ផលិតចងក្រងដោយ NSW HEALTH DEPARTMENT

multicultural communication

Khmer
March 2003
[DOH-7100]

# បូសទ្រនិច និង ពងបែករលាក

## Boils and Impetigo

### តើបូសទ្រនិចជាអ្វី ?

បូសទ្រនិចជារោគឆ្លងនៅលើស្បែកមនុស្ស ។ ជាទូទៅបណ្តាលមកពីបាក់តេរីឈ្មោះ ស្តាហ្វីឡូកូកឹស (Staphylococcus)។ បូសទ្រនិចមានលក្ខណៈទន់, ហើមឈឺ, ហើយពោរពេញដោយខ្ទុះ។ ជាទូទៅភាពពកទន់នេះបាត់ទៅវិញ នៅពេលបូសទ្រនិចនោះបែកធ្លាយខ្ទុះនិងទឹករងៃចេញអស់ ។

### តើពងបែករលាកជាអ្វី ?

ពងបែករលាកជារោគឆ្លងនៅលើស្បែកបណ្តាលមកពីបាក់តេរី ស្តាហ្វីឡូកូកឹស (Staphylococcus) ឬ ស្ត្រេបហ្វីឡូកូកឹស (StrephylococcuS) ។ រោគសញ្ញានៃពងបែករលាក អាចជាងកន្ទួលតូចៗ ឬបន្ទះដែលមានក្រមរពណ៌ក្រមៅ។ ជួនកាលគេហៅពងបែករលាកនេះ ថា “ពងបែកនៅសាលា (School sore)” ។

### តើគេព្យាបាលបូសទ្រនិច និងពងបែករលាក យ៉ាងដូចម្តេច ?

ប្រសិនបើលោកអ្នកមានរោគសញ្ញានៃបូសទ្រនិច ឬ ពងបែករលាកៈ

- ទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតដើម្បីទទួលដំបូន្មានក្នុងការព្យាបាលជម្ងឺទាំងពីរនេះ
- បើសិនជាពងបែករលាកទាំងនោះតូចៗ ឬ តិចតួច ការប្រើក្រែមសំលាប់មេរោគនៅនឹងកន្លែង គួបផ្សំនិងការរុំដោយក្រណាត់សំពត់ក្តៅអាចជួយបាន។
- វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកអាចចេញវេជ្ជបញ្ជាឲ្យប្រើថ្នាំគ្រាប់អង់ទីប៊ីយ៉ូទិកឬថ្នាំលាបលើស្បែក។ ការប្រើអង់ទីប៊ីយ៉ូទិក ឲ្យគ្រប់កំរិតថ្ងៃមានសារសំខាន់ ។ បើអ្នកមិនធ្វើតាមទេ បែកអាចកើតឡើងវិញបាន។

### តើបូសទ្រនិច និងពងបែករលាក ឆ្លងរាលដាលយ៉ាងដូចម្តេច ?

បូសទ្រនិចនិងពងបែករលាក ឆ្លងរាលដាលពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់តាមរយៈ ៖

- ការប៉ះ ឬ ញ៉ិចបូសទ្រនិច ឬ ពងបែករលាកនោះ
- ប្រើកន្សែងដែលមានប្រឡាក់មេរោគ, សំលៀកបំពាក់ឬ កំរាលពូកប្រើដោយមនុស្សដែលកើតបូសទ្រនិច ឬ ពងបែករលាក។
- ប្រើប្រាស់គ្រឿងសំអិតសំអាង (ឧទាហរណ៍ កន្ត្រៃកាត់ក្រចក, ចន្ទាស/តម្បៀត, ប្រដាប់កោរពុកមាត់) ប្រើដោយអ្នកដែលកើតបូសទ្រនិច ឬ ពងបែករលាក។

### តើអ្នកអាចបញ្ឈប់ការឆ្លងរាលដាលនៃបូសទ្រនិច និងពងបែករលាក យ៉ាងដូចម្តេច?

## លាងដៃរបស់អ្នក

ការលាងដៃជាមធ្យោបាយដ៏មានសារសំខាន់បំផុតដើម្បីរាំងរាការឆ្លងរាលដាលនៃបូសទ្រនិចនិងពងបែករលាក។ សូមលាងដៃទាំងមូលឲ្យបានគ្រប់ផ្នែកទាំងអស់ (រួមទាំងចន្លោះម្រាមដៃនិងក្រោមក្រចក) ឲ្យបានហ្មត់ចត់ជាមួយសាប៊ូ និងទឹកម៉ាស៊ីនឲ្យបាន ១០ - ១៥ វិនាទី ។ លាងឲ្យបានល្អ និង ជូតឲ្យស្ងួត (ដោយក្រដាសអនាម័យបើសិនអ្នកមាន) ។ លាងដៃរបស់អ្នក ៖

- មុននឹងក្រោយពីប៉ះកាន់ ឬ លាបរុំកន្លែងដែលក្លាយ ឬ របួស
- ក្រោយចេញពីបង្គន់
- ក្រោយញើសសំបោរ
- មុនរៀបចំ ឬ បរិភោគអាហារ
- មុនកាន់ទារកទើបកើត
- ក្រោយប៉ះ ឬ កាន់សំលៀកបំពាក់ ឬ កំរាលពូក ឬ ស្រោមខ្នើយមិនទាន់បោកគក់
- ក្រោយកាន់សត្វពាហនៈ ឬ លាមកវា

## រុំបូសទ្រនិច និង ពងបែករលាក

- រុំឬគ្របបូសទ្រនិចនិងពងបែករលាក ដោយក្រណាត់មិនជ្រាបទឹកនៅពេលថ្ងៃ
- ក្មេងដែលមានចេញពងបែករលាក មិនគួរទៅសាលារៀន ឬ ទារកដ្ឋានទេរហូតដល់ក្រោយពេលដែលពួកគេបាន ទទួលការព្យាបាលពេញមួយថ្ងៃ

## មិនត្រូវប្រើប្រាស់រួមគ្នានូវ:

- កន្សែង, សំលៀកបំពាក់ ឬកំរាលពូកប្រឡាក់ឡើយ។ បើសិនអ្នកដេករួមគ្រែជាមួយនរណាម្នាក់ត្រូវរុំពងបែក ឬ ដំបៅពេញមួយយប់តែម្តង ។
- គ្រឿងសំភារ:សំអិតសំអាងមួយចំនួន មានដូចជា : កន្ត្រៃកាត់ក្រចក, ចន្ទាស/តម្បៀត, ប្រដាប់កោរ និង ច្រាស់ដុសធ្មេញ ។ ចំពោះព័ត៌មានបន្ថែមសូមទាក់ទងមន្ទីរសុខភាពសាធារណ:នៅមូលដ្ឋានរបស់អ្នក, មណ្ឌលសុខភាព សហគមន៍ ឬ វេជ្ជបណ្ឌិត ។

ព័ត៌មានបន្ថែម- **Public Health Units in NSW**

ចំពោះព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទងវេជ្ជបណ្ឌិត មន្ទីរសុខភាពសាធារណ:តាមតំបន់  ឬមណ្ឌលសុខភាពក្នុងសហគមន៍របស់លោកអ្នក។ សូមមើល នៅត្រង់កន្លែង ‘NSW Government’  នៅផ្នែកខាងមុខនៃសៀវភៅ White Pages។

| | |
|---|---|
| **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