

ဝက်သက်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်သည့် သိကောင်းစရာများ

2024 ခုနှစ်၊ ဧပြီလ



ဝက်သက်ရောဂါသည် အထူးသဖြင့် ကလေးသူငယ်များနှင့် ကလေးငယ်များအတွက် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သည့် ကူးစက်လွယ်သော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုနှင့် Vermont ပြည်နယ်ရှိ လူအများစုသည် ဝက်သက်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားသော်လည်း ကာကွယ်ဆေး လွှမ်းခြုံကာကွယ်မှုနည်းပါးသော အသိုင်းအဝိုင်းများသည် ရောဂါအမြန်ကူးစက်ဖြစ်ပွားရန် အန္တရာယ်ပိုကြီးသည်။ အချို့နိုင်ငံများ၌ ဝက်သက်ရောဂါသည် ပုံမှန်ဖြစ်ပွားနေခြင်းကြောင့် နိုင်ငံတကာသို့ ခရီးမသွားမီ ဝက်သက်ရောဂါမှ ကာကွယ်ထားကြောင်း သေချာစေပါ။

ဝက်သက်ရောဂါသည် ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူ တစ်ဦးထံမှတစ်ဆင့် ပျံ့နှံ့ပါသည်။

- ဝက်သက်ရောဂါ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူ၏ နှာခေါင်းနှင့် လည်ချောင်းရှိ အကျိအခွဲထုတ်သည့် အမြှေးလွှာတွင် နေထိုင်ကြသည်။
- ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူတစ်ဦး ချောင်းဆိုးချိန် သို့မဟုတ် နှာချေချိန်၌ အဓိကပျံ့နှံ့ပါသည်။
- ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူတစ်ဦးထံမှ ထွက်သက်လေကို သင်ဂျူသွင်းမိပါက သို့မဟုတ် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးရှိနေသော မျက်နှာပြင်ပေါ်ထိမိပြီး သင်၏ မျက်လုံး၊ နှာခေါင်း သို့မဟုတ် ပါးစပ်ကို ထိမိပါက သင် နာမကျန်းဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။
- ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် လေထဲတွင် နှစ်နာရီကြာအထိ နေနိုင်ပါသည်။

ဝက်သက်ရောဂါသည် ကူးစက်မှုအများဆုံး ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများအနက် တစ်မျိုးဖြစ်သည်။

- ရောဂါလက္ခဏာများတွင် အဖျားတက်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်းနှင့် မျက်လုံးများနီပြီး မျက်ရည်ယိုခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။
- ပထမဆုံး ရောဂါလက္ခဏာများပေါ် ပြီးနောက် 3 ရက်မှ 5 ရက်အကြာတွင် အဖုအပိမ့်နှင့် အနီကွက်များ ပေါ်လာလေ့ရှိသည်။
- ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူတစ်ဦးသည် ဖျားနာနေကြောင်း မသိရှိမီပင် ဝက်သက်ရောဂါ ပျံ့နှံ့စေနိုင်ပါသည်။

ဝက်သက်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးများသည် ဘေးကင်းပြီး အလွန်ထိရောက်မှုရှိပါသည်။

- ဝက်သက်၊ ပါးချိတ်ရောင်နှင့် ရှိုက်သိုးရောဂါ (MMR) ကာကွယ်ဆေး နှစ်ကြိမ်ထိုးခြင်းက ဝက်သက်ရောဂါကို တွန်းလှန်ရန် 97% ထိရောက်မှုရှိပါသည်။
- ကလေးများသည် MMR ကာကွယ်ဆေးကို နှစ်ကြိမ်ထိုးထားသင့်ပါသည် - ပထမဆုံးကြိမ်ကို 12-15 လအရွယ်နှင့် ဒုတိယဆုံးကြိမ်ကို အသက် 4-6 နှစ်အရွယ်တွင် ထိုးသင့်ပါသည်။
- နိုင်ငံတကာသို့ ခရီးမသွားမီ အသက် 6-11 လအရွယ် ကလေးသူငယ်များသည် MMR ကာကွယ်ဆေးကို ခရီးမသွားမီ အနည်းဆုံး နှစ်ပတ်စော၍ ထိုးထားသင့်ပါသည်။

ဝက်သက်ရောဂါပိုးကို တွန်းလှန်ရန် သင့်နှင့် သင့်မိသားစုသည် ကာကွယ်ဆေးအကြိမ်ပြည့်အောင် ထိုးထားကြောင်း သေချာအောင်လုပ်ပါ။

- သင့်မိသားစုနှင့် သင်၏ ကာကွယ်ဆေးမှတ်တမ်းများကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ သို့မဟုတ် သင်၏ ဝက်သက်ရောဂါ ကာကွယ်ထားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ မသေချာပါက သင့်ဆရာဝန်နှင့် စကားပြောဆိုပါ။
- အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုပြင်ပသို့ ခရီးမသွားမီ ဝက်သက်ရောဂါမှ ကာကွယ်ထားရန် အရေးကြီးပါသည်။

သင့်ထံတွင် ရောဂါရှိနိုင်သည်ဟုထင်ပါက သင်၏ဆရာဝန်ကို ချက်ချင်းဖုန်းဆက်ပါ။

- တတ်နိုင်သလောက် အိမ်၌နေပြီး အခြားသူများနှင့် ဝေးရာတွင်နေပါ။
- သင့်သည် ဖျားနာနေပါက သို့မဟုတ် ဖျားနာသူတစ်ဦးကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရမည်ဆိုပါက မျက်နှာဖုံးဝတ်ဆင်ပါ။
- သင့်ထံတွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပံ့ပိုးပေးသူမရှိပါက စောင့်ရှောက်မှုသို့ ဆက်သွယ်ရန် 2-1-1 ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် ဖက်ဒရယ်သတ်မှတ်ချက်များကို ပြည့်မီသည့် အနီးဆုံးကျန်းမာရေးစင်တာ သို့မဟုတ် Vermont ၏ အခမဲ့နှင့် လွှဲပြောင်းရေးဆေးခန်းများထံမှ တစ်ခုကို ဆက်သွယ်ပါ။

ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ HealthVermont.gov/Measles HealthVermont.gov/Measles တွင် ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။