NSW HEALTH

ប័ណ្ណព័ត៌មានអំពីជំងឺឆ្លង

ជំងឺអុតតូច និង ជំងឺជំពៅរើម

*ជំងឺអុតតូច(អុតស្វាយ)គឺជាជំងឺវីរុសឆ្លងទូទៅ មួយដែលអាចកើតមានសាជាថ្មីជាជំងឺជំពៅរើម **(shingles)** នៅពេលក្រោយមកទៀត។ កូនក្មេងទាំងអស់ និងមនុស្សពេញវ័យដែល គ្មានប្រព័ន្ធការពារទល់នឹងរោគនេះ គួរចាក់ថ្នាំ បង្ការជំងឺនេះ។*

កែតំរូវចុងក្រោយ: ថ្ងៃទី 28 ខែវិច្ឆិកា 2007

តើជំងឺអុតតូចគឺជាអ្វី?

- ជំងឺអុតតូចគឺជាជំងឺមួយដែលបណ្តាលដោយវីរុសរើមម្យ៉ាងហៅថា herpes zoster (ដែលស្គាល់ផងដែរ ថាជាវីរុស Varicella-Zoster)
- ចំពោះកុមារ ជាធម្មតារោគនេះបណ្តាលឲ្យមានជំងឺមិនសូវធ្ងន់ធ្ងរទេ។
- ចំពោះមនុស្សពេញវ័យនិងអ្នកដែលមានប្រព័ន្ធការពាររោគទន់ខ្សោយវិញ ជំងឺនេះអាចបណ្តាលឲ្យមានសភាពធ្ងន់ធ្ងរ។
- ការកើតមានជំងឺនេះនៅពេលមានផ្ទៃពោះអាចបណ្តាលឲ្យមានការប៉ះពាល់ខូចខាតរាងកាយទារកក្នុងផ្ទៃ ស្នាមលើស្បែក ទារកក្នុងផ្ទៃ និងមានបញ្ហាផ្សេងៗទៀតចំពោះទារក។
- មុនពេលដែលការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគជាប្រក្រតីបានចាប់ផ្តើមនៅឆ្នាំ 2006 អុតតូចគឺជាជំងឺទូទៅណាស់។ ឧប្បត្តិហេតុ នៃការកើតមានជំងឺអុតតូចទំនងជាថយចុះ នៅពេលដែលមានការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគ។

តើជំងឺនេះមានរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ?

- ជំងឺអុតតូចចាប់ផ្តើមឡើងដោយមានគ្រុនក្តៅបន្តិចមួយរំពេច ហៀរសំបោរ ជាទូទៅគឺមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន និង មានកន្ទួលស្បែក។
- ជាធម្មតា កន្ទួលស្បែកចាប់ផ្តើមជាកន្ទួលតូចៗដែលក្លាយជាពងទឹក ហើយក្រោយមកទៀតក្លាយទៅជាកមរមាស់។
- កន្ទួលស្បែកនេះកើតមានរយៈពេលពីបីទៅបួនថ្ងៃ។ នៅគ្រាណាមួយនោះ កន្ទួលទាំងនេះមានភាពប្រែប្រួលទៅតាម ដំណាក់កាលរបស់វា។
- ជាធម្មតា រោគសញ្ញាទាំងឡាយកើតមានឡើងរយៈពេលពីរអាទិត្យ ក្រោយពីកើតមានវីរុសនៃជំងឺអុតតូច។
- មនុស្សភាគច្រើនជាសះស្បើយមកវិញដោយគ្មានផលវិបាកអ្វីទេ ប៉ុន្តែជួនកាលទៅ ជំងឺនេះបណ្តាលឲ្យមានផលវិបាក ខ្លាំងក្លាទាំងឡាយ ដូចជារោគរលាកសួត និងរោគរលាកខួរក្បាល។ ជំងឺនេះកំរធ្វើឲ្យបាត់បង់ជីវិតណាស់។

តើជំងឺនេះឆ្លងតាមវិធីណា?

- នៅពេលកើតមានជំងឺនេះនៅគ្រាដើមដំបូង វីរុសរបស់វាឆ្លងតាមរយៈការក្អក។
- នៅគ្រាក្រោយមកទៀត វីរុសនៃជំងឺនេះឆ្លងតាមរយៈការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយនឹងទឹករងៃនៃពងទឹក។
- ជំងឺនេះឆ្លងខ្លាំងណាស់ចំពោះអ្នកដែលពុំដែលមានជំងឺអុតតូច ឬដែលគ្មានប្រព័ន្ធការពារទល់នឹងរោគនេះ។
- អ្នកកើតជំងឺនេះអាចចម្លងរោគនៅពេលមួយថ្ងៃឬពីរថ្ងៃមុនពេលកន្ទួលចេញរូបរាងនៅលើស្បែក (គឺថាក្នុងអំឡុង ដំណាក់កាលហៀរសំបោរ) និងរយៈពេលដល់ទៅប្រាំថ្ងៃក្រោយមកទៀត (នៅពេលដែលពងទឹកបានបង្កើតក្រមរ ឬ ក្លាយទៅជាកមរមាស់)។

- ការកើតមានជំងឺអុតតូចបណ្ដាលឲ្យប្រព័ន្ធការពាររោគមានភាពស៊ាំនឹងជំងឺនេះ ហើយអ្នកដែលកើតមានជំងឺនេះម្ដងហើយ កំរនឹងកើតមានជំងឺនេះជាលើកទីពីរណាស់។

តើអ្នកណាទៅដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់កើតជំងឺនេះ?

- ជនរាល់រូបដែលមិនធ្លាប់មានជំងឺអុតតូច ឬមិនទាន់បានចាក់ថ្នាំបង្ការរោគនេះនៅពេលកន្លងមក អាចកើតមានជំងឺអុតតូចនេះ។
- អ្នកដែលធ្លាប់បានកើតជំងឺអុតតូចទំនងជាមានប្រព័ន្ធការពារទប់ទល់រោគនេះ។ ប៉ុន្តែមនុស្សពេញវ័យដែលមិនធ្លាប់កើតជំងឺអុតតូចប្រហែលជាអាចមានប្រព័ន្ធការពាររោគទល់នឹងជំងឺនេះដែរ (ដោយសារតែការកើតមាននៅពេលកន្លងមកមានសភាពមិនសូវធ្ងន់ធ្ងរឡើយ)។ ជួនកាលវេជ្ជបណ្ឌិតធ្វើតេស្តឈាមដើម្បីឲ្យដឹងថា តើអ្នកទាំងនេះត្រូវការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគដែរឬទេ។

តើវិធីបង្ការជំងឺនេះធ្វើឡើងដោយរបៀបណា?

- ការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគដោយឥតគិតថ្លៃគួរតែធ្វើទៅសំរាប់កុមារទាំងអស់ដែលមានអាយុ 18 ខែ និងក្មេងដែលរៀនថ្នាក់ដំបូងនៅសាលាមធ្យមសិក្សា ហើយដែលមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការរោគអុតតូច ព្រមទាំងមិនធ្លាប់កើតមានជំងឺនេះឡើយ។
- ការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគក៏គួរតែធ្វើផងដែរចំពោះអ្នកមានអាយុចាប់ពី 14 ឆ្នាំឡើងទៅដែលមិនស៊ាំនឹងជំងឺនេះ។ ថ្នាំបង្ការរោគនេះមានចំនួន 2 កំរិត ដោយចាក់នៅចន្លោះពេល 1 ខែទៅ 2 ខែដាច់ពីគ្នា។ ថ្នាំបង្ការរោគនេះ គួរតែធ្វើចំពោះអ្នកដែលមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងក្នុងការកើតជំងឺនេះ ឧទាហរណ៍: បុគ្គលិកថែទាំសុខភាព អ្នករស់នៅជាមួយឬធ្វើការជាមួយកុមារតូចៗ ស្ត្រីដែលគ្រោងមានផ្ទៃពោះ និងសមាជិកក្នុងផ្ទះដែលមានទំនាក់ទំនងប៉ះពាល់ជាមួយនឹងអ្នកដែលមានប្រព័ន្ធការពារទប់ទល់រោគអន់ខ្សោយ។
- អ្នកកើតជំងឺអុតតូចគួរចៀសវាងអ្នកដទៃ (និងមិនធ្វើដំណើរទៅមណ្ឌលថែទាំកុមារឬសាលារៀន) រហូតទាល់តែនៅពេលយ៉ាងតិចប្រាំថ្ងៃក្រោយពីកើតមានកន្ទួលស្បែក ហើយក្រោយពេលដែលពងទឹកទាំងអស់បានស្ងួតអស់ទៅហើយ។
- អ្នកកើតជំងឺអុតតូចគួរគ្របច្រមុះនិងមាត់នៅពេលក្អកឬកណ្ដាស់ បោះចោលក្រដាសជូតមុខដែលប្រើរួចហើយ លាងសម្អាតដៃឲ្យបានស្អាតល្អ និងកុំប្រើចានស្លាបព្រាកាំបិតសំរាប់បរិភោគ ពែងកែវទឹកច្របូកច្របល់ជាមួយអ្នកដទៃឡើយ។
- ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះគួរចៀសវាងអ្នកដែលកើតជំងឺអុតតូចឬដំបៅរើម ហើយគួរទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់ខ្លួន បើបានទៅក្បែរអ្នកដែលកើតជំងឺទាំងនេះ។
- កុមារដែលមានប្រព័ន្ធការពារទប់ទល់រោគដ៏ទន់ខ្សោយ (ឧទាហរណ៍: មហារីកឈាមស) ឬអ្នកដែលកំពុងទទួលការព្យាបាលដោយជាតិគីមី គួរចៀសវាងអ្នកដែលកើតជំងឺអុតតូចឬជំងឺដំបៅរើម ព្រោះការកើតមានជំងឺនេះអាចមានសភាពធ្ងន់ធ្ងរណាស់។

តើការវិនិច្ឆ័យរោគធ្វើទៅតាមរបៀបណា?

ករណីភាគច្រើនអាចធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យបានដោយផ្អែកលើរោគសញ្ញា និងតាមរយៈការកើតមានកន្ទួលស្បែក។ ជួនកាល រោគវិនិច្ឆ័យត្រូវបានបញ្ជាក់តាមរយៈការធ្វើតេស្តសំណាកយកចេញពីកន្ទួលស្បែកឬពីឈាម។

តើជំងឺដំបៅរើម (shingles) គឺជាអ្វី?

- ជំងឺដំបៅរើមកើតឡើងដោយសារតែមានសកម្មភាពសាជាថ្មីនៃវីរុសដែលបណ្ដាលឲ្យកើតជំងឺអុតតូច ជាធម្មតាគឺនៅពេលពេញវ័យ និងនៅពេលជាច្រើនឆ្នាំក្រោយពីកើតជំងឺអុតតូចនៅគ្រាដំបូង។
- ជំងឺនេះត្រូវបានសំគាល់ដោយកន្ទួលដ៏ឈឺចាប់ដូចអុតតូចនៅលើផ្ទៃតូចរបស់ស្បែក ជាធម្មតានៅផ្នែកម្ខាងនៃរាងកាយ។
- ការឈឺចាប់និងការឈឺឆៀបៗដែលពាក់ព័ន្ធនឹងកន្ទួលស្បែកនេះ អាចមានរយៈពេលជាច្រើនអាទិត្យឬជាច្រើនខែ នៅក្រោយពីកន្ទួលស្បែកនេះបានបាត់ទៅវិញ។ ហេតុការណ៍នេះត្រូវបានហៅថា ជំងឺសរសៃប្រសាទក្រោយពីកើតរើម (post-herpetic neuralgia)។

- វីរុសនេះអាចឆ្លងតាមរយៈការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយកន្ទួលស្បែករបស់អ្នកកើតជំងឺនេះ។ ហេតុការណ៍នេះបណ្តាលឲ្យអ្នកដែលគ្មានប្រព័ន្ធការពារទប់ទល់រោគនោះ កើតជំងឺអុតតូចនេះ។
- អ្នកដែលមានប្រព័ន្ធការពារទប់ទល់រោគដ៏ទន់ខ្សោយ កើតមានជំងឺដំបៅរើមច្រើនជាងអ្នកឯទៀត។

តើវិធីព្យាបាលជំងឺនេះធ្វើឡើងដោយរបៀបណា?

ជំងឺដំបៅរើមអាចព្យាបាលបានតាមរយៈការប្រើថ្នាំប្រឆាំងវីរុស ដូចជាថ្នាំ acyclovir ។ គ្រូពេទ្យព្យាបាលជំងឺទូទៅរបស់លោកអ្នកអាចប្រាប់នូវវិធីកាត់បន្ថយភាពលំបាកដែលពាក់ព័ន្ធនឹងរោគសញ្ញានៃការកើតជំងឺនេះ។ ជាធម្មតា ជំងឺអុតតូចអាចបាត់ទៅវិញដោយមិនចាំបាច់មានការព្យាបាលឡើយ។

តើផ្នែកសុខភាពសាធារណៈមានវិធានការឆ្លើយតបអ្វីខ្លះ?

នៅគ្រាសព្វថ្ងៃនេះ ផ្នែកសុខភាពសាធារណៈមិនអាចជំរាបឲ្យដឹងអំពីជំងឺអុតតូចនៅក្នុងរដ្ឋ NSW បានឡើយ ប៉ុន្តែផ្នែកនេះតាមពិនិត្យមើលឧប្បត្តិហេតុនោះតាមរយៈចំនួនអ្នកជំងឺដែលទៅសុំការព្យាបាលនៅអគារសង្គ្រោះបន្ទាន់ និងចំនួនអ្នកជំងឺដែលចូលព្យាបាលក្នុងមន្ទីរពេទ្យ ដោយសារការកើតជំងឺអុតតូចឬជំងឺដំបៅរើម។

- មានថ្នាំបង្ការរោគការពារមិនឲ្យកើតជំងឺអុតតូច ទោះជាបានចាក់ថ្នាំនេះរហូតដល់ពេលប្រាំថ្ងៃក្រោយពីបានប៉ះពាល់នឹងមេរោគជំងឺនេះក៏ដោយ។
- ការចាក់ថ្នាំបង្ការរយៈពេលខ្លីដោយប្រើថ្នាំ varicella-zoster immunoglobulin (VZIG) ដែលធ្វើអំពីអង្គបដិបក្ខនៅក្នុងឈាមអំណោយ អាចបង្ការកុំឲ្យកើតមានជំងឺនេះចំពោះអ្នកមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងក្នុងការមានផលវិបាក។ ដើម្បីឲ្យមានប្រសិទ្ធភាព គេត្រូវផ្តល់ថ្នាំនេះក្នុងរង្វង់ពេល 96 ម៉ោងក្រោយពីប៉ះពាល់វីរុសនោះ។ អ្នកមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងក្នុងការមានផលវិបាកក្រោយពីប៉ះពាល់វីរុសនេះ មានរួមទាំងស្ត្រីមានផ្ទៃពោះដែលមិនធ្លាប់មានជំងឺអុតតូច និងដែលមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការរោគ ទារកទើបនឹងកើត និងអ្នកជំងឺខ្លះដែលមានប្រព័ន្ធការពារទប់ទល់រោគអន់ខ្សោយ។

ព័ត៌មានបន្ថែម – ផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ (Public Health) នៅក្នុងរដ្ឋ NSW

ដើម្បីទទួលព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទងវេជ្ជបណ្ឌិត ផ្នែកសុខភាពសាធារណៈក្នុងតំបន់ ឬមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍របស់លោកអ្នក។ សូមរកមើលនៅក្រោមពាក្យ *NSW Government* នៅផ្នែកខាងមុខនៃសៀវភៅទូរស័ព្ទ White Pages ។

តំបន់ទីក្រុង	ទីតាំង	លេខទូរស័ព្ទ	តំបន់ជនបទ	ទីតាំង	លេខទូរស័ព្ទ
Northern Sydney/Central Coast	Hornsby	02 9477 9400	**Greater Southern**	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
South Eastern Sydney/Illawarra	Randwick	02 9382 8333	**Greater Western**	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
Sydney South West	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
Sydney West	Penrith	02 4734 2022	**Hunter/New England**	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
Justice Health Service	Matraville	02 9311 2707	**North Coast**	Port Macquarie	02 6588 2750
NSW Department of Health	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
NSW Health: www.health.nsw.gov.au					