ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A | ការការពារ និង ការទប់ស្កាត់

តើអ្វីជាជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A ?

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A គឺជាជំងឺឆ្លងដែលបណ្តាលមកពីមេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A ។ វាបង្កអោយកើតលឿងនៅលើស្បែក ឬ នៅភ្នែក មានអាការៈគ្រុន អស់កំលាំង ក្អួត ទឹកនោមព័ណ៌ក្រម៉ៅ លាមកព័ណ៌ស្លេក ឬមានរាករូស ។ មេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A ចម្លងតាមលាមក ឬ តាមឈាម ដោយតាមរយៈការប៉ះពាល់ផ្ទាល់នឹងអ្នកដែលមានផ្ទុកមេរោគនេះ ឬតាមការទទួលទានអាហារឬភេសជ្ជៈដែលមានមេរោគនេះ ។ មេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A អាចនៅជាប់លើផ្ទៃនៃវត្ថុ ឬទីតាំងបានជាច្រើនខែខែ ។ ការសំអាត និងសំលាប់មេរោគអោយបានត្រឹមត្រូវ ជួយការពារ និងទប់ស្កាត់ ការរាលដាលនៃមេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A នេះបាន ។

ត្រូវធ្វើការសំអាត និងសំលាប់មេរោគលើផ្ទៃដែលមានការប៉ះជាញឹកញាប់ ៖

- ក្តារចុចកុំព្យូទ័រ
- ដៃទ្វា
- កៅអីសំរាប់កូនក្មេង
- ទូរស័ព្ទ
- បង្កាន់ដៃ
- ផ្ទៃនៅចង្ក្រាន
- ផ្ទៃនានានៅក្នុងបន្ទប់ទឹក
- ប្រដាប់ប្រដារក្មេងលេង/ឧបករណ៍កីឡា
- ប្រដាប់បញ្ជាទូរស័ព្ទ
- បន្ទះកុងតាក់ចុចភ្លើង
- កៅអី ឬតុ
- រទេះជនពិការ/ឧបករណ៍ជំនួយការដើរ

គន្លឹះនៃការសំអាត

- ប្រើទឹកថ្នាំសំអាតនៅកន្លែងដែលមានប្រព័ន្ធខ្យល់ចេញចូលបានល្អ
- ដាក់ទឹកថ្នាំសំអាតអោយឆ្ងាយពីអាហារ និង ឆ្ងាយពីកន្លែងទុកអាហារ
- កុំលាយទឹកថ្នាំសំអាតចូលគ្នា
- ព្យាយាមចាប់កាន់វត្ថុដែលមានមេរោគអោយបានតិចបំផុត
- ចោលឧបករណ៍សំអាតដែលបានប្រើរួចក្នុងធុងឬថង់អោយបានជិតល្អ

LONG BEACH HEALTH & HUMAN SERVICES

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖
562.570.7907| longbeach.gov/HepA

ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទ A | ការការពារ និង ការទប់ស្កាត់

ការសំអាតកំអួត ឬ លាមក

1. ប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ពាក់ការពារខ្លួន (PPE) ដូចជា៖ ស្រោមដៃ ម៉ាស និងស្រោមការពារខោអាវរបស់អ្នក ។
2. បាំងកន្លែងដែលមានកំអួត ឬលាមក អោយបានឆាប់រហ័ស កុំអោយមានការដើរឆ្លងកាត់ ។
3. សំអាតកំអួតឬលាមកដែលអ្នកមើលឃើញ ដោយប្រើឧបករណ៍ដែលជក់ទឹក និងប្រើបានតែមួយដងហើយចោល (ប្រភេទក្រដាស ឬក្រណាត់ដែលជក់ទឹក និងប្រើតែមួយដងចោល) ហើយ កាត់បន្ថយការប្រើថ្នាំបាញ់ ។
4. បោះចោលក្រដាសឬក្រណាត់ដែលកខ្វក់នោះនៅក្នុងថង់អោយបានជិតល្អ ។
5. សំលាប់មេរោគនៅទីកន្លែង និងវត្ថុដែលនៅជិតនោះ ដោយប្រើថ្នាំសំអាតសំលាប់មេរោគដែលអាចកំចាត់មេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A បាន ។ សូមមើល “ទឹកថ្នាំសំលាប់មេរោគដែលមានប្រសិទ្ធិភាព” ខាងក្រោម ។
6. ដោះស្រោមដៃជាមុន បន្ទាប់មកដោះម៉ាស និងស្រោមការពារខោអាវ (តាមលំដាប់ដូចដែលបានរៀបរាប់) និងចោលគ្រឿងទាំងនេះនៅក្នុងថង់អោយបានជិតល្អ មុននឹងចេញពីកន្លែងដែលបានធ្វើការសំអាត ។
7. ពាក់ស្រោមដៃថ្មីដើម្បីយកថង់សំរាមទាំងនោះទៅចោល ដោយការពារកុំអោយថង់សំរាមនោះប៉ះនឹងខោអាវរបស់អ្នក ។
8. លាងសំអាតដៃអោយបានដឹតដល់ ជាមួយសាប៊ូ និងទឹក យ៉ាងតិច 20 វិនាទី ។

ទឹកថ្នាំសំលាប់មេរោគដែលមានប្រសិទ្ធិភាព

ត្រូវពាក់ស្រោមដៃជានិច្ច និងពាក់ស្រោមការពារខោអាវ នៅពេលប្រើប្រាស់ទឹកថ្នាំសំលាប់មេរោគ ។

ល្បាយទឹកក្លរីនអាចប្រើបានតែលើផ្ទៃដែលលាត និងរាបស្មើតែប៉ុណ្ណោះ ។

1⅔ ខ្នាតcup នៃ bleach + 1 ទឹក 1 ហ្គាឡុង = **ល្បាយទឹកថ្នាំក្លរីន**

លាយចូលគ្នា និងប្រើល្បាយទឹកថ្នាំក្លរីននេះ ក្នុងរយៈពេល 20 នាទី ។
ទុកចោលរយៈពេល 1 នាទី បន្ទាប់មកលាងសំអាតជាមួយទឹកធម្មតា ។

អ្នកអាចប្រើទឹកថ្នាំសំលាប់មេរោគដ៏ទៃទៀតបាន ប្រសិនបើមានស្លាកសញ្ញាសរសេរ “ប្រើសំរាប់សំលាប់មេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A (“Hepatitis A use”) ។ ទឹកថ្នាំដែលមានជាតិ Quaternary Ammonium **មិនមានប្រសិទ្ធិភាពក្នុងការសំលាប់**មេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A ទេ ។ សំរាប់ផ្ទៃដែលមិនអាចប្រើជាតិថ្នាំ bleach បាន សូមប្រើទឹកថ្នាំដែលមានស្លាកសញ្ញាសំរាប់សំលាប់មេរោគរលាកថ្លើមប្រភេទ A ។

LONG BEACH HEALTH & HUMAN SERVICES

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖
562.570.7907| longbeach.gov/HepA