



ថ្ងៃទី 27, ខែមេសា, ឆ្នាំ 2009

ជូនចំពោះសិស្សានុសិស្ស, ក្រុមគ្រួសារហើយនិងបុគ្គលិកនៃសាលារៀនសាធារណៈក្រុងស៊ីអាតឺល់ទាំងឡាយ:

នៅពេលនេះមិនទាន់មានការឃើញផ្សេងៗអំពីជំងឺត្រូវផ្តាសាយឆ្លងមកពីសត្វចតុប្បាទ(ជម្ងឺត្រូវផ្តាសាយ Swine Influenza (Flu) ដែលបានរាយការណ៍នៅក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោនស្តែក យើងខ្លះនៅឡើយទេ។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ, ក៏មានការរាយការណ៍ខ្លះៗដែលបានបញ្ជាក់ច្បាស់លាស់នៃជំងឺត្រូវផ្តាសាយឆ្លងតាមសត្វចតុប្បាទ ដែលបានប្រទះឃើញរួមមកហើយ នៅក្នុងប្រទេសសហរដ្ឋអាមេរិកពីអំឡុងពេលបុគ្គលិកសាលារៀនសាធារណៈក្រុងស៊ីអាតឺល់បានធ្វើការយ៉ាងហ្មត់ចត់បំផុតជាមួយនិងតំបន់, រដ្ឋ, ហើយនិងក្រុមភ្នាក់ងារអន្តរជាតិផ្សេងៗនៃផ្នែកសុខាភិបាល ដើម្បីស៊ើបអង្កេតនៅពាក់ព័ន្ធផ្សេងៗ ហើយនិងប្រតិបត្តិការផ្សេងៗនៃជម្ងឺនេះ ហើយដើម្បីឱ្យយើងមានការយល់ដឹងសម្រាប់ទប់ទល់ជាមួយ និងកម្លាំងនៃជម្ងឺនេះដែលនឹងកើតមានឡើងផ្សេងៗថែមទៀត។

ជម្ងឺត្រូវផ្តាសាយដែលបានឆ្លងតាមពីសត្វចតុប្បាទនេះ គឺមានលក្ខណៈសំគាល់យ៉ាង ក្រហមក្តៅខ្លាំង, ឈឺបំពង់ក, ក្អកខ្លាំង, ឈឺចាប់ពេញខ្លួនប្រាកដផ្សេងៗ, ឈឺក្បាល, ក្រហមរាង, ហើយនិងការអស់កម្លាំង។ ជម្ងឺនេះអាចឈឺរហូតទៅដល់ប្រាំពីរថ្ងៃ (មួយសប្តាហ៍), ប៉ុន្តែប្រជាជនបានចាត់ទុកថា ជាជម្ងឺឆ្លងប្រើសិទ្ធិណាវាមានពាក់ព័ន្ធផ្សេងៗ ដែលបានកើតឡើង។ បើសិនអ្នកឬកូនអ្នកបានបង្ហាញឱ្យឃើញថាមានពាក់ព័ន្ធផ្តាសាយផ្សេងៗ, ត្រូវតែត្រួតពិនិត្យមើលឱ្យបានច្បាស់លាស់ ហើយត្រូវទូរស័ព្ទទៅគ្រូពេទ្យ របស់លោកអ្នកដើម្បីពិគ្រោះបើជាការចាំបាច់ ឬលោកអ្នកអាចទៅពិគ្រោះជាមួយនិងពេទ្យដែលមាននៅសាលារៀនកូនលោកអ្នកក៏បានដែរ។

សាលារៀនសាធារណៈក្រុងស៊ីអាតឺល់ត្រូវការរំលឹកដល់មាតាបិតាផ្សេងៗ ហើយនិងសហជីកនៃបុគ្គលិក អំពីការសំខាន់ៗនូវវិធានការបង្ការប្រការពារនៃជម្ងឺនេះ ហើយនិងតើត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នយ៉ាងណាខ្លះៗទៀត។

តើអ្វីខ្លះដែលលោកអ្នកអាចធ្វើដើម្បីការពារការចម្លងនៃជម្ងឺត្រូវផ្តាសាយឆ្លងមកពីសត្វចតុប្បាទ (ជម្ងឺត្រូវផ្តាសាយ)

- ការកណ្តាលប្រកួតត្រូវមានគ្រឿងសុវត្ថិភាព, បើគ្មានទេត្រូវប្រើម៉ែដៃអោយស្អាត។ ត្រូវបោះចោលក្រដាសចូលទៅក្នុងធុងដែលបានប្រើរួចហើយ។
- ត្រូវឧស្សាហើលដៃជាមួយសាបូនហើយនិងទឹកក្តៅអ៊ុចៗឱ្យបានញឹកញាប់, ជាពិសេសក្រោយពេលលោកអ្នកក្អកក្អាយក្នុងសាលា។ ប្រើប្រាស់សំរាប់ដៃចុងដៃ ឬថ្នាំសម្រាល់លាបដៃដែលមានជាតិលាយអាកុលនេះជាការសក្តិសិទ្ធិបំផុត។
- ត្រូវជៀសវាងការប៉ះព្រួញទាំងអស់របស់លោកអ្នក, ច្រមុះឬមាត់។ មេរោគផ្សេងៗគឺឆ្លងតាមផ្លូវទាំងអស់នោះ។
- បើសិនលោកអ្នកឈឺ, ត្រូវតែនៅផ្ទះ។

ពាក់ព័ន្ធផ្សេងៗនៃជម្ងឺត្រូវផ្តាសាយឆ្លងមកពីសត្វចតុប្បាទ (ជម្ងឺត្រូវផ្តាសាយ)

- ក្រហមក្តៅខ្លាំង, ក្អកខ្លាំង, ឈឺបំពង់ក, ឈឺចាប់ក្នុងខ្លួនប្រាកដផ្សេងៗ, ឈឺក្បាល, ក្រហមរាង, ហើយនិងអស់កម្លាំង។

សូមលោកអ្នកចំណាំ សិស្សានុសិស្សទាំងឡាយត្រូវតែនៅផ្ទះ នៅពេលណាពួកគេមានពាក់ព័ន្ធផ្សេងៗដូចតទៅនេះ។ ការក្រហមក្តៅ (ដែលមានកំដៅចាប់ពី 100 អង់សា ឡើងទៅ), ការក្អកចង្ហោរឬក៏ពាក់ព័ន្ធនា, ចេញពាក្យសព្ទក្រហមក្តៅខ្លាំង, តឹងច្រមុះដោយពិបាកដកដង្ហើមចេញចូល ឬក៏ក្អកញឹកញាប់ ហើយជាពិសេសទៀត បើសិនណាកូនលោកអ្នកមានជម្ងឺឆ្លងដែលបានធ្វើការវិនិច្ឆ័យរួចហើយ។

បើសិនលោកអ្នកមានសំណួរផ្សេងៗ សូមលោកអ្នកទូរស័ព្ទទៅការិយាល័យផ្នែកសុខាភិបាលនៃក្រុងស៊ីអាតឺល់យើងឃោតធី (Seattle King County Public Health Department) នៅទូរស័ព្ទលេខ (206) 296-4949 ឬក៏ចូលទៅមើលនៅក្នុងវិបស៊ីរបស់យើងឃោតធីនៅ www.kingcounty.gov/health ឬក៏ទៅមណ្ឌលផ្សេងៗ នៃការប្រយុទ្ធនឹងមេរោគ (Centers for Disease Control) វិបស៊ី, www.cdc.gov.

ដោយគោរព,

Jill Lewis, RN MN
ប្រធានគ្រប់គ្រង, នៃការបំប្លែងផ្នែកសុខាភិបាលសិស្ស