ជូន​ចំពោះ​ឪពុកម្តាយ​និង​អ្នកផ្តល់ការថែទាំ​ជាទីរាប់អាន​

យើងដឹង​ហើយថា ជំងឺ​​រាតត្បាត​ COVID-19 មានភាព​លំបាកខ្លាំង​ប៉ុនណាសម្រាប់​ក្រុមគ្រួសារ​នៅក្នុង​រដ្ឋ​​ម៉ាសាជូសេត​ ហើយ​វា​សំខាន់​ជាង​ពេលណាៗទាំង​អស់ដែល​ត្រូវ​បន្តទទួល​ការ​​ចាក់វ៉ាក់សាំង​ និង​អនុវត្តវិធានការ​ថែទាំ​សុខភាព​ជាប្រចាំ​ផ្សេងទៀត​​ សម្រាប់​អ្នក​និង​កូនរបស់អ្នកនៅអំឡុងពេល​ដ៏សំខា​ន់នេះ​។

យើង​សរសេរ​លិខិត​ថ្ងៃនេះ ​ដើម្បី​លើកទឹកចិត្ត​ឲ្យអ្នកបន្ត​ទទួលបាន​ការថែទាំ​[​បង្ការ​](https://www.hhs.gov/healthcare/about-the-aca/preventive-care/index.html)ជាប្រចាំ​សម្រាប់​ខ្លួន​អ្នក​ និង​កូនរបស់អ្នក​/និង​ក្មេង​​ជំទង់​ តាមរយៈ​អ្នកផ្តល់សេវា​ថែទាំ​សុខភាព​បឋម​ និង​ពេទ្យឯកទេស​កុមា​រ​​​។ ជាការ​សំខាន់ត្រូវបន្ត​ការណាត់ជួប​ពិនិត្យ​តាម​ដាន​សុខភាពជាប្រចាំ​​ ការជួប​ពិនិត្យ​សុខភាព​កុមារ និង​ការចាក់ថ្នាំ​បង្ការ​សម្រាប់​កូនរបស់អ្នក/ក្មេងជំទង់ (ដូចជា​ជំងឺ​អុតស្វាយ គ្រុនផ្តាសាយធំ និង​កញ្ជ្រឹល​)។

ក្នុងនាមជាឪពុកម្តាយ​ឬ​អ្នកផ្តល់ការថែទាំ សុខភាព​របស់អ្នក​ក៏ជា​អាទិភាព​សំខាន់​ដែរ​។​ សូមជួប​ពិគ្រោះ​​ជាមួយអ្នកថែទាំបឋម​របស់អ្នក​ ដើម្បី​​បន្តគ្រប់គ្រង​ស្ថានភាព​ជំងឺ​រ៉ាំរ៉ៃ​របស់អ្នក ដូចជា​ជំងឺ​ទឹកនោមផ្អែម​និងសម្ពាធ​ឈាម​ខ្ពស់​ ការថែទាំ​សុខភាព​ផ្លូវ​ភេទ​និង​សុខភាព​បន្តពូជ​របស់អ្នក​ ឬ​ពិភាក្សា​អំពី​ក្តី​កង្វល់មួយចំនួន ព្រមទាំង​​​​ស្ថានភាព​សុខភាព​ផ្លូវ​ចិត្ត​និង​ការ​ប្រើប្រាស់​សារធាតុ​ញៀនផងដែរ​។ ប្រសិន​បើអ្នក​កំពុងមានគម្រោង​​[មានផ្ទៃ​ពោះ​](https://www.cdc.gov/pregnancy/index.html) សូម​ស្វែង​រក​ការពិគ្រោះ​យោបល់​ និង​ការពិនិត្យ​តាមដាន​។​ ប្រសិនបើ​អ្នក​មានផ្ទៃ​ពោះ​ សូមទទួល​ការ​ពិនិត្យតាមដានជាប្រចាំ​មុនពេល​សម្រាល ប្រើ​វីតាមីន​មុនពេល​សម្រាល​​ជាប្រចាំ និង​ទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំង​គ្រុនផ្តាសាយ​ធំ​។

យើង​សូមថ្លែង​អំណរគុណដល់ការជួយ​ជ្រោមជ្រែង​របស់អ្នក​នៅក្នុងការ​ថែទាំ​កុមារ​ គ្រួសារ​ និង​សហគមន៍​​របស់​យើង​ឲ្យមាន​សុវត្ថិភាព​និង​សុខភាពល្អ​​នៅរដូវស្លឹកឈើជ្រុះ​នេះ​ និង​អំឡុងពេលពេញមួយឆ្នាំ​។​

ដោយសេចក្តី​គោរពរាប់អាន​​

Text, letter

Description automatically generated

Elaine Fitzgerald Lewis, DrPH, MIA

នាយក

ការិយាល័យ​សុខភាព​គ្រួសារ​ និង​អាហារូបត្ថម្ភ​​ (Family Health & Nutrition)

ក្រសួងសុខភាព​សាធារណៈ​រដ្ឋ​ម៉ាសាជូសេត​ (Massachusetts Department of Public Health)