

|  |
| --- |
| น้ำท่วมและโรคที่มียุงเป็นพาหะ |
| ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีป้องกันโรคที่มียุงเป็นพาหะหลังน้ำท่วมหรือฝนตกหนัก  |
| Thai | ภาษาไทยOFFICIAL |

หลังน้ำท่วมหรือฝนตกหนัก ยุงเจริญเติบโตและแพร่กระจายในแอ่งน้ำต่าง ๆ ที่หลงเหลืออยู่ ยุงสามารถนำเชื้อโรคมาให้คุณได้ด้วยการกัดคุณ

**วิธีป้องกันโรคที่มียุงเป็นพาหะคือหลีกเลี่ยงอย่าให้ยุงกัด !**

โรคที่มียุงเป็นพาหะในรัฐวิกตอเรียรวมถึงโรคติดเชื้อไวรัสรอสริเวอร์ (Ross River virus) โรคติดเชื้อไวรัสบาร์มาห์ ฟอเร็สต์ (Barmah Forest Virus) โรคติดเชื้อไวรัสสมองอักเสบเมอร์รี่ย์
วัลเล่ย์ (Murray Valley Encephalitis (MVE))และโรคไข้สมองอักเสบเจอี(JE) เชื้อไวรัสเจอี (JE) และเชื้อไวรัสเอ็มวีอี (MVE) สามารถทำให้บางคนป่วยเป็นโรคร้ายแรงและเสียชีวิตได้
มีวัคซีนป้องกันไข้สมองอักเสบเจอีฉีดให้ฟรีสำหรับผู้คนเฉพาะกลุ่ม กรุณาเช็กกับแพทย์จีพีของคุณ ว่าคุณมีสิทธิ์หรือไม่ คุณสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับวัคซีนป้องกันไข้สมองอักเสบเจอีได้ [[ที่นี่](https://www.health.vic.gov.au/infectious-diseases/information-for-the-public-japanese-encephalitis-in-victoria)](https://www.health.vic.gov.au/infectious-diseases/information-for-the-public-japanese-encephalitis-in-victoria)

# **ป้องกันตัวคุณไม่ให้ถูกยุงกัด !**

* ปกปิดร่างกายให้มิดชิด สวมเสื้อผ้าตัวยาว หลวม สีอ่อน
* ใช้ยากันยุงที่มีส่วนผสมของพิคาริดินหรือดีอีอีที (DEET)
* อย่าลืมเด็ก ๆ – เช็คฉลากยากันยุงเสมอ สำหรับทารก ให้พ่นหรือทายากันยุงบนเสื้อผ้า แทนที่จะเป็นบนผิวหนังของพวกเขา อย่าทายาบนมือทารกหรือเด็กเล็ก
* อย่าออกไปข้างนอก หากคุณเห็นว่าข้างนอกมียุงชุม โดยเฉพาะในเวลาพลบค่ำและเวลาย่ำรุ่ง ซึ่งเป็นเวลาที่ยุงกัดสูงสุด
* นอนในมุ้งหากคุณอยู่กลางแจ้งและไม่มีมุ้งลวดกันยุง
* ใช้สเปรย์ฉีดแมลงวัน ขดยากันยุงหรือยากันยุงแบบเสียบปลั๊กตรงที่คุณนั่งสังสรรค์หรือทานอาหารร่วมกัน
* ในที่ที่มีน้ำนิ่ง ให้หลีกเลี่ยงบริเวณนั้น ๆ และอยู่ในบ้าน หากเป็นไปได้

# **รอบ ๆ บ้าน**

* กำจัดน้ำและภาชนะบรรจุที่ยุงวางไข่รวมถึง ถังน้ำ ยางเก่า บ่อปลา แท็งค์น้ำที่ไม่มีฝาปิดและจานวางกระถางต้นไม้
* ควรเทน้ำในภาชนะบรรจุน้ำรอบ ๆ บ้านทิ้งอย่างน้อยสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง
* ปิดหน้าต่าง ประตู ช่องลมและทางเข้าอื่น ๆ ด้วยมุ้งลวด
* กำจัดขยะหรือต้นไม้ที่ขึ้นในท่อระบายน้ำหรือรางน้ำ
* ลดแอ่งน้ำในและรอบ ๆ สนาม
* เช็คตะแกรงแท็งค์น้ำว่ายังทำงานดีและเปลี่ยนตะแกรงที่เสียหาย

# **รับความช่วยเหลือได้ที่ไหน**

หากคุณมีความกังวลด้านสุขภาพ ไปพบแพทย์จีพีของคุณหรือโทรหา Nurse-On-Call ที่หมายเลข1300 60 60 24 ในกรณีฉุกเฉิน โทร 000 สำหรับความช่วยเหลืออื่น ๆ
ติดต่อขอความช่วยเหลือจากเทศบาลส่วนท้องที่ของคุณ

ขอรับสิ่งพิมพ์เผยแพร่นี้ในรูปแบบที่เข้าถึงได้โดยอีเมลไปที่ pph.communications@health.vic.gov.au

