ព័ត៌មានអំពីជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 សម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ

មនុស្សគ្រប់រូបសុទ្ធតែប្រឈមមុខជាមួយការឆ្លងជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 ប៉ុន្តែ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះមានការ ប្រឈមមុខខ្ពស់ ជាមួយការមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ និងអាចស្លាប់ដោយសារជំងឺនេះ ។ ហេតុដូច្នេះហើយ បានជារដ្ឋាភិបាលកម្ពុជា បានផ្តល់ឱកាសដល់ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះដើម្បីទទួលបានការចាក់ថ្នាំបង្ការ នៅអំឡុងពេលយុទ្ធនាការផ្តល់ថ្នាំបង្ការនេះ នៅខែមិនា ឆ្នាំ ២០១០ សំរាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះរស់នៅក្នុងខេត្តចំនួន៤រួមមានរាជធានីភ្នំពេញ, ខេត្តកណ្តាល, កំពង់ស្ពឺ និងខេត្តកំពង់ឆ្នាំង ចំណែកស្ត្រីមានផ្ទៃពោះដែលរស់នៅក្នុងខេត្ត ចំនួន២០ផ្សេងទៀត ត្រូវផ្តល់ថ្នាំបង្ការនេះនៅខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០១០។

តើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះដែលទទួលការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 មានសុវត្ថិភាពឬទេ?

ការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 ត្រូវបានធ្វើឡើងចំពោះស្ត្រីមានផ្ទៃពោះរាប់ពាន់នាក់រួចមកហើយ ហើយមិនបង្ហាញថាបង្កអោយមានគ្រោះថ្នាក់អ្វីដល់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និងទារករបស់ពួកគាត់ឡើយ ។ ការទទួលការចាក់ ថ្នាំបង្ការនេះ វាមានសុវត្ថិភាពច្រើនជាងការទទួលជំងឺ ។ ផលប៉ះពាល់បន្ទាប់បន្សំដែលកើតមានឡើងជាទូទៅ គឺការឈឺ នៅត្រង់កន្លែងចាក់ថ្នាំ ឬក្តៅខ្លួនបន្តិចបន្តួច ។ ការឈឺដៃដែលចាក់ថ្នាំបន្តិចបន្តួចនេះ នឹងបាត់ទៅវិញ នៅ១ថ្ងៃក្រោយ ចាក់ហើយក៏មិនរំខានដល់ជីវភាពប្រចាំថ្ងៃរបស់ស្ត្រីឡើយ ។

តើខ្ញុំត្រូវធ្វើដូចម្តេច ដើម្បីការពារខ្លួនខ្ញុំ ទារករបស់ខ្ញុំ និងគ្រួសាររបស់ខ្ញុំ ?

ការទទួលការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 គឺជាមធ្យោបាយដ៏ប្រសើរបំផុត ដើម្បីទប់ទល់នឹងជំងឺ ផ្តាសាយថ្មីនេះ ។ ការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺផ្តាសាយថ្មីនេះ មានប្រសិទ្ធភាពដើម្បីការពារទាំងម្តាយ ទាំងទារក (រហូតដល់អាយុ៦ខែ) ។

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE

ចុះបើខ្ញុំមានជំងឺផ្តាសាយ យ៉ាងម៉េចទៅវិញ ?

ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញាជំងឺផ្តាសាយ ដូចជា ក្តៅខ្លួន ព្រមទាំងមានក្អក ឬឈឺបំពង់ក ចូរប្រយ័ត្នប្រយែង ទាក់ទង គ្រូពេទ្យជាបន្ទាន់ ។ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះដែលមានជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 អាចមានភាពធ្ងន់ធ្ងរជាងមនុស្សផ្សេងទៀត ។ ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះមួយចំនួនដែលមានជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 បានសម្រាលកូនមុនកាលកំណត់ និងមានជំងឺសួតធ្ងន់ធ្ងរ ហើយ មានស្ត្រីខ្លះបានស្លាប់ ។ ប្រសិនបើចាំ បាច់ គ្រូពេទ្យអាចផ្តល់ឱសថសំរាប់ព្យាបាលជំងឺផ្តាសាយនេះ ។ អ្នកជំងឺត្រូវសម្រាក និង ផឹកទឹកស្អាតអោយបានច្រើន ហើយ ត្រូវប្រើថ្នាំ បញ្ចុះកំដៅ (ដូចជា ប៉ារាសេតាមុល) ។ ប្រសិនបើអ្នកមានអារម្មណ៍ថា ឈឺ អ្នកត្រូវត្រួតពិនិត្យសុខភាពអោយបានញឹកញាប់ ជាការ ប្រសើរ ។

តើខ្ញុំអាចបង្ការជំងឺផ្តាសាយ ដោយវិធីផ្សេងទៀតដែរឬទេ ?

ត្រូវចាត់វិធានការប្រចាំថ្ងៃ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការចម្លងមេរោគ និងការពារសុខភាពរបស់អ្នក ព្រមទាំង សុខភាពគ្រួសាររបស់អ្នក ដូចខាងក្រោមនេះ :

- ត្រូវខ្ទប់ច្រមុះ និងមាត់ដោយក្រដាស់អនាម័យ ឬក្រមា នៅពេលក្អក កណ្តាស់ ឬកណ្តាស់ដាក់ដៃអាវរបស់លោកអ្នក ។ ត្រូវបោះក្រដាស់អនាម័យចោលទៅក្នុងធុងសម្រាម ក្រោយពីបានប្រើប្រាស់រួចហើយ ។
- លាងដៃអោយបានញឹកញាប់ជាមួយសាប៊ូ និងទឹកក្តៅឧណ្ហៗ ជាពិសេស ក្រោយពីក្អក ឬកណ្តាស់ ។ ប្រសិនបើ គ្មានសាប៊ូ និងទឹក អាចប្រើទឹកអាល់កុលជូតសម្អាតដៃក៏បាន ។
- ចៀសវាងប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ឬមាត់ ព្រោះ មេរោគអាចឆ្លងតាមរយៈនេះ ។
- ជៀសវាងការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយអ្នកមានជំងឺ :
    - ប្រសិនបើមានជំងឺផ្តាសាយនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នជាបន្ថែមលើ ខ្លួនប្រាណរបស់អ្នក និង ការចាប់អារម្មណ៍របស់អ្នក ។ ប្រសិនបើអ្នកគិតថា អ្នកមានជំងឺផ្តាសាយ ត្រូវទាក់ទងគ្រូពេទ្យ ឬគ្លីនិកជាបន្ទាន់ ។
    - ប្រសិនបើអ្នកមានផ្ទៃពោះ ហើយអ្នករស់នៅ ឬមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយនរណាម្នាក់ ដែលមានជំងឺផ្តាសាយ ត្រូវពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យដើម្បីរកឱសថដែលត្រូវប្រើ សំរាប់បង្ការ ជំងឺផ្តាសាយ ។
    - ត្រូវអោយអ្នកផ្សេងពីស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ដើម្បីថែទាំសមាជិកគ្រួសារដែលមានជំងឺ ។
- រក្សាទុកសម្ភារៈប្រើប្រាស់ក្នុងផ្ទះ សម្ភារៈថែទាំសុខភាព និងសម្ភារៈសង្គ្រោះបន្ទាន់ ដូចជាឱសថបញ្ចុះកំដៅ ទឹក និង អាហាររក្សាទុកបានយូរ ក្នុងករណីអ្នកមានជំងឺផ្តាសាយ ។

តើរោគសញ្ញាជំងឺផ្តាសាយប្រភេទថ្មី H1N1 មានអ្វីខ្លះ ?

អ្នកអាចមានជំងឺផ្តាសាយ ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញាមួយចំនួន ឬទាំងអស់ដូចខាងក្រោម :

- ក្តៅខ្លួន *
- ក្អក
- ឈឺបំពង់ក
- ឈឺខ្លួន
- ឈឺក្បាល
- រងារញាក់
- អស់កម្លាំង
- ជួនកាល រាគ និងក្អួត

* មនុស្សមួយចំនួនដែលមានជំងឺផ្តាសាយ មិនមានក្តៅខ្លួនទេ ។

តើនៅពេលណាដែលខ្ញុំគួរទទួលបានការថែទាំសុខភាពបន្ទាន់ ?

ប្រសិនបើអ្នក ឬសមាជិកគ្រួសារផ្សេងទៀតរបស់អ្នក មានរោគសញ្ញាគ្រោះថ្នាក់ណាមួយដូចខាងក្រោម :

- ពិបាកដកដង្ហើម ឬដកដង្ហើមថុតៗ
- ឈឺ ឬតឹងទ្រូង ឬពោះ
- វិលមុខ ភ្លាមៗ
- វង្វេងស្មារតី
- ក្អួតធ្ងន់ធ្ងរ ឬក្អួតឥតឈប់
- ក្តៅខ្លួនខ្លាំង ដែលប្រើថ្នាំហើយតែពុំមានប្រសិទ្ធភាព (សូមដាក់ឈ្មោះឱសថបញ្ចុះកំដៅដែលប្រើជាទូទៅ នៅត្រង់នេះ) ។