ជំងឺអុតស្វា

សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់ (FAQs)

1. តើអ្វីទៅជាជំងឺអុតស្វា?

ជំងឺអុតស្វាគឺជាប្រភេទជំងឺឆ្លងមួយដែលបង្កឡើងដោយមេរោគអុតស្វា។ ជំងឺអុតស្វាស្ថិតនៅក្នុងក្រុមមេរោគដូចគ្នាទៅនឹងមេរោគដែលបង្កឱ្យមានជំងឺអុតតូច (variola) ផងដែរ។ រោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វា និងជំងឺអុតតូចគឺមានភាពស្រដៀងគ្នា ប៉ុន្តែរោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វាគឺមានកម្រិតស្រាលជាង និងកម្រនឹងមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិត។ ជំងឺអុតស្វាមិនទាក់ទងទៅនឹងជំងឺអុតស្វាយ (chickenpox) នោះទេ។

មានការរកឃើញជំងឺអុតស្វាជាលើកដំបូងនៅឆ្នាំ 1958 ក្នុងចំណោមហ្វូងស្វាជាច្រើនដែលត្រូវបានរក្សាទុកក្នុងគោលបំណងសម្រាប់ការស្រាវជ្រាវ។ មានការធ្វើកំណត់ត្រាថាករណីជំងឺនេះកើតឡើងនៅលើមនុស្សជាលើកដំបូងគឺនៅឆ្នាំ 1970។ នាពេលកន្លងមក មានការធ្វើកំណត់ត្រាថាជំងឺអុតស្វាបានកើតឡើងចំពោះមនុស្សនៅក្នុងប្រទេសមួយចំនួននៅតំបន់កណ្ដាល និងតំបន់ខាងលិចនៃទ្វីបអាហ្វ្រិក។ ស្ទើរតែគ្រប់ករណីនៃជំងឺអុតស្វាទាំងអស់នៅលើមនុស្សនៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិក មានការពាក់ព័ន្ធទៅនឹងការធ្វើដំណើរក្រៅប្រទេស ទៅកាន់កន្លែងដែលជំងឺនេះត្រូវបានដឹងថាអាចកើតមានឡើង ឬក៏តាមរយៈសត្វដែលបាននាំយកចូលមក។

ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ចាប់តាំងពីខែឧសភា ឆ្នាំ 2022 មកនោះ មានការផ្ទុះឡើងយ៉ាងធំនៃជំងឺអុតស្វានៅតាមប្រទេសជាច្រើន រួមមានទាំងសហរដ្ឋអាមេរិក ផងដែរ។ វិធីចម្បងដែលមនុស្សទាំងឡាយឆ្លងមេរោគនេះគឺតាមរយៈទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ ឬការប៉ះពាល់ដោយស្និទ្ធស្នាល ជាមួយនឹងមនុស្សដែលមានរោគសញ្ញា ជាពិសេសក្នុងអំឡុងពេលរួមភេទ។ ខណៈពេលដែលបុគ្គលមួយចំនួនអាចធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ បុគ្គលភាគច្រើនមិនត្រូវការ ការសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យនោះទេ ហើយចាប់ផ្តើមជាសះស្បើយក្នុងរយៈពេល 2 ទៅ 4 សប្តាហ៍។ ថ្នាំបង្ការ និងថ្នាំព្យាបាលប្រឆាំងនឹងមេរោគ (antiviral treatment) ក៏មានផ្តល់ជូនសម្រាប់ជំងឺអុតស្វា ផងដែរ។

សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់ (FAQs) ទាំងឡាយខាងក្រោមនេះ គឺទាក់ទងទៅនឹងការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺអុតស្វានៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិក នាឆ្នាំ 2022 នេះ។

2. តើជំងឺអុតស្វាមានសញ្ញា និងរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ?

រោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វា ជាធម្មតា ចាប់ផ្តើមលេចឡើងក្នុងអំឡុងពេល 3 សប្តាហ៍នៃការប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគនោះ។

រោគសញ្ញាដែលកើតឡើងទូទៅបំផុត គឺកន្ទួលរមាស់ដែលអាចនឹង៖

- មើលទៅដូចជាឡើងដុំពក មុន (លើស្បែក) ពងបែក ឬមានឡើងក្រមរ។ កន្ទួលរមាស់នេះនឹងត្រូវឆ្លងកាត់ជាច្រើនដំណាក់កាល មុនពេលចាប់ផ្តើមជាសះស្បើយ។ ជាធម្មតា កន្ទួលរមាស់មានពណ៌ក្រហម និងមានរាងជាដុំអុជរាបស្មើ នៅពេលចាប់ផ្តើមលេចចេញដំបូង ហើយបន្ទាប់មកក្លាយទៅជាដុំពក។ ដុំពកទាំងនោះអាចនឹងក្លាយទៅជាមានសារធាតុរាវនៅខាងក្នុង ហើយដែលបង្កទៅជាខ្ទុះ។ បន្ទាប់មកដុំពកទាំងនោះឡើងក្រៀមពីខាងក្រៅ ហើយក្លាយទៅជាក្រមរដំបៅ។
- ចេញនៅខាងលើ ឬនៅជិតប្រដាប់ភេទ (លិង្គ ពងស្វាស មាត់ទ្វារមាស និងទ្វារមាស) ទ្វារធំ (រន្ធគូទ) មាត់ ឬនៅតំបន់ផ្សេងៗទៀតដូចជាដៃ ជើង ទ្រូង និងមុខជាដើម។
- រីករាលដាលនៅពាសពេញដងខ្លួន ឬអាចនឹងឡើងនៅតែនឹងមួយកន្លែង។ ការឡើងកន្ទួលរមាស់នោះអាចគ្រាន់តែជាដុំពក ឬពងបែកមួយចំនួន។
- មានការឈឺចាប់ និង/ឬការរមាស់។ មនុស្សមួយចំនួនមានការឈឺចាប់កម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ ជាពិសេស ប្រសិនបើកន្ទួលរមាស់នោះស្ថិតនៅខាងក្នុងមាត់ ឬក្នុងទ្វារធំរបស់ពួកគេ។

មនុស្សមួយចំនួនក៏អាចនឹងចេញរោគសញ្ញាដែលដូចគ្នាទៅនឹងជំងឺគ្រុនផ្តាសាយធំ (flu) បន្ថែមពីលើកន្ទួលរមាស់នេះ ផងដែរ។ រោគសញ្ញាទាំងនេះអាចនឹងលេចឡើងក្នុងចន្លោះពេលពី 1 ទៅ 4 ថ្ងៃ មុនពេលកន្ទួលរមាស់ចាប់ផ្តើម ឬបន្ទាប់ពីកន្ទួលរមាស់បានចាប់ផ្តើមហើយ។ រោគសញ្ញាទាំងនោះរួមមានដូចជា គ្រុនក្តៅឬគ្រុនរងា ហើមកូនកណ្តុរ អស់កម្លាំង ឈឺសាច់ដុំ និងឈឺក្បាល ផងដែរ។

មនុស្សភាគច្រើនដែលមានជំងឺអុតស្វា ចាប់ផ្តើមជាសះស្បើយឡើងវិញក្នុងរយៈពេល 2 ទៅ 4 សប្តាហ៍។

ដើម្បីមើលរូបភាពផ្សេងៗនៃកន្ទួលរមាស់ទាក់ទងទៅនឹងជំងឺអុតស្វា សូមចូលទៅកាន់ឯកសារសំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់ទាំងនេះ នៅលើគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/monkeypox។

3. តើជំងឺអុតស្វារីករាលដាលតាមវិធីណាខ្លះ?

វិធីចម្បងដែលជំងឺអុតស្វារីករាលដាលគឺតាមរយៈទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ ឬការប៉ះពាល់ដោយស្និទ្ធស្នាល ជាមួយនឹង

មនុស្សដែលមានរោគសញ្ញា ជាពិសេសក្នុងអំឡុងពេលរួមភេទ។

ជំងឺអុតស្វាអាចរីករាលដាលបាន តាមរយៈ៖

- ការប៉ះពាល់ស្បែកនឹងស្បែកដោយផ្ទាល់ជាមួយនឹងកន្ទួលរមាស់ ឬក្រមដំបៅរបស់បុគ្គលម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា។
- ការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយនឹងសារធាតុរាវផ្សេងៗពីរាងកាយ ឬសារធាតុរាវផ្សេងៗដែលចេញតាមផ្លូវដង្ហើមពីបុគ្គលម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា ដូចជាសារធាតុរាវ (ទឹករងៃ) ដែលហៀរចេញពីដំបៅនៅលើស្បែក ឬទឹកមាត់ដែលបានប៉ះពាល់ជាមួយនឹងដំបៅនៅក្នុងមាត់។
- ការមុត/ចាក់ធ្លុះដោយវត្ថុមុតស្រួចមួយ (ដូចជាម្ជុល) ដែលបានប៉ះពាល់ជាមួយនឹងដំបៅ ឬសារធាតុរាវផ្សេងៗពីរាងកាយរបស់បុគ្គលម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា។
- ការប៉ះពាល់សាច់ក្រណាត់ (ដូចជាកម្រាលពូកឬស្រោមខ្នើយ កន្សែងជូតខ្លួន ឬក៏សម្លៀកបំពាក់) ដែលបានប៉ះពាល់ជាមួយនឹងដំបៅ ឬសារធាតុរាវផ្សេងៗពីរាងកាយរបស់បុគ្គលម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា ហើយមិនទាន់បានបោកគក់សម្អាត ឬលាងសម្អាតរួចនោះ។ (កំណត់សម្គាល់៖ មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង [CDC] បញ្ជាក់ថាហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វាក្នុងវិធីនេះគឺមានកម្រិតទាប។)

បុគ្គលម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា អាចចម្លងមេរោគនេះបន្តទៅកាន់អ្នកផ្សេងទៀតបាន គិតចាប់តាំងពីពេលដែលចាប់ផ្តើមកើតមានរោគសញ្ញានានា រហូតដល់ពេលកន្ទួលរមាស់បានជាសះស្បើយទាំងស្រុង និងមានស្រទាប់ស្បែកថ្មីដុះឡើងវិញ។ ជាធម្មតា ត្រូវការរយៈពេលចន្លោះពី 2 ទៅ 4 សប្តាហ៍។

បុគ្គលដែលមានផ្ទៃពោះ ហើយដែលមានផ្ទុកជំងឺអុតស្វា អាចចម្លងមេរោគនេះបន្តទៅទារកនៅក្នុងផ្ទៃរបស់ពួកគេបាន តាមរយៈសុក។ មេរោគនេះក៏អាចចម្លងទៅដល់ទារកតាមរយៈការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ក្នុងអំឡុងពេល និងក្រោយពេលសម្រាល ផងដែរ។

អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រនៅតែកំពុងស្រាវជ្រាវបន្ថែមទៀតអំពីវិធីដែលជំងឺអុតស្វារីករាលដាល ដែលរួមមានដូចជា៖

- ថាតើមេរោគនេះអាចរីករាលដាលបាននៅពេលដែលអ្នកជំងឺមិនមានចេញ រោគសញ្ញានានា ឬយ៉ាងណា (មកដល់ពេលនេះ មិនមានភ័ស្តុតាងថាចំណុចនេះកំពុងកើតមាននោះទេ)
- ថាតើមេរោគនេះអាចរីករាលដាលតាមរយៈសារធាតុរាវផ្សេងៗតាមផ្លូវដង្ហើមញឹកញាប់កម្រិតណា
- ថាតើជំងឺអុតស្វាអាចរីករាលដាលតាមរយៈទឹកកាម សារធាតុរាវពីទ្វារមាស ទឹកនោម ឬក៏លាមក ឬទេ។

សូមមើលគេហទំព័រ វិធីដែលជំងឺអុតស្វារីករាលដាល របស់ CDC សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

4. តើអ្នកណាខ្លះ ប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វា?

ក្នុងអំឡុងពេលនៃការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិក នាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ បុគ្គលភាគច្រើនដែលបានពិនិត្យឃើញថាមានផ្ទុកជំងឺអុតស្វា គឺជាមនុស្សប្រុសដែលត្រូវបានរាយការណ៍ថាមានការរួមភេទ ឬការប៉ះពាល់ដោយស្និទ្ធស្នាលជាមួយនឹងមនុស្សប្រុសដទៃទៀត។ ប៉ុន្តែបុគ្គលណាក៏ដោយ មិនថាបុគ្គលនោះស្រឡាញ់ភេទអ្វី ឬមានអត្តសញ្ញាណភេទអ្វីឡើយ គឺប្រឈមនឹងហានិភ័យ ប្រសិនបើពួកគេមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ និងការប៉ះពាល់ស្បែកនឹងស្បែកដោយស្និទ្ធស្នាលជាមួយនឹងនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា ហើយដែលមានចេញរោគសញ្ញានានា។

ដោយសារតែការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនេះគឺជារឿងថ្មីមួយ អង្គការសុខភាពសាធារណៈទាំងថ្នាក់ជាតិ និងថ្នាក់អន្តរជាតិបានកំពុងតែធ្វើការសិក្សាស្វែងយល់អំពីស្ថានភាព ឬសកម្មភាពនានាដែលអាចនឹងធ្វើឱ្យមនុស្សមានការប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លងខ្ពស់ជាងមុន។ យើងខ្ញុំនឹងបន្តចែករំលែកព័ត៌មាន នៅពេលដែលបានស្វែងយល់បន្ថែមអំពីជំងឺនោះ។ ព័ត៌មានបន្ថែមអាចរកបាននៅក្នុង សេចក្តីសង្ខេបផ្នែកវិទ្យាសាស្ត្រ៖ ការស្វែងរក និងការចម្លងនៃជំងឺអុតស្វា របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC)។

5. តើជំងឺអុតស្វាអាចព្យាបាលបានយ៉ាងដូចម្តេច?

នៅមិនទាន់មានថ្នាំពេទ្យ ដែលបានទទួលការអនុម័តឱ្យប្រើប្រាស់ពីរដ្ឋបាលចំណីអាហារនិងឱសថ (FDA) សម្រាប់ការព្យាបាលជំងឺអុតស្វាចំតែម្តងនៅឡើយទេ។ ប៉ុន្តែថ្នាំព្យាបាលប្រឆាំងនឹងមេរោគដែលបានទទួលការអនុម័តឱ្យប្រើប្រាស់ពី FDA សម្រាប់ការព្យាបាលជំងឺអុតតូច (smallpox) ដែលមានឈ្មោះថា tecovirimat (ឬប្រភេទ TPOXX) អាចប្រើប្រាស់សម្រាប់ព្យាបាលអ្នកដែលមានជំងឺអុតស្វាបាន។ ថ្នាំប្រភេទ TPOXX មានផ្តល់ជូនបុគ្គលដែលមានជំងឺអុតស្វាកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ រួមទាំងដំបៅនៅក្នុងតំបន់ដែលងាយនឹងឈឺចាប់ខ្លាំង ឬការឈឺចាប់ដែលមិនអាចគ្រប់គ្រងបានដោយការប្រើប្រាស់ថ្នាំពេទ្យដែលអាចទិញបានដោយមិនចាំបាច់មានវេជ្ជបញ្ជា។ ថ្នាំប្រភេទនេះក៏អាចផ្តល់ជូនបុគ្គលដែលទំនងនឹងធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរផងដែរ (សូមមើលសំណួរ *តើអ្នកណាខ្លះ ដែលប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់ជាងមុននៃការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ?* នៅខាងក្រោម)។ ស្វែងយល់បន្ថែមនៅគេហទំព័រ ការណែនាំសម្រាប់

អ្នកជំងឺ ចំពោះការព្យាបាលជំងឺអុតស្វាដោយថ្នាំប្រភេទ TPOXX របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC)។

ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺអុតស្វា គ្រូពេទ្យរបស់អ្នកក៏អាចចេញវេជ្ជបញ្ជាសម្រាប់ទទួលថ្នាំពេទ្យដែលមិនមែនសម្រាប់ជំងឺអុតស្វា ហើយដែលអាចជួយកាត់បន្ថយការឈឺចាប់ និងការក្រហាយពីការរមាស់ ឬដំបៅបានផងដែរ។ សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីវិធីគ្រប់គ្រងរោគសញ្ញានានារបស់អ្នក សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ អ្វីដែលត្រូវធ្វើ ប្រសិនបើអ្នកធ្លាក់ខ្លួនឈឺ របស់ CDC។

6. តើអ្វីទៅជាជំងឺអុតស្វាកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ?

មនុស្សជាច្រើនដែលមានជំងឺអុតស្វា មានជំងឺកម្រិតស្រាល ប៉ុន្តែសម្រាប់មនុស្សមួយចំនួនផ្សេងទៀតដែលមានជំងឺអុតស្វា អាចនឹងមានជំងឺកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ។ សញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វាកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ អាចរួមមានដូចជា៖

- កន្ទួលរមាស់ ឬដំបៅនៅលើ ឬនៅក្បែរភ្នែក
- កន្ទួលរមាស់ដែលរីករាលដាលពាសពេញដងខ្លួន ឬរួមផ្គុំចូលគ្នានៅនឹងផ្នែកណាមួយនៅលើដងខ្លួន
- ការឈឺចាប់នៅក្នុងចុងពោះវៀនធំ (ទ្វារធំ) ឬទ្វារតូច (បំពង់ទឹកនោម) ដែលធ្វើឱ្យមានការពិបាកក្នុងការបត់ជើងនៅក្នុងបន្ទប់ទឹក
- ការឈឺចាប់នៅក្នុងមាត់ ដែលធ្វើឱ្យពិបាកក្នុងការទទួលទានអាហារ និងភេសជ្ជៈ
- កន្ទួលរមាស់ដែលមានចេញឈាម ឬមើលទៅដូចជាមានឆ្លងមេរោគ
- រោគសញ្ញាដែលកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរទៅៗ ឬមិនបានធូរស្បើយទោះបីជាកន្លងផុតទៅមួយរយៈហើយក៏ដោយ

សូមស្វែងរកជំនួយផ្នែកសុខភាពភ្លាមៗ ប្រសិនបើអ្នកមានចេញរោគសញ្ញាណាមួយក្នុងចំណោមរោគសញ្ញាទាំងនេះ ឬមានរោគសញ្ញាផ្សេងទៀតដែលបង្កការព្រួយបារម្ភដល់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺហ៊ីវ (HIV) ដែលមិនបានគ្រប់គ្រងត្រឹមត្រូវ ឬមានកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរនោះ សូមទៅជួបជាមួយនឹងគ្រូពេទ្យភ្លាមៗ បើទោះបីជារោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វារបស់អ្នកហាក់បីដូចជាមានកម្រិតស្រាលក៏ដោយ។

7. តើអ្នកណាខ្លះ ដែលប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់ជាងមុននៃការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ?

មនុស្សទាំងឡាយណាដែលកំពុងកើតមានជំងឺហ៊ីវ (HIV) ដែលមិនបានគ្រប់គ្រងត្រឹមត្រូវ ឬមានកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ ប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ ប្រសិនបើពួកគេកើតជំងឺអុតស្វានោះ។ មនុស្សផ្សេងទៀតដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ ក៏ត្រូវបានចាត់ទុកថាប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ ផងដែរ។

មនុស្សទាំងឡាយណាដែលកើតជំងឺអុតស្វា ហើយមានដំបៅនៅលើភ្នែក ក្នុងមាត់ ក្នុងចុងពោះវៀនធំ និង/ឬលើប្រដាប់ភេទ អាចមានការឈឺចាប់ ឬការឡើងហើមធ្ងន់ធ្ងរ។ កន្លែងទាំងនេះអាចក្លាយទៅជាមានឆ្លងមេរោគ។ ហានិភ័យនៃការចេញស្នាមសម្លាក ក៏អាចកើតមានផងដែរ។

ជាងនេះទៅទៀត ផ្អែកទៅលើអ្វីដែលយើងបានដឹងអំពីការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺអុតស្វានាពេលកន្លងមក ក្រុមមនុស្សដូចខាងក្រោមនេះអាចប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់ជាងមុននៃការកើតមានជំងឺអុតស្វាកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ ប្រសិនបើពួកគេឆ្លងជំងឺនេះ។ ពួកយើងនៅមិនទាន់ដឹងនៅឡើយទេថា ហានិភ័យនៃការធ្លាក់ខ្លួនឈឺធ្ងន់ធ្ងរ របស់ពួកគេអាចនឹងឈានដល់កម្រិតណានៅអំឡុងពេលនៃការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺ នាពេលឥឡូវនេះ។

- មនុស្សទាំងឡាយណាដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ (មានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំទន់ខ្សោយ ដោយសារតែការព្យាបាល ឬជំងឺប្រចាំខ្លួន ឬក៏ការឆ្លងមេរោគមួយ)។
- មនុស្សទាំងឡាយណាដែលមានជំងឺ ឬស្ថានភាពសុខភាពមួយដែលប៉ះពាល់ដល់ស្បែកដូចជារោគត្រអក (eczema) ឬការរលាកស្បែកដោយសារតែមានប្រតិកម្មឬការទាស់ទៅនឹងសារធាតុអ្វីមួយ (atopic dermatitis) ឬជំងឺស្បែករ៉ាំរ៉ៃដែលបង្កឱ្យមានការបែកស្រកានិងឡើងរមាស់ជាផ្នែកៗ (psoriasis) ឬបញ្ហាឆ្លងមេរោគទៅក្នុងស្បែកដែលបង្កឱ្យមានដុំអុជតូចៗដែលភាគច្រើនកើតឡើងទៅជុំវិញមាត់និងច្រមុះរបស់កុមារ (impetigo) ឬការឡើងមុនលើស្បែកកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ ឬរោគស្វាយ (herpes) ឬក៏ការរលាកស្បែកផ្សេងៗ។
- កុមារទាំងឡាយ ជាពិសេសកុមារដែលមានអាយុក្រោម 8 ឆ្នាំ។
- បុគ្គលទាំងឡាយដែលកំពុងមានផ្ទៃពោះ ឬកំពុងបំបៅកូនដោយទឹកដោះ។

ក្នុងអំឡុងពេលនៃការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺ នាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ មនុស្សភាគច្រើនដែលមានជំងឺអុតស្វាគឺជាមនុស្សពេញវ័យភេទប្រុស ហើយនិងមិនបានតម្រូវចាំបាច់ឱ្យចូលសម្រាកព្យាបាលនៅមន្ទីរពេទ្យឡើយ។ នោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ករណីនៃជំងឺអុតស្វាកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ រួមទាំងការស្លាប់មួយចំនួនផងដែរនោះ បានកើតមានឡើយនៅលើ

មនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះទន់ខ្សោយកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ។ ចំណុចនេះរួមមានទាំងអ្នកដែលកំពុងមានជំងឺ HIV ដែលមិនបានព្យាបាល ឬមានកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ ផងដែរ។

8. តើខ្ញុំគួរតែធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើខ្ញុំគិតថាខ្ញុំមានជំងឺអុតស្វា?

សូមទាក់ទងទៅគ្រូពេទ្យរបស់អ្នកភ្លាមៗ ប្រសិនបើអ្នកមានចេញកន្ទួលរមាស់ ឬដំបៅថ្មីមួយ ដែលខុសប្រក្រតីនៅលើផ្នែកណាមួយនៃដងខ្លួនរបស់អ្នក។ ការធ្វើបែបនេះមានសារៈសំខាន់ជាពិសេស ប្រសិនបើអ្នកបានប៉ះពាល់ទៅនឹងនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា ឬមានការសង្ស័យថាមានផ្ទុកជំងឺអុតស្វា។ គ្របដណ្តប់កន្ទួលរមាស់ទាំងអស់ឱ្យបានជិតល្អដោយសម្លៀកបំពាក់ ស្រោមដៃ និង/ឬបង់រុំរបួស ហើយនិងអនុវត្តតាមវិធានការណ៍នានាដើម្បីការពារអ្នកដទៃ។ ក្នុងនោះរួមមានដូចជាការជៀសវាងការប៉ះពាល់ស្បែកនឹងស្បែក ហើយនិងទំនាក់ទំនងផ្លូវកាយដោយស្និទ្ធស្នាល ជាមួយនឹងនរណាម្នាក់ រហូតដល់ពេលដែលអ្នកទទួលការពិនិត្យដោយគ្រូពេទ្យបានច្បាស់លាស់ហើយនោះ។ ត្រូវប្រាកដថាមានពាក់ម៉ាស់ នៅពេលអ្នកទៅជួបជាមួយនឹងគ្រូពេទ្យ។

សូមទូរស័ព្ទទៅកាន់ មជ្ឈមណ្ឌលផ្តល់ព័ត៌មានរបស់នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ (Public Health Call Center) តាមរយៈលេខ 1-833-540-0473 (ដែលមានបើកបម្រើការជូនជារៀងរាល់ថ្ងៃ ចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 8:30 យប់) ប្រសិនបើអ្នកមិនមានគ្រូពេទ្យប្រចាំខ្លួន ឬធានារ៉ាប់រងសុខភាពទេ។ ប្រសិនបើអ្នកកើតមានកន្ទួលរមាស់ អ្នកក៏អាចទទួលបានសេវាកម្មផ្សេងៗនៅ គ្លីនិកផ្នែកសុខភាពផ្លូវភេទរបស់សុខភាពសាធារណៈផងដែរ (សូមមើលកាលវិភាគ នៅទីនេះ)។

រហូតដល់ពេលដែលអ្នកដឹងថា អ្នកមិនមានជំងឺអុតស្វាទេនោះ សូមអនុវត្តតាមវិធានការណ៍ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការចម្លងមេរោគ ដោយការនៅឱ្យបានឆ្ងាយពីអ្នកដទៃ។ សូមមើលគេហទំព័រ សេចក្តីណែនាំអំពីការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកសម្រាប់បុគ្គលដែលមានជំងឺអុតស្វា។

9. តើអ្នកអាចធ្វើតេស្តរកមេរោគអុតស្វាបាន ដោយវិធីណាខ្លះ?

ប្រសិនបើអ្នកមានកន្ទួលរមាស់ដែលប្រហែលជាអាចនឹងបង្កឡើងដោយសារជំងឺអុតស្វានោះ គ្រូពេទ្យរបស់អ្នកនឹងធ្វើការពិនិត្យជូនអ្នក។ ដោយផ្អែកទៅលើការវាយតម្លៃ ពួកគេអាចនឹងយកសំឡីត្បារមកផ្តិតនៅលើកន្ទួលរមាស់របស់អ្នក សម្រាប់ការធ្វើតេស្តរកមេរោគ។ បន្ទាប់មកពួកគេនឹងបញ្ជូនសំឡីត្បារទាំងនោះទៅកាន់មន្ទីរពិសោធន៍មួយ ហើយលទ្ធផលតេស្តគួរតែនឹងផ្តល់ជូនអ្នកក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានថ្ងៃក្រោយមក។ សម្រាប់ពេលនេះ នៅមិនទាន់មានប្រភេទតេស្តដែលអាចធ្វើដោយខ្លួនឯង ឬដែលអាចធ្វើនៅតាមផ្ទះបាន សម្រាប់ពិនិត្យរកមេរោគអុតស្វានៅឡើយទេ។

រហូតដល់ពេលដែលអ្នកដឹងថាអ្នកមិនមានជំងឺអុតស្វា ការអនុវត្តន៍តាម សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកទាក់ទងនឹងជំងឺអុតស្វា មានសារៈសំខាន់ណាស់។

10. តើខ្ញុំគួរតែធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើខ្ញុំបានពិនិត្យឃើញថាមានផ្ទុកជំងឺអុតស្វា?

ប្រសិនបើអ្នកបានពិនិត្យឃើញថាមានផ្ទុកជំងឺអុតស្វា អ្នកគួរតែដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក ដើម្បីការពារអ្នកដទៃ។ សូមអនុវត្តតាម សេចក្តីណែនាំអំពីការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកសម្រាប់បុគ្គលដែលមានជំងឺអុតស្វា ដែលមានផ្តល់ជូនជាច្រើនភាសា នៅលើគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/monkeypox។

សូមទាក់ទងទៅដៃគូរួមភេទទាំងឡាយរបស់អ្នក និងបុគ្គលណាម្នាក់ដែលអ្នកមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធខ្លាំងជាមួយ ព្រមទាំងអ្នកដែលមានការប៉ះពាល់ដោយស្និទ្ធស្នាល និង/ឬអ្នកដែលមានទំនាក់ទំនងរយៈពេលយូរជាមួយគិតចាប់តាំងពីការចាប់ផ្តើមលេចឡើងនៃរោគសញ្ញានានារបស់អ្នក។ សូមធ្វើបែបនេះ ឱ្យបានកាន់តែឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីឱ្យពួកគេអាចពិចារណាទទួល ចាក់ថ្នាំបង្ការ (ប្រសិនបើពួកគេមិនទាន់កើតជំងឺអុតស្វា ឬក៏មិនទាន់បានទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការសម្រាប់ជំងឺអុតស្វាទេនោះ)។ ការទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការក្រោយការប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគ អាចទប់ស្កាត់ការកើតមានជំងឺអុតស្វា ឬក៏ធ្វើឱ្យជំងឺនោះមានកម្រិតស្រាលជាងមុន។ ពួកគេក៏អាចនឹងតាមដានរកមើលរោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វាផងដែរ។

សូមទទួលទូរស័ព្ទពីនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ (Public Health) (ប្រសិនបើមានការទាក់ទងទៅ)។ ពួកគេនឹងទាក់ទងទៅអ្នកដើម្បីសាកសួរអំពីសកម្មភាពផ្សេងៗរបស់អ្នកមុន និងក្រោយពេលដែលអ្នកកើតមានរោគសញ្ញានានា។ ការសាកសួរនេះគឺដើម្បីស្វែងរកមើលថាតើអ្នកអាចនឹងបានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគអុតស្វាដោយវិធីណា និងដើម្បីជួយកំណត់អត្តសញ្ញាណបុគ្គលទាំងឡាយផ្សេងទៀតដែលអាចនឹងបានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគ ផងដែរ។

11. តើខ្ញុំអាចកាត់បន្ថយកម្រិតហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វារបស់ខ្ញុំបានយ៉ាងដូចម្តេច?

មានវិធីជាច្រើនដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃជំងឺអុតស្វាបាន៖

- ទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការ ប្រសិនបើអ្នកមានសិទ្ធិ (សូមមើលសំណួរខាងក្រោម)
- ជៀសវាងទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធខ្លាំង និងការប៉ះពាល់ដោយស្និទ្ធស្នាលជាមួយនឹងនរណាម្នាក់ដែលមានរោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វា ជាពិសេស៖
  - ការរួមភេទតាមមាត់ តាមទ្វារធំ និងតាមទ្វារមាស ឬការប៉ះពាល់ជាមួយនឹងប្រដាប់ភេទ ឬទ្វារធំ
  - ការឱប ការឱបដោយថ្នាក់ថ្នម (cuddling) ការម៉ាស្សា និង/ឬការថើប
  - ការប៉ះពាល់ស្បែកនឹងស្បែក ជាមួយនឹងកន្ទួលរមាស់នៅលើដងខ្លួនរបស់ពួកគេ
  - ការប្រើប្រាស់កន្សែងជូតខ្លួន សម្លៀកបំពាក់ កម្រាលពូកឬស្រោមខ្នើយ ភួយ ឬក៏វត្ថុនិងសម្ភារៈដទៃទៀតរួមគ្នា (ឧ. ច្រាសដុសធ្មេញ ពែងទឹក ប្រដាប់ប្រដាផ្ទះបាយ និងប្រដាប់ប្រដាលេងពេលរួមភេទ [sex toys]) ដែលមិនទាន់បានបោកគក់សម្អាត ឬលាងសម្អាតរួច។
- លាងសម្អាតដៃ ឬប្រដាប់ប្រដាសម្រាប់ដាស់ចំណង់ចំណូលចិត្ត (fetish gear) ឬប្រដាប់ប្រដាលេងពេលរួមភេទ និងសាច់ក្រណាត់ណាមួយ (ដូចជាកម្រាលពូកឬស្រោមខ្នើយ កន្សែងជូតខ្លួន ឬក៏សម្លៀកបំពាក់) របស់អ្នក ក្រោយពេលរួមភេទរួច។
- ពាក់ឧបករណ៍ការពារឱ្យបានត្រឹមត្រូវ (ដូចជាម៉ាស់ ស្រោមដៃ និងអាវវែងការពារ) ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចជៀសវាងពីទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយនឹងនរណាម្នាក់ដែលមានរោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វាបានទេនោះ។
- និយាយជាមួយដៃគូរួមភេទរបស់អ្នក (មួយ ឬច្រើន) អំពីជំងឺថ្មីៗណាមួយ និងដំបៅ ឬកន្ទួលរមាស់ដែលកើតមានថ្មី ឬដែលខុសប្រក្រតី រួមទាំងនៅលើប្រដាប់ភេទ ឬទ្វារធំផងដែរ។
- ប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យ។ ការប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យតែមួយមុខ ក៏មិនទំនងជាគ្រប់គ្រាន់ទេក្នុងការទប់ស្កាត់ការឆ្លងជំងឺអុតស្វា។ ប៉ុន្តែការប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យប្រហែលជាអាចនឹងកាត់បន្ថយហានិភ័យបានផងដែរ ហើយក៏ថែមទាំងអាចនឹងជួយទប់ស្កាត់ការឡើងដំបៅនៅតំបន់ដែលងាយនឹងឈឺចាប់ខ្លាំងដូចជាទ្វារធំ មាត់ ឬប្រដាប់ភេទទៀតផង។
- កាត់បន្ថយចំនួនដៃគូរួមភេទ។
- ជៀសវាងសកម្មភាពដែលប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់ជាងមុន ដូចជាការរួមភេទជាមួយអ្នកដែលមិនស្គាល់មុខ (anonymous sex) និងការរួមភេទជាមួយមនុស្សច្រើននាក់ក្នុងពេលតែមួយ (sex parties) ផងដែរ។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ការរួមភេទ និងការប្រមូលផ្តុំគ្នាសម្រាប់សកម្មភាពសង្គមដែលមានសុវត្ថិភាពជាងមុន ហើយនិងជំងឺអុតស្វា របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC)។

12. តើមានថ្នាំបង្ការសម្រាប់ជំងឺអុតស្វាដែរឬទេ?

បាទ/ចាស។ មានថ្នាំបង្ការមួយប្រភេទហៅថា JYNNEOS បានទទួលការអនុម័តឱ្យប្រើប្រាស់ដោយរដ្ឋបាលចំណីអាហារនិងឱសថ (FDA) សម្រាប់ទប់ស្កាត់ការឆ្លងជំងឺអុតស្វាចំពោះមនុស្សទាំងឡាយដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ។ ថ្នាំបង្ការប្រភេទនេះក៏មានផ្តល់ជូនឱ្យប្រើប្រាស់សម្រាប់ជាករណី ការទទួលសិទ្ធិអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់ជាបន្ទាន់ (EUA) ពី FDA សម្រាប់បុគ្គលទាំងឡាយដែលមានអាយុក្រោម 18 ឆ្នាំផងដែរ។ ថ្នាំបង្ការនេះចាក់ជូនជាចំនួនពីរដូស។ ការចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ JYNNEOS ត្រូវការរយៈពេល 14 ថ្ងៃ ក្រោយពីការចាក់ដូសទីពីរ ដើម្បីទទួលបានការឆ្លើយតបភាពស៊ាំដែលល្អបំផុតទៅនឹងថ្នាំបង្ការ។ ប៉ុន្តែ បើទោះបីជាបានទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការនោះតែចំនួនមួយដូស ក៏អាចជួយផ្តល់ប្រព័ន្ធការពារបានខ្លះផងដែរ។ គួរកត់សម្គាល់ជាសំខាន់ផងដែរថា មិនថាថ្នាំបង្ការចំនួនមួយដូស ឬពីរដូសអាចមានប្រសិទ្ធិភាព 100% ក្នុងការទប់ស្កាត់ការឆ្លងជំងឺនោះទេ។ ការបន្តអនុវត្តតាមវិធានការណ៍ផ្សេងៗ ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យរបស់អ្នក នៅតែមានសារៈសំខាន់។

ប្រសិនបើមានការផ្តល់ជូនថ្នាំបង្ការ មុនពេលបុគ្គលម្នាក់បានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគអុតស្វា ថ្នាំបង្ការនោះអាចជួយការពារពួកគេពីការឆ្លងជំងឺអុតស្វាបាន។

ប្រសិនបើមានការផ្តល់ជូនថ្នាំបង្ការនោះ ក្រោយពីការប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគអុតស្វា ថ្នាំបង្ការនោះអាចជួយទប់ស្កាត់ពួកគេពីការកើតជំងឺអុតស្វា ឬធ្វើឱ្យជំងឺនោះមានកម្រិតស្រាលជាងមុន។ គួរតែមានការផ្តល់ជូនថ្នាំបង្ការនោះក្នុងអំឡុងពេល 14 ថ្ងៃនៃការប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគ (ជាពិសេសនៅអំឡុងពេល 4 ថ្ងៃដំបូង)។

ប្រសិនបើនរណាម្នាក់មានផ្ទុកជំងឺអុតស្វារួចស្រេចហើយនោះ មិនមានការណែនាំឱ្យចាក់ថ្នាំបង្ការទេ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីថ្នាំបង្ការ សូមមើលគេហទំព័រ សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់អំពីថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វា។

13. តើអ្នកណាខ្លះ មានសិទ្ធិអាចទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វាបាន?

នាពេលឥឡូវនេះ ថ្នាំបង្ការមានផ្ដល់ជូនដល់៖

- បុរស ឬបុគ្គលដែលបានផ្លាស់ប្ដូរភេទខុសពីដើមកំណើត (transgender) ណាម្នាក់ ដែលរួមភេទជាមួយនឹងបុរស ឬបុគ្គលដែលបានផ្លាស់ប្ដូរភេទខុសពីដើមកំណើតផ្សេងៗទៀត
- បុគ្គលទាំងឡាយដែលមានភេទណាក៏ដោយ ឬស្រឡាញ់ភេទណាក៏ដោយ ហើយដែលចូលរួមក្នុងការរួមភេទជាលក្ខណៈជំនួញ និង/ឬជាលក្ខណៈដោះដូរ (ឧ. ការរួមភេទដើម្បីទទួលបានប្រាក់ ទីជម្រក ម្ហូបអាហារ ឬក៏របស់របរឬតម្រូវការផ្សេងទៀត) ឬក៏រួមភេទដែលជាប់ពាក់ព័ន្ធជាមួយនឹងព្រឹត្តិការណ៍សាធារណៈធំមួយ
- បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលកំពុងកើតមានមេរោគហ៊ីវ (HIV) ជាពិសេសអ្នកមានជំងឺ HIV ដែលមិនបានគ្រប់គ្រងត្រឹមត្រូវ ឬមានកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ
- បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលមានការប៉ះពាល់ស្បែកនឹងស្បែក ឬការប៉ះពាល់ដោយស្និទ្ធស្នាល ជាមួយនឹងបុគ្គលម្នាក់ដែលមានការសង្ស័យថាមានជំងឺអុតស្វា ឬបានបញ្ជាក់យ៉ាងច្បាស់លាស់ថាមានជំងឺនេះ រួមទាំងបុគ្គលទាំងឡាយណាដែលមិនទាន់បានបញ្ជាក់យ៉ាងច្បាស់លាស់ដោយនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ (Public Health) ផងដែរ
- ដៃគូរួមភេទរបស់បុគ្គលទាំងឡាយនៅក្នុងក្រុមផ្សេងៗណាមួយខាងលើ
- បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលរំពឹងទុកថានឹងស្ថិតនៅក្នុងក្រុមផ្សេងៗណាមួយខាងលើ។

ការមានសិទ្ធិអាចទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការ អាចនឹងពង្រីកទៅដល់ក្រុមផ្សេងទៀត នាពេលអនាគត – សម្រាប់ព័ត៌មានថ្មីបំផុត សូមមើលគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm។

14. តើខ្ញុំអាចទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការបានយ៉ាងដូចម្ដេច?

ប្រសិនបើអ្នកស្ថិតនៅក្នុងក្រុមមួយក្នុងចំណោមក្រុមទាំងឡាយដែលមានសិទ្ធិទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការសម្រាប់ជំងឺអុតស្វានោះ សូមទៅកាន់ ទីតាំងចាក់ថ្នាំបង្ការរបស់នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ មួយ ឬក៏ចូលទៅកាន់គេហទំព័រ Myturn.ca.gov ដើម្បីស្វែងរកទីតាំងមួយដែលនៅជិតអ្នក។ នៅពេលដែលអ្នកទៅកាន់ទីតាំងនោះ សូមត្រៀមខ្លួនឱ្យបានរួចរាល់ក្នុងការអះអាងថា អ្នកបានស្របតាមល័ក្ខខ័ណ្ឌនៃការមានសិទ្ធិអាចទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វាបាន។

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm ដើម្បីស្វែងយល់ថាតើអ្នកមានសិទ្ធិទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការ ឬទេ។

សូមមើល សំណួរដែលបានសួរជាញឹកញាប់អំពីថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វា សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីការចាក់ថ្នាំបង្ការប្រភេទ JYNNEOS។

15. តើខ្ញុំគួរតែធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើខ្ញុំបានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគអុតស្វា?

តាមដានសុខភាពរបស់អ្នក។ បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលកើតមានជំងឺអុតស្វា ជាធម្មតា មានលេចឡើងនូវរោគសញ្ញានានានៅចន្លោះពេលពី 7 ទៅ 14 ថ្ងៃ (ហើយអាចឈានដល់ 21 ថ្ងៃ) បន្ទាប់ពីបានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគ។ អ្នកអាចបន្តធ្វើសកម្មភាពតាមទម្លាប់ប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នកបាន ដរាបណាអ្នកមិនមានចេញរោគសញ្ញាទេនោះ។ សូមត្រៀមខ្លួនឱ្យបានរួចរាល់ក្នុងការ ដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកពីអ្នកដទៃ ប្រសិនបើអ្នកកើតមានរោគសញ្ញានានានៃជំងឺអុតស្វា។

ទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការ ប្រសិនបើអ្នកមិនទាន់បានបញ្ចប់ការចាក់លំដាប់ដំបូងនៃថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វា ដែលមានចំនួនពីរដូសទេនោះ។ ការទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វាចំនួនមួយដូស ក្នុងអំឡុងពេល 4 ថ្ងៃក្រោយពីការប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគ អាចជួយទប់ស្កាត់អ្នកពីការឆ្លងជំងឺនេះ។ ការទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការក្នុងអំឡុងពេល 4 ទៅ 14 ថ្ងៃក្រោយពីការប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគ អាចជួយធ្វើឱ្យការឆ្លងជំងឺរបស់អ្នកមានកម្រិតស្រាលជាងមុន។ សូមស្វែងយល់បន្ថែមនៅលើគេហទំព័រ ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm។

សូមទទួលទូរស័ព្ទពីនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ (Public Health)។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានស្គាល់ថាជាបុគ្គលដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយនឹងអ្នកដែលមានជំងឺអុតស្វានោះ Public Health អាចនឹងទាក់ទងទៅអ្នក ដើម្បីតាមដានមើលថាអ្នកមានអាការៈយ៉ាងណាដែរ ហើយនិងផ្ដល់ថ្នាំបង្ការ ប្រសិនបើសមស្រប។

ពិនិត្យមើលនៅលើ សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់បុគ្គលទាំងឡាយដែលបានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគអុតស្វា សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

16. តើអ្នកដែលមានមេរោគហ៊ីវ (HIV) អាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ ដើម្បីការពារខ្លួនពួកគេពីជំងឺអុតស្វា?

អ្នកដែលកំពុងកើតមានមេរោគហ៊ីវ (HIV) គួរតែអនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំផ្សេងៗដូចគ្នាទៅនឹងមនុស្សដទៃទៀតផងដែរ ដើម្បីការពារខ្លួនពួកគេពីការឆ្លងជំងឺអុតស្វា។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ មនុស្សដែលមានមេរោគ HIV គួរតែអនុវត្តតាមជំហានបន្ថែមទៀត។ ការធ្វើបែបនេះគឺពីព្រោះតែមានភស្តុតាងកាន់តែច្រើនទៅៗដែលថា ជំងឺអុតស្វាអាចកើតមានក្នុងកម្រិតកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរនៅលើអ្នកដែលកំពុងកើតមានមេរោគ HIV ហើយដែលមានចំនួនកោសិកា CD4 ទាប (កោសិកាតិចជាងចំនួន 350 ក្នុងមួយមីលីលីត្រ [<350 cells/ml]) ឬក៏មានចំនួនមេរោគក្នុងខ្លួនដែលមិនបានបង្ក្រាប (unsuppressed viral load)។

តើអ្នកអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ ដើម្បីការពារខ្លួនអ្នក?

- ទទួលចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺអុតស្វា។ ថ្នាំបង្ការនេះគឺមានសុវត្ថិភាព និងអាចផ្តល់ជូនបានដោយការចាក់នៅចន្លោះស្រទាប់ស្បែក (intradermally) ឬការចាក់នៅក្រោមស្រទាប់ស្បែក (subcutaneously) ក៏បាន។
- ជៀសវាងការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយនឹងកន្ទួលរមាស់ ឬសារធាតុរាវផ្សេងៗដែលបានបញ្ចេញមកក្រៅរបស់អ្នកដែលមានជំងឺអុតស្វា។ សូមមើលសំណួរ *តើខ្ញុំអាចកាត់បន្ថយកម្រិតហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វារបស់ខ្ញុំបានយ៉ាងដូចម្តេច?*
- ត្រូវប្រាកដថាអ្នកគ្រប់គ្រងការឆ្លងមេរោគ HIV របស់អ្នកឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការទទួលប្រើប្រាស់ ថ្នាំប្រឆាំងនឹងមេរោគហ៊ីវ (antiretroviral therapy/ART) របស់អ្នកឱ្យបានទៀងទាត់តាមការណែនាំ គឺជាការសំខាន់។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយក្នុងការស្វែងរកគ្រូពេទ្យជំនាញផ្នែកជំងឺ HIV ឬក្នុងការធ្វើការណាត់ជួបនោះ បុគ្គលិករបស់នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ (Public Health) អាចជួយដល់អ្នកបានដោយចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ph.lacounty.gov/dhsp/RapidART.htm ឬក៏ទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 1-833-351-2298។

តើអ្នកគួរតែធ្វើដូចម្តេច ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកអាចនឹងមានជំងឺអុតស្វា?

- ប្រសិនបើអ្នកកើតមានកន្ទួលរមាស់ ឬដំបៅថ្មីៗ ដែលអ្នកគិតថាអាចជាជំងឺអុតស្វានោះ សូមទៅជួបជាមួយនឹងគ្រូពេទ្យភ្លាមៗ។ សូមប្រាប់ដល់ពួកគេថាអ្នកមានជំងឺ HIV។
  - ប្រសិនបើគ្រូពេទ្យរបស់អ្នកសង្ស័យថាជាជំងឺអុតស្វាមែន ពួកគេអាចនឹងឱ្យអ្នកចាប់ផ្តើមទទួលថ្នាំព្យាបាលប្រឆាំងនឹងមេរោគ (antiviral treatment) សម្រាប់ជំងឺអុតស្វា (ថ្នាំប្រភេទ TPOXX) ភ្លាមៗ ជាពិសេសប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺ HIV ដែលមិនបានគ្រប់គ្រងត្រឹមត្រូវ ឬមានកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ។ ប្រសិនបើជំងឺ HIV របស់អ្នកមានការគ្រប់គ្រងត្រឹមត្រូវ ប៉ុន្តែអ្នកកើតមានដំបៅនៅលើភ្នែក ក្នុងមាត់ ក្នុងចុងពោះវៀនធំ ឬនៅលើលិង្គនោះ ពួកគេអាចនឹងណែនាំឱ្យចាប់ផ្តើមទទួលថ្នាំប្រភេទ TPOXX ដើម្បីកាត់បន្ថយកម្រិតហានិភ័យនៃការឈឺចាប់ ការឆ្លងមេរោគ (ទៅក្នុងដំបៅទាំងនោះ) និងការចេញស្នាមសម្លាក ផងដែរ។
- ប្រសិនបើមានអ្នកទទួលបានវេជ្ជបញ្ជាឱ្យប្រើប្រាស់ថ្នាំប្រភេទ TPOXX ការទទួលថ្នាំប្រភេទនេះទៅតាមការណែនាំ គឺជាការសំខាន់។
- សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមសូមមើលសំណួរ *តើខ្ញុំគួរតែធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើខ្ញុំគិតថាខ្ញុំមានជំងឺអុតស្វា?*

សូមចូលទៅកាន់ចំណុច ព័ត៌មានថ្មីៗអំពីជំងឺអុតស្វា នៅលើគេហទំព័រ HIV.gov សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីជំងឺអុតស្វា និងជំងឺ HIV។

17. តើកុមារអាចឆ្លងជំងឺអុតស្វាបាន ដែរឬទេ?

ចាស/បាទ។ បុគ្គលណាម្នាក់ក៏អាចឆ្លងជំងឺអុតស្វាបានដែរ ប្រសិនបើពួកគេបានមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ ព្រមទាំងការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ខ្លួន ឬការប៉ះពាល់ដោយស្និទ្ធស្នាលជាមួយនឹងនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា។ ហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វាទៅកាន់កុមារ នៅក្នុងអំឡុងពេលនៃការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ មានកម្រិតទាបណាស់។ ខណៈពេលដែលករណីឆ្លងមេរោគទាំងឡាយចំពោះកុមារ បានកើតមានឡើងនៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកមែន ប៉ុន្តែករណីទាំងនោះកម្រនឹងកើតមានណាស់។

កុមារតូចៗប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វា ប្រសិនបើពួកគេរស់នៅជាមួយនឹងនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា ជាពិសេស ប្រសិនបើមានការប៉ះពាល់ស្បែកនឹងស្បែកក្នុងលក្ខណៈណាមួយជាមួយនឹងអ្នកផ្ទុកជំងឺនេះ។ ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺអុតស្វា ឬមានការសង្ស័យថាខ្លួនមានជំងឺអុតស្វានោះ សូមអនុវត្តតាមវិធានការណ៍នានា ដើម្បីការពារមនុស្សរាល់គ្នានៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក។ សូមពិនិត្យមើល សេចក្តីណែនាំអំពីការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកសម្រាប់បុគ្គលដែលមានជំងឺអុតស្វា។

មនុស្សពេញវ័យដែលមានទំនាក់ទំនងផ្លូវកាយដោយស្និទ្ធស្នាល ឬដែលសកម្មផ្នែកផ្លូវភេទជាមួយនឹងអ្នកដទៃ ក៏អាចប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់ជាងមុននៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វាផងដែរ។ ចំណុចនេះគឺជាការពិតជាពិសេស ប្រសិនបើពួកគេគឺជាមនុស្សភេទប្រុសដែលរួមភេទជាមួយនឹងមនុស្សភេទប្រុសដទៃទៀត។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមមើលគេហទំព័រ ការរួមភេទ និងការប្រមូលផ្តុំគ្នាសម្រាប់សកម្មភាពសង្គមដែលមានសុវត្ថិភាពជាងមុន ហើយនិងជំងឺអុតស្វា របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC)។

18. តើផលិតផលលាងសម្អាតប្រភេទណាខ្លះ ដែលអាចប្រឆាំងនឹងមេរោគអុតស្វាបាន?

ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA) នៃសហរដ្ឋអាមេរិក មានតារាងផលិតផលសម្លាប់មេរោគដែលបានចុះបញ្ជីការសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងមេរោគអុតស្វា។ តារាងនោះរួមមានទាំងផលិតផលពេញនិយមផ្សេងៗ ដែលហាងអាជីវកម្ម និងបុគ្គលផ្ទាល់ខ្លួនជាច្រើន បានធ្លាប់ប្រើប្រាស់រួចផងដែរ។ តារាងនេះអាចរកបាននៅលើ គេហទំព័ររបស់ EPA។ គេហទំព័រនេះមាន ផ្នែកស្វែងរកមួយ សម្រាប់រកមើលផលិតផលសម្លាប់មេរោគតាមចំណុចផ្សេងៗ ដូចជាឈ្មោះផលិតផល រយៈពេលដែលផលិតផលត្រូវស្ថិតនៅលើផ្ទៃ និងប្រភេទផ្ទៃជាដើម។

- ពិនិត្យមើលថាផលិតផលនោះមានការចុះនៅក្នុងបញ្ជីរបស់ EPA ឬទេ។
- អានការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត។ ត្រូវប្រាកដថានោះជាផលិតផលដែលត្រឹមត្រូវសម្រាប់ការប្រើប្រាស់នៅលើផ្ទៃរបស់អ្នក។
- លាងសម្អាតផ្ទៃជាមុន ជាមួយនឹងសាប៊ូនិងទឹក ប្រសិនបើការណែនាំនៃផលិតផលនោះមានបញ្ជាក់ថាឱ្យធ្វើការលាងសម្អាតជាមុន ឬប្រសិនបើផ្ទៃនោះមើលឃើញច្បាស់ថាកខ្វក់។ ធូលីដីអាចរារាំងមិនឱ្យផលិតផលសម្លាប់មេរោគនោះ ដំណើរការបានត្រឹមត្រូវ។
- អនុវត្តតាមការណែនាំនៃការ ត្រូវឱ្យផលិតផលស្ថិតនៅលើផ្ទៃ។ ផ្ទៃនោះគួរតែទុកឱ្យនៅសើមទៅតាមរយៈពេលដែលបានបញ្ជាក់នោះលើផលិតផល ដើម្បីធានាថាផលិតផលមានប្រសិទ្ធិភាព។ សូមបាញ់ ឬលាបផលិតផលម្តងទៀត ប្រសិនបើចាំបាច់។

អាចប្រើប្រាស់សាប៊ូបោកគក់សម្លៀកបំពាក់ធម្មតាបាន សម្រាប់បោកគក់សម្អាតសម្លៀកបំពាក់ ឬកម្រាលក្រណាត់នានា (ឧ. កម្រាលពូកឬស្រោមខ្នើយ និងកន្សែងជូតខ្លួន) ដែលបានប្រើប្រាស់រួចដោយបុគ្គលដែលមានជំងឺអុតស្វា។

អាចដាក់លាងសម្អាតចាន និងឧបករណ៍បរិភោគអាហារដែលប្រឡាក់ នៅក្នុងម៉ាស៊ីនលាងចានបាន ជាមួយនឹងសាប៊ូលាងចាននិងទឹកក្តៅ ឬលាងសម្អាតដោយដៃជាមួយនឹងទឹកក្តៅនិងសាប៊ូលាងចាន។

សូមមើលចំណុច ការសម្អាតនិងការសម្លាប់មេរោគនៅតាមផ្ទះ កន្លែងធ្វើការ និងទីតាំងផ្សេងទៀតនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC) សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម និងគន្លឹះសម្រាប់ការលាងសម្អាត ក្នុងអំឡុងពេល និងក្រោយពេលមានការឆ្លងជំងឺអុតស្វា។

19. តើខ្ញុំអាចស្វែងរកព័ត៌មានបន្ថែមបាន នៅទីណាខ្លះ?

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ ខោនធី Los Angeles
ph.lacounty.gov/monkeypox
ph.lacounty.gov/monkeypox/vaccine.htm

មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC)
cdc.gov/poxvirus/monkeypox/index.html

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ California
cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Monkeypox.aspx

County of Los Angeles Public Health