- ចៀសវាងការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយសារធាតុរាវក្នុងរាងកាយរបស់បុគ្គលដែលឆ្លងវីរុសអេបូឡា ឬអ្នកស្លាប់ដោយសារជំងឺនេះ ឬសម្ភារដែលមានវីរុសអេបូឡា។ សារធាតុរាវក្នុងរាងកាយ រួមមាន ឈាម ទឹកនោម លាមក ទឹកមាត់ ញើស កំអួត ទឹកដោះម្តាយ ទឹកភ្លោះ ទឹកកាម និងទឹករំអិលរបស់មនុស្សដែលមានជំងឺអេបូឡា។
- លើសពីនេះ សូមចៀសវាងការប៉ះពាល់ជាមួយ៖
    - សម្លៀកបំពាក់ កម្រាលពូក ខ្នើយ ម្ជុល ឧបករណ៍វេជ្ជសាស្ត្រ ឬរបស់របរផ្សេងទៀតដែលអាចមានការប៉ះពាល់ឈាម ឬសារធាតុរាវរបស់មនុស្សដែលឆ្លងវីរុសអេបូឡា។
    - សាកសពអ្នកសង្ស័យឬបញ្ជាក់ថាមានជំងឺអេបូឡា។
    - ពពួកអំបូរសត្វប្រចៀវ ជ្រូក ឈ្លូស ប្រើស ស្វា និងឈាម សាច់ឆៅ ឬ សារធាតុរាវរបស់សត្វទាំងនេះ។
- ប្រើឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE)នៅពេលប៉ះពាល់ ឬថែទាំអ្នកជំងឺសង្ស័យ ឬបញ្ជាក់ថាមានជំងឺអេបូឡា ឬស្លាប់ដោយសារជំងឺអេបូឡា ឈាម និងសារធាតុរាវក្នុងរាងកាយរបស់ពួកគេ ឬវត្ថុដែលប្រលាក់ដោយឈាម ឬសារធាតុរាវក្នុងរាងកាយរបស់ពួកគេ។
- បន្ទាប់ពីត្រឡប់មកពីតំបន់ផ្ទុះជំងឺអេបូឡា សូមតាមដានសុខភាពខ្លួនឯងរយៈពេល ២១ ថ្ងៃ និងស្វែងរកការព្យាបាលជាបន្ទាន់ ប្រសិនបើមានរោគសញ្ញានៃជំងឺអេបូឡា។
- ប្រសិនបើមានរោគសញ្ញាដូចជា អស់កម្លាំង គ្រុនក្តៅ ឈឺសាច់ដុំ ក្អួត រាក និងមានប្រវត្តិធ្វើដំណើរពីតំបន់ផ្ទុះជំងឺអេបូឡា (សាធារណរដ្ឋកុងហ្គោ អ៊ូហ្គង់ដា) សូមទៅពិនិត្យនិងពិគ្រោះយោបល់ ជាមួយមណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យដែលនៅជិតលោកអ្នកជាបន្ទាន់ភ្លាមៗ។
- បុគ្គលិកសុខាភិបាល ត្រូវអនុវត្តវិធានការបង្ការការចម្លងរោគ និងការគ្រប់គ្រងការឆ្លងជំងឺយ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់គ្រប់ពេលវេលា។

អាស្រ័យហេតុនេះ សូមសាធារណជន មេត្តាជ្រាប និងថែរក្សាសុខភាព តាមរបៀបបង្ការខាងលើ។ ក្រសួងសុខាភិបាលនឹងបន្តធ្វើការជូនដំណឹង អំពីព័ត៌មានទាក់ទងនឹងបញ្ហាសុខភាពសាធារណៈ តាមបណ្តាញសង្គមផ្លូវការរបស់ក្រសួងសុខាភិបាល www.moh.gov.kh ក៏ដូចជាទំព័រហ្វេសប៊ុកផ្លូវការ របស់នាយកដ្ឋានប្រយុទ្ធនឹងជំងឺឆ្លង និងគេហទំព័រ www.cdcmoh.gov.kh ។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទងលេខទូរសព្ទទាន់ហេតុការណ៍របស់ក្រសួងសុខាភិបាល លេខ១១៥ ដោយឥតគិតថ្លៃ។

ថ្ងៃចន្ទ ២កើត ខែជេស្ឋ ឆ្នាំមមី អដ្ឋស័ក ព.ស.២៥៧០
រាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី១៨ ខែឧសភា ឆ្នាំ២០២៦

☞ ស្កេនដើម្បីទទួលព័ត៌មានពី
បណ្តាញសង្គមផ្លូវការរបស់
ក្រសួងសុខាភិបាល

អាសយដ្ឋាន៖ ដីឡូតិ៍លេខ៨០ វិថីសម្តេច ប៉ែន នុត (២៨៩)
សង្កាត់បឹងកក់ទី២ ខណ្ឌទួលគោក រាជធានីភ្នំពេញ
ទូរស័ព្ទ៖(+៨៥៥) ២៣ ៨៨៥ ៩៧០
អ៊ីម៉ែល៖ info@moh.gov.kh
គេហទំព័រ៖ www.moh.gov.kh
តេឡេក្រាម៖ t.me/MOHCambodia

ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងសុខាភិបាល

សេចក្តីប្រកាសព័ត៌មាន

ស្តីពី

ការការពារខ្លួនពីការឆ្លងជំងឺអេបូឡា (Ebola)

ក្រសួងសុខាភិបាលនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា សូមជម្រាបជូនសាធារណជនឱ្យបានជ្រាបថា អង្គការសុខភាពពិភពលោក (WHO) បានរាយការណ៍ពីការផ្ទុះជំងឺអេបូឡា (Ebola) នៅសាធារណរដ្ឋប្រជាធិបតេយ្យ**កុងហ្គោ** និងបានប្រកាសជាភាពអាសន្នសុខភាពសាធារណៈអន្តរជាតិ នៅថ្ងៃទី១៧ ខែឧសភា ឆ្នាំ២០២៦។ ជំងឺនេះក៏បានឆ្លងរាលដាលទៅប្រទេសអ៊ូហ្គង់ដា និងបណ្តាលឱ្យមានអ្នកឆ្លង និងស្លាប់ផងដែរ។ រហូតមកដល់ពេលនេះកម្ពុជាមិនទាន់រកឃើញករណីជំងឺអេបូឡានៅឡើយទេ។ ក្រសួងសុខាភិបាល បាននិងកំពុងតាមដានស្ថានការណ៍យ៉ាងជិតស្និទ្ធ ព្រមទាំងបានផ្សព្វផ្សាយចំណេះដឹង និងណែនាំដល់ក្រុមឆ្លើយតបបន្ទាន់ បុគ្គលិកសុខាភិបាលទូទាំងប្រទេស អ្នកទទួលទូរសព្ទ១១៥ និងសាធារណជន តាមបណ្តាញទំនាក់ទំនងសង្គម។ ជាមួយនេះក្រសួងបានត្រៀមវិធានការចាំបាច់សម្រាប់ការពារ និងឆ្លើយតបបន្ទាន់ ប្រសិនបើមានករណីសង្ស័យកើតឡើងនៅកម្ពុជា។

ជំងឺអេបូឡា គឺជាជំងឺឆ្លងធ្ងន់ធ្ងរ បង្កដោយក្រុមវីរុសអេបូឡា ដែលអាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់ ក្នុងអត្រាខ្ពស់រហូតដល់ ៨០-៩០ ភាគរយ ប្រសិនបើមិនទទួលបានការព្យាបាលទាន់ពេលវេលា។ វីរុសនេះត្រូវបានគេរកឃើញនៅឆ្នាំ ១៩៧៦ នៅសាធារណរដ្ឋប្រជាធិបតេយ្យកុងហ្គោ ហើយភាគច្រើនត្រូវបានរកឃើញនៅតំបន់សាហារ៉ានៃទ្វីបអាហ្វ្រិក។

ក្រុមវីរុសអេបូឡា ដែលអាចបង្កជំងឺលើមនុស្សមាន ៤ ប្រភេទ រួមមាន អេបូឡា (Ebola)ស៊ូដង់ (Sudan) តៃហ្វ័ររេស (Taï Forest) និង ប៊ុនឌីប៊ូហ្គីយូ (Bundibugyo)។ បច្ចុប្បន្ន មានវ៉ាក់សាំងសម្រាប់បង្ការជំងឺអេបូឡាមួយចំនួន ដែលត្រូវបានប្រើនៅក្នុងតំបន់មានផ្ទុះជំងឺ ឬក្នុងក្រុមហានិភ័យខ្ពស់។ មិនមានឱសថព្យាបាលជាក់លាក់ដែលអាចសម្លាប់វីរុសបានទាំងស្រុងទេ មានតែការព្យាបាលថែទាំគាំទ្រទៅតាមទម្រង់នៃជំងឺប៉ុណ្ណោះ។

របៀបចម្លង៖

- តាមរយៈការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយឈាម ឬសារធាតុរាវក្នុងរាងកាយរបស់អ្នកជំងឺ ឬអ្នកស្លាប់ដោយសារជំងឺអេបូឡា ឬសម្ភារដែលមានផ្ទុកវីរុសអេបូឡា។
- ជំងឺអេបូឡាអាចឆ្លងដោយកម្រតាមរយៈការប៉ះពាល់ជាមួយសត្វដែលមានផ្ទុកវីរុសអេបូឡា ដូចជាពពួកអំបូរសត្វប្រចៀវ ជ្រើង ឈ្លូស ប្រើស និងស្វាដែលរស់នៅក្នុងព្រៃក្រាស់ៗនៃទ្វីបអាហ្វ្រិក។

រោគសញ្ញា៖

- អស់កម្លាំង គ្រុនក្តៅ ឈឺសាច់ដុំ រាក ក្អួត និងអាចមានការហូរឈាម។
- រោគសញ្ញាចាប់ផ្តើមបង្ហាញក្នុងរយៈពេល ពី២ថ្ងៃ ដល់២១ថ្ងៃ ជាមធ្យម លេចចេញចន្លោះពី៨ថ្ងៃ ទៅ ១០ ថ្ងៃ បន្ទាប់ពីប៉ះពាល់ជាមួយវីរុសអេបូឡា។

របៀបបង្ការ៖

- លាងសម្អាតដៃជាមួយនឹងសាប៊ូនិងទឹកស្អាតឱ្យបានញឹកញាប់ ឬអាល់កុលលាងដៃ។
- ប្រសិនបើអ្នករស់នៅឬធ្វើដំណើរទៅតំបន់ដែលមានការសង្ស័យឬមានជំងឺអេបូឡាត្រូវអនុវត្តវិធានការការពារខ្លួនឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។

អាសយដ្ឋាន៖ ដីឡូតិ៍លេខ៨០ វិថីសម្តេច ប៉ែន នុត (២៨៩) សង្កាត់បឹងកក់ទី២ ខណ្ឌទួលគោក រាជធានីភ្នំពេញ
ទូរស័ព្ទ៖(+៨៥៥) ២៣ ៨៨៥ ៩៧០ អ៊ីម៉ែល៖ info@moh.gov.kh
គេហទំព័រ៖ www.moh.gov.kh តេឡេក្រាម៖ t.me/MOHCambodia