multicultural health communication

NSW GOVERNMENT | Health

Lao
[DOH-7185]

ໂຣກໄຂ້ ຣອສຣິເວີ (Ross River)

Ross River Fever

ເຊື້ອໄວຣັສ ຣອສຣິເວີແມ່ນຫຍັງ?

- ເຊື້ອໄວຣັສ ຣອສຣິເວີ ແມ່ນພຍາດຊນິດນຶ່ງຊຶ່ງແພ່ໄປຫາຄົນ, ໂດຍສະເພາະໃນເຂດ ຊົນນະບົດ, ບາງເທື່ອກໍມີອາການຄ້າຍໄຂ້ຫວັດແລະເຈັບຕາມ.
- ເຊື້ອໄວຣັສ ຣອສຣິເວີ ບໍ່ເຮັດໃຫ້ເຖິງຕາຍ.

ເຊື້ອໄວຣັສ ຣອສຣິເວີແຜ່ຜາຍໄດ້ຢ່າງໃດ?

- ເຊື້ອໄວຣັສຊນິດນີ້ແຜ່ຜາຍໂດຍຜ່ານຍູງໂຕແມ່ບາງແນວ.
- ຍູງໂຕແມ່ຈະດູດກິນເລືອດສັດແລະຄົນ. ຖ້າມັນດູດກິນເລືອດສັດທີ່ຕິດເຊື້ອຢູ່ແລ້ວ, ຍູງໂຕນັ້ນກໍອາດຕິດເຊື້ອໄປນໍາ. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ເຊື້ອໄວຣັສກໍຈະຂຍາຍຕົວຂຶ້ນພາຍໃນຕົວ ຍູງແລະແພ່ເຊື້ອໄປຫາສັດໂຕຕໍ່ໄປຫຼືຄົນຕໍ່ໄປທີ່ມັນດູດເລືອດ.
- ການແພ່ເຊື້ອມັກຈະເກີດຂຶ້ນຫຼາຍທີ່ສຸດໃນລະຫວ່າງຍາມຮ້ອນແລະຍາມຣະດູໃບໄມ້ປົ່ງ.
- ເຊື້ອໄວຣັສນີ້ຈະບໍ່ແພ່ໂດຍຕົງຈາກຄົນນຶ່ງໄປຫາອີກຄົນນຶ່ງ.

ຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໄວຣັສ ຣອສຣິເວີ ຈະມີອາການຢ່າງໃດແດ່?

- ມີຫຼາຍໆຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອນີ້ແລ້ວແຕ່ບໍ່ມີອາການຫຍັງເລີຍ.
- ບາງຄົນຈະມີອາການຄ້າຍໄຂ້ຫວັດ ຊຶ່ງຮວມອາການຕ່າງໆເຊັ່ນ ຖືຄືງໄຂ້, ໜາວສັ່ນ, ເຈັບຫົວ ແລະ ເຈັບຕາມກ້າມເນື້ອແລະຕາມຂໍ້.
- ຂໍ້ບາງແຫ່ງກໍຈະໃຄ່, ແລະອາດສັງເກດເຫັນໄດ້ຊັດວ່າມີອາການແຂງຕາມຂໍ້ໃນຍາມເຊົ້າ.
- ບາງເທື່ອກໍອາດເກີດເປັນຕຸ່ມຜື່ນແດງຕາມຮ່າງກາຍ, ແຂນຫຼືຂາ. ຕຸ່ມນີ້ຕາມປົກກະຕິຈະຫາຍໄປຫຼັງຈາກເຈັດຫາສິບວັນ.
- ໃນລະຫວ່າງທີ່ເປັນພຍາດຢູ່ນັ້ນ ບາງຄັ້ງ ອາດຈະມີຄວາມຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍໂດຍທົ່ວໆໄປ, ພ້ອມທັງ ຮູ້ສຶກເມື່ອຍຫຼືອ່ອນເພັຍ. ອາການເຫຼົ່ານີ້ອາດເຮັດໃຫ້ມີຜົນສະທ້ອນ ຕໍ່ ປະສິດທິພາບ ໃນການເຮັດວຽກ.

ດົນປານໃດຈຶ່ງອອກອາການຫຼັງຈາກຖືກຍູງທີ່ມີເຊື້ອກັດ?

- ຕາມປົກກະຕິຈະອອກອາການໃນລະຫວ່າງເຈັດຫາເກົ້າວັນຫຼັງຈາກຖືກກັດຈາກຍູງທີ່ມີເຊື້ອ

ຊ່ວງລະຍະເວລາດັ່ງກ່າວອາດປ່ຽນແປງແຕ່ໂດຍທົ່ວໆແມ່ນຢູ່ໃນລະຫວ່າງຫ້າຫາ21 ມື້.

ຈະເປັນພຍາດນີ້ດົນປານໃດ?

- ມີຫຼາຍຄົນຈະເຊົາຫາຍຂາດຫຼັງພາຍໃນສອງສາມອາທິດ. ຄົນອື່ນໆອາດມີອາການຢູ່ເກີນສາມເດືອນ, ແລະມີກໍຣະນີນ້ອຍທີ່ສຸດທີ່ຄົນເປັນພຍາດນີ້ຈະມີອາການຢູ່ເກີນກວ່ານຶ່ງປີ.
- ອາການຕ່າງໆອາດຈະເຊົາໄປແລະເກີດຂຶ້ນໃໝ່ອີກໃນຊ່ວງລະຍະເວລາດັ່ງກ່າວ. ຕາມປົກກະຕິແລ້ວ ອາການຈະເປັນຄ່ອຍລົງໃນແຕ່ລະເທື່ອທີ່ອາການນັ້ນກັບຄືນມາ.
- ຄົນທີ່ເປັນພຍາດນີ້ສາມາດເຊົາຫາຍຂາດໄດ້.

ການປິ່ນປົວການຕິດເຊື້ອໄວຣັສຣອສຣິເວີມີແບບໃດແດ່?

- ບໍ່ມີການປິ່ນປົວການຕິດເຊື້ອໄວຣັສຣອສຣິເວີແບບໃດແບບນຶ່ງສະເພາະ.
- ທ່ານໝໍຂອງທ່ານຈະສາມາດແນະນຳໃຫ້ທ່ານກິນຢາ ຊຶ່ງຈະຊ່ວຍຜ່ອນເບົາອາການບໍ່ສະບາຍ ໃນຕົວໄດ້.
- ການພັກຜ່ອນໃຫ້ເຕັມປ່ຽມ, ພ້ອມທັງອອກແຮງກາຍປານກາງ ແລະ ກິນອາຫານໃຫ້ຖືກຫຼັກ ອະນາມັຍ, ອາດຊ່ວຍໃຫ້ເຊົາຈາກພຍາດໄດ້.

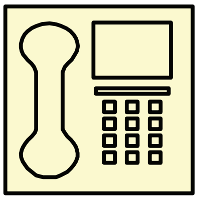
ຂ້ອຍຈະຮູ້ໄດ້ຢ່າງໃດວ່າຂ້ອຍຕິດເຊື້ອໄວຣັສ ຣອສຣິເວີ ແລ້ວ?

- ຖ້າທ່ານມີອາການ, ໃຫ້ໄປຫາທ່ານໝໍ, ເພິ່ນສາມາດສັ່ງໃຫ້ກວດເລືອດເພື່ອກວດເບິ່ງອາການຕິດເຊື້ອຣອສຣິເວີ.

ຈະປ້ອງກັນພຍາດຣອສຣິເວີໄດ້ຫຼືບໍ່?

- ປ້ອງກັນໄດ້! ໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນຈາກການຖືກຍຸງກັດ, ໂດຍສະເພາະໃນລະຫວ່າງ ຣະດູຮ້ອນແລະຣະດູ ໃບໄມ້ຫຼົ່ນ ຊຶ່ງເປັນຍາມທີ່ການແພ່ເຊື້ອເກີດຂຶ້ນຫຼາຍທີ່ສຸດ.
- ຍຸງຊນິດຕ່າງໆກັນຈະກັດເວລາຕ່າງກັນ. ໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນຈາກການຢູ່ຂ້າງນອກໃນເວລາຄ້ອຍບ່າຍແລະຍາມເລີ້ມຄ່ຳ. ຍຸງສ່ວນຫຼາຍຈະອອກຫາກິນລະຫວ່າງນຶ່ງຫາສາມຊົ່ວໂມງຫຼັງຈາກຕາເວັນຕົກດິນແລະອີກເທື່ອນຶ່ງໃນລະຫວ່າງເຊົ້າໆ ຕອນຕາເວັນຂຶ້ນ.
- ເມື່ອຍາມຢູ່ທາງນອກ ໃຫ້ໃສ່ເຄື່ອງນຸ່ງຫຼົມໆ ມີສີແຈ້ງ ແລະ ໃຫ້ປົກແຂນແລະຂາໄວ້, ແລະ ໃຫ້ໃຊ້ຢາທາໄລ່ແມງໄມ້ຊຶ່ງມີສ່ວນປະກອບຂອງ ສານເຄມີ diethyl toluamide (DEET).
- ໃຫ້ຕິດຕັ້ງຕານ່າງໃສ່ປ່ອງຢ້ຽມ, ປະຕູ ແລະ ປ່ອງໄຟ ທຸກໆບ່ອນ ແລະ ໃຫ້ຕານ່າງຢູ່ໃນສະພາບດີສເມີ.
- ໃຫ້ສີດຢາຂ້າແມງໄມ້ໃສ່ຫ້ອງນອນເຄິ່ງຊົ່ວໂມງກ່ອນເຂົ້ານອນ. ໃຫ້ໃຊ້ຢານັ້ນ ຕາມຄຳແນະນຳທີ່ຂຽນໄວ້.

ຣາຍລະອຽດເພີ້ມເຕີມ - ຜແນກສາທາຣະນະສຸກແຫ່ງຣັດ NSW



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au