



Campylobacter

មេរោគ ខេមត្រីប្រូប្យូបាក់តេរី

Cambodian

តើ Campylobacter ជាអ្វី?

មេរោគ Campylobacter គឺជាប្រភេទនៃជម្ងឺរលាកក្រពះ និងពោះវៀន ដែលបណ្តាលមកពីមេរោគ (បាក់តេរី) Campylobacter ។

មេរោគ Campylobacter អាចប៉ះពាល់ទៅដល់អ្នកណាក៏បានដែរ ទោះបីជាយ៉ាងណាក្តី គេឃើញមេរោគនេះច្រើនកើតមាននៅក្នុងចំណោមកុមារដែលមានអាយុនៅក្រោម៥ឆ្នាំ និងកុមារធំទងៗ រោគសញ្ញានៃជម្ងឺនេះគឺខ្លាំងជាងនៅក្នុងចំណោមមនុស្សចាស់ និងមនុស្សដែលមានលក្ខណៈរោគឯទៀត ។

តើរោគសញ្ញានៃ Salmonellosis មានអ្វីខុស?

រោគសញ្ញាទូទៅភាគច្រើន salmonellosis គឺជម្ងឺរាត (ដែលអាចមានឈាម ឬជាតិអ៊ីលដូចសំបោរ) គ្រុនក្តៅ ឈឺពោះ វិលមុខ និងចេះតែចង់ក្អក ហើយក្អកចង្ហោរ ។

បន្ទាប់ពីបាក់តេរីនេះឆ្លងចូលតាមមាត់ហើយ តាមធម្មតាវាត្រូវការពេលវេលា ១២ ម៉ោង ទៅ ៣៦ ម៉ោង មុននឹងអ្នកចាប់ផ្តើមឈឺ ។

តាមធម្មតាការឈឺនេះនឹងជាប់រវាង ២ ប្រាំថ្ងៃ ក៏ប៉ុន្តែបាក់តេរី Salmonella នឹងអាចមានក្នុងលាមកចំនួនពីរថ្ងៃអាទិត្យ ឬច្រើនជាងនេះ។

តើគេឃើញ Campylobacter កើតមាននៅកន្លែងណា?

គេឃើញបាក់តេរី Campylobacter កើតមាននៅក្នុងជញ្ជក់ស្របស្រួចស្រាវស្រាយ ដូចជាមាន់ ទា កូន សត្វស្លាប គោ ក្របី និងសត្វចិញ្ចឹមតាមផ្ទះ រាប់បញ្ចូលទាំងកូនឆ្កែ និងកូនឆ្កា ។

តើមេរោគ Campylobacter ឆ្លងរាលដាលដោយរបៀបណា?

មេរោគ Campylobacter កើតមានពេលណាបាក់តេរី Campylobacter ចូលតាមមាត់ ហើយនេះអាចកើតមានដោយវិធីមួយណាដូចខាងក្រោមនេះ៖

ការដាំស្នូមិនបានឆ្អិនត្រឹមត្រូវ

បាក់តេរី Campylobacter ច្រើនកើតមាននៅក្នុងសាច់ ដែលមិនបានចំអិនត្រឹមត្រូវ ជាពិសេសសាច់មាន់ ឬទា ។ ពេលណាគេចំអិនសាច់នៅ

សំរាប់មនុស្សបរិភោគ ហើយមិនបានចំអិនវាត្រឹមត្រូវនោះ បាក់តេរីនេះអាចរស់នៅ រួចចម្លងរោគទៅដល់អ្នកដែលបរិភោគសាច់នោះ ។

ទឹកដោះគោដែលយកចេញពីគោមិនស៊ីស្មៅ ពេលខ្លះអាចមានបាក់តេរី Campylobacter ដែរ ។

ការចម្លងមេរោគពីមួយ ទៅមួយ

ការចម្លងមេរោគពីមួយ ទៅមួយ គឺជាការចម្លងបាក់តេរីពីមួយមនុស្សម្នាក់ដោយបាក់តេរី ទៅនឹងមួយទៀតដែលឥតមានបាក់តេរី ។

ត្រូវចាត់ទុកម្ហូបនៅថាមិនស្អាត ហើយត្រូវតែចាប់កាន់ និងរក្សាវាទុកឲ្យបានដាច់ដោយឡែកពីម្ហូបផ្សេង និងម្ហូបបរិភោគភ្លាមៗ ។

ការចម្លងមេរោគពីមនុស្សម្នាក់-ទៅមនុស្សម្នាក់

ប្រសិនបើមនុស្សមានមេរោគ Campylobacter មិនបានលាងសំអាតដៃរបស់ខ្លួនបានល្អត្រឹមត្រូវទេ បន្ទាប់ពីទៅបង្គន់ នោះដៃមិនស្អាតរបស់ខ្លួនអាចចម្លងបាក់តេរីនេះទៅផ្នែកខាងក្រៅ និងរបស់ផ្សេងៗដែលអ្នកឯទៀតនឹងចាប់កាន់ ។ ដៃដែលមិនស្អាតក៏អាចចម្លងបាក់តេរី ទៅម្ហូបដែលអ្នកឯទៀតបរិភោគ ។

ដៃក៏អាចទៅជាមិនស្អាតដោយសារបាក់តេរី ពេលណាមាននរណាម្នាក់ប្តូរកន្លែងទារកដែលមានមេរោគ Campylobacter ។

មនុស្ស និងសត្វអាចមានមេរោគ Campylobacter នៅក្នុងលាមករបស់គេដោយឥតចាំបាច់មានរោគសញ្ញាឡើយ ។ មនុស្ស និងសត្វទាំងនេះអាចនៅតែចម្លងជម្ងឺនេះទៅដល់អ្នកឯទៀត ។

សត្វចិញ្ចឹម សត្វចំការ និងទឹកមិនស្អាតក៏អាចចម្លងបាក់តេរី Campylobacter ដែរ ។

ខ្ញុំគិតថាខ្ញុំមានមេរោគ Campylobacter តើគួរឲ្យខ្ញុំធ្វើដូចម្តេច?

ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញានៃមេរោគ Campylobacter ចូររាយការណ៍អំពីរោគសញ្ញាទាំងនេះទៅវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកឲ្យបានភ្លាមៗ ។

តើខ្ញុំនៅតែអាចធ្វើការដដែលឬ?

អ្នកចាប់កាន់ម្ហូប បុគ្គលិកមើលថែទាំកុមារ និងបុគ្គលិកមើលថែទាំសុខភាពដែលមានមេរោគ Campylobacter មិនត្រូវធ្វើការឡើយ ត្រូវរង់ចាំ

រហូតទាល់តែឈប់ឃើញមានរោគសញ្ញា ។

មិនត្រូវឱ្យកុមារទៅមជ្ឈមណ្ឌលមើលថែទាំកុមារ មត្តេយ្យសាលា ឬសាលារៀនឡើយ ត្រូវរង់ចាំរហូតទាល់តែឈប់ឃើញមានរោគសញ្ញា ។

តើខ្លាចបញ្ឈប់កុំឱ្យវាឆ្លងរាលដាលទៅដល់គ្រួសាររបស់ខ្ញុំដោយរបៀបណា?

នេះគឺជាការសំខាន់ណាស់ដែលអ្នកមានមេរោគ Campylobacter ឬជម្ងឺរលាកក្រពះ និងពោះវៀន មិនត្រូវរៀបចំ ឬចាប់កាន់ម្ហូបដែលអ្នកឯទៀតត្រូវបរិភោគឡើយ ហើយក៏មិនត្រូវឱ្យរណាទៀតប្រើរបស់រួមជាមួយគេដូចជាកន្សែងជូត ឬកន្សែងជូតមុខ ។

តើខ្លាចជៀសវាងកុំឱ្យមានមេរោគ Campylobacter ដោយរបៀបណា?

ត្រូវលាងដៃដោយយកចិត្តទុកដាក់

ម្នាក់ៗត្រូវតែលាងដៃឱ្យបានស្អាតជាមួយនឹងសាប៊ូ និងទឹកក្តៅបង្ហូរឱ្យបានយ៉ាងហោចណាស់១០វិនាទី:

- មុនពេលរៀបចំធ្វើម្ហូប;
- នៅក្នុងចន្លោះពេលចាប់កាន់ម្ហូបនៅ និងម្ហូបបរិភោគភ្លាមៗ;
- មុនពេលបរិភោគ;
- បន្ទាប់ពីទៅបង្គន់ ឬប្តូរកន្លែង;
- បន្ទាប់ពីដក់បារី;
- បន្ទាប់ពីប្រើក្រដាសជូត ឬកន្សែងដៃ;
- បន្ទាប់ពីធ្វើការនៅតាមសួនច្បារ;
- បន្ទាប់ពីបានលេងជាមួយសត្វចិញ្ចឹម ។

អ្នកចាប់កាន់ម្ហូបត្រូវប្រើក្រដាសជូតដៃ ដែលប្រើតែម្តងរួចបោះចោល ឬម៉ាស៊ីនជុំដៃឱ្យស្អាត ។

ការរក្សាទុក និងចាប់កាន់ម្ហូបដោយឥតមារត្រោះថ្នាក់

- មិនត្រូវចាប់កាន់ម្ហូបឆ្អិនជាមួយនឹងរបស់ដដែល (ដូចជាដង្ហើមចាប់កាំបិត ជ្រូញ)ដែលប្រើជាមួយម្ហូបនៅឡើយ លុះត្រាតែអ្នកបានលាងសំអាតវាត្រឹមត្រូវ រៀងរាល់ពេលប្រើម្តងៗ ។
- ត្រូវរក្សាផ្នែកលើចង្កាន់ និងគ្រឿងប្រដាប់ឱ្យបានស្អាតជានិច្ច ។
- ត្រូវរំលាយម្ហូបកក ដោយដាក់វានៅលើផ្ទៃក្រោមនៃទូរទឹកកក ឬប្រើចង្កាន់ម៉ាយត្រូវវើវ ។
- ត្រូវចម្អិនម្ហូបនៅទាំងអស់ឱ្យបានឆ្អិនសព្វល្អ ។
- ត្រូវដាក់ម្ហូបឆ្អិនទៅក្នុងទូរទឹកកក ឱ្យបានក្នុងរយៈពេល១ម៉ោងបន្ទាប់ពី

ចម្អិនរួច ។

- ត្រូវដាក់ម្ហូបនៅក្នុងទូរទឹកកកពីក្រោមម្ហូបឆ្អិន ឬម្ហូបបរិភោគភ្លាមៗ ដើម្បីបង្ការកុំឱ្យឆ្លងមេរោគពីម្ហូប ទៅម្ហូប ។
- ត្រូវរក្សាម្ហូបឱ្យបាននៅក្រោម៥អង្សា ឬលើសពី៦០អង្សា ដើម្បីបង្ការកុំឱ្យបាក់តេរីកើនចំនួន ។
- ត្រូវលាងបន្លែឱ្យបានស្អាតមុននឹងបរិភោគ ។
- កំដៅម្ហូបរហូតទាល់តែកំដៅខាងក្នុងម្ហូបឡើងទៅដល់យ៉ាងតិចណាស់៦០អង្សា ។
- ការពារម្ហូបឱ្យបានផុតពីសត្វល្អិត ពួកសត្វកកេរ និងសត្វឯទៀត ។

កំណត់ចំណាំទៅដល់អ្នកប្រើចង្កាន់ម៉ាយត្រូវវើវ

នៅពេលប្រើចង្កាន់ម៉ាយត្រូវវើវ ចូរអានរបៀបប្រើរបស់អ្នកផលិតដោយយកចិត្តទុកដាក់ ហើយធ្វើទៅតាមរយៈពេលឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីប្រាកដថាអ្នកបានចម្អិនម្ហូប មុននឹងបរិភោគ ។

ការលាងសំអាតរបស់ក្នុងផ្ទះ

ត្រូវលាងសំអាតបន្ទប់ទឹក និងបង្គន់ឱ្យបានញឹកញាប់ដើម្បីជៀសវាងការចម្លងបាក់តេរី ។ ត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ទៅចំពោះកម្រាលឯទៀត ដូចជាកម្រាលបង្គន់ និងប្រដាប់ចាប់កាន់ ក្បាលម៉ាស៊ីនទឹក និងគុដ្ឋាសំបូរកន្លែង ។

ទឹកយកចេញពីកន្លែងមិនទាន់បានសំអាតមេរោគ

ប្រសិនបើអ្នកប្រើទឹកដែលយកចេញផ្ទាល់ពីបឹង ឬព្រែកដែលក្រខ្វក់ អ្នកត្រូវតែស្វែងរកទ្រព្យ មុននឹងផឹក ។

កំណត់ ចំណាំ: ប្រសិនបើអ្នកយល់ឃើញថាប្រភពនៃជម្ងឺរបស់អ្នកប្រហែលជាបណ្តាលមកពីម្ហូប នេះគឺជាការសំខាន់ណាស់ដែលអ្នកត្រូវរាយការណ៍ទៅ ក្រសួងសុខាភិបាលប្រចាំតំបន់របស់អ្នកឱ្យបានឆាប់រហ័ស ។ ចូររក្សាទុកម្ហូបដែលនៅសល់នោះ ដែលអ្នកយល់ឃើញថាវាបណ្តាលឱ្យអ្នកឈឺ ។

ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែមទៀត ចូរទាក់ទងជាមួយនឹង ក្រុមការពារជម្ងឺឆ្លងនៃក្រសួងកិច្ចបម្រើជាជន (Communicable Diseases Section, Department of Human Services) តាមទូរស័ព្ទលេខ (03) 9637 4000 ។

ការបោះពុម្ពផ្សាយរបស់ក្រុមសុខភាពសាធារណៈ (Public Health Division) ។