

## ໄອໄກ່ແມ່ນຫຍັງ?

ໄອໄກ່ສາມາດເປັນພະຍາດຕິດຕໍ່ອັນຕະລາຍເຖິງຊີວິດໃນເດັກນ້ອຍ.

ໄອໄກ່ໃນເດັກນ້ອຍສາມາດເຮັດໃຫ້ເກີດການຍຸດຫາຍໃຈ (ຍຸດຊົ່ວຄາວໃນການຫາຍໃຈປົກກະຕິ), ບອດບວມ, ບັນຫາການໃຫ້ອາຫານແລະການສູນເສຍນ້ຳຫນັກ, ຊັກ, ຄວາມເສຍຫາຍຂອງສະຫມອງແລະ, ໃນບາງກໍລະນີ, ເສຍຊີວິດ. ເດັກນ້ອຍແລະຜູ້ໃຫຍ່ສາມາດເປັນໄອໄກ່ໄດ້ຄືກັນ ແລະສິ່ງຕໍ່ໃຫ້ເດັກນ້ອຍ.

## ອາການແມ່ນຫຍັງ?

- ອາການໄອໄກ່ມັກຈະເລີ່ມຄືກັບເປັນຫວັດໂດຍມີດັງຕ້ານ ຫຼື ນ້ຳມູກໄຫຼ, ເມື່ອຍ, ໄຂ້ອ່ອນໆ ແລະ ໄອ.
- ອາການໄອຮ້າຍແຮງຂຶ້ນ ແລະອາການໄອທີ່ບໍ່ສາມາດຄວບຄຸມໄດ້ຮ້າຍແຮງຂຶ້ນ. ອາການໄອສາມາດຕິດຕາມມາໄດ້ດ້ວຍການຮາກ, ຫາຍໃຈຍາກ ຫຼືຫາຍໃຈລຳບາກ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ເກີດສຽງ “ດັງ”. ອາການໄອສາມາດຢູ່ເປັນເວລາຫຼາຍອາທິດ ແລະສາມາດຮ້າຍແຮງຂຶ້ນໃນຕອນກາງຄືນ.
- ເດັກເກີດໃໝ່ບາງຄົນອາດຈະບໍ່ໄອເລີຍ ແຕ່ເຂົາເຈົ້າສາມາດຍຸດຫາຍໃຈ ແລະປ່ຽນເປັນສີຟ້າໄດ້. ເດັກນ້ອຍບາງຄົນມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກໃນການໃຫ້ອາຫານ ແລະສາມາດຫາຍໃຈຍາກ ຫຼື gag.
- ເດັກນ້ອຍ ແລະຜູ້ໃຫຍ່ອາດຈະມີອາການໄອເປັນເວລາຫຼາຍອາທິດ. ພວກເຂົາເຈົ້າອາດຈະບໍ່ມີ whoop ໄດ້.

## ມັນແຜ່ລາມແນວໃດ?

- ໄອໄກ່ແມ່ນແຜ່ລາມໄປເມື່ອຜູ້ຕິດເຊື້ອໄອແບັກທີເຣຍເຂົ້າໄປໃນອາກາດ ເຊິ່ງຄົນໃກ້ຄຽງສາມາດຫາຍໃຈເຂົ້າໄດ້. ຖ້າພວກເຂົາບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວໄວ, ຄົນທີ່ເປັນໄອໄກ່ຈະຕິດເຊື້ອໃນສາມອາທິດທຳອິດຂອງການເປັນພະຍາດຂອງເຂົາເຈົ້າ.
- ພະຍາດໄອໄກ່ແຜ່ໄດ້ງ່າຍຜ່ານຄອບຄົວ, ສູນລ້ຽງເດັກ ແລະ ຢູ່ໂຮງຮຽນ.

## ໃຜມີຄວາມສ່ຽງ?

- ທຸກຄົນສາມາດເປັນໄອໄກ່ໄດ້. ຄົນທີ່ອາໄສຢູ່ໃນຄອບຄົວດຽວກັນກັບຜູ້ທີ່ເປັນໄອໄກ່ແມ່ນມີຄວາມສ່ຽງໂດຍສະເພາະ.

- ພູມຄຸ້ມກັນຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອແຕ່ພູມຕົ້ນທານຈະຫາຍໄປຕາມເວລາ. ເຈົ້າຍັງສາມາດເປັນໄອໂກໄດ້ຖືງແມ່ນໄດ້ຮັບພູມຕົ້ນທານແລ້ວ.

## ມັນຖືກປ້ອງກັນແນວໃດ?

ວັກຊີນປ້ອງກັນພະຍາດໄອໂກໃຫ້ການປ້ອງກັນທີ່ດີຈາກການຕິດເຊື້ອ ແຕ່ພູມຄຸ້ມກັນຈະຫາຍໄປ ຊຶ່ງໝາຍຄວາມວ່າຕ້ອງການຢາກະຕຸ້ນ.

## ການສັກຢາປ້ອງກັນສໍາລັບເດັກນ້ອຍ

- ເດັກນ້ອຍຕ້ອງສັກຢາກັນພະຍາດໃນ 2 ເດືອນ, 4 ເດືອນ, 6 ເດືອນ ແລະ 18 ເດືອນ. ສັກຄັ້ງທໍາອິດສາມາດໃຫ້ໄດ້ໄວເທົ່າທີ່ອາຍຸ 6 ອາທິດ.
- ການໃຫ້ລູກຂອງເຈົ້າສັກຢາໃຫ້ທັນເວລາເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າມີການປ້ອງບາງຕອນທີ່ເຂົາເຈົ້າມີຄວາມສ່ຽງທີ່ສຸດທີ່ຈະເປັນພະຍາດຮ້າຍແຮງ.
- ຖ້າຢາວັກຊີນຂອງລູກເຈົ້າເກີນກໍານົດ, ໃຫ້ໄປພົບແພດທັນທີເພື່ອຕິດຕາມ.

## ການສ້າງພູມຄຸ້ມກັນສໍາລັບເດັກນ້ອຍທີ່ສູງອາຍຸ

- ຕ້ອງການຢາກະຕຸ້ນອາການໄອໂກເມື່ອອາຍຸ 4 ປີ.
- ກວດເບິ່ງວ່າລູກຂອງທ່ານໄດ້ຮັບການສັກຢາປ້ອງກັນ. ເບິ່ງປຶ້ມສື່ຟ້າຂອງເຂົາເຈົ້າ, ເວົ້າກັບແພດທັນຂອງເຈົ້າ ຫຼືໂທຫາທະບຽນການສັກຢາປ້ອງກັນຂອງອົດສະຕຣາລີທີ່ເບີ 1800 653 809.
- ຢາກະຕຸ້ນອາການໄອໂກຄັ້ງທີສອງແມ່ນໃຫ້ຢູ່ໃນໂຮງຮຽນມັດທະຍົມໂດຍຜ່ານໂຄງການວັກຊີນທີ່ໂຮງຮຽນ NSW.

## ການສັກຢາປ້ອງກັນສໍາລັບຜູ້ໃຫຍ່

ວັກຊີນພຣີແມ່ນສະໜອງໃຫ້ຜ່ານ GPs

ແລະຄລີນິກການຜາກທ້ອງໃນໂຮງໝໍສໍາລັບແມ່ຍິງຖືພາໃນລະຫວ່າງ **ແຕ່ລະ** ການຖືພາ

- ວັກຊີນປ້ອງກັນພະຍາດໄອໂກແມ່ນປົກກະຕິແລ້ວໃຫ້ແມ່ຍິງຖືພາໃນເວລາ 28 ອາທິດຂອງການຖືພາແຕ່ລະຄັ້ງ, ແຕ່ສາມາດໃຫ້ໄດ້ທຸກເວລາລະຫວ່າງ 20 ຫາ 32 ອາທິດ.
- ສໍາລັບແມ່ຍິງທີ່ຖືກກໍານົດວ່າມີຄວາມສ່ຽງສູງທີ່ຈະເກີດລູກໄວ, ຄວນໃຫ້ວັກຊີນໄວເທົ່າທີ່ຈະໄວໄດ້ (ຈາກ 20 ອາທິດ)
- ຖ້າບໍ່ໄດ້ຮັບໃນເວລາຖືພາ, ຄວນສັກຢາວັກຊີນໃຫ້ໄວເທົ່າທີ່ຈະໄວໄດ້ຫຼັງຈາກເກີດ

ແນະນຳໃຫ້ໃຊ້ຢາເສີມສຳລັບຜູ້ໃຫຍ່ສຳລັບ:

- ສະມາຊິກຄອບຄົວຜູ້ໃຫຍ່ອື່ນໆ, ພໍ່ເຖົ້າແມ່ເຖົ້າ ແລະຜູ້ເບິ່ງແຍງເດັກທີ່ມີອາຍຸຕໍ່າກວ່າ 12 ເດືອນ.
- ຜູ້ໃຫຍ່ທີ່ເຮັດວຽກກັບເດັກນ້ອຍ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນການດູແລສຸຂະພາບແລະພະນັກງານດູແລເດັກ.

## ຖ້າເຈົ້າເປັນຜູ້ຕິດຕໍ່ໃກ້ຊິດກັບຄົນທີ່ເປັນໄອໄກ່

ຖ້າເຈົ້າໄດ້ສຳຜັດກັບຄົນທີ່ເປັນໄອໄກ່ໃນຕອນຕົ້ນໆ ໃນຂະນະທີ່ເຂົາເຈົ້າຕິດເຊື້ອຢູ່, ໃຫ້ລະວັງອາການ ແລະ ໄປພົບແພດຂອງເຈົ້າ ຖ້າເຈົ້າມີອາການໄອໄກ່ໃໝ່.

ແອນໂອຍ ແລະ ແມ່ຍິງຖືພາບາງຄົນຕ້ອງການຢາຕ້ານເຊື້ອເພື່ອປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໄອໄກ່ ຖ້າເຂົາເຈົ້າໄດ້ສຳຜັດກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອ.

## ໄອໄກ່ຖືກວິນິດໄສແນວໃດ?

ທ່ານຫມໍຂອງເຈົ້າອາດຈະຖາມກ່ຽວກັບອາການຂອງເຈົ້າ ແລະເຈົ້າເຄີຍຕິດຕໍ່ກັບໄອໄກ່ຫຼືບໍ່.

ຖ້າທ່ານຫມໍຂອງທ່ານຄິດວ່າທ່ານມີອາການໄອໄກ່,

ຮູ້ດັ່ງຈາກດ້ານຫລັງຂອງດັ່ງຫຼືຄໍສາມາດຍືນຍັນການວິນິດໄສໄດ້.

## ມັນປິ່ນປົວແນວໃດ?

- ເດັກນ້ອຍບາງຄົນອາດຈະຕ້ອງການການປິ່ນປົວຢູ່ໃນໂຮງຫມໍຫຼືຢູ່ໃນການດູແລແບບສຸມ.
- ຢາຕ້ານເຊື້ອແມ່ນໃຊ້ເພື່ອປິ່ນປົວພະຍາດໄອໄກ່ໃນໄລຍະຕົ້ນ ແລະ ສາມາດຊ່ວຍປ້ອງກັນການແຜ່ກະຈາຍຂອງໄອໄກ່ໄປສູ່ຜູ້ອື່ນໄດ້. ຜູ້ທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວກ່ອນໄວອັນຄວນດ້ວຍຢາຕ້ານເຊື້ອທີ່ຖືກຕ້ອງສາມາດແຜ່ລາມການຕິດເຊື້ອໃນ 3 ອາທິດທຳອິດຂອງການເປັນພະຍາດຂອງເຂົາເຈົ້າ. ຫຼັງຈາກກິນຢາຕ້ານເຊື້ອ 5 ມື້, ປົກກະຕິທ່ານຈະບໍ່ຕິດເຊື້ອອີກຕໍ່ໄປ.
- ອາການໄອໄກ່ຈະສືບຕໍ່ເປັນເວລາຫຼາຍອາທິດ, ເຖິງວ່າຈະມີຢາຕ້ານເຊື້ອ.

## ການຕອບສະໜອງດ້ານສາທາລະນະສຸກແມ່ນຫຍັງ?

ທ່ານໝໍ

ແລະຫ້ອງທົດລອງຕ້ອງແຈ້ງກໍລະນີທີ່ເປັນພະຍາດໄອໄກ່ເປັນຄວາມລັບກັບໜ່ວຍງານສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນ.

ພະນັກງານໜ່ວຍງານສາທາລະນະສຸກສາມາດແນະນຳວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດເພື່ອຢຸດການແຜ່ລະບາດຕື່ມອີກ.

ເດັກນ້ອຍທີ່ຕິດເຊື້ອແມ່ນຖືກຈຳກັດບໍ່ໃຫ້ໄປໂຮງຮຽນກ່ອນໄວຮຽນ ແລະໂຮງຮຽນ.

ການຕິດຕໍ່ທີ່ບໍ່ມີພູມຕ້ານທານອາດຈະຖືກຍົກເວັ້ນຈາກການເບິ່ງແຍງເດັກເວັ້ນເສຍແຕ່ວ່າພວກເຂົາກິນຢາຕ້ານເຊື້ອພິເສດ.

## ກຳນົດ - ບ້ອງກັນ - ບ້ອງກັນ

- ການໂຄສະນາສຸຂະພາບຂອງ NSW ໄອໄກ

ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ, ກະລຸນາໂທຫາໜ່ວຍບໍລິການສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ **1300 066 055**.