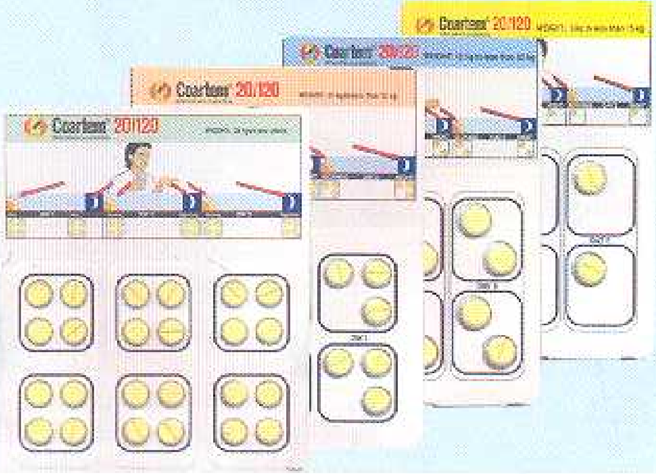
ငှက်ဖျားဆေးကို အညွှန်းအတိုင်း တိကျစွာသောက်သုံးခြင်းဖြင့် အမြစ်ပြတ်ကုသနိုင်သည်

ပေါင်းစပ်ငှက်ဖျားပျောက်ဆေး (ကိုအာတမ်)

- ကိုအာတမ်သည် ငှက်ဖျားရောဂါကုသရာတွင် အန္တရာယ်ကင်း၊ ပြီးထိရောက်မှုအရှိဆုံး ဆေးဖြစ်ပါသည်။
  ကိုအာတမ်ဆေးကို ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း (၃)ရက်အတွင်း အကုန်သောက်ပါ။
- ဆေးကိုအဆီပါသည့်အစာ ဥပမာ - နွားနို့ နှင့် တွဲသောက်ပါ။
- ကိုအာတမ် ငှက်ဖျားဆေးသောက်ခြင်းကြောင့် ဆိုးကျိုးများ မဖြစ်စေပါ။
- အချို့သူများတွင် အနည်းငယ်မူးဝေခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ဗိုက်အောင့်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သော်လည်း စိုးရိမ်ရန်မလိုပါ။ ဆေးကိုဆက်သောက်ပါ။



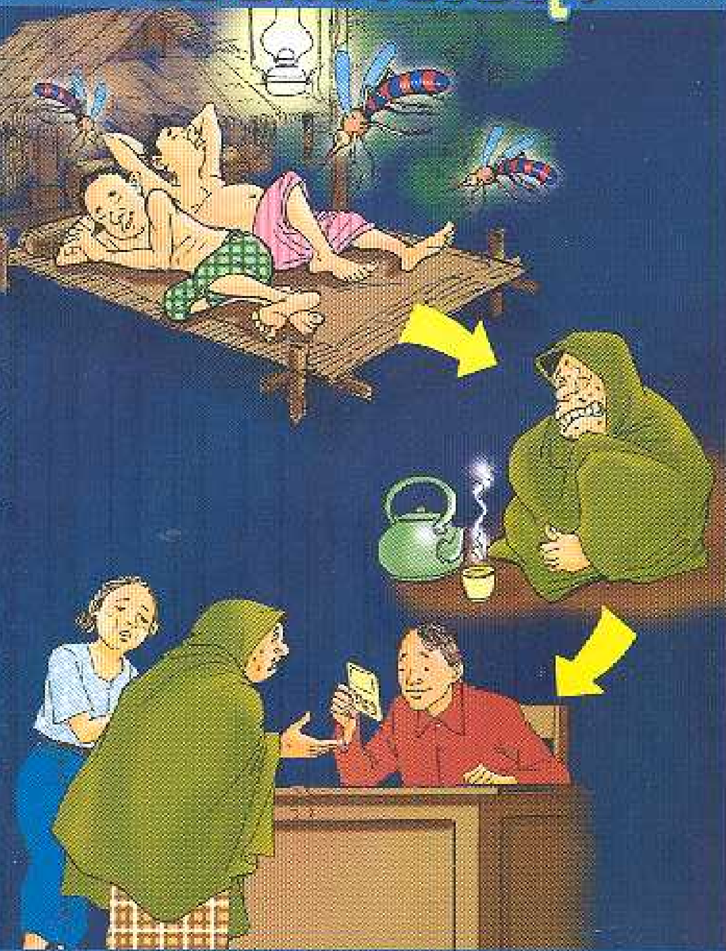
ငှက်ဖျားရောဂါမဖြစ်အောင် ဘယ်လိုကာကွယ်ရမလဲ

- ခြင်ကိုက်မခံရအောင်နေပါ။ ခြင်တစ်ခါကိုက်ရုံဖြင့် ငှက်ဖျားရောဂါရနိုင်သည်။
- အထိရောက်ဆုံးနှင့်အကောင်းဆုံးကာကွယ်နည်းမှာ ရာသီမရွေး ညစဉ် ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်ဖြင့် အိပ်ခြင်းဖြစ်သည်။

ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်ဆိုတာ ဘာလဲ

- ခြင်ထောင်စိမ်ဆေးပြားကိုဖျော်၍စိမ်ထားသော ခြင်ထောင်ဖြစ်သည်။
  ကလေးများ အပါအဝင်လူကို အန္တရာယ် မပြုနိုင်ပါ။

ငှက်ဖျားရောဂါ
သိကောင်းစရာ



ငှက်ဖျားရောဂါ ဘာကြောင့်ဖြစ်ရသလဲ

ငှက်ဖျားပိုး သယ်ဆောင်ထားသည့်ခြင်ကိုက်ခံရခြင်းကြောင့် ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်သည်။

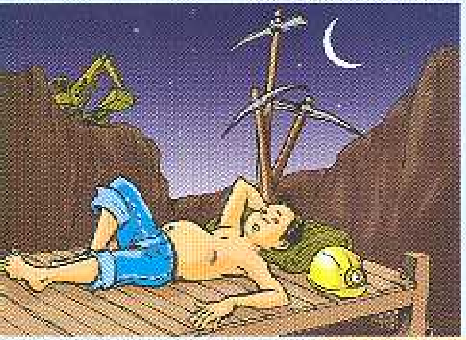
World Health Organization
Country Office for Myanmar

3DF

ခြင်မကိုက်အောင် ရာသီမရွေးနေရာမရွေး ခြင်ထောင်နှင့်အိပ်ပါ။

ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်သည့် အုပ်စုများ

တောထဲ
တောင်ထဲတွင်
အလုပ်လုပ်သူများ။



ငှက်ဖျားဖြစ်ပွား
တတ်သော
ဒေသရှိ
လုပ်ငန်းများတွင်
အလုပ်လုပ်သူများ။

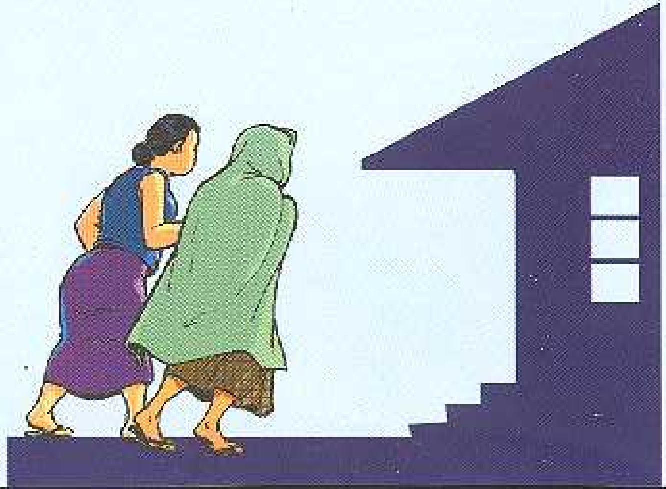
ငှက်ဖျားဖြစ်ပွားတတ်သော
ဒေသရှိ ကိုယ်ဝန်ဆောင်
မိခင်နှင့် ကလေးငယ်များ။

ငှက်ဖျားခြင်ရှိသောဒေသတွင်
ညတက်၍
ခြင်ထောင်ဖြင့် မအိပ်သူများ။

ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်လျှင် ဘယ်လိုလက္ခဏာတွေ ခံစားရမလဲ။

- ကိုယ်ပူကြီးခြင်း၊ ချမ်းတုန်ခြင်း၊ အလွန်ချွေးထွက်ခြင်း။
- ကိုယ်၊ လက်၊ ခြေ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း။
- မူးဝေခေါင်းကိုက်ခြင်း။

ဖျားပြီး (၂၄)နာရီအတွင်း ကုသမှုမခံယူလျှင်ရောဂါပြင်းထန်ပြီး အသက်ဆုံးရှုံးနိုင်သည်။



- ငှက်ဖျားရောဂါဟုသံသယရှိပါက ခေါ်ဆေးဆိုင်များမှ ဝယ်၍ဆေးမသောက်ဘဲ ဖျားပြီး (၂၄) နာရီအတွင်း သင့်ကျေးရွာရှိ စေတနာ့ဝန်ထမ်းကျန်းမာရေးလုပ်သား သို့မဟုတ် အစိုးရကျန်းမာရေးဌာနများသို့ သွားရောက်ပြသကုသမှု ခံယူပါ။
- ငှက်ဖျားရောဂါဟုသံသယရှိပါက သင့်ကျေးရွာရှိ စေတနာ့ဝန်ထမ်းလုပ်သားသို့မဟုတ် အစိုးရကျန်းမာရေးဌာနများတွင် အမြန်ငှက်ဖျားသွေးစစ်ကိရိယာဖြင့် သွေးစစ်ကြည့်ပါ။
- ငှက်ဖျားရောဂါရှိပါက ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဆေးလုံးအရေအတွက် နှင့် အချိန်ကို တိကျစွာ သောက်သုံးပါ။

အမြန်ငှက်ဖျား သွေးစစ်ကရိယာသည်…

- ဈေးနှုန်းသက်သာသည်။
- တိကျမှုနှင့် ထိရောက်မှုအရှိဆုံးဖြစ်သည်။
- အန္တရာယ်ပေးနိုင်သည့် ပြင်းထန်ငှက်ဖျားပိုး (ဖယ်ဆီပါရမ်) ကို စစ်ဆေးခြင်းဖြစ်ပြီး (၁၅) မိနစ်အတွင်း တိကျလျင်မြန်စွာ စစ်ဆေးနိုင်သည်။

3DF

World Health Organization
Country Office for Myanmar