ဝက်သက်ရောဂါ သတိပြုပါ

(၂၀၁၉) ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ (၅) ရက်

ဝက်သက်ရောဂါသည် ဝက်သက်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး (Measles virus) ကြောင့်ဖြစ်ပွားပါသည်။

ဘယ်သူတွေကိုကူးစက်နိုင်ပါသလဲ

ကာကွယ်ဆေးမထိုးထားသူများအားလုံး (အသက်အရွယ်မရွေး၊ ကျား/ မ မရွေး) ဝက်သက်ရောဂါ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။

ဘယ်လိုကူးစက်တတ်ပါသလဲ

- ရောဂါဖြစ်ပွားနေသူ **ချောင်းဆိုး/နှာချေခြင်းဖြင့်** ဝက်သက်ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် လေထဲသို့ရောက်ရှိပြီး အသက်ရှုလမ်းကြောင်းမှတဆင့် အခြားသူများသို့ ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။
- ရောဂါဖြစ်ပွားနေသူ ချောင်းဆိုး/နှာချေခြင်းမှထွက်သော အညစ်အကြေး (တံတွေး၊ နှပ်၊ သလိပ်) များကို တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ခြင်းဖြင့်လည်း ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။
- **တစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ အလွန်လျှင်မြန်စွာကူးစက်တတ်ပါသည်။**
- ရောဂါဖြစ်ပွားနေသူနှင့်အနီးကပ်နေထိုင်ပြီး၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားခြင်းမရှိခဲ့ပါက (၁၀)ဦးလျှင် (၉)ဦး အထိ ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။
- ဝက်သက်ရောဂါတွင် အနီစက်/အနီပြင်များ မထွက်ပေါ်မီ(၄)ရက်နှင့် ထွက်ပေါ်ပြီး (၄)ရက်အထိ ကာလ သည် အခြားသူသို့ **ကူးစက်နိုင်ခြေ အများဆုံးကာလဖြစ်သည်။**

ဘယ်လိုလက္ခဏာတွေရှိတတ်ပါသလဲ

ကနဦးလက္ခဏာများ

- အဖျားကြီးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာစေးခြင်း၊ မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ မျက်စိနီရဲ၍မျက်ရည်များ ကျခြင်း၊ ပါးစောင်တွင် အဖြူစက်ထွက်ခြင်း။

ခန္ဓာကိုယ်တွင်အနီစက်များထွက်ခြင်း

- ကနဦးလက္ခဏာများ စတင်ပေါ်ပေါက်ပြီး (၃)ရက်မှ (၅)ရက်မြောက်အတွင်း မျက်နှာနှင့်လည်ပင်းမှ စတင်ကာ အနီစက်/အနီပြင်များ ထွက်ပေါ်လာပြီးနောက် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးသို့ ပျံ့နှံ့သွားသည်။
- စတင်ပေါ်လာပြီးနောက် (၅)ရက်မှ (၆)ရက်ခန့်တွင် အနီစက်/အနီပြင်များ အရောင်ဖျော့၍ ပျောက်သွား တတ်သည်။

ဝက်သက်ရောဂါ သတိပြုပါ

(၂၀၁၉) ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ (၅) ရက်

ဝက်သက်ရောဂါ၏ ပြင်းထန်သောနောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများ

- ပြင်းထန်စွာအဆုတ်ရောင်ခြင်း၊
- ရေဓါတ်ဆုံးရှုံးမှုပြင်းထန်သည့် ဝမ်းလျှောခြင်း၊
- နားအလယ်ခန်းရောင်ခြင်း၊
- အမြင်အာရုံဆုံးရှုံးခြင်း၊
- ဦးနှောက်ရောင်ခြင်း၊

- **အသက်(၅)နှစ်အောက်ကလေးများ**
- **အာဟာရချို့တဲ့သူများ**
- **ကိုယ်ခံအားစနစ်အားနည်းသူများတွင် ပြင်းထန်သော နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး အသက်ဆုံးရှုံးသည်အထိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။**

ဘယ်လိုပြုစုကုသရမှာလဲ

- အရည်များများတိုက်ပါ။
- ကောင်းစွာအနားယူပါ။
- ဗီတာမင်အေ ထပ်မံတိုက်ကျွေးပေးရပါမည်။
- အခြားသူများကို မကူးစက်အောင် သီးသန့်နေထိုင်ရပါမည်။
- ဆေးမြီးတိုများဖြင့် ကုသခြင်းမပြုပါနှင့်။
- နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးလက္ခဏာများပေါ်ပေါက်ပါက ဆေးရုံတွင် ထိရောက်စွာ ကုသရပါမည်။

ဘယ်လိုကာကွယ်ရမလဲ

- ✓ ဝက်သက်ရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပါ ။
- ✓ **(ပထမအကြိမ် - ကလေးအသက် (၉) လ နှင့် ဒုတိယအကြိမ်- ကလေးအသက်(၁၈) လ)**
- ✓ ဝက်သက်ပေါက်နေသူနှင့် ထိတွေ့ခြင်းနှင့် လူစုလူဝေးထူထပ်သောနေရာများသို့သွားလာခြင်းကို တတ်နိုင်သမျှရှောင်ကြဉ်ပါ။
- ✓ လူနာနှင့် ထိတွေ့ပါက နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်ကိုလုံအောင်အုပ်ပါ။
- ✓ လက်ကိုဆပ်ပြာဖြင့် မကြာခဏဆေးကြောပါ။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

ဝက်သက်ရောဂါ သတိပြုပါ

(၂၀၁၉) ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ (၅) ရက်

ဝက်သက်ရောဂါကြိုတင်ကာကွယ်ရန် မိမိ၏ကလေးငယ်ကို ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပါ။

ပထမအကြိမ်- အသက်(၉)လ

ဒုတိယအကြိမ်- အသက်(၁၈)လ

ဝက်သက်ရောဂါကာကွယ်ဆေး လုံးဝမထိုးရသေးသော အသက် (၅)နှစ်အောက် ကလေးများကို နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာနတွင် သွားရောက်၍ ထိုးနှံပေးပါ။

ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာန/ဒေသန္တရ/ မြို့မ/မိခင်ကလေးကျန်းမာရေးဌာနများနှင့် မြို့နယ်ဆေးရုံ/ခုတင်(၁၀၀)နှင့်အထက်ဆေးရုံကြီးများတွင် အပတ်စဉ်ဖွင့်လှစ်ထားသော ကာကွယ်ဆေးထိုးစုရပ်များ၌ သွားရောက်ထိုးနှံနိုင်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

(၂၀၁၉)ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလ(၅)ရက်