ជម្ងឺអុតស្វា

ការយល់ដឹងពីកត្តាជាក់ស្តែង៖ អ្នកណាក៏អាចឆ្លងជម្ងឺអុតស្វាដែរ (ឈ្មោះចាស់គឺ monkeypox ហើយឈ្មោះបច្ចុប្បន្នគឺ mpox)។ ភាគច្រើន ជម្ងឺនេះអាចឆ្លងរាលដាលតាមរយៈការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ទៅលើស្បែកនិងស្បែក និងការរួមភេទ។ អ្នកអាចទប់ស្កាត់ជម្ងឺអុតស្វា។

ទទួលការត្រួតពិនិត្យ	ពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព ឬមណ្ឌលសុខភាពនៅតាមមូលដ្ឋានអំពីស្នាមកន្ទួល ឬហើមប៉ោងនៅលើដងខ្លួនអ្នក ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងដៃ ជើង មុខ ប្រដាប់ភេទ និងទ្វារធំ។
ទទួលការធ្វើតេស្ត	ការធ្វើតេស្តអាចរកបាននៅតាមសេវាកម្មថែទាំសុខភាពឬមណ្ឌលសុខភាពនៅតាមមូលដ្ឋាន។
ទទួលការព្យាបាល	ប្រសិនបើអ្នកមានជម្ងឺអុតស្វា ចូរសាកសួរអំពីការព្យាបាល។
ទទួលការចាក់វ៉ាក់សាំង	ចូរស្វែងយល់ថាតើការចាក់វ៉ាក់សាំងអាចល្អសម្រាប់អ្នកដែរឬទេ។ ការផ្គត់ផ្គង់វ៉ាក់សាំងដែលមានកម្រិតត្រូវបានផ្តល់អាទិភាពសម្រាប់អ្នកទាំងឡាយណាដែលកំពុងស្ថិតក្នុងស្ថានភាពហានិភ័យបំផុត និងសហគមន៍ដែលមេរោគកំពុងរាតត្បាត។

ជម្ងឺអុតស្វាជាទូទៅរាលដាលបំផុតតាមរយៈការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ ដូចជា៖

- ការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ស្បែកនិងស្បែកដែលមានស្នាមកន្ទួល ដំបៅ ឬទឹករងៃ
- ការរួមភេទ
- ការប៉ះពាល់ស្បែកនិងស្បែកផ្សេងទៀត ដូចជា ការថើប, ម៉ាស្សា ឬការឱប

ជួនកាល ជម្ងឺអុតស្វាអាចឆ្លងតាមរយៈ៖

- ការប្រឈមទៅនឹងដំណក់ទឹកតូចៗតាមផ្លូវដង្ហើម ដោយសារការទំនាក់ទំនងទល់មុខគ្នាដោយអត់ពាក់ម៉ាស់
- ប្រើប្រាស់រួមគ្នានូវកន្សែងពោះគោ កម្រាលគ្រែ ខោអាវ ឬរបស់របរផ្ទាល់ខ្លួនផ្សេងៗទៀត។
- ចែករំលែកគ្នានូវភេសជ្ជៈ សម្ភារប្រើប្រាស់ផ្ទះបាយ បារី បារីអគ្គិសនី ខ្សៀរ

ជម្ងឺអុតស្វាមិនទំនងជាឆ្លងតាមរយៈសកម្មភាព ឬទម្រង់ខាងក្រោមនេះទេ៖

- ហ្វូងមនុស្សដែលម្នាក់ៗមានការស្លៀកពាក់ និងមិនបានប៉ះពាល់ស្បែកនិងស្បែក
- ការចាប់ដៃមួយភ្លែត
- ការទិញទំនិញនៅតាមហាងឬកន្លែងលក់គ្រឿងទេស

សូមស្វែងរកទីតាំងចាក់វ៉ាក់សាំងដែលនៅជិតអ្នកតាមរយៈ៖
mass.gov/MpoxVaccine

Massachusetts Department of Public Health