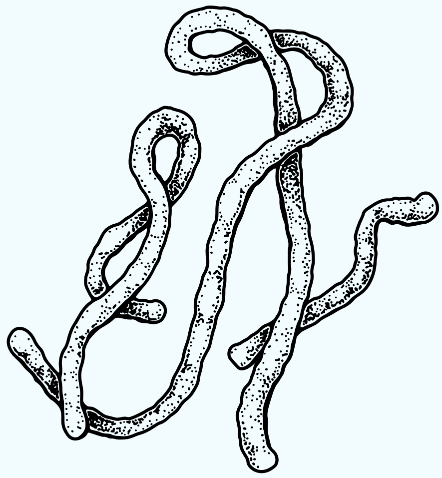
ဘွန်ဒီဘူဂျိုဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ (BVD) ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအကြံပြု အချက်အလက်များ

လက်ရှိတွင် ဘွန်ဒီဘူဂျိုဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ကူးစက်ဖြစ်ပွားမှုသည် ကွန်ဂိုဒီမိုကရက်တစ်သမ္မတနိုင်ငံနှင့် ယူဂန်ဒါနိုင်ငံတို့ရှိဒေသများကို ထိခိုက်သက်ရောက်လျက်ရှိသည်။

ဘွန်ဒီဘူဂျိုဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော အီဘိုလာရောဂါသည် ရှားပါးသော အီဘိုလာရောဂါ အမျိုးအစားတစ်ခုဖြစ်သည်။



- ဘွန်ဒီဘူဂျိုဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်းဖြစ်သည်။
- ထိုရောဂါ ကူးစက်ခံရပါက ရောဂါလက္ခဏာများ ပြင်းထန်ပြီး အချိန်မီ ကုသမှု မခံယူပါက အသက်သေဆုံးသည်အထိ ဖြစ်စေနိုင်သည်။
- ရောဂါပိုးရှိသူများ၏ ခန္ဓာကိုယ်အရည်များနှင့် တိုက်ရိုက် ထိတွေ့ကိုင်တွယ်မိခြင်း သို့မဟုတ် ရောဂါပိုးကပ်ငြိနေသော ပစ္စည်းများအား ကိုင်တွယ်မိရာမှ တစ်ဆင့် ကူးစက်ပြန့်ပွားနိုင်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများမှာ

အဖျားတက်ခြင်း

အားနည်းခြင်း/ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း

ခေါင်းကိုက်ခြင်း

အော့အန်ခြင်း

ဝမ်းလျှောခြင်း

ကြွက်သားများ ကိုက်ခဲခြင်း

သွေးယိုစီးမှုခြင်း
(ပြင်းထန်သော အခြေအနေများတွင်သာ မျက်လုံး၊ နှာခေါင်း၊ နား၊ ပါးစပ်တို့မှ သွေးထွက်ခြင်း)

ထိုရောဂါလက္ခဏာများသည် ရောဂါကူးစက်ခံရပြီးနောက် (၂) ရက်မှ (၂၁) ရက်အတွင်း ပေါ်ပေါက်နိုင်ပါသည်။

လက်ရှိအခြေအနေတွင် ဘွန်ဒီဘူဂျိုဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်သော အီဘိုလာရောဂါ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းသို့ ပျံ့နှံ့နိုင်ခြေမှာ နည်းပါးသော်လည်း ရောဂါဖြစ်ပွားနေသောနိုင်ငံများသို့ သွားရောက်မည်ဆိုပါက အတည်ပြုထားသော ခရီးသွားအကြံပြုချက်နှင့် ကျန်းမာရေးအကြံပြုချက်များကို လိုက်နာရန် အရေးကြီးပါသည်။

World Health Organization
Myanmar

ရောဂါဖြစ်ပွားနေသော ဒေသသို့ ခရီးသွားမည်ဆိုပါက

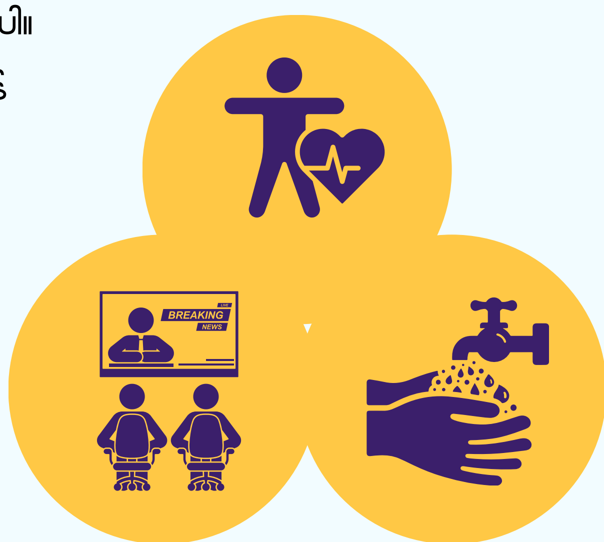
ကြိုတင်ကာကွယ်မှုများ ပြုလုပ်ပြီး အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာပါ။

ခရီးမသွားမီတွင်

- သက်ဆိုင်ရာနိုင်ငံများ၏ ခရီးသွားအကြံပြုချက်များကို လေ့လာပါ။
- သင့်လျော်သော နိုင်ငံတကာ ကျန်းမာရေးအာမခံ ပြုလုပ်ထားရှိပါ။
- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု သို့မဟုတ် လူသားချင်းစာနာမှုဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများအတွက် ခရီးသွားရမည်ဆိုပါက သက်ဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူထံမှ အကြံဉာဏ် ရယူပါ။။

ခရီးသွားနေစဥ် အတွင်း

- သင့် ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို သေချာစွာ သတိထား စောင့်ကြည့်ပါ။
- သွားရောက်မည့်နိုင်ငံ၏ ဒေသဆိုင်ရာ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး လမ်းညွှန်ချက်များကို စောင့်ကြည့်လိုက်နာပါ။
- ဖျားနာနေသူများ၏ သွေး/ခန္ဓာကိုယ်အရည်များနှင့် ထိတွေ့ခြင်းကို ရှောင်ကြဥ်ပါ။
- လက်ကို စနစ်တကျ သေချာစွာဆေးကြောသော အကျင့်ကို ပြုလုပ်ပါ။
- အီဘိုလာရောဂါ သံသယဖြင့် သေဆုံးသူ၏ အလောင်းနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ခြင်း သို့မဟုတ် ရောဂါကူးစက်နိုင်ခြေရှိသော အသုဘ အခမ်းအနားများတွင် ပါဝင်ခြင်းကို ရှောင်ကြဥ်ပါ။
- ရောဂါလက္ခဏာများ စတင်ပေါ်ပေါက်ပါက ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အကြံဉာဏ်ကို ချက်ချင်း ဆောလျင်စွာရယူပါ။



ခရီးသွားပြီးနောက်/အိမ်ပြန်ရောက်သောအခါ

ရောဂါဖြစ်ပွားနေသောနိုင်ငံ၊ ဒေသသို့ ခရီးသွားခဲ့ပြီးနောက် (၂၁) ရက်အတွင်း နေမကောင်းဖြစ်ပါက -

- အခြားသူများနှင့် သီးခြားခွဲ၍နေပါ။
- သက်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးတာဝန်ရှိသူများအား ဆောလျင်စွာ အချိန်မီဆက်သွယ်ပါ။
- ခရီးသွားထားကြောင်း မှတ်တမ်းရာဇဝင်ကို ပြောကြားပါ။
- လူစုလူဝေးရှိသောနေရာများသို့ မသွားရောက်ပါနှင့်၊ အခြားခရီးစဥ်များ ဆက်လက်သွားရောက်ခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။

World Health Organization
Myanmar