អ្វីដែលអ្នកត្រូវដឹងអំពី SHIGELLA

តើ *SHIGELLA* គឺជាអ្វី? (*shuh-geh-luh*)

Shigella គឺជាបាក់តេរី (មេរោគ) ដែលបង្កឱ្យមានជំងឺនៅក្នុងពោះវៀនហៅថា shigellosis។ វារីករាលដាលយ៉ាងងាយស្រួល និងអាចធ្វើឱ្យអ្នកឈឺខ្លាំង ជាពិសេសកុមារតូចៗ មនុស្សចាស់ និងមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធការពាររាងកាយចុះខ្សោយ។

សញ្ញាសម្គាល់ និងរោគសញ្ញា

រាគរូស (ពេលខ្លះមានឈាម ឬទឹករំអិល)

ចុកពោះ ឬរមួលក្រពើ

គ្រុនក្តៅ

ក្អួតចង្អោរ

ជាធម្មតា រោគសញ្ញាចាប់ផ្តើមមានពី **1** ទៅ **2** ថ្ងៃ បន្ទាប់ពីការប៉ះពាល់មេរោគ ហើយអាចមានរយៈពេលប្រហែលមួយសប្តាហ៍។

ស្វែងរកការថែទាំពីពេទ្យបើរោគសញ្ញាមានសភាពធ្ងន់ធ្ងរ។

តើមេរោគ *SHIGELLA* រីករាលដាលដោយរបៀបណា?

Shigella រីករាលដាលនៅពេលដែលមេរោគពីលាមកចូលទៅក្នុងមាត់របស់អ្នក។ រឿងនេះអាចកើតឡើងតាមរយៈ៖

- ការប៉ះផ្ទៃ ឬមនុស្សដោយមិនបានលាងដៃ
- ការផ្លាស់ប្តូរក្រណាត់កន្ទបទារក
- សកម្មភាពផ្លូវភេទ
- បរិភោគអាហារ ឬទឹកដែលមានមេរោគ

***Shigella* ឆ្លងខ្លាំង—បាក់តេរីតែបន្តិចក៏ធ្វើឱ្យអ្នកឈឺបាន**

តើអ្នកណាខ្លះប្រឈមមុខខ្លាំងជាងគេ?

- កុមារនៅក្នុងកន្លែងថែទាំកុមារ
- អ្នកធ្វើដំណើរទៅកាន់តំបន់ដែលមានអនាម័យមិនល្អ
- មនុស្សដែលជួបប្រទះនឹងភាពគ្មានផ្ទះសម្បែង
- អ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ ឬប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយ
- បុរសដែលរួមភេទជាមួយបុរស

តើព្យាបាលវាបានដោយរបៀបណា?

- មនុស្សភាគច្រើនជាសះស្បើយវិញដោយមិនប្រើថ្នាំ។ **ការផឹកជាតិទឹកឱ្យបានច្រើន និងការសម្រាកមានសារៈសំខាន់។**
- ថ្នាំអង់ទីប៊ីយោទិចប្រហែលជាត្រូវការសម្រាប់អ្នកដែលមានរោគសញ្ញាធ្ងន់ធ្ងរ ឬហានិភ័យខ្ពស់។

ការការពារខ្លួនអ្នក និងអ្នកដទៃ

ចៀសវាងនៅឆ្ងាយអ្នកដទៃ បើអ្នកឈឺ។ រង់ចាំយ៉ាងហោចណាស់ 2 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីអ្នកមានអារម្មណ៍ប្រសើរជាងមុន ចំពោះការរៀបចំអាហារសម្រាប់អ្នកដទៃ។ រកពេទ្យព្យាបាល **ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់អ្នកធ្ងន់ធ្ងរលើសពី 3 ថ្ងៃ ឬមិនធូរស្រាលឡើងវិញ។**

លាងដៃ ឬ ធ្វើអនាម័យដៃឱ្យញឹកញាប់ ដោយប្រើសាប៊ូនិងទឹក ឬទឹកអាល់កុលលាងដៃ - ជាពិសេសបន្ទាប់ពីប្រើបន្ទប់ទឹករួច ឬ មុនចម្អិនអាហារ និងទទួលទានអាហារ

អនុវត្តការរួមភេទដែលមានសុវត្ថិភាព។ ប្រើគ្រឿងការពារដូចជាស្រោមអនាម័យ ឬស្រោមការពារមាត់ពេលរួមភេទតាមមាត់ ហើយលាងដៃ ខ្លួនប្រាណ (ជាពិសេសតំបន់ប្រដាប់បន្តពូជ និងរន្ធគូថ) និងប្រដាប់លេងផ្លូវភេទណាមួយមុន និងក្រោយសកម្មភាពផ្លូវភេទ។

សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគផ្ទៃប៉ះពាល់ឱ្យបានទៀងទាត់។ ផ្តោតលើកន្លែងដែលប៉ះញឹកញាប់ដូចជាក្បាលសោទ្វារ តុ និងផ្ទៃបន្ទប់ទឹក។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖
562.570.4302 | longbeach.gov/shigella

LONG BEACH HEALTH & HUMAN SERVICES