

ចំពោះព័ត៌មានបន្ថែមទៀត សុំទាក់ទងទៅ មូលនិធិនៃជម្ងឺហ៊ីតក្នុងរដ្ឋញ៉ូសៅវែល
(Asthma Foundation of NSW) ទូរស័ព្ទ (02) 9906 3233។



KHMER
5th October 1998

លេខទូរស័ព្ទទាំងនេះត្រឹមត្រូវនៅពេលបោះពុម្ព
ក៏ប៉ុន្តែអាចមិនបានកែតម្រូវតាមការលះខ្វះសោះ។ លោក-
ស្រី ប្រហែល អាចត្រូវមើលបញ្ជាក់លេខនៅក្នុង“សៀវភៅទូរស័ព្ទ”
(Telephone Directory)។

ជម្ងឺហ៊ីតនៅកន្លែងធ្វើការ Asthma at work

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@doh.health.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111



ជម្ងឺហឺតនៅកន្លែងធ្វើការ

Asthma at work

បុរសម្នាក់ឈ្មោះ វ៉ាន់ មិនយល់សោះថាហេតុដូចម្តេចបានជាជម្ងឺហឺតរបស់ខ្លួនមានសភាពដូចជាបានផ្លូវស្រាលខ្លះនៅចុងសប្តាហ៍ (ថ្ងៃសៅរ៍និងថ្ងៃអាទិត្យ) ហើយនិងនៅពេលឈប់សំរាក (holiday) តែចេះតែមានបញ្ហានៅពេលធ្វើការ។ គាត់មិនដែលមានបញ្ហាជម្ងឺហឺតនេះទេមុនពេលដែលគាត់ចាប់ផ្តើមធ្វើការជាអ្នកដុតនំប៉័ង(baker) ។

វេជ្ជបណ្ឌិតបានស្នើរគាត់ថា “ ប្រហែលជាពោធិសញ្ញានៃជម្ងឺហឺតនេះបណ្តាលមកពីអ្វីដែលអ្នកដកដង្ហើមចូលនៅកន្លែងធ្វើការ។ យើងអាចចាត់ចែងធ្វើតេស្តពិនិត្យមើលដើម្បីឲ្យដឹងពីរឿងហ្នឹង ” ។

ជម្ងឺហឺតជាជម្ងឺសាមញ្ញមួយនៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលី ដែលធ្វើឲ្យក្មេងម្នាក់ឈឺក្នុងចំណោមក្មេង៤នាក់ ព្រមទាំងក្មេងជំទង់ម្នាក់ឈឺក្នុងចំណោមក្មេងជំទង់៧ម្នាក់ ហើយនិងមនុស្សពេញវ័យម្នាក់ឈឺក្នុងចំណោមជនពេញវ័យ១០នាក់។ វាមានឥទ្ធិពលទៅលើបំពង់ខ្យល់នៃទងសួត ដែលធ្វើឲ្យបំពង់ខ្យល់នៃទងសួតនេះរាបប្រួលឈឺទៅនិងវត្ថុជាច្រើនដូចជា លំអង់ផ្កា ផ្លូវី និងផ្សែងបារី។ បំពង់ខ្យល់មានប្រតិកម្មទៅនិង “វត្ថុទាស់” (triggers) ទាំងនេះ ដែលធ្វើឲ្យបំពង់ខ្យល់រួមតូច ធ្វើឲ្យពិបាកដកដង្ហើម។ ពោធិសញ្ញានៃជម្ងឺហឺតមានដូចជា ដកដង្ហើមភ័ង្សសូរក្រេតក្រេត (wheeze), ចេះតែក្អកក្អាយមិនបាត់, មានសភាពភ័ង្សក្នុងទ្រូង ឬដកដង្ហើមផុតៗ។ ជនខ្លះដែលមានជម្ងឺហឺតអាចមានពោធិសញ្ញាទាំងនេះនៅពេលហាត់ប្រាណ ឬនៅពេលខំប្រឹងខ្លាំង ឬនៅពេលរំដើបរំជួល ឬនៅពេលពិបាកចិត្ត។

អ្នកខ្លះដូចជាវ៉ាន់ដែរ មានជម្ងឺហឺតម្យ៉ាងដែលគេហៅថា ជម្ងឺហឺតពីមុនរបរ (occupational asthma)។ នេះបានសេចក្តីថាវាបណ្តាលមកពីវត្ថុអ្វីនៅកន្លែងធ្វើការ។ ជម្ងឺហឺតពីមុនរបរ អាចកើតឡើងពីវត្ថុអ្វីដែលជននោះដកដង្ហើមចូលពីកន្លែងធ្វើការដែលបណ្តាលឲ្យជនដែលមានសុខភាពល្អនោះករកើតជម្ងឺហឺត។ មូលហេតុនេះ

ហើយដែលកើតឡើងដល់វ៉ាន់។ ជួនកាលវាមិនមែនកើតឡើងភ្លាមៗនោះទេ - ជួនកាលវាអាចអស់រយៈពេលជាច្រើនអាទិត្យ ឬខែ ឬឆ្នាំដើម្បីករកើតជម្ងឺហឺតពីមុនរបរនេះ។

តើមុនរបរណាខ្លះដែលច្រើនតែនាំឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់កើតជម្ងឺហឺតនេះ ? មានដូចជាមុនរបរផលិតម្ហូប (ជាពិសេសធ្វើនំប៉័ង), ធ្វើអេឡិចត្រូនិក, ជាតិគីមី, រោងចក្រធ្វើដែកផ្សេងៗ, បុគ្គលិកខាងសុខភាពផ្សេងៗ, រោងចក្រធ្វើថ្នាំពណ៌, ធ្វើប្លាស្ទិកនិងឈើ។ វត្ថុធាតុខ្លះដែលបណ្តាលឲ្យមានបញ្ហាមានដូចជា ទឹកល្បាយគីមី (chemical solvents) ឬជាតិគីមី ឬជាតិគីមីប្រើសំរាប់បាញ់ថ្នាំ, ផ្លូវីពីសត្វល្អិតផ្សេងៗ (ដូចជាកន្ត្រៃ, សត្វសន្តានខ្លាខ្យង។ល។, រោមចៀម និងសត្វនាដដែលគេសំរាប់ប្រើក្នុងមន្ទីរពិសោធន៍), ផ្លូវីពីឈើ គ្រាប់ធញ្ញជាតិ ម្សៅ ស្មៅស្លុត តែនិងពីការហ្វូ។

តែនេះមិនមែនបានសេចក្តីថា មនុស្សណាក៏ដោយដែលធ្វើការជាអ្នកដុតនំប៉័ង ឬជាអ្នកបាញ់ថ្នាំលាបពណ៌នឹងករកើតជម្ងឺហឺតនោះទេ។ ហើយក៏មិនមែនបានសេចក្តីថាគ្រប់ករណីដែលកើតជម្ងឺហឺតសុទ្ធតែបណ្តាលមកពីវត្ថុធាតុពីកន្លែងធ្វើការនោះទេ។ គេមិនដឹងច្បាស់លាស់ថាហេតុដូចម្តេចបានជាម្នាក់មិនកើត ហើយម្នាក់ទៀតករកើតជម្ងឺហឺតនោះទេ។ យ៉ាងណាមិញ ប្រសិនបើអ្នកមានញាតិសន្តានដែលមានជម្ងឺហឺត ឬមាន “ទាស់” (allergies) ទៅនិងអ្វីផ្សេងៗ គ្រោះថ្នាក់ដែលខ្លួនអ្នកអាចកើតជម្ងឺហឺតនោះក៏កើតឡើងដែរ។ វាជាការសំខាន់ដែលគួរដឹងថា មនុស្សម្នាក់ៗមិនមែនចេះតែ “ទាស់” និងវត្ថុធាតុដូចគ្នានោះទេ ឧទាហរណ៍ អ្នកខ្លះអាចទាស់ទៅនិងផ្សែងបារី តែមិនទាស់និងល្អងផ្លូវីសត្វជាដើម។

តើអ្នកត្រូវធ្វើដូចម្តេចប្រសិនបើអ្នកសង្ស័យថាអ្នកមានជម្ងឺហឺតពីមុនរបរ ? សុំអ្នកពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើវេជ្ជបណ្ឌិតសង្ស័យថាអ្នកមានជម្ងឺហឺតពីមុនរបរ គេនឹងបញ្ជូនអ្នកទៅត្រួតពិនិត្យឯកទេស។ បើកាលណាគេរាប់ពិនិត្យដឹងថាមានជម្ងឺហឺតពីមុនរបរ ការផ្លាស់ប្តូរដំងាយស្រួលខ្លះនៅកន្លែងធ្វើការអាចធ្វើឲ្យជម្ងឺហឺតបានជាសះស្បើយ - នៅក្នុងករណីវ៉ាន់ គេបានប្តូរឲ្យគាត់ធ្វើការផ្សេងក្នុងកន្លែងនំប៉័ង ហើយជម្ងឺហឺតរបស់គាត់ក៏បានគ្រាន់បើដែរ។