ជូន​ចំពោះ​ឪពុកម្តាយ​ ឬ​អាណាព្យាបាល​ជាទីគោរព៖

យើងបានកត់សម្គាល់ឃើញការកើនឡើងនូវការក្អួត និងរាគរូសក្នុងចំណោមសិស្សានុសិស្សរបស់យើង។ ក្រសួង​សុខាភិបាល​សង្ស័យ​ថា មេរោគ Norovirus កំពុង​បង្ក​ជំងឺ​នេះ ។ យើងត្រូវការជំនួយរបស់លោកអ្នកដើម្បីបញ្ឈប់ការរីករាលដាលនៃមេរោគនេះ​។

ប្រសិនបើកូនរបស់លោកអ្នកឈឺ សូមទុកពួកគេឱ្យនៅផ្ទះយ៉ាងហោចណាស់ 24-48 ម៉ោងបន្ទាប់ពីឈប់ក្អួត ឬរាគរូស។

# រោគសញ្ញា​

រោគសញ្ញារួមមាន ចង្អោរ ក្អួត រាគរូស និងចុកពោះភ្លាមៗ។ អ្នកខ្លះក៏អាចមានក្តៅខ្លួនតិចៗផងដែរ។ រោគសញ្ញា​ជាធម្មតា​ចាប់ផ្តើមកើត​មាន​ក្នុងរយៈពេល​ 12–48 ថ្ងៃ​បន្ទាប់​ពី​ប៉ះពាល់​ជំងឺ​។

# ការរាលដាល

មេរោគ Norovirus រីករាលដាលនៅពេលលោកអ្នក៖

* ប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយអ្នកឆ្លងជំងឺ ដូចជាពេលផ្តល់ការថែទាំ ឬបរិភោគអាហាររួមគ្នា។
* ប៉ះផ្ទៃ ឬវត្ថុកខ្វក់ (ដូចជាប្រដាប់ក្មេងលេង ក្បាលរ៉ូប៊ីណេ​ទឹក ឬដៃទ្វារ) ហើយបន្ទាប់មកប៉ះមាត់របស់លោកអ្នក។
* បរិភោគអាហារ ឬផឹកវត្ថុរាវដែលមានមេរោគ។

# ការ​ធ្វើ​រោគវិនិច្ឆ័យ និង​ការ​ព្យាបាល​

មិនមានការព្យាបាល ឬវ៉ាក់សាំងសម្រាប់មេរោគ Norovirus ទេ។ ផឹកទឹក និងសម្រាកឱ្យបានច្រើន ដើម្បីជួយឱ្យជាសះស្បើយ។

# ការ​បង្ការ

ជួយទប់ស្កាត់ការរីករាលដាលនៃមេរោគ៖

* ប្រសិនបើកូនរបស់លោក​អ្នកឈឺ សូមទុកពួកគេនៅផ្ទះពីសាលារៀន ឬមណ្ឌលថែទាំកុមារយ៉ាងហោចណាស់ 24-48 ម៉ោង​បន្ទាប់​ពី​ឈប់ក្អួត ឬរាគ។
* បង្រៀនកុមារឱ្យលាងដៃឱ្យបានស្អាតល្អដោយប្រើ​សាប៊ូ និងទឹកក្តៅឧណ្ហៗ។
* លាងដៃរបស់លោកអ្នកឱ្យបានញឹកញាប់ រួមទាំងក្រោយពេលប្រើបន្ទប់ទឹក ផ្លាស់ប្តូរក្រណាត់កន្ទបទារក និងមុនពេលរៀប​ចំ​អាហារ ឬប៉ះមាត់របស់លោកអ្នក។
* កុំទទួលទានអាហារឬភេសជ្ជៈរួមគ្នា។
* ប្រសិនបើលោកអ្នកឈឺ កុំរៀបចំអាហារឱ្យអ្នកដទៃ។
* ត្រូវ​លាង​ទឹក​ចេញ ឬ​បោះចោល​កម្អួត ឬលាមក​រាគរូស​ភ្លាមៗ។
* សម្អាតនិងសម្លាប់មេរោគនៅកន្លែងដែលនរណាម្នាក់ក្អួតឬរាគ។ ប្រើទឹកអូសាវែល​ 10% ។
* ដោះចេញ និង​បោកសម្អាត​ដោយម៉ាស៊ីន និងសម្ងួតរាល់​សម្លៀកបំពាក់ ឬស្រោមពូក-ក្នើយដែលប្រឡាក់ទាំងអស់​។

# ស្វែងយល់បន្ថែមទៀត

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទងអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព។