Treating and Controlling Head Lice

Human Services
Peoplefirst

ការដាក់ថ្នាំសម្លាប់ និង ការបង្ក្រាបចៃក្បាល

នៅពេលដែលកូនទៅរៀននៅឯសាលា គ្រួសារជាច្រើន នឹងពើបប្រទះនឹងការមានចៃក្បាល។ ពត៌មាននេះ នឹងជួយលោកអ្នក ក្នុងការដាក់ថ្នាំសម្លាប់និងបង្ក្រាបចៃក្បាល។

ការឆ្លងចៃក្បាល

ចៃក្បាល បានរស់នៅអស់ពេលជាច្រើនពាន់ឆ្នាំមកហើយ។ នរណាក៏ដោយក៏អាចមានចៃក្បាលបានដែរ ហើយបើមានឱកាសល្អ ចៃឆ្លងពីក្បាលមួយទៅក្បាលមួយទៀត ដោយគ្មានការរើសអើងឡើយ។

ចៃក្បាល គឺជាសត្វល្អិតតូច គ្មានស្លាប និងជញ្ជក់ឈាម។ ពណ៌សំបុររបស់វាមានសភាពខុសៗគ្នា ចាប់ពីពណ៌ត្នោតរាងសដល់ទៅពណ៌ត្នោតរាងក្រហម។ ចៃក្បាលអាចរស់បានដោយសារមនុស្សតែប៉ុណ្ណោះ។ បើយកចេញពីក្បាល សត្វនេះងាប់យ៉ាងរហ័ស ជាធម្មតានៅក្នុងរង្វង់ពេល 24 ម៉ោង។

ចៃក្បាលចម្លងតាមរយៈ**ការប៉ះសក់នឹងសក់**ដោយផ្ទាល់ជាមួយជនម្នាក់ទៀតដែលមានចៃក្បាល។ ហេតុការណ៍នេះអាចកើតមានឡើង នៅពេលដែលគេលេង អោបក្រសោប ឬធ្វើការជិតស្និទ្ធនឹងគ្នា។

ចៃក្បាលគ្មានស្លាបនិងគ្មានជើងដើម្បីលោតទេ ហេតុនេះវាមិនអាចហើរ ឬ លោតពីក្បាលមួយទៅក្បាលមួយទៀតបានឡើយ។ វាអាចវារលូនតែប៉ុណ្ណោះ។

ការរកចៃក្បាល

ចៃជាច្រើន មិនធ្វើឲ្យរមាស់ទេ ដូច្នេះយើងត្រូវតែ**ពិនិត្យមើលឲ្យបានហ្មត់ចត់ ដើម្បីរកឃើញ**វា។

គេរកឃើញចៃក្បាលនៅក្នុងសក់ក្បាល ហើយសត្វនេះចូលទៅកាន់ស្បែកលលាដ៍ក្បាល ដើម្បីស៊ីអាហារ។

ចៃមានជើងប្រាំមួយ ដែលមានក្រញ៉ាំនៅនឹងចុងជើង ហើយកម្រធ្លាក់ចេញពីក្បាលណាស់។ ពងរបស់វាស្ថិតនៅក្នុងរង្វង់ចម្ងាយ 1,5 សង់ទីម៉ែត្រពីស្បែកលលាដ៍ក្បាល ហើយស្អិតជាប់ជាខ្លាំងទៅនឹងសក់។ ពងចៃមានរូបរាងស្រដៀងគ្នានឹងអង្គែដែរ ប៉ុន្តែគេមិនអាចបបោសវាចេញបានឡើយ។

ចៃអាចវារលូន និងលាក់ខ្លួន។ វិធីងាយស្រួលហើយមានប្រសិទ្ធភាពបំផុតដើម្បីរកវា គឺការអនុវត្តន៍តាមជំហានទាំងនេះ :

ជំហានទី 1 សិតលាបសាប៊ូកក់សក់ conditioner ប្រភេទណាមួយក៏បានដែរទៅលើសក់ស្ងួត ដែល**សិតមានរបៀបរៀបរយ (មិនប្រទាក់គ្នា)**។ ទង្វើនេះធ្វើឲ្យចៃទៅជាងឹងងើ ហើយធ្វើឲ្យវាលំបាកតោងជាប់ទៅនឹងសក់ ឬ រត់ពាសវាលពាសកាល។

ជំហានទី 2 ឥឡូវនេះ ចូរប្រើស្និតសិតចៃ ដើម្បីសិតសក់នៅតាមផ្នែកទាំងឡាយ។

ជំហានទី 3 ជូតសម្អាតសាប៊ូកក់សក់ conditioner ចេញពីស្និត ទៅលើក្រដាសកន្សែង ឬ ក្រដាសទន់សម្រាប់ជូត។

ជំហានទី 4 ពិនិត្យមើលលើក្រដាសទន់សម្រាប់ជូតនោះ និងទៅលើស្និត ដើម្បីរកមើលចៃនិងពងចៃ។

ជំហានទី 5 សិតសក់តាមរបៀបនេះម្តងហើយម្តងទៀតទៅលើគ្រប់ផ្នែកទាំងអស់របស់ក្បាល យ៉ាងហោចណាស់ក៏ 4 ឬ 5 ដងដែរ។

បើរកឃើញចៃឬពងចៃ លោកអ្នកគួរតែប្រើថ្នាំសម្លាប់ចៃលើសក់ក្បាលរបស់កូន។

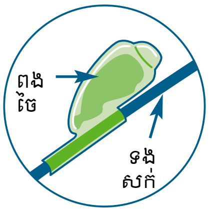
បើកូនលោកអ្នកទើបនឹងទទួលការដាក់ថ្នាំសម្លាប់ចៃនៅពេលថ្មីៗនេះ ហើយលោកអ្នករកឃើញពងដែលញាស់ហើយតែប៉ុណ្ណោះ នោះលោកអ្នកមិនចាំបាច់ដាក់ថ្នាំសម្លាប់ចៃឡើយ ដោយសារតែពងញាស់ហើយនេះ អាចសល់ពីដំណាក់កាលលើកមុន។

ពងចៃក្បាល

ពងចៃក្បាល មានទំហំតូច(ប៉ុនក្បាលម្ជុលបារាំង) និងរាងមូលទ្រវែង។ នៅពេលញេចវានៅរវាងក្រចកដៃ ពងចៃរស់នឹងបញ្ចេញសម្លេង“ផស” ។

ពងងាប់ មានចំហៀងខូកខ្ចី ចំណែក ឯពងញាស់ហើយវិញមើលទៅប្រៀប ដូចជាពងមាន់ស្មោរ ដែលកាត់ផ្នែកចុងក្បាលចេញ។

ដើម្បីឲ្យការដាក់ថ្នាំកំចាត់ចៃមានប្រសិទ្ធភាពបំផុត ចូរយកពងចៃចេញឲ្យបានច្រើនទៅតាមលទ្ធភាព។



Cambodian

State Government Victoria

ស្និតសិតចៃ

ស្និតសិតចៃដែលមានធ្មេញមូលវែងញឹកស្អេកធ្វើអំពីដែកថែប មិនច្រេះចាប់ មានប្រសិទ្ធភាពបំផុត យ៉ាងណាមិញ លោកអ្នកអាចប្រើស្និតសិតចៃណាមួយក៏បានដែរ។

ការដាក់ថ្នាំកំចាត់ចៃក្បាល

ចូរយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើក្បាល។ គ្មានភស្តុតាងណាមួយដែលផ្តល់មតិថា លោកអ្នកត្រូវការសម្អាតផ្ទះ ឬ ថ្នាក់រៀននោះឡើយ។

គេត្រូវតែលាបថ្នាំចៃទៅលើ **សក់និងស្បែកលលាដ៍ក្បាលនៅគ្រប់ផ្នែកទាំងអស់។**

គ្មានថ្នាំសម្លាប់ចៃណាដែលធ្វើឲ្យពងចៃទាំងអស់ងាប់ទេ ដូច្នេះ ការដាក់ថ្នាំសម្លាប់ចៃត្រូវលាបចំនួនពីរដង ដោយលើកទីពីរត្រូវលាបនៅពេលប្រាំពីរថ្ងៃ ក្រោយពីការលាបលើកទីមួយ។

គោលបំណងនៃការលាបថ្នាំសម្លាប់លើកទីមួយ គឺដើម្បីសម្លាប់ចៃទាំងអស់ ហើយការលាបថ្នាំសម្លាប់ចៃលើកទីពីរ គឺដើម្បីសម្លាប់កូនចៃដែលទើបនឹងញាស់នៅក្នុងពេលប្រាំមួយថ្ងៃក្រោយមក។

នៅក្នុងពេលកំពុងលាបថ្នាំចៃ ចូរគ្របភ្នែករបស់អ្នកដែលត្រូវលាប ដូចជាជាមួយនឹងកន្សែងពោះគោជាដើម។

បើលោកអ្នកប្រើថ្នាំរាវសម្រាប់លាប ចូរលាបថ្នាំរាវនោះទៅលើសក់ស្ងួត។

បើថ្នាំចៃគឺជាទឹកសាប៊ូកក់សក់ ចូរធ្វើឲ្យសក់សើមទឹកសិន ប៉ុន្តែចូរប្រើទឹកឲ្យបានតិចបំផុតទៅតាមលទ្ធភាព។

ចូរលាបថ្នាំចៃនេះឲ្យដល់ក្បែរស្បែកលលាដ៍ក្បាល ដោយប្រើក្រាស់ធម្មតា ដើម្បីសិតលាបសក់ចាប់ពីគល់ឲ្យទៅដល់ចុងសក់។ ចូរធ្វើរបៀបនេះឲ្យបានជាច្រើនលើក រហូតទាល់តែបានលាបថ្នាំចៃទៅលើសក់ទាំងអស់។

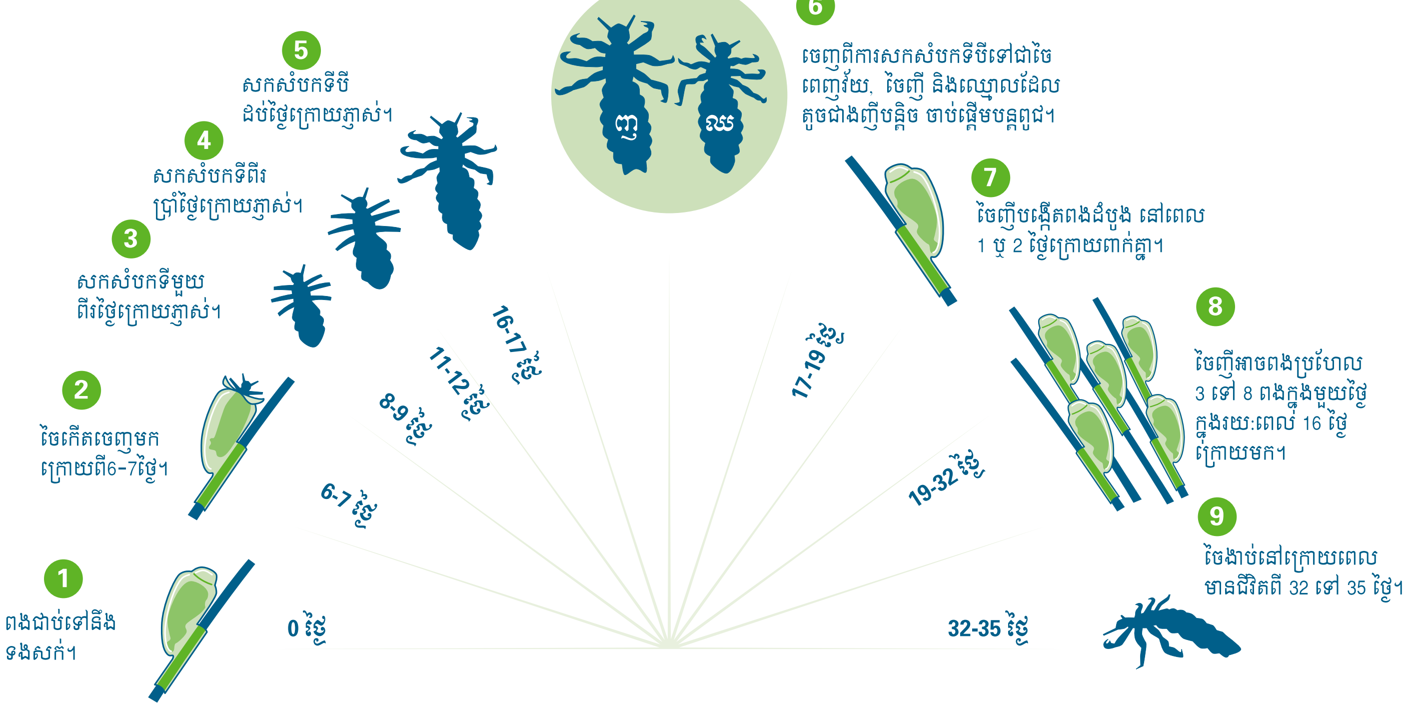
បើមិនជ្រើសយកការប្រើថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតទេនោះ លោកអ្នកអាចប្រើវិធីប្រើទឹកសាប៊ូកក់សក់ conditioner និងស្និតសិតចៃ នៅរៀងរាល់ពេលពីរថ្ងៃ រហូតទាល់តែមិនរកឃើញចៃរស់ណាមួយ នៅក្នុងពេលដប់ថ្ងៃ។

ការដាក់ថ្នាំសម្លាប់ចៃ មិនចាំបាច់ធ្វើចំពោះគ្រួសារទាំងមូលឡើយ បើសិនជាអ្នកទាំងនោះគ្មានចៃទេនោះ។

មានតែស្រោមខ្នើយកើយប៉ុណ្ណោះដែលត្រូវការបោកគក់ពិសេស ដោយបោកនៅក្នុងទឹកក្តៅ (យ៉ាងតិច 60 អង្សាសេ) ឬសម្ងួតវានៅក្នុងម៉ាស៊ីនសម្ងួត ដោយមួលដាក់ឲ្យក្តៅខ្លាំង ឬក្តៅឧណ្ហៗ។

ខួបជីវិតរបស់ចៃក្បាល

Pediculus humanus capitis



ការសាកល្បងលើការទ្រាំធន់បាន

ថ្នាំចៃក្បាល ស្ថិតនៅក្នុងប្រភេទមួយនៃប្រភេទដូចខាងក្រោមនេះ ដោយអាស្រ័យទៅលើសមាសធាតុសកម្មដែលថ្នាំនោះមាន :

Pyrethrins

Synthetic pyrethroids (permethrin និង bioallethrin)

Organophosphates (maldison ឬ malathion)

Herbal (តិណជាតិ), មាន ឬគ្មាន pyrethrins ធម្មជាតិ (គ្មានជាតិគីមី)។

ការដែលចៃទ្រាំធន់បាននឹងថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត គឺជារឿងធម្មតាទេ ដូច្នេះលោកអ្នកគួរធ្វើតេស្តសិន ថាតើចៃងាប់ដែរឬទេ។ បើចៃងាប់ដោយសារថ្នាំនេះ ចូរប្រើថ្នាំដដែលនេះម្តងទៀត នៅពេលប្រាំពីរថ្ងៃក្រោយមកទៀត។ បើចៃមិនងាប់ទេ ថ្នាំសម្លាប់ចៃនេះ គ្មានប្រសិទ្ធភាពឡើយ ដូច្នេះចៃអាចទ្រាំធន់បាននឹងថ្នាំនេះហើយនិងថ្នាំទាំងអស់ដែលមានសមាសធាតុសកម្មដូចគ្នា។ ចូរលាងសម្អាតថ្នាំនេះចេញឲ្យបានរហ័សបំផុត ហើយប្រើថ្នាំដែលមានសមាសធាតុសកម្មផ្សេងពីនោះ។ បើថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតនេះមានប្រសិទ្ធភាព ចៃនឹងងាប់នៅក្នុងរង្វង់ពេល 20 នាទី។

ថ្នាំចៃទាំងអស់ អាចបណ្តាលឲ្យមានប្រតិកម្ម ហើយគួរប្រើដោយមានការប្រុងប្រយ័ត្នដោយស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះឬបំបៅដោះឲ្យកូន កុមារអាយុតិចជាង 12 ខែ និងអ្នកដែលមានប្រតិកម្មទំនាស់ ហឺត ឬមុខរបួសបើកមុខនៅនឹងស្បែកលលាដ៍ក្បាល។ បើលោកអ្នកមិនដឹងប្រាកដទេ សូមសាកសួរឱសថការី ឬ វេជ្ជបណ្ឌិត។

ការការពារកុំឲ្យមានចៃក្បាល

គេគ្មានថ្នាំសម្រាប់ការពារកុំឲ្យមានចៃក្បាលឡើយ។ ការប្រើវិធីលាបទឹកសាប៊ូកក់សក់ conditioner និងសិតសក់ មួយលើកក្នុងមួយអាទិត្យ នឹងជួយលោកអ្នកក្នុងការតាមរកមើលចៃណាមួយនៅពេលដើមដំបូងឡើង និងជួយកាត់បន្ថយបញ្ហានេះ។ ការចងសក់វែងទៅក្រោយ អាចជួយការពារទល់នឹងការចម្លងសាយភាយនៃចៃក្បាលនេះ។

បទបញ្ញា

នៅក្រោមបទបញ្ញាសុខភាព (រោគឆ្លង) កុមារដែលមានចៃក្បាល មិនអនុញ្ញាតឲ្យទៅសាលារៀន កន្លែងថែទាំពេលថ្ងៃ ឬមត្តេយ្យសាលាឡើយ រហូតទាល់តែចាប់ផ្តើមដាក់ថ្នាំសម្លាប់សិន។ កុមារដែលមានចៃក្បាល អាចទទួលការដាក់ថ្នាំសម្លាប់ចៃនៅពេលយប់ ហើយវិលទៅកាន់សាលារៀនវិញនៅថ្ងៃស្អែកបន្ទាប់ ទោះបីជាមានពងចៃក៏ដោយ។

ពត៌មានថែមទៀត

ពត៌មាននៅក្នុងសន្លឹកប័ណ្ណនេះ ផ្អែកទៅលើការស្រាវជ្រាវមួយដែលបានធ្វើនិងសរសេរដោយ Associate Professor Rick Speare និងក្រុមអ្នកស្រាវជ្រាវ នៅឯសាលា School of Public Health and Tropical Medicine, James Cook University ។ អ៊ីនធឺណិតរបស់អ្នកទាំងនេះ គឺ :

http://www.jcu.edu.au/school/phtm/PHTM/hlice/hlinfo1.htm

អ៊ីនធឺណិត ដូចតទៅនេះ ផ្តល់ពត៌មានថែមទៀត :

http://www.dhs.vic.gov.au/phb/headlice/index.htm

ផលិតដោយ the Victorian Government Department of Human Services, ខែមករា ឆ្នាំ 2001 (0500101)