ကုသမှု

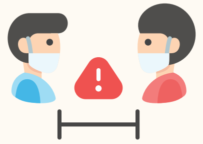
ဆရာဝန်၏ ဆုံးဖြတ်ချက်အပေါ် မူတည်၍ ကုသမှုကို
အောက်ပါအမျိုးအစား (၂) မျိုးဖြင့် ခွဲခြားဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

၁။ ဆေးရုံတွင်ကုသမှုခံယူခြင်း

၂။ အိမ်၌သီးသန့်ခွဲနေခြင်း (Home Isolation)

ကုသမှုပြီးဆုံးချိန် (ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံးရှိ အဖတ်များလုံးဝကြွေကျပြီးချိန်) တွင် လူနာသည် သာမန်နေထိုင်မှုအတိုင်း ပြန်လည်နေထိုင်သွားနိုင်ပါသည်။

လူနာနှင့်အတူနေထိုင်သူများ အတွက် လိုက်နာရန်အချက်များ



သီးခြားခွဲနေထိုင်ခြင်း

လူနာနှင့် နီးကပ်စွာထိတွေ့ခြင်း သို့မဟုတ် အရေပြားချင်း ထိတွေ့ခြင်းမပြုရ။ သီးခြားအခန်း သို့မဟုတ် သီးခြားနေရာတွင် နေထိုင်ရမည်။

သီးခြားစားသောက်ခြင်း

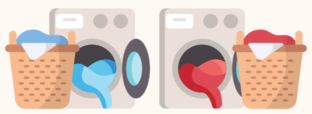
လူနာနှင့် ပန်းကန်၊ ဇွန်း၊ ခရင်း၊ ရေခွက်တို့ကို အတူမသုံးရ။

သီးခြားရေချိုးခန်းသုံးခြင်း

သို့သော် အတူသုံးရန် မလွှဲမရှောင်၍ ဖြစ်ပါက လူနာက နောက်ဆုံးအသုံးပြုသူဖြစ်စေပြီး အသုံးပြုပြီးတိုင်း သန့်စင်ဆေးရည်ဖြင့် သုတ်သင် ဆေးကြောရမည်။

သီးခြားပစ္စည်းများသုံးခြင်း

အဝတ်အစား၊ လက်သုတ်ပဝါ၊ အိပ်ရာခင်းစသည့် လူနာ၏ ကိုယ်ပိုင်အသုံးအဆောင်များကို အတူမသုံးရ။



သီးခြားလျှော်ဖွပ်ခြင်း

လူနာ၏ အဝတ်အထည်များကို အခြားသူများ၏ အဝတ်များနှင့် ရောလျှော်ဖွပ်ခြင်း မပြုရ။

သီးခြားအမှိုက်စွန့်ခြင်း

သွေး၊ အရည်ကြည်ဖု သို့မဟုတ် အဖုများမှ အရည်များစသည့် အရည်အချွဲများနှင့် ထိတွေ့ထားသော အမှိုက်များကို ကူးစက်ရောဂါအမှိုက်ပုံးတွင် သီးခြားစွန့်ပစ်ရမည်

သတင်းအချက်အလက် ရယူနိုင်သော လမ်းကြောင်းများ

@das.ddc

@safesexstory

1422

กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control
Division of AIDS and STIs

မျောက်ကျောက်ရောဂါ

Mpox VIRUS

Final-N_MPOX_Leaflet_Myanmar.pdf 2 9/4/2569 BE 09:59

မျောက်ကျောက်ရောဂါ

ဖြစ်ပွားမှုအကြောင်းရင်း : ကျောက်ကြီး (smallpox) သို့မဟုတ် ကျောက်ရောဂါကို ဖြစ်စေသော ဗိုင်းရပ်စ်မျိုးရင်းတွင်ပါဝင်သော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့် ဖြစ်ပွားပြီး ရောဂါပြင်းထန်မှု အနည်းငယ်သာရှိသည်။ လူနာတွင် အဖျားရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခွင်တွင် အနီဖုများ၊ အရည်ကြည်ဖုများ၊ ပြည်တည်နာများ ထွက်လေ့ရှိသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်ခံရပြီးနောက် လူနာသည် ခန့်မှန်းခြေအားဖြင့် ၅ ရက်မှ ၂၁ ရက်အတွင်း ရောဂါလက္ခဏာစပြသည်။

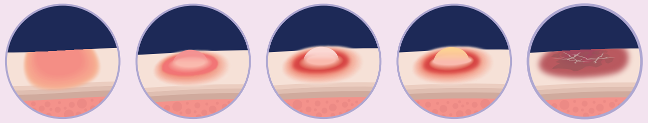
အနီဖုများမထွက်မီကာလ ၏ ရောဂါလက္ခဏာများ

အဖျားရှိခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊

ပြန်ရည်ကျိတ်များ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်း

အနီဖုများထွက်သည့်ကာလ ၏ ရောဂါလက္ခဏာများ

ဤကာလသည် ရောဂါပိုး ကူးစက်နှုန်း အများဆုံး ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော အဆင့်ဖြစ်သည်။ အရေပြားပေါ်တွင် အနီကွက်ပြားများ စတင်ပေါ်ထွက်လာပြီး၊ ၎င်းမှ တဖြည်းဖြည်း အနီဖုများ၊ အရည်ကြည်ဖုများ၊ ပြည်တည်နာများ အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲသွားကာ၊ နောက်ဆုံးတွင် အဖတ်များ/အခြောက်အတက်များ တက်ပြီး ကွာကျသွားသည်။



အဆင့် ၁ အဆင့် ၂ အဆင့် ၃ အဆင့် ၄ အဆင့် ၅

ကူးစက်ပုံ

အဓိကကူးစက်သည့်လမ်းကြောင်း

ရောဂါရှိသူနှင့် ထိတွေ့ခြင်း သို့မဟုတ် နီးကပ်စွာ အတူနေထိုင်ခြင်း။

အရေပြားချင်း တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ခြင်း - ဥပမာ အနာများ၊ အကွက်များ၊ အရေပြားပေါ်ရှိ ပြည်တည်နာများကို ထိတွေ့ခြင်း။

လိင်ဆက်ဆံခြင်းမှတစ်ဆင့် (လိင်အင်္ဂါအမျိုးမျိုးဖြင့်) - လိင်အင်္ဂါ၊ စအို သို့မဟုတ် ပါးစပ်စသည့်တို့မှတစ်ဆင့် ကူးစက်နိုင်ခြင်း။

နှာခေါင်းစည်း (mask) မတပ်ဆင်ဘဲ အချင်းချင်း နှာချေချောင်းဆိုးခြင်း။

လေဝင်လေထွက်မကောင်းသည့်နေရာတွင် နှာခေါင်းစည်း (mask) မတပ်ဆင်ခြင်းဖြင့် ၁ မီတာအကွာအဝေးတွင်း မျက်နှာချင်းဆိုင်စကားပြောခြင်း။

အခြားကူးစက်မည့်လမ်းကြောင်းများ

ကူးစက်ခံရသူ၏ အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို ထိတွေ့ခြင်း။

ကူးစက်ခံရသော တိရစ္ဆာန်၏ အရည်အခွဲများကို ထိတွေ့ခြင်း။

ကူးစက်ခံရသော ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်မှ သန္ဓေသားဆီသို့ ကူးစက်နိုင်ခြင်း။

မျောက်ကျောက်ရောဂါဖြစ်ခြင်းမှ ကာကွယ်မည့်နည်းလမ်းများ

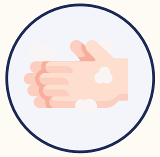
1 မျောက်ကျောက်ရောဂါဟုသံသယရှိသော အနီကွက်ပေါ်သူများနှင့် **နီးနီးကပ်ကပ် ထိတွေ့ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။**

2 မသိသောသူများနှင့် လိင်ဆက်ဆံခြင်းမှ **ရှောင်ကြဉ်ပါ။**

3 ရောဂါကူးစက်ခံရသော တိရစ္ဆာန်များ၏ အဖုများ၊ ပြည်များ၊ အနာများနှင့် တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်အသေကောင်များကို **မထိရပါ။** အသားများကို ကျက်အောင်ချက်ပြုတ်စားသောက်ပါ။

4 ကိုယ်ပိုင်အသုံးအဆောင်များကို ကူးစက်ခံရသူနှင့် အတူတကွမသုံးပါနှင့်။ ဥပမာ အဝတ်အစား၊ လက်သုတ်ပဝါ၊ အိပ်ရာခင်းစသည့်ဖြင့်

5 နှာခေါင်းစည်း (Mask)တပ်ဆင်ပါ။



6 လက်ကို မကြာခဏဆေးကြောပါ။

ကူးစက်ခံရသည်ဟုသံသယရှိပါက စမ်းသပ်ရန်၊ ရောဂါရှာဖွေရန်နှင့်ကုသမှုခံယူရန်အတွက် သီးသန့်ခွဲနေကာ ဆရာဝန်ထံ အမြန်ဆုံးဆက်သွယ်ပါ။