NSW GOVERNMENT | Health

ប័ណ្ណព័ត៌មានអំពីជំងឺឆ្លង

ជំងឺរាកមួល

*រាកមួលគឺជារោគមួយបង្កដោយការឆ្លងបាក់តេរី **Shigella**។ ជំងឺនេះបណ្ដាលឲ្យរាក ហើយអាចឆ្លងដោយងាយស្រួលនៅក្នុងចំណោមនុស្សយើង។ អនាម័យល្អគឺជាវិធីសំខាន់ដើម្បីបង្ការជំងឺនេះ។*

តើជំងឺរាកមួលគឺជាអ្វី?

រាកមួល គឺជាជំងឺរាករូសមួយដែលបង្កដោយការឆ្លងបាក់តេរី *Shigella*។

តើជំងឺនេះមានរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ?

ជាធម្មតាការឆ្លង *Shigella* បណ្ដាលឲ្យរាក គ្រុនក្ដៅ ចង្អោរ ក្អួត និងចុករមួលពោះ។ ជាញឹកញយលាមកអាចមានលាយឈាម ឬសំបោរ។ រោគសញ្ញាចាប់ផ្ដើមនៅពេល 1-7 ថ្ងៃ (ជាធម្មតាគឺ 1-3 ថ្ងៃ)ក្រោយពីឆ្លងបាក់តេរីនេះហើយ។ ជាធម្មតារោគសញ្ញាមានរយៈពេល 4-7 ថ្ងៃ ប៉ុន្តែជួនកាលយូរជាងនេះ។

តើជំងឺនេះឆ្លងតាមរបៀបណា?

ជំងឺរាកមួលឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅម្នាក់ទៀតតាមរយៈការចម្លងលាមកចូលទៅក្នុងមាត់ តាមរយៈការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ឬមិនផ្ទាល់នឹងជាតិលាមក។ ការឆ្លងនេះកើតមានជាទូទៅបើមិនបានលាងសំអាតដៃឲ្យបានពេញលេញ ជាពិសេសក្រោយពីទៅបង្គន់ ឬផ្លាស់ក្រណាត់កន្ទប និងជាលទ្ធផលនៃការប៉ះពាល់រួមភេទ។ ការឆ្លងបាក់តេរី *Shigella* ក៏កើតមានពីការបរិភោគអាហារដែលមានបាក់តេរីនេះផងដែរ។ សត្វរុយក៏អាចពាំនាំ *Shigella* ហើយអាចចម្លងបាក់តេរីនេះទៅក្នុងអាហារបានដែរ។

អ្នកខ្លះអាចមាន *Shigella* នៅក្នុងលាមករបស់ខ្លួនរយៈពេលច្រើនអាទិត្យនិងគ្មានរោគសញ្ញាសោះឡើយ ហើយនៅតែចម្លងបាក់តេរីនេះទៅកាន់អ្នកដទៃដែរ។

តើវិធីបង្ការជំងឺនេះធ្វើឡើងដោយរបៀបណា?

ដើម្បីបង្ការជំងឺរាកមួល៖

- លាងសំអាតឲ្យបានម៉ត់ចត់នូវបន្លែផ្លែឈើស្រស់ដែលត្រូវបរិភោគ
- លាងសំអាតដៃលោកអ្នកឲ្យបានម៉ត់ចត់ជាមួយនឹងសាប៊ូនិងទឹករយៈពេលយ៉ាងតិច 10 វិនាទី
  - ក្រោយពីទៅបង្គន់
  - ក្រោយពីផ្លាស់ក្រណាត់កន្ទប
  - ក្រោយពីប៉ះជាតិលាមក
  - មុនពេលរៀបចំទុកដាក់អាហារ ឬថៃទាំអ្នកដទៃ។

អ្នកកើតជំងឺរាកមួល គួរចៀសវាងធ្វើការនិងមិនគួររៀបចំអាហារឬថែទាំអ្នកដទៃឡើយនៅក្នុងពេលដែលខ្លួនមានជំងឺ។ កុមារមានជំងឺ ជាពិសេសកុមារប្រើក្រណាត់កន្ទប គួរនៅផ្ទះនិងកុំទៅមណ្ឌលថែទាំកុមាររយៈពេល 24 ម៉ោង ក្រោយពីលែងរាកតទៅទៀត។ កុមារនិងជនពេញវ័យគួរចៀសវាងការហែលទឹក រហូតទាល់តែលែងរាកតទៅទៀត។

អ្នកដែលធ្វើការជាអ្នករៀបចំទុកដាក់អាហារ ឬដែលថែទាំកុមារឬមនុស្សចាស់ មិនគួរវិលទៅធ្វើការវិញរយៈពេល 48 ម៉ោង ក្រោយពីលែងរាកទៀតហើយ។

ដើម្បីទទួលព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទងផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ (Public Health Unit) មណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ ឬ វេជ្ជបណ្ឌិតក្នុងតំបន់លោកអ្នក។

តើអ្នកណាខ្លះដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់កើតជំងឺនេះ?

ជំងឺមួលអាចកើតមានចំពោះជនរាល់រូប។ ប៉ុន្តែកុមារ អ្នកមានប្រព័ន្ធការពារទប់ទល់រោគទន់ខ្សោយ និងមនុស្សចាស់ មានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងបំផុតក្នុងការកើតជំងឺនេះ។

តើការវិនិច្ឆ័យរោគធ្វើទៅតាមរបៀបណា?

ការវិនិច្ឆ័យរោគមួលតម្រូវឲ្យរកមើលវត្តមាននៃបាក់តេរី *Shigella* នៅក្នុងសំណាកលាមក។ វេជ្ជបណ្ឌិតលោកអ្នកអាចបញ្ជាឲ្យធ្វើតេស្តនេះ បើលោកអ្នកមានរោគសញ្ញាទាំងឡាយ។

តើវិធីព្យាបាលជំងឺនេះធ្វើឡើងដោយរបៀបណា?

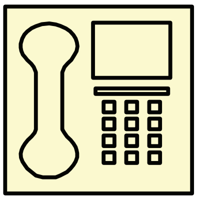
ជាធម្មតា អ្នកកើតជំងឺនេះមិនសូវខ្លាំងក្លានឹងជាសះស្បើយដោយគ្មានការព្យាបាលអ្វីឡើយ។ ការទទួលទានជាតិទឹកឲ្យបានច្រើនមានសារសំខាន់ក្នុងការចៀសវាងកង្វះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន។ កុមារក្មេងខ្ចី(ជាពិសេសទារក)អាចបាត់បង់ជាតិទឹកដោយសារការរាករូសដូច្នេះមាតាបិតាគួរស្វែងរកការព្យាបាល។

ថ្នាំអង់ទីប៊ីយោទិកអាចព្យាបាលជំងឺរាកមួលធ្ងន់ធ្ងរ ប៉ុន្តែបាក់តេរី *Shigella* ខ្លះអាចស៊ាំនឹងថ្នាំអង់ទីប៊ីយោទិកបាន។

តើផ្នែកសុខភាពសាធារណៈមានវិធានការឆ្លើយតបអ្វីខ្លះ?

មន្ទីរពិសោធន៍ត្រូវរាយការណ៍នូវករណីទាំងឡាយនៃជំងឺរាកមួលដោយសារ Shigella ប្រាប់ផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ (Public Health Unit) ក្នុងតំបន់។ នៅពេលរកមើលដឹងចង្កោមនៃជំងឺនេះហើយ បុគ្គលិកផ្នែកសុខភាពសាធារណៈនឹងធ្វើសម្ភាសន៍អ្នកជំងឺទាំងឡាយនិងអ្នកថែទាំអ្នកទាំងនោះ ដើម្បីខិតខំរកមើលឲ្យដឹងនិងគ្រប់គ្រងប្រភពទូទៅនៃការកើតមានជំងឺនេះ។

ព័ត៌មានបន្ថែម – ផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ (Public Health) នៅក្នុងរដ្ឋ NSW



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au