NSW HEALTH

បណ្ណព័ត៌មានអំពីជំងឺឆ្លង

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C គឺបណ្តាលដោយវីរុសមួយប្រភេទដែលឆ្លងតាមរយៈការប៉ះពាល់នឹងឈាមដែលមានមេរោគនេះ។ ការបង្ការតាមរយៈការប្រើម្ជុលនិងគ្រឿងបរិក្ខារចាក់ដែលមានការរម្ងាប់មេរោគ គឺជាវិធីដ៏សំខាន់ ហើយអ្នកដែលមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C គួរធ្វើឲ្យប្រាកដថា អ្នកដទៃមិនប៉ះនឹងឈាមរបស់ខ្លួនឡើយ។

កែតំរូវចុងក្រោយ៖ ថ្ងៃទី 7 ខែធ្នូ ឆ្នាំ 2007

តើជំងឺថ្លើមប្រភេទ C គឺជាអ្វីទៅ?

- ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C គឺជាជំងឺឆ្លងមួយដែលបណ្តាលដោយវីរុសរលាកថ្លើមប្រភេទ C (HCV)។ វីរុសរលាកថ្លើមប្រភេទ C មានច្រើនជំពូកពន្ធុផ្សេងៗគ្នា
- ការកើតជំងឺនេះបណ្តាលឲ្យរលាកថ្លើម (ស្គាល់ថាជា 'ការរលាកថ្លើម')
- មនុស្សប្រហែលមួយភាគបួនដែលកើតជំងឺនេះនឹងគ្មានវីរុសនេះតទៅទៀតក្នុងរង្វង់ពេលពីរបីខែ
- ចំនួនបីភាគបួនទៀតកើតមានជំងឺនេះតទៅទៀត(រ៉ាំរ៉ៃ) ហើយមនុស្សជាច្រើននឹងផ្ទុកមេរោគនេះមួយជីវិត។ ជាយថាហេតុមនុស្សខ្លះក្នុងចំណោមអ្នកទាំងនេះនឹងកើតមានរោគថ្លើមក្រិន ឬមហារីកថ្លើម នៅពេលច្រើនឆ្នាំក្រោយពីកើតជំងឺនេះមក។

តើជំងឺនេះមានរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ?

- ចំនួនប្រហែលពី 10% ទៅ 20% នៃអ្នកឆ្លងវីរុសរលាកថ្លើមប្រភេទ C បង្ហាញនូវរោគសញ្ញាចាប់ពីពេល 2 អាទិត្យទៅ 6 ខែ (ជាធម្មតាគឺ 6 ទៅ 9 អាទិត្យ) ក្រោយពីឆ្លងវីរុសនេះ។ រោគសញ្ញាទាំងនេះមានរួមទាំងការអស់កម្លាំង មិនឃ្លានចំណីអាហារ ឆ្អល់ពោះ ចង្អោរ ក្អួត ខាន់លឿង (ស្បែកនិងភ្នែកឡើងពណ៌លឿង) និងទឹកនោមមានពណ៌ក្រមៅ។

តើជំងឺនេះឆ្លងតាមរបៀបណា?

- អ្នកកើតជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C អាចចម្លងរោគបាន រហូតទាល់តែអ្នកនោះលែងមានវីរុសជំងឺនេះតទៅទៀត
- ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ឆ្លងដោយសារការប៉ះពាល់នឹងឈាមរបស់អ្នកកើតជំងឺ តាមរយៈ៖
    - ការប្រើម្ជុលមានមេរោគនេះ ឬការប្រើរួមគ្នានូវគ្រឿងបរិក្ខារចាក់ នៅពេលចាក់គ្រឿងញៀន សាក់ ឬចោះទំលុះស្បែក
    - ការចាក់បញ្ចូលឈាម (ហេតុការណ៍នេះអាចកើតមាននៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលី មុនឆ្នាំ 1990)
    - របួសមុតនឹងម្ជុល
    - ការវះកាត់ព្យាបាលដោយមានប្រើគ្រឿងបរិក្ខារមានមេរោគ
    - ការប្រើរួមគ្នានូវវត្ថុផ្ទាល់ខ្លួនដែលអាចប្រឡាក់ឈាម (ឧទាហរណ៍៖ កាំបិតកោរពុកមាត់ ច្រាសដុសធ្មេញ កន្ត្រៃកាត់ក្រចកជាដើម)

- ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C កំរឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទណាស់ ប៉ុន្តែវាទំនងជាកើតមានដែរនៅពេលប៉ះពាល់នឹងឈាម
- ជួនកាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C អាចឆ្លងរាលដាលទៅកាន់ទារករបស់ស្ត្រីដែលមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះឬប្រសូតទារក។ គ្រោះថ្នាក់មានរឹតតែខ្លាំងឡើងបើមាតាកើតជំងឺនេះនៅពេលថ្មីៗ ឬមានមេរោគអេដស៍។
- ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C មិនអាចឆ្លងរាលដាលតាមរយៈការប៉ះពាល់ធម្មតា ដូចជាការឱបក្រសោប ការបរិភោគចំណីអាហាររួមគ្នាឬការប្រើចានសមស្លាបព្រាកែវពែងរួមគ្នា ឬការប្រើបង្គន់ឡើយ។ ជំងឺនេះមិនទំនងជាឆ្លងតាមរយៈមាតាបំបៅដោះឲ្យកូននោះទេ លុះត្រាតែទឹកដោះនោះមានលាយឈាម។
- ការកើតសាជាថ្មីនូវជំងឺរលាកថ្លើមជំពូកពន្ធុផ្សេងទៀតអាចកើតមានឡើង។

តើអ្នកណាដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់កើតជំងឺនេះ?

- អ្នកចាក់គ្រឿងញៀន
- ទារកកើតពីម្តាយដែលមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C
- អ្នកជំងឺតំរងទឹកនោមដែលត្រូវការជំនួយពីម៉ាស៊ីនសំអាតឈាម
- បុគ្គលិកថែទាំសុខភាព
- អ្នកដែលមានកំណើតនៅក្នុងប្រទេសទាំងឡាយដែលមានអត្រាកើតជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ដ៏ខ្ពស់ (ដូចជានៅក្នុងតំបន់ខ្លះនៃទ្វីបអាហ្វ្រិក និងប្រទេសអេហ្ស៊ីប)
- អ្នកដែលសាក់លើរាងកាយ ឬចោះរាងកាយជាមួយនឹងគ្រឿងបរិក្ខារដែលមិនរម្ងាប់មេរោគ
- អ្នកជាប់ពន្ធនាគារ។

តើវិធីបង្ការជំងឺនេះធ្វើទៅដោយរបៀបណា?

ដើម្បីចៀសវាងការកើតជំងឺនេះ៖

- កុំប្រើរួមគ្នានូវគ្រឿងបរិក្ខារចាក់
- កុំប្រើរួមគ្នានូវវត្ថុផ្ទាល់ខ្លួនទាំងឡាយដែលអាចប្រឡាក់ឈាម
- បើត្រូវការសាក់ឬចោះផ្នែកណាមួយនៃរាងកាយរបស់លោកអ្នក ត្រូវធ្វើឲ្យប្រាកដថា ប្រើតែគ្រឿងដែលបានរម្ងាប់មេរោគហើយប៉ុណ្ណោះ
- អនុវត្តការរួមភេទដែលមានវិធីការពារ។

គ្មានថ្នាំបង្ការរោគសំរាប់បង្ការកុំឲ្យឆ្លងវីរុសរលាកថ្លើមប្រភេទ C ឡើយ។ ថ្នាំ Immunoglobulin គ្មានប្រសិទ្ធភាពទេ។ ចាប់តាំងពីឆ្នាំ 1990 មក មន្ទីរផ្ទុកឈាមក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលីបានពិនិត្យពិច័យរកមើលរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ C នៅក្នុងឈាមដែលធ្វើអំណោយ។

បើលោកអ្នកមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C សូម:

- កុំធ្វើអំណោយឈាម។ (ជួនកាលសរីរាង្គមកពីអ្នកកើតជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C អាចផ្តល់ទៅឲ្យមនុស្សម្នាក់ទៀតដែលកើតជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C រួចទៅហើយ)
- កុំប្រើរួមគ្នាជាមួយអ្នកដទៃនូវគ្រឿងបរិក្ខារចាក់ឡើយ
- ប្រុងប្រយ័ត្នខ្លាំងដើម្បីធានាថា អ្នកដទៃមិនប៉ះនឹងឈាមរបស់លោកអ្នក
- ជូតសម្អាតឈាមប្រឡាក់ជាមួយនឹងក្រដាសកន្សែងពោះគោ ព្រមទាំងលាងសម្អាតឲ្យបានម៉ត់ចត់ជាមួយនឹងសាប៊ូនិងទឹករហូតទាល់តែគ្មានស្នាមប្រឡាក់ទាល់តែសោះ។ ការប្រឡាក់ឈាមច្រើននៅលើកំរាលព្រំអាចតម្រូវឲ្យសម្អាតដោយប្រើសាប៊ូពិសេសសំរាប់កំរាលព្រំ (shampoo) ឬវិធីសម្អាតដោយចំហាយ (steam clean)។
- គ្របមុខរបួសជាមួយនឹងក្រណាត់រុំរបួសដែលមិនជ្រាបទឹក
- ប្រើស្រោមអនាម័យនៅពេលដែលអាចមានប៉ះឈាមក្នុងអំឡុងពេលរួមភេទ។

តើការវិនិច្ឆ័យរោគធ្វើទៅតាមរបៀបណា?

ការធ្វើតេស្តឈាមមានរួមទាំង៖

- ការរកមើលអង្គបដិបក្ខទៅនឹងវីរុសរលាកថ្លើមប្រភេទ C (បង្ហាញថា អ្នកនោះធ្លាប់មានវីរុសនេះកាលពីពេលកន្លងមក ប៉ុន្តែមិនបង្ហាញថាតើវីរុសនេះនៅតែស្ថិតនៅក្នុងឈាមដែរឬទេ – ទារកប្រសូតពីមាតាដែលមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C អាចមានអង្គបដិបក្ខរបស់ម្តាយនៅពេលប្រហែលជាឆ្នាំដំបូង ប៉ុន្តែនេះមិនមានន័យថា ទារកនោះឆ្លងជំងឺនេះឡើយ)។
- តេស្តរកមើលអាស៊ីដម៉្យាងក្នុងកោសិកា (nucleic acid test) ដូចជា PCR (បង្ហាញថា វីរុសនេះស្ថិតនៅក្នុងឈាម)
- តេស្តរកមើលបន្ទុកវីរុស (បង្ហាញនូវបរិមាណនៃវីរុសនៅក្នុងឈាម)
- តេស្តរកមើលជំពូកពន្ធុវីរុស (បង្ហាញនូវជំពូកវីរុសនៅក្នុងឈាម – ដែលអាចជួយដល់ការធ្វើផែនការព្យាបាល)
- តេស្តរកមើលការបំពេញមុខងាររបស់ថ្លើម ដែលអាចបង្ហាញការខូចខាតថ្លើមនៅគ្រាសព្វថ្ងៃ។

តេស្តកាត់យកជាលិកាថ្លើម (ជាតេស្តដែលតំរូវឲ្យកាត់យកផ្នែកយ៉ាងតូចមួយនៃថ្លើមទៅពិនិត្យមើលនៅក្រោមអតិសុខុមទស្សន៍) បង្ហាញនូវជំពូកពន្ធុនិងទំហំនៃការខូចខាតថ្លើម ហើយអាចជួយក្នុងការធ្វើផែនការព្យាបាល។

តើវិធីព្យាបាលជំងឺនេះធ្វើឡើងដោយរបៀបណា?

- ការព្យាបាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C មានការកែលំអជាខ្លាំងនៅក្នុងពេលប៉ុន្មានឆ្នាំថ្មីៗនេះ
- ថ្នាំព្យាបាល Interferon និង Ribavirin អាចព្យាបាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ដោយជោគជ័យចំពោះមនុស្សខ្លះ
- ជោគជ័យនៃការព្យាបាលគឺផ្អែកលើជំពូកពន្ធុនិងបរិមាណនៃវីរុសនៅក្នុងឈាម
- ការព្យាបាលអាចកំចាត់វីរុសនេះចំពោះអ្នកមានវីរុសជំពូកពន្ធុទី 2 និងទី 3 ចំនួន 80% និងចំពោះអ្នកមានវីរុសជំពូកពន្ធុទី 1 រហូតដល់ 50%
- ជាធម្មតា ថ្នាំព្យាបាលទាំងនេះត្រូវការពេលពី 6 ទៅ 12 ខែ ហើយជួនកាលអាចមានផលវិបាកធ្ងន់ធ្ងរ។

ដើម្បីកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់នៃការខូចខាតថ្លើមតទៅទៀត អ្នកកើតជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C គួរ៖

- ចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A និងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ B
- កាត់បន្ថយការសេពសុរា
- ពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតសិន មុនពេលប្រើថ្នាំចេញឲ្យប្រើដោយវេជ្ជបញ្ជា ឬថ្នាំទិញនៅតាមឱសថស្ថានដោយខ្លួនឯង។

តើផ្នែកសុខភាពសាធារណៈមានវិធានការឆ្លើយតបអ្វីខ្លះ?

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C ត្រូវបានរាយការណ៍ឲ្យដឹងដោយទាំងវេជ្ជបណ្ឌិតនិងទាំងមន្ទីរពិសោធន៍។ បុគ្គលិកផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ (Public Health Unit) អង្កេតករណីថ្មីៗនៃការកើតមានជំងឺនេះ ដើម្បីរកមើលដឹងកត្តាគ្រោះថ្នាក់ទាំងឡាយ។ ការតាមពិនិត្យមើលកត្តាគ្រោះថ្នាក់ជួយដល់ការបង្កើតកម្មវិធីបង្ការរឹតតែប្រសើរឡើង។

ដើម្បីទទួលព័ត៌មានអំពីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ C

- **NSW Hep C Helpline តាមទូរស័ព្ទលេខ 9332 1599 ឬ 1800 803 990**
- **ADIS (Alcohol & Drug Information Service) 9361 2111 ឬ 1800 422 599**
- **NUAA (NSW Users & AIDS Association) 9369 3455 ឬ 1800 644 413**

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					