ဒီနေ့အတွက် သိကောင်းစရာ (၅၆)
(၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ ဇူလိုင်လ (၃၁) ရက်

ငှက်ဖျားရောဂါမဖြစ်အောင် ဘာတွေသိထားဖို့လိုသလဲ?

- ငှက်ဖျားရောဂါပိုးသယ်ဆောင်ထားသည့် ညအချိန်တွင်ကိုက်လေ့ရှိသော အနောဖလိခြင်အမ (Anopheles) ကိုက်ရာမှ ငှက်ဖျားရောဂါပိုးသည် လူ့ခန္ဓာကိုယ်ထဲသို့ ဝင်ရောက်ကာ ငှက်ဖျားရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေပါတယ်။ မိုးတွင်း ကာလမှာ ဖြစ်ပွားမှုများပြားလေ့ရှိပြီး၊ တောတောင်အတွင်းဝင်ရောက်အလုပ်လုပ်သူများနှင့် ရွှေ့ပြောင်း လုပ်သား များမှာဖြစ်ပွားမှုများပြားပါတယ်။
- ငှက်ဖျားရောဂါသည် စိမ့်စမ်းရေသောက်ခြင်း၊ ငှက်ပျောသီးစားခြင်းတို့ကြောင့် လုံးဝ (လုံးဝ) မကူးစက်နိုင်ပါ။

ငှက်ဖျားရောဂါပိုးသယ်ဆောင်သည့်ခြင်၏ အလေ့အထများ

- အနောဖလိခြင်အမဟာ သက်တမ်း (၁)လခန့် အထိရှည်ကြာနိုင်၍ ပင်လယ်ကမ်းခြေဒေသများ၊ တောတောင် ထူထပ်သောဒေသများ၊ လယ်ကွင်းများ၊ ရေကြည်ရေသန့်ရှိသောစိုက်ခင်းများ၊ ရေမြောင်းများနှင့် ရေတိမ်စမ်း ချောင်းများ၏ ရေစပ်များတွင်လည်း ပေါက်ပွားနိုင်ပြီး မိုးရာသီမှာပေါက်ပွားမှု ပိုမိုများပြားနိုင်ပါတယ်။

ငှက်ဖျားရောဂါရဲ့ လက္ခဏာတွေက ဘာတွေလဲ?

- အဓိကလက္ခဏာတွေကတော့ ချမ်းတုန်ဖျားခြင်း၊ ကိုယ်ပူခြင်း၊ ချွေးထွက်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်း၊ အစားအသောက်ပျက်ပြီးအန်ခြင်း၊ သွေးအားနည်းပြီးဖြူရော်လာခြင်း၊ ဘေလုံးကြီးခြင်းစသည်တို့ကိုလည်း ခံစားရနိုင်ပါတယ်။ စတင်ဖျားပြီး (၂၄)နာရီအတွင်း ထိရောက်စွာကုသခံယူခြင်းမရှိပါက သတိလစ်ခြင်း၊ တက်ခြင်း၊ ကယောင်ကတမ်းဖြစ်ခြင်း၊ ဆီးအရောင်မည်းခြင်း၊ ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါများပျက်စီးခြင်းစသည့် ပြင်းထန်ငှက်ဖျားရောဂါ လက္ခဏာများ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်လာပြီး အသက်သေဆုံးသည်အထိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
- ငှက်ဖျားရောဂါလို့ သံသယရှိပြီဆိုရင်တော့ တတ်နိုင်သမျှစောစီးစွာ နီးစပ်ရာလူထုအခြေပြု စေတနာ့ဝန်ထမ်း ငှက်ဖျားလုပ်သား (ဒါမှမဟုတ်) ကျန်းမာရေးဌာနများမှာ အခမဲ့သွေးဖောက်စစ်ဆေးရမှာဖြစ်ပါတယ်။ စစ်ဆေးလို့ ငှက်ဖျားပိုးတွေ့ရင်အစွမ်းထက်တဲ့ **ငှက်ဖျားဆေးပေါင်းများကို** စေတနာ့ဝန်ထမ်းတွေနဲ့ ကျန်းမာရေးဌာနတွေက **အခမဲ့ပေးသွားမှာ** ဖြစ်ပါတယ်။
- ငှက်ဖျားဆေးပေါင်းကို အချိန်မှန်မှန်သောက်ဖို့နဲ့ အညွှန်းအတိုင်းကုန်အောင်သောက်ပေးမှသာ လူနာမိသားစုဝင်နဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထပ်မံမကူးစက်နိုင်မှာဖြစ်သလို ငှက်ဖျားဆေးယဉ်ပါးမှုကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

ငှက်ဖျားရောဂါမဖြစ်အောင် ဘယ်လိုကာကွယ်ဆောင်ရွက်ရမလဲ?

✓ **ခြင်ကိုက်မခံရအောင်ဂရုပြုနေထိုင်ပါ၊ ဘယ်နေရာအိပ်အိပ်၊ ဘယ်အချိန်အိပ်အိပ် ခြင်ထောင်နဲ့ အိပ်ပါ။ အထူးသဖြင့် ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားလေ့ရှိတဲ့ဒေသတွေမှာ ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်နဲ့ အိပ်ပါ။**

✓ **ခြင်ပေါက်ပွားရာနေရာများမရှိအောင် ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးကို အထူးဂရုပြု ဆောင်ရွက်ပါ။**

ငှက်ဖျားရောဂါပိုးသယ်ဆောင်ထားတတ်သော အနောဖလိခြင်

ငှက်ဖျားရောဂါပိုးကို ရှိ/မရှိ အမြန်သွေးစစ်ကိရိယာများ

Reference: MoHS. National Malaria Control Program. (July 2020).