NSW Health

ជំងឺកញ្ជ្រឹល

ខិត្តប័ណ្ណព័ត៌មាន

Measles - Fact sheet Khmer

ការពិតសំខាន់ៗ

- ជំងឺកញ្ជ្រឹលគឺជាជំងឺដែលបង្កឡើងដោយមេរោគដែលឆ្លងយ៉ាងខ្លាំង ដែលបណ្តាលឱ្យមានកន្ទួល និងគ្រុនក្តៅ។
- ជំងឺកញ្ជ្រឹលអាចបណ្តាលឱ្យមានផលវិបាកធ្ងន់ធ្ងរ រួមទាំងជំងឺរលាកសួត និងជំងឺរលាកខួរក្បាល ហើយអាចតម្រូវឱ្យសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យ។
- ការចាក់វ៉ាក់សាំងគឺជាមធ្យោបាយដ៏ល្អបំផុតក្នុងការបង្ការជំងឺ និងការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកញ្ជ្រឹល។ ជំងឺកញ្ជ្រឹលកម្រកើតមាននៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលី ដោយសារការចាក់វ៉ាក់សាំងមានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការបង្ការជំងឺនេះ។
- ការចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្ជ្រឹលនៅតែមានសារៈសំខាន់ ពីព្រោះមនុស្សអាចនាំយកមេរោគមកវិញបន្ទាប់ពីត្រឡប់មកពីបរទេស។
- ជំងឺកញ្ជ្រឹលនៅតែកើតមានជាទូទៅនៅក្នុងប្រទេសជាច្រើន ដែលប្រជាជនអូស្ត្រាលីទៅលេងកម្សាន្ត ឬទៅជួបក្រុមគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិ។
- ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកមានជំងឺកញ្ជ្រឹល សូមទូរសព្ទទៅវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកជាមុន ដើម្បីឱ្យពួកគេអាចកំណត់ការប៉ះពាល់របស់អ្នកជាមួយមនុស្សផ្សេងទៀតនៅពេលអ្នកមកដល់។

តើជំងឺកញ្ជ្រឹលជាអ្វី?

ជំងឺកញ្ជ្រឹលគឺជាជំងឺដែលបង្កឡើងដោយមេរោគដែលឆ្លងយ៉ាងខ្លាំង ដែលអាចបង្កឱ្យមានផលវិបាកយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ។ វានៅតែជាបុព្វហេតុទូទៅនៃការស្លាប់ក្នុងចំណោមកុមារអាយុក្រោម 5 ឆ្នាំនៅក្នុងតំបន់មួយចំនួននៃពិភពលោក។

កាលពីកន្លងទៅ ការឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រឹលគឺកើតមានច្រើនទូទៅក្នុងកុមារភាពនៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលី។ មនុស្សភាគច្រើនដែលកើតមុនឆ្នាំ 1966 នឹងឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រឹលតាំងពីកុមារភាព ហើយទំនងជាមានភាពស៊ាំ។

ដោយសារតែការចាក់ថ្នាំបង្ការ ជំងឺកញ្ជ្រឹលឥឡូវនេះកម្រឃើញមាននៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលី។

ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ជំងឺកញ្ជ្រឹលនៅតែកើតមានជាទូទៅនៅក្នុងតំបន់ជាច្រើននៃពិភពលោក ហើយការឆ្លងរាលដាលដ៏ធំនៅតែបន្តកើតមាននៅក្នុងប្រទេសមួយចំនួន។ មនុស្សដែលធ្វើដំណើរទៅក្រៅប្រទេស ឬចូលមកប្រទេសអូស្ត្រាលី អាចនាំជំងឺនេះមកជាមួយពួកគេ ដែលបណ្តាលឱ្យមានការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកញ្ជ្រឹលនៅក្នុងសហគមន៍។ នេះជាមូលហេតុដែលវាសំខាន់ក្នុងការធ្វើឱ្យប្រាកដថា អ្នកបានចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្ជ្រឹលដើម្បីជួយការពារខ្លួនអ្នក និងសហគមន៍របស់អ្នក។

វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការធ្វើឱ្យប្រាកដថានរណាម្នាក់ដែលកើតក្នុងអំឡុង ឬក្រោយឆ្នាំ 1966 បានចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្ជ្រឹលពីរដូស។

តើរោគសញ្ញានៃជំងឺកញ្ជ្រឹលមានអ្វីខ្លះ?

រោគសញ្ញាដំបូងគឺក្ដៅខ្លួន អស់កម្លាំង ក្អក ហៀរសំបោរ ភ្នែកក្រហមដែលឈឺចាប់ ហើយមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន។ ពីរបីថ្ងៃក្រោយមកក៏លេចចេញកន្ទួល។ កន្ទួលចាប់ផ្ដើមនៅលើមុខ រាលដាលចុះមករាងកាយ ហើយមានរយៈពេល 4-7 ថ្ងៃ។ កន្ទួលមិនរមាស់ទេ។ មនុស្សមួយចំនួន ជាពិសេសកុមារវ័យក្មេងក៏អាចមានរោគចុះរាគផងដែរ។

រោគសញ្ញានៃជំងឺកញ្ជ្រឹលជាធម្មតាចាប់ផ្ដើម 10 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីបានប៉ះពាល់នឹងវីរុស ប៉ុន្តែពេលខ្លះអាចចំណាយពេលដល់ទៅ 7 ឬច្រើនថ្ងៃរហូតដល់ 18 ថ្ងៃដើម្បីលេចឡើង។ ជាធម្មតា កន្ទួលលេចឡើងប្រហែល 14 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីបានប៉ះពាល់នឹងវីរុសជំងឺកញ្ជ្រឹល។

ជំងឺកញ្ជ្រឹលគឺជាជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។ រហូតដល់មួយភាគបីនៃអ្នកកើតជំងឺកញ្ជ្រឹលមានផលវិបាកនានា ហើយមនុស្សជាច្រើនត្រូវការសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យ។ ផលវិបាកនៃជំងឺកញ្ជ្រឹលអាចរួមមានជំងឺបៅត្រចៀក រោគចុះរាគ និងជំងឺរលាកសួត។ មានមនុស្សប្រហែលមួយនាក់ក្នុងចំណោម 1000 នាក់ដែលមានជំងឺកញ្ជ្រឹល វិវត្តទៅជាជំងឺរលាកខួរក្បាល (ការហើមខួរក្បាល)។

តើជំងឺកញ្ជ្រឹលឆ្លងរាលដាលយ៉ាងដូចម្ដេចដែរ?

ជាទូទៅ ជំងឺកញ្ជ្រឹលឆ្លងរាលដាលនៅពេលដែលមនុស្សម្នាក់ស្រូបវីរុសជំងឺកញ្ជ្រឹលចូលតាមខ្យល់ដង្ហើម ដែលអ្នកឆ្លងបានក្អក ឬកណ្ដាស់ទៅក្នុងខ្យល់។

ជំងឺកញ្ជ្រឹលគឺជាជំងឺឆ្លងដ៏ងាយស្រួលបំផុត ក្នុងចំណោមជំងឺឆ្លងទាំងអស់របស់មនុស្ស។ គ្រាន់តែនៅក្នុងបន្ទប់ជាមួយអ្នកដែលមានជំងឺកញ្ជ្រឹល ក៏អាចបណ្ដាលឱ្យឆ្លងមេរោគនេះដែរ។

អ្នកដែលមានជំងឺកញ្ជ្រឹលជាធម្មតាឆ្លងមេរោគចាប់តាំងពីមុនពេលរោគសញ្ញាចាប់ផ្ដើម រហូតដល់បួនថ្ងៃបន្ទាប់ពីកន្ទួលលេចឡើង។

តើអ្នកណាខ្លះដែលប្រឈមនឹងការឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រឹល?

មនុស្សប្រឈមនឹងការឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រឹល ប្រសិនបើ៖

- ពួកគេមិនធ្លាប់ដែលបានឆ្លងមេរោគជំងឺកញ្ជ្រឹល **ឬ**
- ពួកគេមិនបានចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្ជ្រឹលពីរដូស **ឬ**
- ពួកគេមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ (ឧទាហរណ៍ អ្នកដែលកំពុងទទួលការព្យាបាលដោយប្រើគីមី ឬការព្យាបាលដោយវិទ្យុសកម្មសម្រាប់ជំងឺមហារីក ឬអ្នកដែលប្រើថ្នាំស្តេរ៉ូអ៊ីតដូសខ្ពស់) ទោះបីជាពួកគេបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ ឬធ្លាប់បានឆ្លងមេរោគជំងឺកញ្ជ្រឹលពីកន្លងមកក៏ដោយ **ហើយ**
- ពួកគេមានទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដែលបានឆ្លងមេរោគជំងឺកញ្ជ្រឹល។

ជំងឺកញ្ជ្រឹលនៅតែកើតមានក្នុងប្រទេសជាច្រើន ហើយការផ្ទុះឡើងធំតែងតែកើតមាន។ អ្នកទៅក្រៅប្រទេសប្រឈមនឹងជំងឺកញ្ជ្រឹល ប្រសិនបើពួកគេមិនមានភាពស៊ាំ។

តើគេអាចបង្ការជំងឺកញ្ជ្រឹលដោយរបៀបណា?

ការចាក់វ៉ាក់សាំង

ការគាំពារដ៏ល្អបំផុតដើម្បីប្រឆាំងនឹងជំងឺកញ្ជ្រឹលគឺត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំង។ វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្ជ្រឹលពីរដូស (យ៉ាងហោចណាស់បួនសប្ដាហ៍ដាច់ពីគ្នា) ផ្ដល់ការគាំពាររយៈពេលវែង អាចពេញមួយជីវិតក្នុង 99% នៃមនុស្សដែលបានចាក់វ៉ាក់សាំង។

© NSW Ministry of Health. SHPN (CDB) 250443-6. March 2026

អ្នកដែលមានគម្រោងចេញទៅក្រៅប្រទេសគួរតែនិយាយជាមួយ GP ឬឱសថការីរបស់ពួកគេអំពីការចាក់វ៉ាក់សាំង ពិនិត្យមើលថាការចាក់វ៉ាក់សាំងរបស់ពួកគេទាន់បច្ចុប្បន្នភាព ហើយត្រូវប្រាកដថាពួកគេត្រូវបានចាក់វ៉ាក់សាំងពេញលេញ ប្រឆាំងនឹងជំងឺកញ្រ្ជិល មុនពេលចាកចេញពីប្រទេសអូស្ត្រាលី។

នៅប្រទេសអូស្ត្រាលី វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិលពីរដូសត្រូវបានផ្តល់ឱ្យកុមារនៅក្រោមកម្មវិធីចាក់ថ្នាំបង្ការថ្នាក់ជាតិ (NIP) ដោយឥតគិតថ្លៃនៅ៖

- អាយុ 12 ខែ ជាវ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិល-ស្រឡាទែន-ស្អូច (MMR)
- អាយុ 18 ខែ ជាវ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិល-ស្រឡាទែន-ស្អូច- អុតធំ (MMRV)។

វ៉ាក់សាំងទាំងនេះផ្តល់ការគាំពារប្រឆាំងនឹងជំងឺស្រឡាទែន កញ្រ្ជិលអាឡឺម៉ង់ (ស្អូច) និងអុតស្វាយ (អុតធំ) ក៏ដូចជាជំងឺកញ្រ្ជិល។

អ្នកដែលមានគម្រោងចេញទៅក្រៅប្រទេសជាមួយកុមារអាយុចន្លោះពី 6 ទៅ 18 ខែ គួរតែពិភាក្សាអំពីផែនការរបស់ពួកគេជាមួយ GP របស់ពួកគេ ពីព្រោះកុមារដែលទៅតំបន់មានហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺកញ្រ្ជិល អាចចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិលបានមុនពេល។

អ្នកដែលកើតក្នុងអំឡុង ឬក្រោយឆ្នាំ 1966 ដែលមិនធ្លាប់បានឆ្លងមេរោគជំងឺកញ្រ្ជិល គួរតែទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់ពួកគេដើម្បីប្រាកដថាពួកគេបានចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិលពីរដូស យ៉ាងតិចបួនសប្តាហ៍ដាច់ពីគ្នា។ បើមិនដូច្នោះទេ វ៉ាក់សាំងគឺឥតគិតថ្លៃនៅក្នុងរដ្ឋ NSW។

វាមានសុវត្ថិភាពក្នុងការចាក់វ៉ាក់សាំងលើសពីពីរដូស ដូច្នេះអ្នកដែលមិនច្បាស់ប្រាកដគួរតែចាក់វ៉ាក់សាំង។

វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិលអាចទទួលបាននៅក្នុងរដ្ឋ NSW ពីវេជ្ជបណ្ឌិតពិនិត្យរោគទូទៅ និងឱសថការីចាក់ថ្នាំបង្ការដែលបានចុះបញ្ជីស្របច្បាប់។

ឱសថការីចាក់ថ្នាំបង្ការ មិនអាចចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិលដល់កុមារក្រោមអាយុ 5 ឆ្នាំបានទេ។

សម្រាប់នរណាម្នាក់ដែលគ្មានភស្តុតាងនៃវ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិលពីរដូស (មិនស្វែងរកវ៉ាក់សាំងនៅក្រោម NIP) វ៉ាក់សាំងផ្ទាល់នឹងមិនគិតថ្លៃទេ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ឱសថការី ឬវេជ្ជបណ្ឌិតអាចគិតថ្លៃសេវាកម្មដើម្បីគ្រប់គ្រងវ៉ាក់សាំង។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមមើលសំណួរដែលគេសួរញឹកញាប់អំពីការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺកញ្រ្ជិល។

ជៀសវាងអ្នកឯទៀត ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញា

អ្នកដែលមានរោគសញ្ញានៃជំងឺកញ្រ្ជិលគួរតែទូរសព្ទជាមុន ពេលណាទៅកន្លែងថែទាំសុខភាព (ដូចជាផ្នែកសង្គ្រោះបន្ទាន់ ឬ GP) ដើម្បីជូនដំណឹងដល់បុគ្គលិកអំពីរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ ដើម្បីដាក់ពួកគេឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅពេលមកដល់ ក្នុងគោលបំណងកំណត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកញ្រ្ជិលទៅអ្នកឯទៀត។

អ្នកដែលមានជំងឺកញ្រ្ជិលគួរតែស្នាក់នៅផ្ទះរហូតដល់ពួកគេលែងអាចចម្លងរោគ (ពោលគឺ រហូតដល់ទៅបួនថ្ងៃបន្ទាប់ពីកន្ទួលចាប់ផ្តើម) ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការឆ្លងទៅមនុស្សឯទៀត។

តើជំងឺកញ្រ្ជិលត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យយ៉ាងដូចម្តេចដែរ?

ការសង្ស័យថាមានជំងឺកញ្រ្ជិល នៅពេលមនុស្សម្នាក់មានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន ក្អក ហៀរសំបោរ ឬឈឺភ្នែក និងគ្រុនក្តៅ បន្ទាប់មកកើតមានកន្ទួល។

នៅពេលណាមានការសង្ស័យថាមានជំងឺកញ្រ្ជិល គួរតែប្រមូលសំណាកពីច្រមុះ បំពង់ក និងទឹកនោម ដើម្បីបញ្ជាក់ពីរោគវិនិច្ឆ័យ។ ការធ្វើតេស្តឈាមក៏អាចត្រូវបានអនុវត្តផងដែរ។

ការបញ្ជាក់នៃរោគវិនិច្ឆ័យមានសារៈសំខាន់ ពីព្រោះវាអនុញ្ញាតឱ្យមានការតាមដានសុខភាពសាធារណៈភ្លាមៗ អំពីមនុស្សឯទៀតដែលមានហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺកញ្រ្ជិល។

© NSW Ministry of Health. SHPN (CDB) 250443-6. March 2026

តើជំងឺកញ្រ្ជឹលត្រូវបានព្យាបាលយ៉ាងដូចម្តេចដែរ?

មិនមានការព្យាបាលជាក់លាក់សម្រាប់ជំងឺកញ្រ្ជឹលទេ។ ជាធម្មតា អ្នកដែលបានឆ្លងមេរោគជំងឺកញ្រ្ជឹល ត្រូវបានណែនាំឱ្យសម្រាក ផឹកទឹកឱ្យបានច្រើន និងលេបថ្នាំប៉ារ៉ាសេតាមុល ដើម្បីព្យាបាលគ្រុនក្តៅ។

សម្រាប់មនុស្សជាច្រើន ជំងឺអាចនឹងទៅជាធ្ងន់ធ្ងររហូតទាល់តែតម្រូវការសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យ។

តើមានវិធានការឆ្លើយតបសុខភាពសាធារណៈអ្វីខ្លះចំពោះជំងឺកញ្រ្ជឹល?

វេជ្ជបណ្ឌិត មន្ទីរពេទ្យ និងមន្ទីរពិសោធន៍ សាលារៀន និងមណ្ឌលថែទាំកុមារ ត្រូវតែជូនដំណឹងអំពីករណីនៃជំងឺកញ្រ្ជឹលទៅកាន់អង្គភាពសុខភាពសាធារណៈក្នុងមូលដ្ឋាន។

បុគ្គលិកអង្គភាពសុខភាពសាធារណៈនឹងសម្ភាសវេជ្ជបណ្ឌិត និងអ្នកជម្ងឺ (ឬអ្នកថែទាំ) ដើម្បីស្វែងយល់ពីការឆ្លងមេរោគដែលបានកើតឡើង កំណត់អត្តសញ្ញាណមនុស្សឯទៀតដែលមានហានិភ័យនៃការឆ្លងមេរោគ អនុវត្តវិធានការត្រួតពិនិត្យ (ដូចជាការចាក់ថ្នាំបង្ការ និងការរឹតបន្តឹងលើការទៅសាលារៀន ឬការងារ) និងផ្តល់ដំបូន្មានផ្សេងទៀត។

អ្នកដែលមានជំងឺកញ្រ្ជឹលគួរតែស្នាក់នៅផ្ទះ ហើយមិនត្រូវទៅធ្វើការ សាលារៀន ឬសេវាកម្មអប់រំ និងថែទាំកុមារតូច យ៉ាងហោចណាស់ 4 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីកន្ទួលលេចឡើង។

ជំងឺកញ្រ្ជឹល៖ ទម្រង់បែបបទព័ត៌មានសម្រាប់អ្នកដែលមានទំនាក់ទំនង មានព័ត៌មានដ៏មានប្រយោជន៍សម្រាប់គ្រូពេទ្យដើម្បីផ្តល់ដល់អ្នកដែលមានទំនាក់ទំនងជាមួយជំងឺកញ្រ្ជឹល បន្ទាប់ពីការវាយតម្លៃ និង/ឬការផ្តល់ការការពារក្រោយពីបានប៉ះពាល់នឹងមេរោគ។

ព័ត៌មានបន្ថែម

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទូរសព្ទទៅអង្គភាពសុខភាពសាធារណៈក្នុងមូលដ្ឋានរបស់អ្នកតាមលេខ 1300 066 055។

ប្រសិនបើអ្នក ឬកូនរបស់អ្នកមានរោគសញ្ញានៃជំងឺកញ្រ្ជឹល ហើយអ្នកមានការព្រួយបារម្ភ សូមពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកភ្លាមៗ ឬក្នុងគ្រាអាសន្នហៅទូរសព្ទលេខ 000។ សម្រាប់ការណែនាំអំពីសុខភាព អ្នកអាចទូរសព្ទទៅ Healthdirect តាមលេខ 1800 022 222 សម្រាប់ការប្រឹក្សាយោបល់ផ្នែកសុខភាព 24 ម៉ោងដោយឥតគិតថ្លៃ ឬនិយាយទៅកាន់ឱសថការីក្នុងមូលដ្ឋានរបស់អ្នក។

© NSW Ministry of Health. SHPN (CDB) 250443-6. March 2026