ဒီနေ့အတွက် သိကောင်းစရာ (၃၀)

(၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ ဇွန်လ (၂၂)

တီဘီရောဂါကူးစက်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဘာတွေ သိထားသင့်သလဲ?

- တီဘီရောဂါသည် သာမန်မျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်သော ဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့်ဖြစ်ပြီး လေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့သည့် ကူးစက်ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။
- သလိပ်ပိုးရှိသူတီဘီလူနာမှ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာချေခြင်း၊ ကျယ်လောင်စွာ စကားပြောခြင်းအားဖြင့် တီဘီရောဂါပိုးများသည် လေထဲသို့ပျံ့နှံ့၍ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူများ ရှူရှိုက်မိရာမှ ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။
- တီဘီရောဂါလက္ခဏာများမှာ - (၂) ပတ်နှင့်အထက် ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ကျော/ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးသည့်အခါသွေး/ သလိပ်ပါခြင်း၊ အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊ ကိုယ်အလေးချိန်ကျပြီး တဖြည်းဖြည်းပိန်လာခြင်း၊ ညနေပိုင်းတွင် တငွေ့ငွေ့ဖျားခြင်း၊ ညအခါတွင် ချွေးအလွန်ထွက်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။
- **စောစီးစွာစနစ်တကျဆေးကုသမှုခံယူခြင်းနှင့် ဆေးပုံမှန်သောက်ခြင်းမရှိလျှင် တီဘီရောဂါသည်** ဖြစ်ပွားသူမှတစ်ဆင့် မိသားစုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူများကိုပါ **အလွယ်တကူ ရောဂါကူးစက်စေနိုင်သည့်အပြင် ကုသရန်ခက်ခဲသောဆေးယဉ်ပါးတီဘီရောဂါ (MDR-TB) နှင့် ဆေးပေါင်းစုံယဉ်ပါးတီဘီရောဂါ (XDR-TB) အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိကာ နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုး မြောက်များစွာခံစားရနိုင်ပါသည်။**
- ကာကွယ်နိုင်သောနည်းလမ်းများမှာ - မွေးပြီးစကလေးအား ဘီစီဂျီ ကာကွယ်ဆေးမပျက်မကွက်ထိုးခြင်း၊ တီဘီရောဂါရှိသူနှင့် နီးကပ်စွာမနေထိုင်ခြင်း၊ ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်း စည်း (Mask) စနစ်တကျတပ်ဆင်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုး/ နှာချေတိုင်း ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းအား တစ်ရှူးဖြင့် လုံခြုံစွာ ဖုံးအုပ်ခြင်း၊ လက်ကိုစနစ်တကျဆေးခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။
- တီဘီရောဂါသည် အဆုတ်တွင်အများဆုံးဖြစ်ပွားသော်လည်း ဦးနှောက်၊ ကျောရိုး၊ အူလမ်းကြောင်းကဲ့သို့ အခြားခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများတွင်လည်း ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။
- တီဘီရောဂါလက္ခဏာများခံစားရပါက နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာနကိုဆက်သွယ်၍ စောစီးစွာစစ်ဆေးကုသမှုခံယူပါ။

စောစီးစွာစနစ်တကျစစ်ဆေးကုသမှုခံယူခြင်းနှင့် ဆေးပုံမှန်သောက်ခြင်းသည် အခြားသူများသို့တီဘီရောဂါကူးစက်စေခြင်းမှ အကောင်းဆုံးကာကွယ်ပြီး မိမိကိုယ်တိုင်လည်းဆေးယဉ်ပါးတီဘီမဖြစ်အောင်ကာကွယ်ရာရောက်ပါသည်။