

# ជំងឺកញ្ជ្រីល

## កញ្ជ្រីលគឺជាជំងឺធ្ងន់ធ្ងរមួយ

កញ្ជ្រីល គឺជាជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលបង្កឲ្យមានស្នាមកន្ទួលរមាស់ និងជំងឺគ្រុនក្តៅជំងឺកញ្ជ្រីល គឺជាជំងឺឆ្លង។

វាឆ្លងរីករាលដាល នៅពេលដែលមនុស្សម្នាក់កើតជំងឺកញ្ជ្រីលបញ្ចេញខ្យល់ដង្ហើម ក្អកក្អាយក្នុងកញ្ចប់។

អ្នកដែលមិនបានចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការ គឺអាចនឹងងាយឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រីលជាងមនុស្សធម្មតា។

ជំងឺកញ្ជ្រីលអាចនឹងមានគ្រោះថ្នាក់ ជាពិសេសសម្រាប់ទារក និងកុមារតូចៗ។ ករណីខ្លះ ជំងឺនេះអាចនឹងបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អាយុជីវិតបាន។



## ការការពារគ្រួសារអ្នកពីជំងឺកញ្ជ្រីល

វិធីដ៏ល្អបំផុតក្នុងការការពារគ្រួសារអ្នកពីជំងឺកញ្ជ្រីល គឺត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការ។ គ្រូពេទ្យណែនាំថា កុមារទាំងអស់ត្រូវទទួលបានថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR។

ការទទួលបានថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR គឺមានសុវត្ថិភាព និងមានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការបង្ការជំងឺកញ្ជ្រីល។ វាក៏ជួយ ការពារប្រឆាំងទៅនឹងជំងឺសាឡាទែន និងជំងឺស្លូតបានផងដែរ។

ការទទួលបានថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR គឺមានសុវត្ថិភាពជាងការបណ្តោយខ្លួនឲ្យឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រីល។

កុមារភាគច្រើនមិនទទួលរងផលអវិជ្ជមានពីការចាក់ថ្នាំវ៉ាក់សាំងនេះឡើយ។ ផលអវិជ្ជមានរបស់ថ្នាំដែលកើតមាន ជាធម្មតាគឺមានតិចតួចបំផុត និងមិនមានរយៈពេលវែងនោះឡើយ ដូចជា៖ គ្រុនក្តៅ កន្ទួលរមាស់ និងការឈឺខ្លួនប្រាណ។



## ថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR មិនបណ្តាលឲ្យកើតមានជំងឺអូទីស៊ីមឡើយ

មិនមានការសិក្សាស្រាវជ្រាវណាមួយបង្ហាញអំពីទំនាក់ទំនងរវាងជំងឺអូទីស៊ីម និងថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR នោះឡើយ។ បញ្ហានេះត្រូវបាន ក្រុមវេជ្ជបណ្ឌិត និងអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រទូទាំងពិភពលោក បានធ្វើការសិក្សាស្រាវជ្រាវយ៉ាងប្រុងប្រយ័ត្នបំផុត។

អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រនានាកំពុងសិក្សាស្រាវជ្រាវទៅលើបុព្វហេតុដែលអាចនឹងធ្វើឲ្យកុមារកើតមានជំងឺអូទីស៊ីម។ អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រភាគច្រើន យល់ស្របថា សែនតំណពូជរបស់គ្រួសារអាចជាបុព្វហេតុនាំឲ្យបុគ្គលម្នាក់អាចនឹងកើតមានជំងឺអូទីស៊ីម។ អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រទាំងនោះក៏កំពុងសិក្សាផងដែរអំពីទំនាក់ទំនងរវាងជំងឺអូទីស៊ីម និងទីកន្លែងដែលមនុស្សរស់នៅ។

សូមសួរវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរអំពីជំងឺកញ្ជ្រីល ឬថ្នាំវ៉ាក់សាំង MMR។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖  
[www.doh.wa.gov/measles](http://www.doh.wa.gov/measles)  
<http://kingcounty.gov/health/measles>



# តើអ្នកត្រូវធ្វើដូចម្តេច ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកមានជំងឺកញ្ជ្រីល

## រោគសញ្ញានៃជំងឺកញ្ជ្រីល និងលក្ខណៈនៃការឆ្លង

ជំងឺកញ្ជ្រីលតែងចាប់ផ្តើមកើតមានតាមរយៈអាការៈគ្រុនក្តៅខ្លាំង ក្អក ហៀរសំបោរ ភ្នែកឡើងក្រហម និងហូរទឹកភ្នែក។ បន្ទាប់ពីរយៈពេល 3-4 ថ្ងៃក្រោយមក មានស្នាមកន្ទួលរមាស់ចាប់ផ្តើមកើតមាននៅលើផ្ទៃមុខ និងរាលដាលទៅផ្នែកដទៃផ្សេងទៀតនៃរាងកាយ។

អ្នកអាចចម្លងជំងឺកញ្ជ្រីលទៅមនុស្សផ្សេងទៀតបាននៅពេលអ្នកមានរោគសញ្ញាទាំងនេះ។ អ្នកនឹងចម្លងជំងឺនេះរហូតដល់ ស្នាមកន្ទួលរមាស់បាត់ទៅវិញ។

អ្នកអាចនឹងឆ្លងជំងឺកញ្ជ្រីលបាន ដោយគ្រាន់តែស្ថិតនៅក្នុងបន្ទប់មួយដែលមានអ្នកជំងឺកញ្ជ្រីលធ្លាប់ស្នាក់នៅ។ វីរុសកញ្ជ្រីលស្ថិតនៅក្នុងខ្យល់រយៈពេលរហូតដល់ពីរម៉ោង បន្ទាប់ពីអ្នកជំងឺនោះចាកចេញពីបន្ទប់។

## សូមទូរសព្ទទៅកាន់វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកឬគ្លីនិកជាបន្ទាន់ ប្រសិនបើអ្នកពិនិត្យឃើញមានរោគសញ្ញាទាំងនេះ

វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកឬគ្លីនិក នឹងឲ្យអ្នកដឹងថា តើអ្នកចំបាច់ត្រូវចូលទៅកាន់គ្លីនិកដើម្បីធ្វើការពិនិត្យជំងឺដែរឬយ៉ាងណា។

ជំងឺកញ្ជ្រីលគឺជាជំងឺងាយឆ្លង ហើយអ្នកអាចនឹងចម្លងជំងឺនេះទៅអ្នកដទៃទៀតនៅក្នុងបន្ទប់រង់ចាំ។ ចាំបាច់ត្រូវប្រាប់វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក ឬគ្លីនិកថា អ្នកមានរោគសញ្ញាជំងឺកញ្ជ្រីល មុនពេលអ្នកទៅកាន់គ្លីនិក។ ពួកគេនឹងផ្តល់ការណែនាំដល់អ្នកអំពីអ្វីដែលអ្នកត្រូវធ្វើ ដើម្បីកុំឲ្យអ្នកចម្លងជំងឺកញ្ជ្រីលនេះបាន។

## ត្រូវនៅផ្ទះ ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺកញ្ជ្រីល

ចាំបាច់ មិនត្រូវចម្លងជំងឺកញ្ជ្រីលទៅអ្នកដទៃឡើយ។

ត្រូវនៅផ្ទះ ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺកញ្ជ្រីល។ មិនត្រូវទៅសាលារៀន កន្លែងធ្វើការ ទៅហាងលក់ទំនិញ ឬផ្ទះរបស់អ្នកដទៃផ្សេងទៀតឡើយ។

មិនត្រូវមានអ្នកមកសួរសុខទុក្ខនៅផ្ទះរបស់អ្នកឡើយ ប្រសិនបើអ្នក ឬកូនរបស់អ្នកមានអាការៈគ្រុនក្តៅ ឬស្នាមកន្ទួលរមាស់។

## សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖

[www.doh.wa.gov/measles](http://www.doh.wa.gov/measles)  
<http://kingcounty.gov/health/measles>



DOH 348-651 , August 2017 Khmer

