

## การติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์ (Barmah Forest virus infection)

### ไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์ คืออะไร?

- ไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์เป็นเชื้อโรคที่แพร่ถึงคนได้ผ่านการถูกยุงกัด
- การติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์ในอดีตอาจมีผลในด้านการป้องกันการติดเชื้อในอนาคต
- ไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์เกี่ยวข้องกับบรอส ริเวอร์ ไวรัส

### ไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์ แพร่ได้อย่างไร?

- ไวรัสนี้แพร่โดยยุงตัวเมียบางพันธุ์
- ยุงตัวเมียประเภทนี้ยังชีพอยู่ได้ด้วยการดูดเลือดจากสัตว์และคน ถ้ามันดูดเลือดจากสัตว์ที่มีไวรัสนี้ เชื้อไวรัสก็อาจถูกส่งผ่านไปยังสัตว์อื่นหรือคนได้ เมื่อถูกยุงกัดติดเชื้อมันหาอาหารให้ตัวมันเองอีกครั้ง
- เป็นที่คิดกันว่าสัตว์พื้นเมือง เช่นจิงโจ้และวอลลาบี เป็นสัตว์ตัวการที่เกี่ยวข้องกับวงจรของการติดเชื้อ
- ไวรัสนี้ไม่แพร่จากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง

### อาการของการติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์มีอะไรบ้าง?

- มีคนเป็นจำนวนมากที่ติดเชื้อไวรัสนี้ แต่จะไม่มีอาการปรากฏให้เห็น
- อาการของการติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์คล้ายคลึงกับอาการของการติดเชื้อไวรัสรอส ริเวอร์
- อาการที่คล้ายคลึงกับโรคไขหวัดใหญ่อาจปรากฏให้เห็น รวมทั้ง เป็นไข้ หนาวสั่น ปวดศีรษะ และปวดตามกล้ามเนื้อและข้อต่อต่างๆ
- บางคนอาจมีอาการข้อต่อบวมและตึง ซึ่งโดยเฉพาะมักจะเกิดขึ้นอย่างเห็นชัดในตอนเช้า
- บางครั้งจะมีผื่นเกิดขึ้น มักจะเกิดขึ้นบนลำตัวหรือแขนขา ผื่นนี้จะหายไปภายใน 7-10 วัน
- บางครั้งความรู้สึกเหนื่อยหรืออ่อนเพลียจะเกิดขึ้นระหว่างที่ไม่สบาย ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสรีลาชีวิตและสมรรถภาพการทำงาน

### หลังจากที่ถูกยุงกัดเชื้อไวรัสนี้กัด นานเท่าไรกว่าอาการเหล่านี้จะปรากฏ?

- จะปรากฏอาการระหว่าง 5 - 21 วัน แต่ปกติมักจะระหว่าง 7-10 วันหลังจากที่ถูกยุงกัดเชื้อไวรัสนี้กัด

### จะเป็นโรคนี้นานเท่าไร?

- คนส่วนใหญ่จะหายขาดจากโรคนี้นภายในสองสามสัปดาห์ แต่บางคนอาจเป็นๆ หายๆ อยู่ยาวนานกว่าสามเดือน นานๆ ครั้งอาจมีกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการเหล่านี้เรื้อรังนานกว่าหนึ่งปี
- การหายป่วยอย่างเด็ดขาดเป็นสิ่งที่เป็นไปได้

### วิธีการรักษาการติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ฟอเรสต์ คืออะไร

- การติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์นี้ไม่มีการรักษาโดยเฉพาะ
- แพทย์ของท่านจะสามารถช่วยให้อาการป่วยของท่านบรรเทาลงได้บ้าง
- การพักผ่อนอย่างเพียงพอ พร้อมด้วยอาการออกกำลังกายอย่างพอเหมาะพอควร และการรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ อาจช่วยท่านได้ในการฟื้นคืนสู่สุขภาพปกติ

### ข้าพเจ้าจะทราบได้อย่างไรว่าข้าพเจ้าได้ติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์?

ถ้าท่านมีอาการเหล่านี้ ท่านต้องไปพบแพทย์ของท่าน เพื่อแพทย์จะได้ส่งท่านไปรับการตรวจเลือดเพื่อตรวจวิเคราะห์เชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเรสต์

## สามารถป้องกันการติดเชื้อบารมาห์ ฟอเรสต์ได้หรือไม่?

- จุดสำคัญของการป้องกันคือการหลีกเลี่ยงไม่ให้ถูกยุงกัด โดยเฉพาะในฤดูร้อนและในฤดูใบไม้ร่วง
- หลีกเลี่ยงการออกไปอยู่นอกบ้านตอนบ่ายจัดและตอนพลบค่ำ ยุงจะเคลื่อนไหวยามากที่สุดหลังจากดวงอาทิตย์ตกดินไปแล้ว 1-3 ชั่วโมงและในตอนเช้ามืด
- ขณะที่ท่านอยู่นอกบ้าน จงใส่เสื้อผ้าหลวมๆ สีส่อนๆ คลุมทั้งแขนและขาให้มิดชิด และใช้ยาฉีดกันแมลงที่บรรจุสารเคมีไดเอทิล โทลูเอไมด์ (Diethyl toluamide) (DEET) หรือ พิคาริดิน (Picaridin)
- ติดมุ้งลวดทุกหน้าต่าง ประตู ปล่องไฟ (ถ้าไม่ใช่) และดูแลให้อยู่ในสภาพที่ดี
- ในบริเวณสถานที่หลับนอน จงใช้ยาฆ่าแมลงให้ตรงตามคำแนะนำ
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีภาชนะใส่น้ำตั้งอยู่รอบบ้านเพื่อป้องกันไม่ให้ยุงใช้เป็นที่พักพิง ปิดถังคังน้ำด้วยตาข่ายเหล็กกล้าเพื่อป้องกันไม่ให้ยุงวางไข่ในถังคังน้ำ
- ระหว่างที่ตั้งแคมป์ ใช้มุ้งลวดคลุมคาราเวนและเต็นท์ และนอนในมุ้ง
- ใช้ความระมัดระวังเป็นพิเศษระหว่างที่ท่านตกปลา ตรวจสอบให้แน่ใจว่าท่านได้ปฏิบัติตามหลักการป้องกันส่วนตัวล่วงหน้าเพื่อป้องกันการถูกยุงกัด

## ข้อมูลเพิ่มเติม – หน่วยงานสาธารณสุขในรัฐนิวเซาท์เวลส์

หากท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติม โปรดติดต่อแพทย์ของท่าน หน่วยงานสาธารณสุข หรือศูนย์สุขภาพชุมชนท้องถิ่น – โปรดดูหมายเลขโทรศัพท์ภายใต้คำว่า 'NSW Government' ในหน้าต้นๆ ของสมุดโทรศัพท์ธรรมดา

### Metropolitan Areas

Central Sydney	9515 3180
South Eastern Sydney	9382 8333
Northern Sydney	9477 9400
South Western Sydney	9828 5944
Western Sydney	9840 3603
Wentworth	4734 2022

### Rural Areas

Central Coast	4349 4845
Mid North Coast	6588 2750
Mid Western	6339 5548
Hunter	4924 6477
Illawarra	4255 2200
New England	6766 2288
Northern Rivers	6620 7500
Macquarie	6841 2216
Southern	4827 3428
Greater Murray	6021 4799
Far West	(08) 8080 1499

### NSW Department of Health

73 Miller Street  
North Sydney NSW 2059  
Tel. (02) 9391 9000  
Fax. (02) 9391 9101  
TTY. (02) 9391 9900

NSW Health website  
[www.health.nsw.gov.au](http://www.health.nsw.gov.au)