8 បញ្ហាសុខភាពដែល បណ្ដាលមកពីសត្វមូស

នៅក្នុងជំពូកនេះ : **ទំព័រ**

បញ្ហាសុខភាពដែលបណ្ដាលមកពីសត្វមូស.................................141
សាច់រឿង : ជំងឺគ្រុនចាញ់នៅផ្លូវហាយវ៉េឆ្លងកាត់ព្រៃអាម៉ាហ្សូន.................142
តើសត្វមូសបង្កជំងឺដោយរបៀបណា.....................................143
ជំងឺគ្រុនចាញ់ 144
ការព្យាបាលសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា 146
ជំងឺគ្រុនឈាម 147
ជំងឺគ្រុនលឿង...148
ការបំផ្លាញជម្រកសត្វមូសនៅក្នុងសហគមន៍ 149
ការប្រើប្រាស់ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត 150
សាច់រឿង : បញ្ឈប់ជំងឺគ្រុនឈាម ដោយការបញ្ឈប់សត្វមូស 152

បញ្ហាសុខភាពដែលបណ្តាល មកពីសត្វមូស

សត្វមូសផ្ទុកជំងឺធ្ងន់ធ្ងរជាច្រើន ដូចជាជំងឺគ្រុនចាញ់, គ្រុនឈាម, គ្រុនលឿង។ ជំងឺទាំងនេះឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ សត្វមូសបង្កកំណើតក្នុងទឹកដែលទឹកមិនហូរ ឬទឹកដក់។

ដើម្បីបង្ការជំងឺដែលឆ្លងតាមសត្វមូស :

- **កាត់បន្ថយកុំឲ្យមូសខាំ។** ដាក់សំណាញ់បង្អួច, លាបថ្នាំបណ្តេញសត្វល្អិតដែលមានសុវត្ថិភាព, ដុតធូបមូស, ប្រើសម្លៀកបំពាក់ដែលគ្របដណ្តប់រាងកាយបានយ៉ាងច្រើន, និងប្រើមុងជ្រលក់ថ្នាំ។
- **បញ្ឈប់ការឆ្លងរាលដាលជំងឺតាមរយៈការព្យាបាល។** ប្រាកដថាប្រជាជនទទួលបានការព្យាបាលប្រកបដោយប្រសិទ្ធិភាពនិងយ៉ាងឆាប់រហ័ស ដោយមិនគិតពីលទ្ធភាពក្នុងការបង់ថ្លៃសេវា។
- **បំបាត់ជម្រកមូស។** គ្របកន្លែងផ្តត់ផ្គង់ទឹកនៅក្នុងសហគមន៍និងនៅក្នុងគ្រួសារ ដូចជាធុងទឹក ឬស៊ីទែនទឹក។ រៀបចំប្រឡាយបង្ហូរទឹកឲ្យបានល្អ ចេញពីទឹកបំពង់ទុយោ អណ្តូងទឹក និងទឹកហូរហៀរលើដី។
- **បង្ការកន្លែងបង្កកំណើតថ្មីៗ** តាមរយៈការគ្រប់គ្រងដីនិងទឹកដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។

ការប្រែប្រួលយ៉ាងឆាប់រហ័សលើការប្រើប្រាស់ដី ដូចជាការកាប់ដើមឈើច្រើនពេក, ការសាងសង់ទំនប់និងព្រែកបង្ហូរ, ការកាប់យករុក្ខជាតិលើផ្ទៃដីធំៗ, សុទ្ធតែបង្កើតលក្ខខណ្ឌដែលធ្វើឲ្យសត្វមូសអាចបង្កកំណើត។

ជំងឺដែលចម្លងតាមសត្វមូស ឆ្លងកាន់តែឆាប់រហ័សក្នុងគ្រាអាសន្ន ដូចជាសង្គ្រាម, ការផ្លាស់ទីលំនៅយ៉ាងច្រើនរបស់ប្រជាជន, និងគ្រោះមហន្តរាយធម្មជាតិ ពេលដែលប្រជាជនជួបប្រទះការលំបាកក្នុងការអនុវត្តវិធានការបង្ការប្រចាំថ្ងៃ។

ជំងឺគ្រុនចាញ់នៅផ្លូវហាយវ៉េឆ្លងកាត់ព្រៃអាម៉ាហ្សូន

ជាច្រើនឆ្នាំមកហើយ រដ្ឋាភិបាលប្រេហ្ស៊ីលបានធ្វើការជាមួយសហគមន៍នានានៅទូទាំងប្រទេសដើម្បីបង្ការ និងព្យាបាលជំងឺគ្រុនចាញ់។ ក្រោយពីបានធ្វើការជាច្រើនឆ្នាំមក ជំងឺគ្រុនចាញ់គ្មានច្រើនទៀតទេនៅក្នុងប្រទេសប្រេហ្ស៊ីល។ ប៉ុន្តែមួយរយៈក្រោយមក ដោយការប្រែប្រួលលើការប្រើប្រាស់ដី និងមិនសូវមានការថែទាំសុខភាព និងអប់រំសុខភាព, ជំងឺគ្រុនចាញ់ក៏ចាប់ផ្ដើមវិលត្រឡប់មកវិញ។

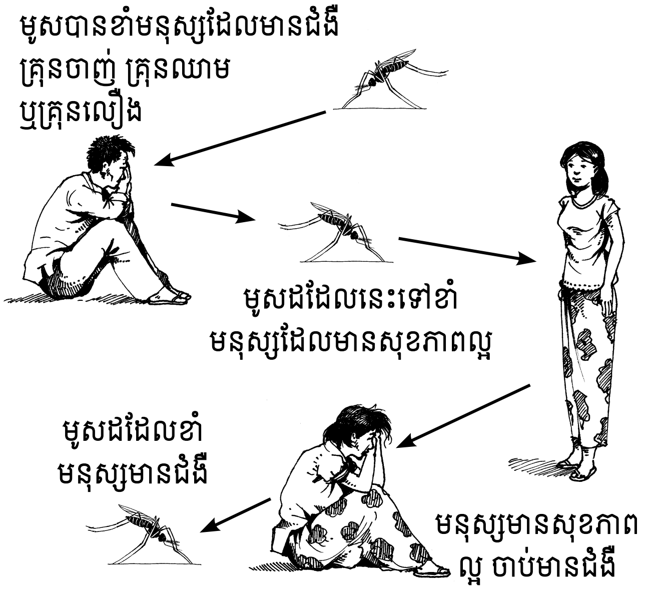
ក្នុងឆ្នាំ១៩៧០ រដ្ឋាភិបាលបានចាប់ផ្ដើមសាងសង់ផ្លូវថ្មីមួយឆ្លងកាត់ព្រៃទឹកភ្លៀងនេះ ហៅថាផ្លូវហាយវ៉េឆ្លងកាត់ព្រៃអាម៉ាហ្សូន។ រដ្ឋាភិបាលបានសាងសង់ផ្ទះនិងកសិដ្ឋានតាមបណ្ដោយផ្លូវហាយវ៉េ ហើយបានចលនាប្រជាជនពីតំបន់ក្រីក្របំផុតនិងកុះករបំផុតនៃប្រទេសប្រេហ្ស៊ីល ឲ្យមករស់នៅទីនេះ។ ការធ្វើផ្លូវឆ្លងកាត់ព្រៃ បានបំផ្លាញដើមឈើរាប់លានដើម និងបានទុកចោលនូវផ្ទៃដីដ៏ធំធេងឲ្យគ្មានអ្វីគ្របដណ្ដប់។ ទឹកភ្លៀងបានប្រមូលផ្ដុំនៅក្នុងប្រឡាយ និងថ្លុកដែលបង្កើតជាទីកន្លែងដែលមូសអាចបង្កកំណើត។ សត្វនិងបក្សីដែលជាធម្មតាស៊ីសត្វមូសជាអាហារ បានត្រូវសម្លាប់ និងភៀសខ្លួនពីតំបន់ដែលមានផ្លូវឆ្លងកាត់។ នៅទីនេះមានគ្លីនិកនិងបុគ្គលិកសុខាភិបាលតិចតួចសម្រាប់ថែទាំសុខភាពប្រជាជនដែលសាងសង់ផ្លូវ និងប្រជាជនដែលផ្លាស់ទីមករស់នៅថ្មីៗ។

នៅទីកន្លែងដែលផ្លូវហាយវ៉េបានឆ្លងកាត់ ជំងឺគ្រុនចាញ់បានតាមទៅជាមួយ។ ប្រជាជនជាច្រើនដែលសាងសង់ផ្លូវ បានកើតជំងឺគ្រុនចាញ់ និងស្លាប់ជាច្រើននាក់ដោយជំងឺនេះ ក៏ដូចជាប្រជាជនដែលរស់នៅតាមបណ្ដោយផ្លូវផងដែរ។ អ្នករស់នៅថ្មី បានរងគ្រោះយ៉ាងខ្លាំង ដោយសារដីគ្មានជីជាតិគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ធ្វើកសិកម្ម ហើយភ្លៀងបានធ្វើឲ្យខូចខាតដល់ផ្លូវថ្នល់ ធ្វើឲ្យលំបាកក្នុងការធ្វើដំណើរ។ ភាពក្រីក្រ និងភាពដាច់ស្រយាលបានធ្វើឲ្យបញ្ហាសុខភាពកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរឡើង។ ជាថ្មីម្ដងទៀត ជំងឺគ្រុនចាញ់បានក្លាយទៅជាឃាតកៈទីមួយក្នុងប្រទេសទាំងមូល។

តើសត្វមូសបង្កជំងឺដោយរបៀបណា

ជំងឺធ្ងន់ធ្ងរបីយ៉ាងដែលឆ្លងតាមសត្វមូស គឺជំងឺគ្រុនចាញ់, គ្រុនឈាម, និងគ្រុនលឿង។ ជំងឺនីមួយៗមានរោគសញ្ញាខុសៗគ្នា និងចម្លងដោយសត្វមូសប្រភេទផ្សេងៗគ្នា ហើយសត្វមូសនោះក៏មានរបៀបបង្កកំណើតខុសៗគ្នាដែរ។ (ចំពោះជំងឺគ្រុនចាញ់ សូមអានទំព័រ144, គ្រុនឈាម សូមអានទំព័រ147, និងគ្រុនលឿង សូមអានទំព័រ148)។ ប៉ុន្តែជំងឺទាំងនេះអាចត្រូវបានបង្ការដោយមធ្យោបាយដូចគ្នា ព្រោះវាត្រូវបានចម្លងពីសត្វមូសមកមនុស្ស។

តើជំងឺដែលឆ្លងតាមមូស រាលដាលដោយរបៀបណា



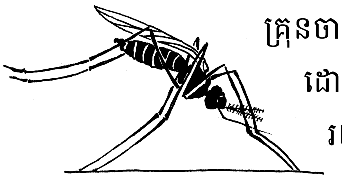
ការបង្ការមូសខាំ

ជំងឺដែលឆ្លងតាមមូស អាចត្រូវបានបង្ការ ដោយការការពារមិនឲ្យមូសខាំ។ ដើម្បីបង្ការកុំឲ្យមូសបង្កកំណើត សូមអានទំព័រ149។ ដើម្បីកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់ពីសត្វមូសខាំ :

- ស្លៀកពាក់សម្លៀកបំពាក់ដែលគ្របដណ្តប់ទាំងដៃជើង និងក (ដៃវែង ខោវែង សំពត់ និងគ្របក្បាល)
- ប្រើធូបមូស ឬថ្នាំបណ្តេញមូស ដូចជាស្លឹកគ្រៃ ប្រេងនីម (neem oil) ឬស្លឹកជីក្រហម។ ថ្នាំបណ្តេញមូសមានសារសំខាន់ជាពិសេសចំពោះកុមារ ដោយសារវាអាចការពារមូសខាំ ទោះបីវិធានការបង្ការដទៃទៀតមិនត្រូវបានអនុវត្តក៏ដោយ។
- ដាក់សំណាញ់មូសនៅបង្អួច និងទ្វារ។
- ដាក់សំណាញ់មូស និងដេកក្នុងមុងជ្រលក់ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត ដើម្បីការពារមូសខាំអ្នកនិងកូនអ្នកក្នុងពេលគេង។ ញាត់ជើងមុងដើម្បីកុំឲ្យមានប្រឡោះដែលមូសអាចចូលបាន។ នៅកន្លែងជាច្រើន កម្មវិធីថែទាំស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ បានផ្តល់មុងដល់ស្ត្រីនិងកុមារតូចៗក្នុងតម្លៃទាប ឬមិនបង់ថ្លៃ។ ដើម្បីឲ្យមានប្រសិទ្ធភាព មុងត្រូវតែជ្រលក់ថ្នាំរៀងរាល់៦ខែទៅ១២ខែ។ នៅពេលដេកក្រៅផ្ទះ ត្រូវប្រើមុងផងដែរ។

ចំណាំ : មុងមានប្រសិទ្ធភាពបំផុតចំពោះជំងឺគ្រុនចាញ់ ប៉ុន្តែមិនសូវមានប្រសិទ្ធភាពចំពោះជំងឺគ្រុនឈាម និងគ្រុនលឿងទេ។ សូមអានទំព័រ146។

ជំងឺគ្រុនចាញ់



គ្រុនចាញ់គឺជាការចម្លងឈាមដែលបង្កឲ្យមានគ្រុនក្ដៅខ្លាំងនិងញាក់។ គ្រុនចាញ់បង្កឡើងដោយមេរោគប៉ារ៉ាស៊ីតមួយ(ហៅថា ប្លាស្មូដ្យូម) ដែលត្រូវបានចម្លងទៅមនុស្សតាមរយៈមូសប្រភេទខ្លះដែលខាំភាគច្រើននៅពេលយប់។ ប្រជាជនរាប់លាននាក់ បានស្លាប់ដោយសារជំងឺគ្រុនចាញ់រៀងរាល់ឆ្នាំ ហើយជាច្រើនលាននាក់ថែមទៀតរស់នៅដោយមានជំងឺនេះ។

ជំងឺគ្រុនចាញ់មានគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរជាពិសេសចំពោះកុមារអាយុក្រោម៥ឆ្នាំ, ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ, និងអ្នកដែលមានមេរោគអេដស៍/ជំងឺអេដស៍។ ការមានផ្ទៃពោះធ្វើឲ្យលទ្ធភាពស្ត្រីក្នុងការប្រយុទ្ធជាមួយជំងឺ និងការបង្ករោគ(infection) ធ្លាក់ចុះ។ ប្រសិនបើគាត់មានជំងឺគ្រុនចាញ់ គាត់នឹងមានភាពស្លេកស្លាំងធ្ងន់ធ្ងរ ដែលធ្វើឲ្យឱកាសនៃការស្លាប់ក្នុងពេលឬក្រោយពេលសម្រាល កើនឡើង។ គ្រុនចាញ់លើស្ត្រីមានផ្ទៃពោះក៏អាចបណ្ដាលឲ្យបាត់បង់ទារក(រលូត) ឬទារកឆាប់កើត(កើតមិនគ្រប់ខែ), ទារកតូចពេក, ឬទារកស្លាប់(ស្លាប់មុនកំណើត)។

ជំងឺគ្រុនចាញ់មានច្រើនប្រភេទ។ មនុស្សអាចរស់នៅជាច្រើនឆ្នាំពេលមានជំងឺគ្រុនចាញ់ប្រភេទខ្លះ ហើយគ្រុនចាញ់ស្ទើរតែគ្រប់ប្រភេទសុទ្ធតែអាចព្យាបាលសះស្បើយ។ ប៉ុន្តែជំងឺគ្រុនចាញ់សន្ធំ(ប្លាស្មូដ្យូម ហ្វាល់ស៊ីប៉ារូម ឬប៉េហ្វាល់ស៊ីប៉ារូម) អាចបណ្ដាលឲ្យស្លាប់ក្នុងរយៈពេល១ឬ២ថ្ងៃក្រោយការឆ្លងរោគ។ ក្នុងតំបន់ដែលមានគ្រុនចាញ់សន្ធំនេះ ជាការសំខាន់ខ្លាំងណាស់គឺត្រូវស្វែងរកការធ្វើតេស្ដនិងព្យាបាល ភ្លាមៗ បើអ្នកសង្ស័យថាមានជំងឺគ្រុនចាញ់នេះ។

ជាធម្មតាជំងឺគ្រុនចាញ់បង្កឲ្យមានគ្រុនក្ដៅរៀងរាល់២-៣ថ្ងៃម្ដង ប៉ុន្តែនៅដំណាក់កាលដំបូង អាចមានគ្រុនក្ដៅរៀងរាល់ថ្ងៃ។ បើនរណាម្នាក់មានគ្រុនក្ដៅមិនអាចយល់បាន គួរតែធ្វើតេស្ដឈាមរកជំងឺគ្រុនចាញ់នេះ។ យើងអាចធ្វើតេស្ដនេះនៅក្នុងមណ្ឌលសុខភាពភាគច្រើន។ **ប្រសិនបើតេស្ដឈាមវិជ្ជមាន ឬមិនមានតេស្ដសម្រាប់ធ្វើ គួរតែទទួលការព្យាបាលភ្លាម។**

ចម្រៀងគ្រុនចាញ់(ពីប្រទេសមូហ្សំប៊ិក)

ប្រសិនបើកូនអ្នកមានគ្រុនក្ដៅ
និងគ្មានជំងឺរាក និងគ្មានក្អក
វាគឺជា**ជំងឺគ្រុនចាញ់**
នាំកូនអ្នកទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យ
ចាប់ផ្ដើមប្រើថ្នាំនៅថ្ងៃទី១
បន្ត២ថ្ងៃបន្ថែមទៀត

នៅពេលដែលគេធូរស្រាលវិញហើយ
ផ្ដល់អាហារបន្ថែមដល់កុមារ ៣លើក
រៀងរាល់ថ្ងៃ
ធ្វើដូច្នេះឲ្យបាន
២សប្ដាហ៍
ដូច្នេះកូនរបស់អ្នករស់
នៅច្រើនឆ្នាំបន្តទៀត។

រោគសញ្ញា

ការវាយប្រហាររបស់ជំងឺគ្រុនចាញ់ មានបីដំណាក់កាល :

១. សញ្ញាដំបូងគឺរងាររញ្ញាក់ និងជាញឹកញាប់គឺឈឺក្បាល។ អ្នកជំងឺញាក់ពី១៥នាទីទៅ១ម៉ោង។

២. បន្ទាប់ពីរងាររញ្ញាក់ គឺមានគ្រុនក្តៅខ្លាំង។ អ្នកជំងឺខ្សោយ ហើយមានពេលខ្លះមានស្មារតីមិនល្អ (រវើរវាយ)។ គ្រុនក្តៅអាចមានរយៈពេលច្រើនម៉ោងឬច្រើនថ្ងៃ។

៣. ចុងបញ្ចប់ អ្នកជំងឺចាប់ផ្តើមបែកញើស រួចកម្តៅក៏ចុះថយ។ ក្រោយពេលគ្រុនក្តៅធ្លាក់ចុះ អ្នកជំងឺមានអារម្មណ៍ថាខ្សោយ។

ការព្យាបាល

ប្រសិនបើអាច ត្រូវធ្វើតេស្តឈាម។ ចាប់ផ្តើមព្យាបាលឲ្យបានឆាប់នៅពេលរោគសញ្ញាដំបូងចាប់ផ្តើមបង្ហាញ។ ដោយសារជំងឺគ្រុនចាញ់ឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតដោយសារសត្វមូស ដូច្នេះការព្យាបាលអ្នកជំងឺម្នាក់ ក៏អាចបង្ការអ្នកដទៃទៀតមិនឲ្យឆ្លងជំងឺនេះដែរ។ ក្រោយពេលអ្នកបានទទួលការព្យាបាល នោះមូសដែលខាំអ្នក នឹងមិនអាចចម្លងជំងឺគ្រុនចាញ់ទៅអ្នកឯទៀតបានឡើយ។

ស្វែងយល់អំពីថ្នាំដែលអាជ្ញាធរសុខភាពក្នុងតំបន់ បានណែនាំសម្រាប់ព្យាបាលជំងឺគ្រុនចាញ់។ ក្នុងតំបន់ជាច្រើន ប៉ារាស៊ីតជំងឺគ្រុនចាញ់បាន**ធន់នឹងថ្នាំ។** នេះមានន័យថាថ្នាំនេះមិនមានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់បង្ការ និងព្យាបាលបានតទៅទៀតទេ។ ថ្នាំដែលអាចព្យាបាលជំងឺគ្រុនចាញ់ក្នុងតំបន់មួយ អាចគ្មានប្រសិទ្ធភាពព្យាបាលជំងឺគ្រុនចាញ់ដែលរកឃើញក្នុងតំបន់ផ្សេងទៀតទេ។

សព្វថ្ងៃនេះមានថ្នាំថ្មីៗ ឬថ្នាំផ្សំចូលគ្នា ត្រូវបានផ្តល់ឲ្យប្រើប្រាស់សម្រាប់ព្យាបាលជំងឺគ្រុនចាញ់ក្នុងតំបន់ផ្សេងគ្នា។ ថ្នាំមួយក្នុងចំណោមនោះគឺ អាទែមីស៊ីនីន(artemisinin) (ត្រូវបានប្រើប្រាស់ជាច្រើនឆ្នាំនៅប្រទេសចិន) ជាញឹកញាប់ត្រូវបានផ្សំជាមួយថ្នាំប្រឆាំងជំងឺគ្រុនចាញ់ដទៃទៀត ឬជាមួយថ្នាំផ្សះ។ ក្នុងតំបន់ខ្លះថ្នាំក្លរូគីន(chloroquine) (ជាថ្នាំប្រើប្រាស់ញឹកញាប់ជាងគេច្រើន ឆ្នាំមកហើយ) នៅតែមានប្រសិទ្ធភាព។ មធ្យោបាយតែមួយដើម្បីឲ្យដឹងថា ថ្នាំណាមានប្រសិទ្ធភាពនៅក្នុងតំបន់របស់អ្នក គឺត្រូវផ្ទៀងផ្ទាត់ជាមួយអាជ្ញាធរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់របស់អ្នក។

សំខាន់ : ត្រូវលេបថ្នាំឲ្យគ្រប់ចំនួន ទោះបីជាអ្នកមានអារម្មណ៍ថាធូរស្រាលហើយក៏ដោយ។ ប្រសិនបើអ្នកឈប់លេបថ្នាំមុនកំណត់ នោះជំងឺអាចនឹងត្រឡប់មកវិញ ហើយថ្នាំនេះអាចលែងមានប្រសិទ្ធិភាព។

ស្ត្រីដែលលេបថ្នាំគ្រប់ចំនួន បានធូរស្បើយ។

ស្ត្រីដែលបានឈប់លេបថ្នាំមុនកំណត់ នៅតែឈឺដេកលើគ្រែនៅឡើយ។

ការបង្ការ

ជំងឺគ្រុនចាញ់កើតឡើងភាគច្រើននៅរដូវភ្លៀង រដូវក្តៅ ដោយសារសត្វមូសដែលចម្លងជំងឺនេះ បង្កកំណើតក្នុងទឹកនឹងថ្កល់និងក្តៅឧណ្ហៗ។ ប៉ុន្តែនៅកន្លែងខ្លះនៃពិភពលោក ជំងឺគ្រុនចាញ់ក៏អាចឃើញនៅរដូវស្ងួតដែរ នៅពេលសត្វមូសស្វែងរកបង្កកំណើតក្នុងទឹកថ្លុកតូចៗ។ ក៏ដូចជាជំងឺគ្រុនឈាម និងគ្រុនលឿងដែរ មធ្យោបាយល្អបំផុតក្នុងការបង្ការជំងឺគ្រុនចាញ់ គឺជៀសវាងមូសខាំ(សូមអានទំព័រ143) និងប្រើប្រាស់វិធីគ្រប់គ្រងមូសក្នុងសហគមន៍(សូមអានទំព័រ149ទៅ153)។

ការដេកក្នុងមុងជ្រលក់ថ្នាំ គឺជាមធ្យោបាយដ៏ល្អក្នុងការបង្ការនិងគ្រប់គ្រងជំងឺគ្រុនចាញ់។ មុងនេះត្រូវបានជ្រលក់ជាមួយថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត ហៅថា "ពីរីទ្រីន" (pyrethrins) ដែលមានសុវត្ថិភាព ជាពិសេសបើគេប្រៀបធៀបទៅនឹងការមានជំងឺគ្រុនចាញ់។ គ្រោះថ្នាក់ធំបំផុតចំពោះមុងជ្រលក់ថ្នាំនេះ គឺក្នុងពេលដែលគេជ្រលក់ទៅក្នុងទឹកថ្នាំ(នាំឲ្យមានការប្រឈមតាមរយៈស្បែក), ពេលកុមារបៀមឬជញ្ជក់មុង(នាំឲ្យមានការប្រឈមតាមរយៈការលេប), និងពេលដែលបោកគក់មុង(ព្រោះថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតអាចបំពុលដល់ប្រភពទឹក និងធ្វើឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ត្រី សត្វល្អិត សត្វពាហនៈ និងប្រជាជន ដែលស្ថិតនៅក្រោមខ្សែទឹក)។

មុងអាចការពារបានតែនៅពេលដែលការរហែកឬប្រហោងណាមួយត្រូវបានដេរប៉ះភ្លាមៗ។ ម្យ៉ាងទៀត ថ្នាំដែលនៅជាប់មុង លែងមានប្រសិទ្ធភាពក្រោយរយៈពេល៦-១២ខែ ឬឆាប់ជាងនេះបើបោកគក់ញឹកញាប់។ ប្រសិនបើមុងនៅមានសភាពល្អនៅឡើយ អ្នកអាចលាយថ្នាំ រួចជ្រលក់មុងឡើងវិញ ប៉ុន្តែប្រសិនបើមុងមានសភាពធ្លុះធ្លាយឬរហែកជាច្រើនកន្លែង នោះដើម្បីសុវត្ថិភាពត្រូវប្តូរមុងថ្មី។ នៅពេលជ្រលក់ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតសាជាថ្មី ត្រូវពាក់ស្រោមដៃ និងធ្វើតាមសេចក្តីណែនាំយ៉ាងប្រុងប្រយ័ត្ន។

មូសដែលចម្លងជំងឺគ្រុនចាញ់ខាំនៅពេលយប់។ ដើម្បីបង្ការជំងឺគ្រុនចាញ់ ត្រូវគេងក្នុងមុងជ្រលក់ថ្នាំ។

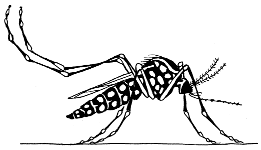
ការព្យាបាលសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា

ជំងឺគ្រុនចាញ់កើតឡើងញឹកញាប់បំផុតក្នុងចំណោមប្រជាជនក្រីក្រ ហើយចំនួននៃករណីស្លាប់បានកើនឡើងជារៀងរាល់ឆ្នាំ។ នៅពេលប្រជាជនមិនអាចចំណាយលើការធ្វើតេស្តឈាមនិងថ្នាំព្យាបាលបានទេ នោះពួកគេត្រូវបង្ខំចិត្តរស់នៅជាមួយ និងស្លាប់ដោយសារជំងឺនេះ។ ហើយដរាបណាមនុស្សម្នាក់មានជំងឺនេះ នោះជំងឺនេះអាចឆ្លងទៅអ្នកដទៃទៀត។

ជំងឺគ្រុនចាញ់ភាគច្រើនកើតឡើងនៅក្នុងសហគមន៍ដែលមានភាពក្រីក្រ និងអយុត្តិធម៌សង្គម។ ដើម្បីឲ្យយុទ្ធនាការបង្ការជំងឺ ទទួលបានជោគជ័យ គេត្រូវផ្តោតទៅលើមូលហេតុឫសគល់នៃភាពក្រីក្រ និងអយុត្តិធម៌សង្គម ក៏ដូចជាផ្តល់ការព្យាបាលសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាផងដែរ។

ជំងឺគ្រុនឈាម

ជំងឺគ្រុនឈាមបង្កឡើងដោយវីរុសម៉្យាងដែលឆ្លងតាមរយៈមូសខ្លាដែលមានឆ្នូតៗពណ៌ស។ ជើងរបស់វាក៏មានឆ្នូតពណ៌សដែរ។ មូសនេះពេលខ្លះក៏ត្រូវបានហៅថា "មូសគ្រុនលឿង" ផងដែរ ដោយសារតែវាអាចចម្លងជំងឺគ្រុនលឿងដែរ(សូមអានទំព័រ148)។ ជាទូទៅគ្រុនឈាមកើតឡើងក្នុងរដូវភ្លៀង និងរដូវក្តៅ។ វាច្រើនកើតឡើងនៅទីក្រុង ក្នុងកន្លែងដែលមានទឹកដក់ និងក្នុងកន្លែងដែលមានប្រព័ន្ធលូមិនល្អ។



ពេលដែលមានជំងឺនេះលើកដំបូង មនុស្សអាចធូរស្រាលឡើងវិញដោយការសម្រាក និងផឹកទឹកឲ្យបានច្រើន។ ប៉ុន្តែនៅពេលមានជំងឺនេះជាលើកទី២ នោះគេអាចមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់ និងអាចបណ្តាលឲ្យស្លាប់ទៀតផង។

រោគសញ្ញា

ពេលមានជំងឺដំបូង អ្នកជំងឺមានគ្រុនក្តៅខ្លាំង ដោយមានរងារ, ឈឺចាប់ពេញខ្លួន(គ្រុនឈាមពេលខ្លះហៅថា "បែកឆ្អឹង" ឬ"គ្រុនបែកឆ្អឹង"), ឈឺក្បាល, ឈឺក។ អ្នកជំងឺមានអារម្មណ៍ថាមានជំងឺខ្លាំង និងខ្សោយ។ បន្ទាប់ពី ៣-៤ថ្ងៃ អ្នកជំងឺមានអារម្មណ៍ធូរស្រាលឡើងវិញរយៈពេលពីរបីម៉ោងទៅ២ថ្ងៃ។ បន្ទាប់មកជំងឺវិលត្រឡប់មកវិញក្នុងរយៈពេល១-២ថ្ងៃទៀត ជាញឹកញាប់មានចេញកន្ទួលក្រហមដែលចាប់ផ្តើមពីដៃនិងជើង។ កន្ទួលក្រហមបានរាលដាលទៅដើមដៃ ជើង និងដងខ្លួន(ប៉ុន្តែជាទូទៅមិនកើតលើមុខទេ)។

ទារក កុមារតូចៗ និងមនុស្សចាស់ជរា ឬអ្នកជំងឺដែលមានប្រព័ន្ធការពាររាងកាយខ្សោយ(ដូចជាអ្នកដែលមានមេរោគអេដស៍/ជំងឺអេដស៍) មានការប្រឈមនឹងទម្រង់ធ្ងន់ធ្ងរនៃជំងឺ ដែលហៅគ្រុនឈាមមានធ្លាក់ឈាម។ បើមិនព្យាបាលភ្លាមៗទេ ជំងឺគ្រុនឈាមទម្រង់បែបនេះ នឹងបង្កឲ្យហូរឈាមនៅតាមស្បែក និងនាំឲ្យស្លាប់។

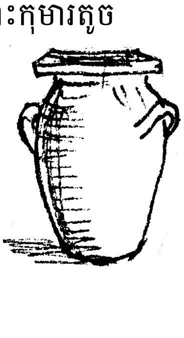
ការព្យាបាល

គ្មានថ្នាំសម្រាប់ព្យាបាលជំងឺគ្រុនឈាមទេ ហើយក៏គ្មានវ៉ាក់សាំងការពារវាដែរ។ ក្នុងករណីជាច្រើន គ្រុនឈាមត្រូវបានព្យាបាលនៅផ្ទះ ដោយការសម្រាកលើគ្រែ ផឹកទឹកឲ្យបានច្រើន និងលេបថ្នាំអ៊ីប៊ុយប្រូហ្វែន(ibuprofen) និងប៉ារាសេតាមុល(paracetamol) (មិនមែនអាស្ពីរីន(aspirin)ទេ) សម្រាប់កាត់បន្ថយការឈឺចាប់ និងគ្រុនក្តៅ។

សំខាន់ : គ្រុនឈាមមានហូរឈាម ត្រូវបានព្យាបាលដោយការជំនួសជាតិទឹក និងឈាមឲ្យបានឆាប់រហ័ស។ ត្រូវទៅមន្ទីរពេទ្យភ្លាមៗ ប្រសិនបើអ្នកជំងឺចាប់ផ្តើមហូរឈាមតាមស្បែក, មិនអាចញ៉ាំឬផឹកបាន, ឬមានភាពវង្វេងវង្វាន់(ជាលទ្ធផលគ្រុនក្តៅ ខ្សោយ និងគ្មានលទ្ធភាពភ្ញាក់ដឹងខ្លួន)។ ជាការសំខាន់ផងដែរ គឺត្រូវជួយអ្នកជំងឺដែលជាទារក កុមារតូចៗ មនុស្សចាស់ជរា ឬអ្នកដែលមានបញ្ហាសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរដទៃទៀត ដូចជាជំងឺទឹកនោមផ្អែម ជំងឺបេះដូង ឬមេរោគអេដស៍/ជំងឺអេដស៍។

ការបង្ការ

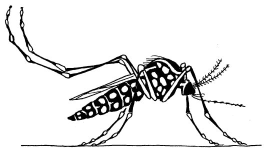
មូសដែលចម្លងជំងឺគ្រុនឈាម បង្កកំណើតក្នុងទឹកស្អាតមិនហូរ។ ខុសពីមូសគ្រុនចាញ់ មូសគ្រុនឈាមភាគច្រើនខាំតែពេលថ្ងៃទេ។ ដោយហេតុនេះហើយ មុងមានប្រសិទ្ធភាពតិចតួច លើកលែងតែចំពោះកុមារតូច ឬមនុស្សចាស់ជរាដែលសម្រាកនៅពេលថ្ងៃ។ មូសគ្រុនឈាមជាទូទៅរស់នៅកន្លែងងងឹត គ្មានពន្លឺ ដូចជា ក្រោមតុ ក្រោមគ្រែ ឬនៅក្នុងកន្លៀតងងឹត។



ដើម្បីបង្ការជំងឺគ្រុនឈាម ត្រូវជៀសវាងមូសខាំ(សូមអានទំព័រ143) និងអនុវត្តការគ្រប់គ្រងមូសក្នុងសហគមន៍(សូមអានទំព័រ149 ទៅ153)។

ជំងឺគ្រុនលឿង

ជំងឺគ្រុនលឿងត្រូវបានចម្លងតាមរយៈសត្វមូសនៅតំបន់អាហ្វ្រិក និងផ្នែកខ្លះនៃអាមេរិកខាងត្បូង។ ជំងឺគ្រុនលឿងមានពីរប្រភេទ និងត្រូវបានចម្លងតាមរបៀបខុសគ្នា ៖



គ្រុនលឿងនៅព្រៃរបោះ ត្រូវចម្លងពីមូសដែលឆ្លងមេរោគ ទៅសត្វស្វា និងត្រឡប់ពីសត្វស្វា ទៅមូសវិញ។ មនុស្សឆ្លងជំងឺនៅពេលដែលត្រូវបានខាំដោយមូសដែលឆ្លងមេរោគពីសត្វស្វា។ គ្រុនលឿងនៅព្រៃរបោះ គឺមិនសូវមានទេ ហើយភាគច្រើនប៉ះពាល់លើមនុស្សដែលធ្វើការក្នុងតំបន់ព្រៃភ្លៀងត្រូពិក។

គ្រុនលឿងនៅទីក្រុង គឺជាមូលហេតុនៃការផ្ទុះរាតត្បាតនៃជំងឺគ្រុនលឿងភាគច្រើនបំផុត។ ដូចគ្នានឹងគ្រុនចាញ់និងគ្រុនឈាមដែរ ជំងឺគ្រុនលឿងត្រូវបានឆ្លងដោយសារមូសខាំនិងជញ្ជក់ឈាមពីមនុស្សមានជំងឺ និងបន្ទាប់មកចម្លងជំងឺទៅមនុស្សដទៃទៀតដែលវាបានខាំ។

ជំងឺគ្រុនលឿងនៅទីក្រុង ត្រូវបានចម្លងដោយមូសខ្លាដូចគ្នានឹងជំងឺគ្រុនឈាមដែរ។ វាមានចំណុចឆ្នូតៗពណ៌សនៅលើខ្នង និងជើង។ មូសទាំងនេះរស់នៅនិងបង្កកំណើតក្នុងទឹកមិនហូរនៅទីក្រុង និងភូមិ។

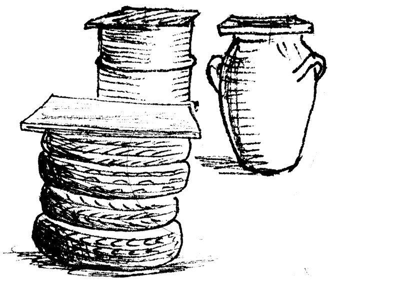
រោគសញ្ញា

គ្រុនលឿងបណ្តាលឲ្យមានគ្រុនក្តៅ រងារ ឈឺសាច់ដុំ(ជាពិសេសឈឺឆ្អឹងខ្នង) ឈឺក្បាល បាត់បង់ចំណង់អាហារ ចង្អោរនិងក្អួត កម្តៅខ្លាំង និងជីពចរយឺត។ ចំពោះមនុស្សភាគច្រើន ជំងឺនេះធូរស្បើយទៅវិញក្នុងរយៈពេល៣-៤ថ្ងៃ។

ប៉ុន្តែចំពោះប្រជាជនមួយចំនួន ប្រហែល១ក្នុងចំណោម៧នាក់ គ្រុនក្តៅវិលត្រឡប់មកវិញក្នុងរយៈពេល២៤ម៉ោងបន្ទាប់ពីរោគសញ្ញាដំបូងបាត់អស់។ បន្ទាប់ពីមាន **ជំងឺខាន់លឿង** ឈឺពោះ និងក្អួត, អាចមានហូរឈាមតាមមាត់ ច្រមុះ ភ្នែក និងក្រពះ។ ការស្លាប់អាចកើតឡើងក្នុងអំឡុង១០ទៅ១៤ថ្ងៃ ប៉ុន្តែក្នុងចំណោមអ្នកជំងឺក្នុងដំណាក់កាលទី២នេះ មានប្រហែលពាក់កណ្តាលអាចរស់រានមានជីវិតវិញ ដោយមិនមានការខូចខាតធ្ងន់ធ្ងរដល់សុខភាពទេ។

ការព្យាបាល

ការព្យាបាលដ៏ល្អបំផុតនៃគ្រុនលឿង គឺការសម្រាកលើគ្រែ និងផឹកទឹកឲ្យបានច្រើន។ អ្នកជំងឺភាគច្រើនបានជាសះស្បើយទាំងស្រុងក្នុងមួយរយៈក្រោយ និងមានភាពស៊ាំនឹងជំងឺនេះ។ អ្នកជំងឺមួយភាគតូច កើតជំងឺនេះឡើងវិញ មុនពេលគេបានធូរស្បើយពីជំងឺនៅលើកទីមួយ។ ប៉ុន្តែពួកគេទាំងនោះ នឹងបានធូរស្បើយឡើងវិញ។



ដើម្បីជួយបង្ការជំងឺគ្រុនលឿង ត្រូវកម្ចាត់កន្លែងបង្កកំណើតរបស់មូស និងគ្របពាងឲ្យជិត។

ការបង្ការ

ក៏ដូចគ្រុនចាញ់និងគ្រុនឈាមដែរ មធ្យោបាយល្អបំផុតក្នុងការបង្ការជំងឺគ្រុនលឿង គឺជៀសវាងមូសខាំ(សូមអានទំព័រ143) និងគ្រប់គ្រងសត្វមូស(សូមអានទំព័រ149-153)។ មានតែការចាក់វ៉ាក់សាំងប៉ុណ្ណោះ ដែលប្រាកដថានឹងបង្ការជំងឺគ្រុនលឿងនេះ ប៉ុន្តែវាអាចគ្មាននៅក្នុងសហគមន៍ ឬអាចមានតម្លៃថ្លៃ។

ការបំផ្លាញជម្រកសត្វមូសនៅក្នុងសហគមន៍

មូសពងនៅក្នុងទឹកដែលនៅនឹងថ្កល់។ ពងមូសត្រូវការពេល៧ថ្ងៃដើម្បីញាស់។ តាមរយៈការកម្ចាត់ចោលទឹកដាក់មួយសប្ដាហ៍ម្ដង ឬធ្វើឲ្យទឹកហូរ, ការបង្កកំណើតរបស់មូសនឹងត្រូវបានកាត់ផ្ដាច់ ហើយវាក៏មិនអាចរស់នៅដើម្បីចម្លងជំងឺទៀតដែរ។ ដើម្បីបង្ការមូសកុំឲ្យបង្កកំណើត ៈ

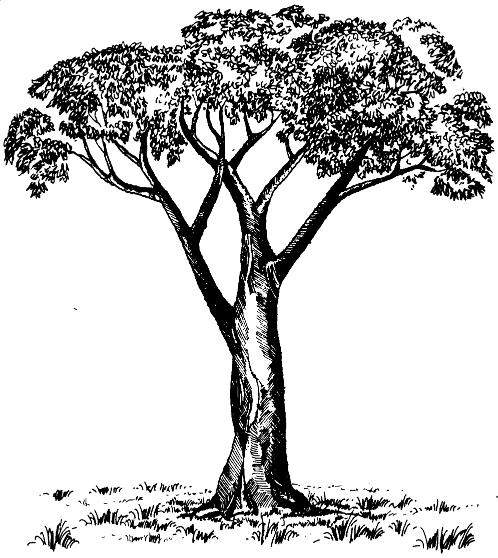
- បំបាត់ទីកន្លែងដែលមានទឹកដក់ ដូចជាសំបកកង់ឡាន ថូផ្កា កំប៉ុងប្រេង រណ្ដៅ ពាងទឹកដែលមិនគ្រប និងកន្លែងដែលមានទឹកដក់ក្នុងផ្ទះ។
- ប្រើប្រាស់ដីក្នុងរបៀបមួយដែលបង្ការទឹកមិនឲ្យដក់ ដើម្បីឲ្យទឹកត្រូវជ្រាបចូលទៅក្នុងដី។
- ត្រូវប្រាកដថាទីជម្រាលត្រូវបានការពារ ដើម្បីឲ្យទឹកនៅតែហូរជានិច្ច(សូមអានជំពូក៩)។

កម្ចាត់កន្លែងបង្កកំណើតរបស់សត្វមូសដែលមាននៅជុំវិញផ្ទះ និងក្នុងសហគមន៍

វិធីសាស្ត្រផ្សេងៗទៀតដែលបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងកម្មវិធីគ្រប់គ្រងមូសក្នុងសហគមន៍ មានដូចជា :

- **ចិញ្ចឹមត្រីដែលស៊ីមូស។** ត្រីមូសនៅអាមេរិកកណ្តាល ត្រីគ្រឹមនៅអាមេរិកខាងត្បូង ត្រីទីឡាបព្យ៉ា ត្រីកាប និងត្រីដទៃទៀត អាចត្រូវបានចិញ្ចឹមដើម្បីឲ្យគ្រប់គ្រងមូស។ ត្រីទាំងអស់នេះមានឈ្មោះផ្សេងៗគ្នាទៅតាមតំបន់ ប៉ុន្តែជាញឹកញាប់ត្រូវបានហៅថាជា"ត្រីមូស"។

- **ប្រាកដថាទឹកអាចហូរ** តាមរយៈការកែប្រែទីជម្រាលធម្មជាតិឡើងវិញ, បង្កើតជាប្រឡាយសម្រាប់បង្ហូរទឹក, និងចាក់បំពេញស្នាមភ្លោះស្រោចស្រប់ ឬរណ្តៅដែលមិនប្រើប្រាស់។ បង្ហូរទឹកចេញពីស្រែ មួយអាទិត្យម្តងសម្រាប់រយៈពេល២-៣ថ្ងៃ ដើម្បីសម្លាប់មូសតូចៗដោយមិនធ្វើឲ្យខូចខាតដល់ដំណាំស្រូវ។



- **ដាំដើមឈើ** ដើម្បីផ្តល់ជម្រកដល់សត្វស្លាប ប្រជៀវ និងវត្ថុជំនួយបែបធម្មជាតិផ្សេងទៀត ដែលជួយក្នុងការគ្រប់គ្រងមូស។ ដើមនីម(Neem)នៅប្រទេសអាហ្វ្រិក និងឥណ្ឌា ធ្វើឲ្យមូសហើរចេញឆ្ងាយ ហើយស្លឹកវាអាចធ្វើជាឱសថបាន។

ការប្រើប្រាស់ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត

នៅត្រង់កន្លែងដែលមូសបង្កកំណើតតែមួយរយៈក្នុងមួយឆ្នាំៗ គេអាចបំផ្លាញជម្រកមូសយ៉ាងឆាប់រហ័សដោយប្រើថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត។ កាលពីមុន គេប្រើថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតដេដេតេ(DDT)យ៉ាងទូលំទូលាយសម្រាប់សម្លាប់មូសគ្រុនចាញ់ និងត្រូវបានបាញ់នៅខាងក្រៅផ្ទះ ទៅលើជម្រកមូស។ ប៉ុន្តែថ្នាំដេដេតេនេះជាថ្នាំពុលដែលអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរដល់មនុស្សនិងសត្វ បង្កឲ្យមានមហារីក និងកំណើតមិនគ្រប់លក្ខណៈ (សូមអានជំពូកទី16)។ ថ្នាំដេដេតេអាចធ្វើដំណើរយ៉ាងឆ្ងាយនៅក្នុងខ្យល់ ក្នុងទឹក និងស្ថិតនៅក្នុងបរិស្ថានរយៈពេលច្រើនឆ្នាំ ដែលមានគ្រោះថ្នាក់កាន់តែខ្លាំងឡើងៗ។ ដោយហេតុនេះហើយ ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតដែលមានជាតិពុលតិច ត្រូវបានណែនាំឲ្យប្រើប្រាស់នៅក្នុងប្រទេសភាគច្រើន។

ប្រភេទថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតម៉្យាង ហៅថាពីរីទ្រីន(pyrethrins) បង្កគ្រោះថ្នាក់យូរអង្វែងតិចតួចទៅលើមនុស្ស សត្វ និងដី។ ផលប្រយោជន៍មួយទៀតរបស់ថ្នាំពីរីទ្រីន លើថ្នាំដេដេតេ ឬម៉ាឡាស្យុង(malathion) (ជាថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតមួយទៀតដែលប្រើប្រាស់ញឹកញាប់ ប៉ុន្តែមានគ្រោះថ្នាក់) គឺយើងត្រូវការវាក្នុងបរិមាណតិចតួចបំផុត ដើម្បីបាញ់ទៅលើទំហំផ្ទៃប៉ុនគ្នា។

ថ្នាំពីរីទ្រីនមិនកកកុញក្នុងបរិស្ថានទេ។ ប៉ុន្តែវាធ្វើឲ្យពុលនៅពេលមនុស្សប៉ះពាល់វា ដូច្នេះត្រូវប្រើប្រាស់ដោយប្រុងប្រយ័ត្នបំផុត។ វាធ្វើក្រហាយស្បែកនិងភ្នែក និងធ្វើឲ្យមានកន្ទួល និងពិបាកដកដង្ហើម។ ជៀសវាងការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតនេះ ជាពិសេសកុមារ និងស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះ ឬកំពុងបំបៅដោះកូន។ ពីរីទ្រីនមានភាពពុលខ្លាំងណាស់បើវាចូលទៅក្នុងប្រភពទឹក។ **មិនត្រូវប្រើប្រាស់ផលិតផលពីរីទ្រីននៅក្បែរផ្លូវទឹកឬអណ្តូងជាដាច់ខាត។**

ថ្មីៗនេះ ដេដេតេត្រូវបានគេប្រើប្រាស់ជាថ្មីឡើងវិញក្នុងមធ្យោបាយខុសពីមុន។ ឥឡូវនេះវាត្រូវបានណែនាំឲ្យប្រើប្រាស់ដោយមានកំណត់នៅក្នុងផ្ទះ នៅក្នុងវិធីសាស្ត្រដែលហៅថា ការបាញ់ថ្នាំក្នុងផ្ទះដោយបន្តយកាកសំណល់ (IRS)។ វិធីសាស្ត្រនេះគឺគេបាញ់ដេដេតេក្នុងបរិមាណតិចតួច នៅលើជញ្ជាំងក្នុងផ្ទះដើម្បីសម្លាប់មូសដែលទំនៅទីនោះ។ វិធីសាស្ត្រនេះប្រើប្រាស់ថ្នាំពុលតិចតួច ក្នុងទំហំផ្ទៃតូច ដើម្បីបង្ការវាមិនឲ្យចូលទៅក្នុងប្រភពទឹក និងមានឱកាសតិចតួចក្នុងការធ្វើឲ្យសត្វមូសធន់ជាមួយថ្នាំនេះ។

ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតគឺជាវិធានការគ្រប់គ្រងមូសក្នុងរយៈពេលខ្លីប៉ុណ្ណោះ។ ប្រសិនបើអ្នកចាំបាច់ត្រូវប្រើប្រាស់វា ត្រូវពាក់សម្ភារៈការពារ។

រាល់ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតទាំងអស់ សុទ្ធតែជាថ្នាំពុល។ នៅពេលប្រើប្រាស់ថ្នាំដេដេតេ ពីរីទ្រីន ឬប្រភេទថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតដទៃទៀត ត្រូវ :

- ធ្វើតាមសេចក្តីណែនាំ និងបាញ់ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។
- ត្រូវពាក់សម្ភារៈការពារជានិច្ចក្នុងពេលបាញ់(សូមអានសេចក្តីបន្ថែម ក)។
- ប្រើប្រាស់សារធាតុគីមីឲ្យបានតិចបំផុតតាមដែលអាច។ បាញ់តែនៅទីកន្លែងណាដែលមូសចូលក្នុងផ្ទះ និងកន្លែងដែលមូសរស់នៅឬសំងំ។
- មិនត្រូវបាញ់ថ្នាំនៅជិតកុមារ ឬស្ត្រីដែលមានផ្ទៃពោះ និងស្ត្រីបំបៅដោះកូនទេ។
- ប្រាកដថាកុមារមិនបានបៀម ឬជញ្ជក់មុងជ្រលក់ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតទេ ហើយប្រាកដថាពួកគេប៉ះពាល់មុងតិចតួចបំផុត។
- នៅពេលបោកគក់មុងជ្រលក់ថ្នាំ ត្រូវប្រើប្រាស់ចានទឹក រួចចាក់ទឹកចូលទៅក្នុងរណ្តៅជ្រាបទឹក (សូមអានទំព័រ82) ដើម្បីការពារផ្លូវទឹកនិងប្រភពទឹកផឹក។

ការប្រើប្រាស់លើសលុបនូវថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតប្រភេទណាក៏ដោយ ក៏អាចធ្វើឲ្យសត្វមូសមានភាពស៊ាំ ទៅនឹងថ្នាំនោះ ហើយថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតលែងមានប្រសិទ្ធភាពលើវាទៀត។ (ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីគ្រោះថ្នាក់នៃថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត និងរបៀបប្រើប្រាស់វាឲ្យមានសុវត្ថិភាពបំផុត សូមអានជំពូក14)។

ការបាញ់ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត គឺជាវិធានការគ្រប់គ្រងមូសបន្ទាន់។ ប៉ុន្តែថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតគ្រាន់តែអាចកាត់បន្ថយជំងឺដែលឆ្លងតាមមូសប៉ុណ្ណោះប្រសិនបើវាត្រូវបានប្រើជាផ្នែកមួយនៃកម្មវិធី ដែលរួមមានការព្យាបាលសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នា, ការគ្រប់គ្រងការបង្កកំណើតនៃសត្វមូសនៅទូទាំងសហគមន៍, និងការអប់រំក្នុងសហគមន៍។

បញ្ឈប់ជំងឺគ្រុនឈាម ដោយការបញ្ឈប់សត្វមូស

ជាង២៥ឆ្នាំមុន ប្រជាជននៅម៉ាណាហ្គ័រ នៃប្រទេសនីការាហ្គ័រ កើតមានជំងឺគ្រុនឈាមយ៉ាងច្រើន។ ដោយសារមូសដែលចម្លងជំងឺគ្រុនឈាម រស់នៅក្នុងទឹកក្នុងផ្ទះនិងជុំវិញផ្ទះ ជំងឺគ្រុនឈាមបានឆ្លងរាលដាលយ៉ាងធំធេង នៅពេលដែលប្រជាជនផ្លាស់ប្តូរទីលំនៅមកកាន់ទីក្រុងតំបន់ត្រូពិក ដោយមិនមានការស្តុកទឹកនិងការបង្ហូរទឹកកាកសំណល់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។

ប្រជាជននៅម៉ាណាហ្គ័របានធ្វើការជាមួយអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រ អង្គការក្រៅរដ្ឋាភិបាល និងក្រសួងសុខាភិបាល ដើម្បីកាត់បន្ថយនិងបង្ការជំងឺគ្រុនឈាមក្នុងសង្កាត់ចំនួន១០។ កិច្ចការដំបូងដែលពួកគធ្វើ គឺប្រមូល"ភស្តុតាង"នៃការចម្លងជំងឺគ្រុនឈាម។ កុមារបានប្រមូលគំរូទឹកដែលមានមូសលូតលាស់ក្នុងដំណាក់កាលផ្សេងៗ, អ្នកវិទ្យាសាស្ត្របានធ្វើតេស្តទឹកមាត់កុមារដើម្បីរកមើលថាមានកុមារប៉ុន្មាននាក់ដែលត្រូវបានខាំដោយមូសដែលឆ្លងមេរោគគ្រុនឈាម, ហើយសមាជិកសហគមន៍បានទៅពិនិត្យតាមផ្ទះប្រជាជនដើម្បីសាកសួរពួកគេពីអ្វីដែលគេបានដឹងនិងបានគិតអំពីជំងឺគ្រុនឈាម។

ពួកគេបានជួបប្រជុំតាមសង្កាត់ ប្រើផ្ទាំងគំនូរផ្សព្វផ្សាយ និងល្ខោនសង្គម ដើម្បីចែករំលែកពីអ្វីដែលគេបានរៀនអំពីជំងឺគ្រុនឈាម។ កុមារលេងល្បែងកំទេចរណ្តៅដង្កូវទឹក ដោយពង្រាយស្កររគ្រាប់លាក់ខាងក្នុង។ មនុស្សវ័យក្មេង រួមទាំងក្មេងទំនើងផងដែរ បានសរសេរនិងច្រៀងចម្រៀងដ៏ពេញនិយមអំពីការបង្ការជំងឺគ្រុនឈាម។

សង្កាត់នីមួយៗបានបង្កើតកម្មវិធីគ្រប់គ្រងសត្វមូសរៀងៗខ្លួន។ ដោយសារពួកគេបានដឹងថាសត្វមូស បង្កកំណើតនៅក្នុងសំបកកង់ឡាន មនុស្សមួយក្រុមបានសម្រេចចិត្តដើរប្រមូលកង់ឡានចាស់ៗ រួចបំពេញវាដោយដី និងប្រើប្រាស់វាសម្រាប់ធ្វើជាជណ្តើរឡើងទីចំណោត។ ធ្វើដូចនេះអាចកម្ចាត់ចោលជម្រកមូសបង្កកំណើត និងអាចឲ្យគេឡើងចុះទីទួលបានស្រួល។ ហើយសំបកកង់ឡានផ្សេងទៀតត្រូវបានប្រើប្រាស់ជាផើងដាំដំណាំ។

ក្រុមមួយនៃសង្កាត់ដទៃទៀត ផលិតនិងលក់គម្របធុងទឹកក្នុងតម្លៃថោកៗ។ ធ្វើដូចនេះអាចកម្ចាត់ចោលនូវជម្រកបង្កកំណើតរបស់មូស និងចំណេញបានប្រាក់សម្រាប់សហគមន៍ផងដែរ។

កម្មវិធីបង្ការជំងឺគ្រុនឈាមក្នុងសហគមន៍ បានបន្តមកដល់សព្វថ្ងៃ។ មិនត្រឹមតែមានជំងឺគ្រុនឈាមតិចតួចប៉ុណ្ណោះទេ កម្មវិធីនេះថែមទាំងនាំមកនូវផលប្រយោជន៍មួយចំនួន ដូចជា :

- មនុស្សវ័យក្មេង រួមទាំងក្មេងទំនើង បានចូលរួមក្នុងការផ្លាស់ប្តូរជាវិជ្ជមាននៅក្នុងសង្កាត់របស់គេដែលបង្កើនសាមគ្គីភាពនៅក្នុងសហគមន៍។
- អ្នកភ្លេងបានសរសេរបទភ្លេងដ៏ពេញនិយម ដើម្បីអប់រំប្រជាជន និងធ្វើឲ្យការបង្ការជំងឺគ្រុនឈាមមានភាពសប្បាយរីករាយ។
- ក្រុមសាសនា និងក្រុមនយោបាយខុសៗគ្នា បានដាក់ភាពខុសគ្នារបស់ខ្លួនទៅម្ខាង ដើម្បីធ្វើការងាររួមគ្នានៅក្នុងគម្រោងរួម។
- សកម្មជនផ្នែកសុខភាពក្នុងតំបន់ ត្រូវបានស្នើសុំដោយក្រសួងសុខាភិបាលឲ្យបម្រើការងារនៅប៉ុស្តិ៍សុខភាព និងមណ្ឌលសុខភាព។

សព្វថ្ងៃ ប្រជាជនទាំង១០សង្កាត់នេះកំពុងជួយសហគមន៍ដទៃទៀតក្នុងការរៀបចំបញ្ឈប់ជំងឺគ្រុនឈាម និងកែលម្អជីវភាពនៅក្នុងសហគមន៍។