NSW HEALTH

ប័ណ្ណព័ត៌មានអំពីជំងឺឆ្លង

# ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A

***ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A គឺជាជំងឺថ្លើមបង្កដោយវីរុស។ វីរុសនេះត្រូវបានចម្លងតាមរយៈផ្លូវចេញពីលាមកទៅកាន់មាត់ ដោយមានរួមទាំងការបរិភោគចំណីអាហារឬទឹកដែលមានវីរុស ឬការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយអ្នកកើតរោគ។ ការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគនិងការមានអនាម័យល្អ បង្ការកុំឲ្យមានការឆ្លងរោគនេះ។***

**កែតំរូវចុងក្រោយ៖** ថ្ងៃទី 3 ខែធ្នូ ឆ្នាំ 2007

## តើជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A គឺជាអ្វីទៅ?

'ជំងឺរលាកថ្លើម' មានន័យថា ការរលាកឬហើមនៃថ្លើម។ ជំងឺនេះអាចបណ្តាលដោយសារធាតុគីមីឬថ្នាំ ឬដោយសារការកើតមានរោគផ្សេងៗបង្កដោយវីរុស។ មូលហេតុទូទៅមួយនៃការកើតមានជំងឺរលាកថ្លើមគឺបណ្តាលមកពីវីរុសជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ។ ការឆ្លងវីរុសជំងឺរលាកថ្លើមមួយប្រភេទ មិនផ្តល់ការការពារទល់នឹងការឆ្លងវីរុសជំងឺថ្លើមប្រភេទផ្សេងៗទៀតទេ។

## តើជំងឺនេះមានរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ?

រោគសញ្ញាទាំងឡាយមានរួមទាំងការមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន ឈឺចុកចាប់ គ្រុនក្តៅ ចង្អោរ មិនឃ្លានចំណីអាហារ ឆ្អល់ពោះ បន្ទាប់មកទៀតមានទឹកនោមល្អក់ខ្លាំង លាមកពណ៌ស្លេកស្លាំង និងខាន់លឿង (ភ្នែកនិងស្បែកមានពណ៌លឿង)។ ជាធម្មតា រោគសញ្ញាទាំងនេះមានរយៈពេលចាប់ពីមួយទៅបីអាទិត្យ (ប៉ុន្តែរោគសញ្ញាខ្លះអាចមានរយៈពេលយូរជាងនេះ) ហើយបន្ទាប់មកទៀត មានការរើបរើជាសះស្បើយសឹងតែទាំងស្រុងមកវិញ។ ជាធម្មតា កុមារតូចៗដែលកើតមានជំងឺនេះពុំមានរោគសញ្ញាឡើយ។ ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A មិនបណ្តាលឲ្យមានជំងឺថ្លើមរយៈពេលយូរទេ ហើយការបាត់បង់ជីវិតដោយសារជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A កំរកើតមានណាស់។ ជាធម្មតាចន្លោះពេលចាប់ពីការប៉ះពាល់នឹងវីរុសរហូតដល់ពេលមានរោគសញ្ញាគឺបួនអាទិត្យ ប៉ុន្តែវាអាចមានចាប់ពីពីរទៅប្រាំពីរអាទិត្យឯណោះ។

## តើជំងឺនេះអាចឆ្លងតាមវិធីណា?

អ្នកកើតជំងឺនេះអាចចម្លងវីរុសទៅអ្នកដទៃចាប់ពីពេលពីរអាទិត្យមុនពេលកើតមានរោគសញ្ញា រហូតដល់ពេលមួយអាទិត្យ ក្រោយពីចេញខាន់លឿង (សរុបពេលប្រហែលបីអាទិត្យ)។ បរិមាណដ៏ច្រើននៃវីរុសត្រូវបានរកឃើញនៅក្នុងលាមកនៃអ្នកកើតជំងឺនេះក្នុងអំឡុងពេលអាចចម្លងរោគ។ វីរុសនេះអាចរស់រានមានជីវិតនៅក្នុងបរិស្ថានចំនួនច្រើនអាទិត្យ នៅក្នុងស្ថានភាពត្រឹមត្រូវ (ឧទាហរណ៍៖ នៅក្នុងទឹកសំអុយជាដើម)។

ជាធម្មតា ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A អាចចម្លងបាននៅពេលដែលមនុស្សធម្មតាលេបវីរុសពីអ្នកជំងឺតាមរយៈការ៖

- បរិភោគម្ហូបអាហារដែលមានវីរុសនេះ
- បរិភោគទឹកដែលមានវីរុសនេះ
- កាន់ក្រណាត់ទ្រនាប់ កំរាលពូកនិងស្រោមខ្នើយ ព្រមទាំងកន្សែងពោះគោដែលប្រឡាក់លាមកនៃអ្នកកើតជំងឺ
- ប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ (មានរួមទាំងការរួមភេទ)ជាមួយអ្នកកើតជំងឺ។

## សេចក្តីរាយការណ៍អំពីការឆ្លងរាលដាលជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ត្រូវបានតាមដានរកឃើញថាមានប្រភពចេញពី៖

- ការឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅម្នាក់ទៀត ដោយមានរួមទាំងក្នុងចំណោមបុរសដែលរួមភេទជាមួយបុរសដូចគ្នា
- ការបរិភោគទឹកមានលាយឡំដោយទឹកសំអុយ
- ការបរិភោគចំណីអាហារដែលមានលាយឡំដោយទឹកសំអុយ ដូចជាពពួកសត្វលៀសជាដើម
- ការបរិភោគចំណីអាហារដែលមានលាយមេរោគចេញពីអ្នកធ្វើម្ហូបអាហារដែលកើតជំងឺ។

ការឆ្លងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A នៅតែចោទជាបញ្ហាតទៅទៀតជាមួយនឹងអ្នកធ្វើដំណើរទៅបរទេស ជាពិសេសអ្នកធ្វើដំណើរទៅកាន់ប្រទេសកំពុងរីកចំរើន ដែលសម្បូរដោយជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ។

## តើអ្នកណាខ្លះដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់កើតជំងឺនេះ?

អ្នកដែលមិនធ្លាប់មានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A និងមិនដែលបានចាក់ថ្នាំបង្ការរោគទល់នឹងជំងឺនេះ មានគ្រោះថ្នាក់កើតជំងឺនេះ។

## តើវិធីបង្ការជំងឺនេះធ្វើឡើងដោយរបៀបណា?

### ការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគ

មានថ្នាំបង្ការរោគដែលមានសុវត្ថិភាពនិងមានប្រសិទ្ធភាពសំរាប់ទប់ទល់នឹងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ។ ថ្នាំបង្ការរោគនេះអាចត្រូវការពេលដល់ទៅពីរអាទិត្យដើម្បីឲ្យមានប្រសិទ្ធភាពសំរាប់ការពារទល់នឹងរោគនេះបាន។

ថ្នាំបង្ការរោគគួរចាក់ឲ្យក្រុមអ្នកដែលមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងដូចតទៅនេះ៖

- អ្នកធ្វើដំណើរទៅកាន់ប្រទេសទាំងឡាយដែលសម្បូរដោយជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A (ប្រទេសកំពុងរីកចំរើនភាគច្រើន)
- អ្នកធ្វើដំណើរញឹកញាប់ទៅកាន់សហគមន៍ជនបទនិងជនជាតិដើមនៅតំបន់ដាច់ស្រយាល
- បុរសដែលរួមភេទជាមួយបុរសដូចគ្នា
- បុគ្គលិកធ្វើការនៅមណ្ឌលថែទាំកុមារនៅពេលថ្ងៃ និងនៅតាមមត្តេយ្យសាលា
- អ្នកពិការខាងប្រាជ្ញាស្មារតី និងអ្នកថែទាំអ្នកទាំងនោះ
- បុគ្គលិកថែទាំសុខភាពខ្លះដែលធ្វើការនៅក្នុង ឬជាមួយសហគមន៍ជនជាតិដើម
- បុគ្គលិកធ្វើការនៅតាមទឹកសំអុយ
- ជាងបំពង់
- អ្នកចាក់គ្រឿងញៀន
- អ្នកជំងឺដែលកើតរោគថ្លើមរ៉ាំរ៉ៃ
- អ្នកមានជំងឺឈាមមិនកក ដែលប្រហែលជាទទួលជំនួយឈាម។

### តើអាចធ្វើអ្វីទៀតបានដើម្បីចៀសវាងកុំឲ្យមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A?

ជនរាល់រូបគួរលាងសម្អាតដៃរបស់ខ្លួនបានបានម៉ត់ចត់ជានិច្ចជាមួយនឹងសាប៊ូនិងទឹកហូរចេញពីក្បាលម៉ាស៊ីន រយៈពេលយ៉ាងតិច 10 វិនាទី ហើយសម្ងួតដៃជាមួយនឹងកន្សែងពោះគោស្អាត៖

- នៅក្រោយពីទៅបង្គន់
- មុនពេលបរិភោគចំណីអាហារ
- មុនពេលធ្វើម្ហូបអាហារឬរៀបចំភេសជ្ជៈ
- ក្រោយពីកាន់វត្ថុទាំងឡាយដូចជាក្រណាត់ទ្រនាប់ និងស្រោមអនាម័យ។

## តើអាចធ្វើអ្វីបានដើម្បីចៀសវាងកុំឲ្យចម្លងទៅអ្នកដទៃ?

បើលោកអ្នកមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ក្រៅអំពីការលាងសម្អាតដៃលោកអ្នកឲ្យបានម៉ត់ចត់ លោកអ្នកគួរចៀសវាងសកម្មភាពដូចតទៅនេះ នៅក្នុងពេលអាចចម្លងរោគនេះបាន (ពោលគឺថា រហូតទាល់តែពេលយ៉ាងតិចមួយអាទិត្យ ក្រោយពីចេញខាន់លឿងហើយ)៖

- កុំធ្វើម្ហូបអាហារឬរៀបចំភេសជ្ជៈសំរាប់អ្នកដទៃ
- កុំប្រើចាន សមស្លាបព្រា កែវពែង ច្រឬកច្របល់ជាមួយអ្នកដទៃ
- កុំប្រើស្រោមខ្នើយនិងកំរាលពូក ព្រមទាំងកន្សែងពោះគោច្រឬកច្របល់ជាមួយអ្នកដទៃ
- កុំរួមភេទ
- លាងសម្អាតសមស្លាបព្រា កែវពែងនៅក្នុងទឹកសាប៊ូ ហើយប្រើម៉ាស៊ីនបោកខាអាវដើម្បីបោកគក់ស្រោមខ្នើយនិងកំរាលពូកព្រមទាំងកន្សែងពោះគោ។

## អ្នកតទៅនេះដែលមានជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A មិនគួរទៅធ្វើការឬទៅសាលារៀនឡើយនៅក្នុងពេលដែលអាច ចម្លងរោគនេះបាន៖

- អ្នកដែលរៀបចំឬធ្វើម្ហូបអាហារ ឬភេសជ្ជៈ
- អ្នកដែលការងាររបស់ខ្លួនជាប់ពាក់ព័ន្ធនឹងការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ខ្លួនជិតស្និទ្ធ ដូចជាអ្នកថែទាំកុមារ និងបុគ្គលិកសុខាភិបាល
- បុគ្គលិក កុមារ និងជនពេញវ័យមិនគួរធ្វើដំណើរទៅកាន់ទីកន្លែងថែទាំកុមារ ឬសាលារៀនទេ នៅក្នុងពេលដែលអាចចម្លងរោគបាន។
- អ្នកជំងឺទាំងអស់គួរតែរកសាកសួរវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់ខ្លួនសិន មុនពេលវិលទៅធ្វើការឬសាលារៀនវិញ។

## តើការវិនិច្ឆ័យរោគធ្វើទៅតាមរបៀបណា?

រោគវិនិច្ឆ័យត្រូវបានផ្អែកលើរោគសញ្ញារបស់អ្នកជំងឺ និងត្រូវបានបញ្ជាក់តាមរយៈការធ្វើតេស្តឈាមដែលបង្ហាញអង្គបដិបក្ខ IgM ទៅនឹងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ។

## តើវិធីព្យាបាលជំងឺនេះធ្វើឡើងដោយរបៀបណា?

គ្មានការព្យាបាលជាក់លាក់សំរាប់ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ទេ។ ជាធម្មតា សមាជិកគ្រួសារដែលប៉ះពាល់អ្នកកើតជំងឺនិងអ្នកដៃគូរួមភេទជាមួយនឹងអ្នកកើតជំងឺ ត្រូវចាក់ថ្នាំ immunoglobulin ។ ការចាក់ថ្នាំនេះអាចបង្ការឬកាត់បន្ថយជំងឺ បើបានចាក់ថ្នាំនេះក្នុងរង្វង់ពេលពីរអាទិត្យក្រោយពីបានប៉ះនឹងអ្នកកើតជំងឺ។

## តើផ្នែកសុខភាពសាធារណៈមានវិធានការឆ្លើយតបអ្វីខ្លះ?

- វេជ្ជបណ្ឌិត មន្ទីរពេទ្យ និងមន្ទីរពិសោធន៍ ត្រូវរាយការណ៍ប្រាប់ដោយលាក់ការសម្ងាត់នូវករណីនៃការឆ្លងជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ទៅកាន់ផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ (Public Health Unit) ក្នុងតំបន់។
- បុគ្គលិកផ្នែកសុខភាពសាធារណៈនឹងធ្វើការជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិត អ្នកជំងឺឬគ្រួសាររបស់អ្នកជំងឺ ដើម្បីរកមើលដឹងអ្នកប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធទាំងឡាយដែលមានគ្រោះថ្នាក់ឆ្លងជំងឺនេះ និងរៀបចំឲ្យអ្នកមានគ្រោះថ្នាក់ទទួលព័ត៌មានអំពីជំងឺនេះ។ បុគ្គលិកផ្នែកសុខភាពសាធារណៈធ្វើតាមសេចក្តីណែនាំពិសេសដើម្បីគ្រប់គ្រងករណីជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ចំពោះអ្នកដែលទៅចូលរួមឬធ្វើការនៅមណ្ឌលថែទាំកុមារ និងចំពោះអ្នកដែលធ្វើម្ហូបអាហារដើម្បីលក់។

បុគ្គលិកផ្នែកសុខភាពសាធារណៈក៏អង្កេតអំពីការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ផងដែរ ដើម្បីរកមើលដឹងមូលហេតុនៃការឆ្លងរាតត្បាតនេះ គ្រប់គ្រងការឆ្លងរាតត្បាត និងបង្ការកុំឲ្យមានការចម្លងតទៅទៀត។

## 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** | | | | | |