NSW Health

NSW GOVERNMENT

ໂຣກຫັດ

ເຈ້ຍຂໍ້ມູນຂໍ້ເທັດຈິງ

Measles - Fact sheet Lao

ຂໍ້ເທັດຈິງສຳຄັນ

- ໂຣກຫັດເປັນໂຣກຕິດຕໍ່ທີ່ມີໄວຣັສທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດຕຸ່ມຜື່ນ ແລະ ເປັນໄຂ້.
- ໂຣກຫັດສາມາດເຮັດໃຫ້ເກີດອາການແຊກຊ້ອນຮ້າຍແຮງ ເຊັ່ນ ປອດອັກເສບ ແລະ ສະໝອງອັກເສບ ແລະ ອາດຕ້ອງເຂົ້າຮັບການຮັກສາຢູ່ໂຮງໝໍ.
- ການສັກວັກຊີນແມ່ນວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດເພື່ອປ້ອງກັນໂຣກ ແລະ ການແຜ່ລະບາດຂອງໂຣກຫັດ. ໂຣກຫັດແມ່ນພົບໄດ້ນ້ອຍໃນອອສເຕຣເລັຍ ເນື່ອງຈາກວ່າວັກຊີນມີປະສິດທິພາບໃນການປ້ອງກັນໂຣກ.
- ການສັກວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດຍັງຄົງເປັນສິ່ງສຳຄັນ ເພາະວ່າຄົນເຮົາສາມາດນຳເອົາເຊື້ອໄວຣັສກັບຄືນມາໄດ້ພາຍຫຼັງທີ່ເດີນທາງກັບມາຈາກຕ່າງປະເທດ.
- ໂຣກຫັດແມ່ນຍັງພົບໄດ້ທົ່ວໄປໃນຫຼາຍປະເທດທີ່ຊາວອອສເຕຣເລັຍໄປທ່ຽວພັກຜ່ອນ ຫຼື ໄປຢ້ຽມຢາມຄອບຄົວ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນ.
- ຖ້າທ່ານຄິດວ່າທ່ານເປັນໂຣກຫັດ ໃຫ້ໂທຫາທ່ານໝໍລ່ວງໜ້າເພື່ອໃຫ້ທ່ານໝໍສາມາດຈຳກັດການສຳຜັດກັບຄົນອື່ນເມື່ອທ່ານມາຮອດ.

ໂຣກຫັດແມ່ນຫຍັງ?

ໂຣກຫັດເປັນໂຣກທີ່ຕິດເຊື້ອໄວຣັສທີ່ຕິດຕໍ່ໄດ້ໄວທີ່ສຸດແລະອາດກໍ່ໃຫ້ເກີດອາການແຊກຊ້ອນຮ້າຍແຮງໄດ້. ມັນຍັງຄົງເປັນສາເຫດຂອງການເສຍຊີວິດທີ່ພົບໄດ້ເລື້ອຍໆຂອງເດັກນ້ອຍອາຍຸຕ່ຳກວ່າ 5 ປີຢູ່ໃນບາງສ່ວນຂອງໂລກ.

ໃນໄລຍະຜ່ານມາ, ການຕິດເຊື້ອໂຣກຫັດແມ່ນເປັນເລື້ອງປົກກະຕິໃນວັຍເດັກໃນອອສເຕຣເລັຍ. ຄົນສ່ວນໃຫຍ່ທີ່ເກີດກ່ອນປີ 1966 ຈະຕິດເຊື້ອໂຣກຫັດໃນວັຍເດັກ ແລະ ມີແນວໂນ້ມທີ່ຈະມີພູມຄຸ້ມກັນ.

ເນື່ອງຈາກມີການສັກຢາປ້ອງກັນໂຣກ ໃນປັດຈຸບັນໂຣກຫັດຈຶ່ງພົບໄດ້ໜ້ອຍໃນອອສເຕຣເລັຍ.

ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ໂຣກຫັດຍັງຄົງພົບໄດ້ທົ່ວໄປໃນຫຼາຍພາກສ່ວນຂອງໂລກ ແລະ ການລະບາດໃຫຍ່ຍັງສືບຕໍ່ເກີດຂຶ້ນໃນຫຼາຍປະເທດ. ຜູ້ທີ່ເດີນທາງໄປຕ່າງປະເທດ ຫຼື ເດີນທາງມາອອສເຕຣເລັຍອາດນຳເອົາໂຣກນີ້ມານຳໄດ້ ຊຶ່ງເຮັດໃຫ້ເກີດການລະບາດຂອງໂຣກຫັດຢູ່ໃນຊຸມຊົນ. ນີ້ແມ່ນເຫດຜົນທີ່ວ່າມັນເປັນສິ່ງສຳຄັນທີ່ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າທ່ານໄດ້ຮັບການສັກຢາປ້ອງກັນໂຣກຫັດ ເພື່ອຊ່ວຍປົກປ້ອງຕົວທ່ານເອງ ແລະຊຸມຊົນຂອງທ່ານ.

ມັນເປັນສິ່ງສຳຄັນທີ່ຈະຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າຜູ້ທີ່ເກີດໃນລະຫວ່າງປີ 1966 ຫຼື ຫຼັງຈາກນັ້ນ ໄດ້ຮັບວັກຊີນໂຣກຫັດສອງເຂັມ.

© NSW Ministry of Health. SHPN (CDB) 250443-8. March 2026

ອາການຂອງໂຣກຫັດມີຫຍັງແດ່?

ອາການທໍາອິດແມ່ນເປັນໄຂ້, ເມື່ອຍ, ໄອ, ນໍ້າມູກໄຫຼ, ຕາແດງແລະເຈັບ ແລະ ຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍຕົວ. ສອງສາມມື້ຕໍ່ມາຈະມີຕຸ່ມຜື່ນປາກົດຂຶ້ນ. ຜື່ນຈະເລີ້ມຂຶ້ນເທິງໃບໜ້າ, ແຜ່ລາມລົງໄປເຖິງລໍາຕົວ ແລະ ເປັນຢູ່ປະມານ 4-7 ວັນ. ຜື່ນຈະບໍ່ມີອາການຄັນ. ບາງຄົນ, ໂດຍສະເພາະເດັກນ້ອຍ, ອາດຈະມີອາການຖອກທ້ອງອີກນໍາ.

ອາການຂອງໂຣກຫັດມັກຈະເລີ້ມປາກົດປະມານ 10 ມື້ຫຼັງຈາກໄດ້ສໍາຜັດກັບໄວຣັສ ແຕ່ບາງຄັ້ງອາດໃຊ້ເວລາປະມານ 7 ຫຼື ດົນເຖິງ18 ມື້ຈຶ່ງຈະປາກົດ. ປົກກະຕິແລ້ວຕຸ່ມຜື່ນຈະປາກົດຂຶ້ນປະມານ 14 ມື້ຫຼັງຈາກການສໍາຜັດກັບເຊື້ອໄວຣັສໂຣກຫັດ.

ໂຣກຫັດເປັນໂຣກຮ້າຍແຮງ. ຄົນທີ່ເປັນໂຣກຫັດຫຼາຍເຖິງ ໜຶ່ງໃນສາມ ຈະມີອາການແຊກຊ້ອນ ແລະຫຼາຍຄົນຕ້ອງເຂົ້າຮັບການຮັກສາຢູ່ໂຮງໝໍ. ອາການແຊກຊ້ອນຂອງໂຣກຫັດອາດປະກອບມີການຕິດເຊື້ອໃນຫູ, ຖອກທ້ອງ ແລະ ປອດອັກເສບ. ປະມານໜຶ່ງໃນທຸກໆ 1000 ຄົນທີ່ເປັນໂຣກຫັດຈະພັດທະນາເປັນສະໝອງອັກເສບ (ອາການບວມຂອງສະໝອງ).

ໂຣກຫັດແຜ່ຜາຍໄດ້ແນວໃດ?

ໂຣກຫັດມັກຈະແຜ່ຜາຍໄປເມື່ອຄົນຫາຍໃຈເອົາເຊື້ອໄວຣັສໂຣກຫັດທີ່ເກີດຈາກອາການໄອ ຫຼື ຈາມຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອທີ່ຢູ່ໃນອາກາດ.

ໂຣກຫັດແມ່ນໜຶ່ງໃນໂຣກຕິດເຊື້ອທີ່ແຜ່ລາມໄດ້ງ່າຍທີ່ສຸດໃນບັນດາໂຣກຕິດເຊື້ອຂອງມະນຸດທັງໝົດ. ພຽງແຕ່ການຢູ່ໃນຫ້ອງດຽວກັນກັບຄົນທີ່ເປັນໂຣກຫັດກໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອໄດ້.

ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວ ຄົນທີ່ເປັນໂຣກຫັດແມ່ນມັກຈະຕິດເຊື້ອຕັ້ງແຕ່ກ່ອນອາການຈະເລີ່ມຕົ້ນຈົນເຖິງສີ່ມື້ຫຼັງຈາກຜື່ນປາກົດຂຶ້ນ.

ໃຜແດ່ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການເປັນໂຣກຫັດ?

ຄົນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການເປັນໂຣກຫັດຖ້າ:

- ພວກເຂົາບໍ່ເຄີຍມີການຕິດເຊື້ອໂຣກຫັດມາກ່ອນ **ຫຼື**
- ພວກເຂົາຍັງບໍ່ທັນໄດ້ສັກຢາວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດ 2 ເຂັມ **ຫຼື**
- ພວກເຂົາມີລະບົບພູມຄຸ້ມກັນທີ່ອ່ອນແອ (ເຊັ່ນ: ຄົນທີ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວດ້ວຍເຄມີບໍາບັດ ຫຼື ດ້ວຍລັງສີສໍາລັບໂຣກມະເຮັງ ຫຼື ຜູ້ທີ່ໃຊ້ຢາສະເຕີຣອຍໃນປະລິມານສູງ) ເຖິງແມ່ນວ່າພວກເຂົາໄດ້ຮັບການສັກຢາປ້ອງກັນຢ່າງຄົບຖ້ວນ ຫຼື ເຄີຍຕິດເຊື້ອຫັດມາກ່ອນແລ້ວກໍ່ຕາມ **ແລະ**
- ພວກເຂົາໄດ້ເຄີຍສໍາຜັດກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂຣກຫັດ.

ໂຣກຫັດຍັງພົບໄດ້ທົ່ວໄປຢູ່ໃນຫຼາຍປະເທດ ແລະ ການລະບາດໃຫຍ່ມັກຈະເກີດຂຶ້ນເລື້ອຍໆ. ຜູ້ທີ່ໄປຕ່າງປະເທດມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດໂຣກຫັດ ຖ້າພວກເຂົາບໍ່ມີພູມຄຸ້ມກັນ.

ຈະປ້ອງກັນໂຣກຫັດໄດ້ແນວໃດ?

ການສັກຢາປ້ອງກັນ

ການປ້ອງກັນໂຣກຫັດທີ່ດີທີ່ສຸດແມ່ນການສັກວັກຊີນ. ວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດສອງເຂັມ (ຫ່າງກັນຢ່າງ ໜ້ອຍ 4 ອາທິດ) ຈະໃຫ້ການປ້ອງກັນໃນໄລຍະຍາວ, ອາດຕະຫຼອດຊີວິດໃນ 99% ຂອງຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບວັກຊີນ.

ຜູ້ທີ່ວາງແຜນຈະໄປຕ່າງປະເທດຄວນໂອ້ລົມກັບທ່ານໝໍຄອບຄົວຂອງພວກເຂົາ ຫຼື ເພສັຊກອນກ່ຽວກັບການສັກວັກຊີນ, ກວດເບິ່ງວ່າພວກເຂົາໄດ້ຮັບການສັກວັກຊີນຄົບຖ້ວນແລ້ວ ແລະກວດສອບໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າພວກເຂົາໄດ້ຮັບວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດຢ່າງຄົບຖ້ວນກ່ອນທີ່ຈະອອກຈາກອອສເຕຣເລັຍ.

ໃນປະເທດອອສເຕຣເລັຍ, ເດັກນ້ອຍຈະໄດ້ຮັບວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດ 2ເຂັມ ໂດຍບໍ່ຕ້ອງເສັຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆພາຍໃຕ້ໂຄງການການສັກຢາປ້ອງກັນໂຣກ ແຫ່ງຊາດ (NIP) ຕອນ:

- ອາຍຸ 12 ເດືອນ ສັກວັກຊີນໂຣກຫັດ-ໂຣກ ໝາກເບີດ-ໂຣກຫັດເຢັຍຣະມັນ(ຣູແບລລາ) (MMR).
- ອາຍຸ 18 ເດືອນ ສັກວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດ-ໂຣກໝາກເບີດ-ໂຣກຫັດເຢັຍຣະມັນ -ໂຣກໝາກໃສ (MMRV).

ວັກຊີນເຫຼົ່ານີ້ໃຫ້ການປ້ອງກັນຈາກໂຣກໝາກເບີດ, ໂຣກຫັດເຢັຍລະມັນ(ຣູແບລລາ) ແລະ ໂຣກໝາກໃສ (ວາຣິແຊລລາ) ລວມເຖິງໂຣກຫັດອີກດ້ວຍ.

ຜູ້ທີ່ວາງແຜນຈະໄປຕ່າງປະເທດກັບເດັກນ້ອຍອາຍຸລະຫວ່າງ 6 ຫາ 18 ເດືອນຄວນປຶກສາຫາລືກ່ຽວກັບແຜນການຂອງພວກເຂົາກັບທ່ານໝໍຄອບຄົວຂອງພວກເຂົາ, ເນື່ອງຈາກວ່າເດັກນ້ອຍທີ່ເດີນທາງໄປເຂດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ໂຣກຫັດສາມາດໄດ້ຮັບວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດແຕ່ຕົ້ນໆ.

ຜູ້ໃດທີ່ເກີດໃນລະຫວ່າງ ປີ 1966 ຫຼື ຫຼັງຈາກນັ້ນ ແລະ ບໍ່ເຄີຍຕິດເຊື້ອໂຣກຫັດມາກ່ອນຄວນໄປພົບທ່ານໝໍເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າພວກເຂົາໄດ້ສັກວັກຊີນປ້ອງກັນ ໂຣກຫັດຄົບສອງເຂັມຢ່າງໜ້ອຍເວັ້ນລະຍະຫ່າງ 4 ອາທິດ. ຖ້າຍັງບໍ່ໄດ້ຮັບວັກຊີນ ກໍສາມາດຮັບວັກຊີນໄດ້ໂດຍບໍ່ເສັຍຄ່າໃນ ຣັດ NSW.

ການສັກວັກຊີນຫຼາຍກວ່າສອງເຂັມກໍມີຄວາມປອດໄພ, ດັ່ງນັ້ນຜູ້ທີ່ບໍ່ແນ່ໃຈກໍຄວນໄປຮັບການສັກວັກຊີນ.

ໃນຣັດ NSW ສາມາດຮັບວັກຊີນໂຣກຫັດຈາກທ່ານໝໍທົ່ວໄປ ແລະ ເພສັຊກອນດ້ານສັກຢາກັນໂຣກທີ່ລົງທະບຽນ.

ເພສັຊກອນດ້ານສັກຢາກັນໂຣກບໍ່ສາມາດໃຫ້ວັກຊີນໂຣກຫັດແກ່ເດັກນ້ອຍທີ່ມີອາຍຸຕໍ່າກວ່າ 5 ປີໄດ້.

ສໍາລັບໃຜທີ່ບໍ່ມີຫຼັກຖານການສັກວັກຊີນໂຣກຫັດຄົບສອງເຂັມ (ບໍ່ໄດ້ຂໍຮັບວັກຊີນພາຍໃຕ້ NIP) ວັກຊີນຈະແມ່ນຟຣີ, ຢ່າງໃດກໍຕາມ, ເພສັຊກອນ ຫຼື ທ່ານໝໍອາດຈະຄິດຄ່າບໍລິການໃນການສັກວັກຊີນ.

ສໍາລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມເບິ່ງ ຄໍາຖາມທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆກ່ຽວກັບການສັກວັກຊີນປ້ອງກັນໂຣກຫັດ.

ຫຼີກລ້ຽງການສໍາຜັດຜູ້ອື່ນຖ້າທ່ານມີອາການ

ຜູ້ທີ່ມີອາການຂອງໂຣກຫັດຄວນໂທແຈ້ງລ່ວງໜ້າໃນເວລາໄປຮັບການຮັກສາຕາມສະຖານທີ່ຮັກສາສຸຂະພາບຕ່າງໆ (ເຊັ່ນ: ພະແນກສຸກເສີນ ຫຼື ທ່ານໝໍ), ເພື່ອແຈ້ງໃຫ້ພະນັກງານຮູ້ອາການ ເພື່ອໃຫ້ພວກເຂົາສາມາດແຍກໂຕເມື່ອມາຮອດເພື່ອຈໍາກັດການແຜ່ລະບາດຂອງໂຣກຫັດໄປໃຫ້ຜູ້ອື່ນ.

ຜູ້ທີ່ເປັນໂຣກຫັດຄວນຢູ່ເຮືອນຈົນກວ່າພວກເຂົາຈະບໍ່ແຜ່ເຊື້ອອີກຕໍ່ໄປ (ເຊັ່ນ: ຈົນກວ່າຈະຜ່ານສີ່ມື້ຫຼັງຈາກຜື່ນເລີ້ມຂຶ້ນ) ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງທີ່ຈະແຜ່ລາມໄປຫາຜູ້ອື່ນ.

ໂຣກຫັດໄດ້ຮັບການວິນິດໄສແນວໃດ?

ຄົນຜູ້ໜຶ່ງຈະຖືກສົງໄສວ່າເປັນໂຣກຫັດ ເມື່ອລາວຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍ, ໄອ, ນ້ຳມູກໄຫຼ ຫຼື ເຈັບຕາ ແລະ ມີອາການໄຂ້ຕາມມາດ້ວຍຕຸ່ມຜື່ນ.

ເມື່ອໃດກໍຕາມທີ່ສົງໄສວ່າເປັນໂຣກຫັດ, ຄວນເກັບຕົວຢ່າງຈາກດັງ, ຄໍ, ແລະ ປັດສະວະເພື່ອຢືນຢັນການວິນິດໄສ. ອາດມີການກວດເລືອດອີກນໍາ.

ການຢືນຢັນການວິນິດໄສແມ່ນມີຄວາມສໍາຄັນຍ້ອນວ່າມັນຊ່ວຍໃຫ້ບໍລິການອະນາໄມຊຸມຊົນສາມາດຕິດຕາມດູແລຜູ້ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການເປັນໂຣກຫັດ ໄດ້ໃນທັນທີ.

© NSW Ministry of Health. SHPN (CDB) 250443-8. March 2026

ໂຣກຫັດປິ່ນປົວແນວໃດ?

ບໍ່ມີການປິ່ນປົວສະເພາະສຳລັບໂຣກຫັດ. ປົກກະຕິຜູ້ທີ່ເປັນໂຣກຫັດຈະຖືກແນະນຳໃຫ້ພັກຜ່ອນ, ດື່ມນ້ຳຫຼາຍໆ ແລະ ກິນຢາພາຣາເຊຕາມອລເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນອາການໄຂ້.

ສຳລັບຫຼາຍໆຄົນ, ໂຣກອາດຈະຮ້າຍແຮງຈົນຈະຕ້ອງເຂົ້າຮັບການປິ່ນປົວຢູ່ໂຮງໝໍ.

ການຕອບຮັບດ້ານສາທາລະນະສຸກຕໍ່ໂຣກຫັດແມ່ນຫຍັງແດ່?

ທ່ານໝໍ, ໂຮງໝໍ ແລະ ຫ້ອງທົດລອງ, ໂຮງຮຽນ, ແລະ ສູນດູແລເດັກຕ້ອງແຈ້ງກໍລະນີຂອງຜູ້ເປັນໂຣກຫັດໃຫ້ໜ່ວຍງານສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນຊາບ.

ພະນັກງານຂອງພະແນກບໍລິການສາທາລະນະສຸກຈະສຳພາດທ່ານໝໍແລະຄົນເຈັບ (ຫຼືຜູ້ດູແລ) ເພື່ອຊອກຫາສາເຫດຂອງການຕິດເຊື້ອ, ລະບຸຜູ້ອື່ນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ, ປະຕິບັດມາດຕາການຄວບຄຸມ (ເຊັ່ນ: ການສັກຢາປ້ອງກັນແລະຂໍ້ຈຳກັດໃນການເຂົ້າໂຮງຮຽນຫຼືເຮັດວຽກ), ແລະ ໃຫ້ຄຳແນະນຳອື່ນໆ.

ຜູ້ທີ່ເປັນໂຣກຫັດຄວນຢູ່ເຮືອນ ແລະ ບໍ່ໄປເຮັດວຽກ, ໂຮງຮຽນ ຫຼື ສະຖານທີ່ຮັບລ້ຽງເດັກເປັນເວລາຢ່າງ ໜ້ອຍສີ່ມື້ຫຼັງຈາກຜື່ນແດງປາກົດຂຶ້ນ.

ໂຣກຫັດ: ແບບຟອມຂໍ້ມູນສຳລັບຜູ້ສຳຜັດໂຣກຫັດ ມີຂໍ້ມູນທີ່ເປັນປະໂຫຍດສຳລັບທ່ານໝໍເພື່ອສະໜອງໃຫ້ຜູ້ສຳຜັດໂຣກຫັດ, ການຕິດຕາມການປະເມີນ ແລະ/ຫຼື ການສະໜອງການປ້ອງກັນຫຼັງການສຳຜັດໂຣກ.

ຂໍ້ມູນເພີ້ມເຕີມ

ເພື່ອເອົາຂໍ້ມູນເພີ້ມເຕີມ ກະລຸນາໂທຫາ ໜ່ວຍງານບໍລິການສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ ທີ່ເບີ 1300 066 055.

ຖ້າທ່ານ ຫຼື ລູກຂອງທ່ານມີອາການຂອງໂຣກຫັດ ແລະ ທ່ານມີຄວາມກັງວົນ ໃຫ້ເວົ້າລົມກັບທ່ານໝໍຂອງທ່ານທັນທີ ຫຼື ໃນກໍລະນີສຸກເສີນໃຫ້ໂທເບີ 000. ສຳລັບຄຳແນະນຳດ້ານສຸຂະພາບ ທ່ານຍັງສາມາດໂທຫາ Healthdirect ໄດ້ທີ່ເບີ 1800 022 222 ເພື່ອຂໍຄຳແນະນຳດ້ານສຸຂະພາບຟຣີ ຕລອດ 24 ຊົ່ວໂມງ ຫຼື ໂອ້ລົມກັບເພສັຊກອນໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ.