានភាពមិនប្រក្រតីដូចជា ទារកមានក្បាលតូច ខូចខួរក្បាល និងប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទ
- វាឆ្លងតាមភ្នាក់ងារចម្លងជាប្រភេទសត្វមូសខ្លា ដែលដូចគ្នាទៅនឹងជំងឺគ្រុនឈាម "មូសប្រភេទនេះ ខាំយ៉ាងសាហាវនៅពេលថ្ងៃ ហើយវាក៏អាចខាំនៅពេលយប់ផងដែរ"
- ឆ្លងតាមការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកវីរុសហ្ស៊ីកា
- គ្មានថ្នាំព្យាបាល និងគ្មានវ៉ាក់សាំងចាក់ការពារនៅឡើយ

គ. រោគសញ្ញា

ភាគច្រើននៃអ្នកកើតជំងឺនេះប្រហែល ៧០% ទៅ ៨០% ពុំមានស្តែងចេញជារោគសញ្ញាអ្វីទាំងអស់។ រោគសញ្ញាដែលអាចកើតមានដូចជា:

- ក្តៅខ្លួន
- រោគសញ្ញាលើស្បែក (ដូចជាស្នាមក្រហមអុចលើស្បែក)
- ឈឺសាច់ដុំ និងសន្លាក់ដៃជើង
- ភ្នែកឡើងក្រហម (រលាក Conjonctive ភ្នែក)
- រោគសញ្ញាបន្ទាប់បន្សំ:
  - អស់កម្លាំង
  - ឈឺក្បាល
  - វិបត្តិផ្លូវរំលាយ[illegible]ហារ (ភាគតូច)