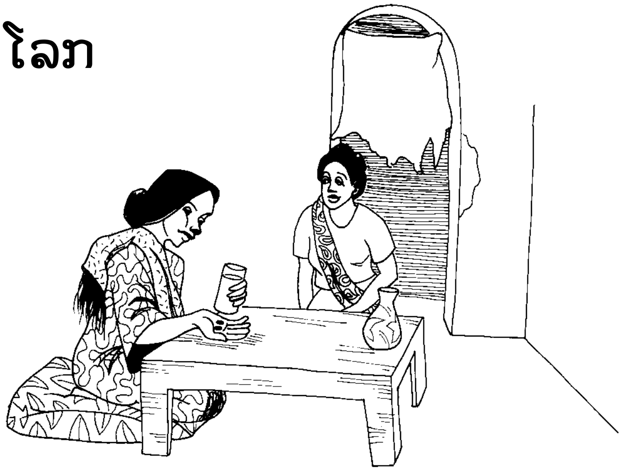
ພາກທີ 25

ເນື້ອໃນຂອງພາກນີ້ ຄື:

ພະຍາດວັນນະໂລກແມ່ນຫຍັງ?	388
ພາຍາດວັນນະໂລກຕິດຕໍ່ໃສ່ຜູ້ອື່ນແນວໃດ	388
ຈະຮູ້ໄດ້ແນວໃດວ່າຄົນຜູ້ໜຶ່ງເປັນພະຍາດວັນນະໂລກ	389
ການປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ	389
ການດື້ຢາປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ	390
ການປ້ອງກັນພະຍາດວັນນະໂລກ	391
ການດຳເນີນງານເພື່ອເຮັດໃຫ້ມີການປ່ຽນແປງ	391

HLI Seattle
Health Leadership International
Field Draft Copy

ພະຍາດວັນນະໂລກ (ປອດແຫ້ງ)



ພະຍາດວັນນະໂລກແມ່ນພະຍາດຊຶມເຊື້ອຮ້າຍແຮງ ທີ່ມັກຈະເກີດຂຶ້ນຢູ່ປອດ. ພະຍາດນີ້ແຜ່ລາມໄດ້ງ່າຍຢູ່ບ່ອນທີ່ແອອັດບໍ່ມີອາກາດຖ່າຍເທຕົວຢ່າງ ເຊັ່ນ: ໃນຕົວເມືອງ, ສະລັມ, ບ່ອນພັກເຊົາຂອງຊາວອົບພະຍົບ, ໂຮງງານ ແລະ ຢູ່ໃນອາຄານຫ້ອງການຕ່າງໆ ໂດຍສະເພາະໃນຫ້ອງທີ່ອາກາດບໍ່ລ່ວງ. ໃນທົ່ວໂລກມີຄົນປະມານ 2 ຕື້ (1/3 ຂອງປະຊາກອນໂລກ) ຕິດເຊື້ອວັນນະໂລກ ແລະ ມີເຊື້ອພະຍາດໃນຮ່າງກາຍຂອງພວກເຂົາແຕ່ວ່າມີພຽງແຕ່ 15 ລ້ານຄົນທີ່ເປັນຍ້ອນພະຍາດນີ້ເລີຍ.

ຖ້າວ່າປິ່ນປົວຢ່າງຖືກຕ້ອງພະຍາດວັນນະໂລກສ່ວນຫຼາຍກໍ່ປິ່ນປົວໃຫ້ເຊົາໄດ້.

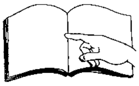
ພະຍາດວັນນະໂລກແມ່ເປັນອັນຕະລາຍເປັນພິເສດສຳລັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດສເພາະວ່າວັນນະໂລກສາມາດເຮັດໃຫ້ເຊື້ອໂລກເອດສຂະຫຍາຍຕົວຢ່າງໄວວາ ແລະ ເຊື້ອໂລກເອດສເຮັດໃຫ້ລະບົບພູມຄຸ້ມກັນອ່ອນແອລົງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອວັນນະໂລກເຈັບເປັນໄວກວ່າເກົ່າ (ຫຼື ເວົ້າອີກຢ່າງໜຶ່ງວ່າເພີ່ມການເຕີບໃຫ່ຍຂະຫຍາຍຕົວຂອງເຊື້ອໂລກ).

ແມ່ຍິງ ແລະ ພະຍາດວັນນະໂລກ

ທັງແມ່ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍສາມາດເປັນພະຍາດວັນນະໂລກໄດ້, ແຕ່ມີແມ່ຍິງຈຳນວນໜ້ອຍໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ. ທຸກໆມື້ແມ່ຍິງເກືອບຮອດຈຳນວນ 3.000 ຄົນໄດ້ເສຍຊີວິດຍ້ອນພະຍາດວັນນະໂລກ ແລະ 1/3 ຂອງຈຳນວນນັ້ນເສຍຊີວິດຍ້ອນວ່າເຂົາເຈົ້າບໍ່ຮູ້ວ່າຕົນເອງເປັນພະຍາດ ຫຼື ບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວທີ່ເໝາະສົມ. ມັນເປັນເລື່ອງທີ່ຍາກສຳລັບແມ່ຍິງ ເພື່ອຈະໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ ເພາະວ່າເຂົາເຈົ້າອາດຈະບໍ່ສາມາດປະລູກ ຫຼື ວຽກງານໄດ້ ຫຼື ບາງທີເຂົາເຈົ້າກໍ່ບໍ່ມີເງິນຄ່າເດີນທາງໄປໂຮງໝໍກໍ່ມີ. ຢູ່ບາງທ້ອງຖິ່ນແມ່ຍິງບໍ່ປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ ເພາະວ່າເຂົາເຈົ້າຢ້ານຜົວບໍ່ຍອມຮັບຍ້ອນວ່າເຂົາເຈົ້າ ເປັນຄົນຂີ້ພະຍາດ ຫຼື ອ່ອນເພຍເກີນໄປ ເພື່ອຈະເຮັດວຽກງານ. ແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ເຮັດການມັກຈະເກີດຄວາມຢ້ານກົວວ່າເຈົ້ານາຍຂອງລາວອາດຈະໄລ່ລາວອອກເພາະຢ້ານວ່າລາວຈະເອົາພະຍາດໄປຕິດໃສ່ຜູ້ອື່ນ.

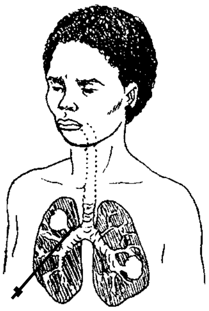
HLI Seattle
Health Leadership International
Field Draft Copy

ພະຍາດວັນນະໂລກແມ່ນຫຍັງ?



ໂລກເບົາຫວານ 174
ໂລກເອດ 283

ພະຍາດວັນນະໂລກເກີດຂຶ້ນຍ້ອນເຊື້ອພະຍາດຕົວນ້ອຍໆ ຫຼື ເຊື້ອຈຸລິນຊີ. ໃນເມື່ອເຊື້ອພະຍາດເຂົ້າໃນຮ່າງກາຍຂອແມ່ຍິງ, ລາວຈະຖືກຊຶມເຊື້ອຍ້ອນເຊື້ອນັ້ນ ແລະ ເຊື້ອ ພະຍາດວັນນະໂລກຈະຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຂອງລາວຫຼາຍໆປີ ຫຼື ຕະຫຼອດຊີວິດຂອງລາວເລີຍກໍ່ອາດເປັນໄດ້. ບຸກຄົນທີ່ມີສຸຂະພາບເຂັ້ມແຂງຈະສາມາດຕໍ່ສູ້ກັບເຊື້ອພະຍາດໄດ້, ມີພຽງແຕ່ຈຳນວນ ຄົນໜ້ອຍໜຶ່ງເທົ່ານັ້ນທີ່ເຈັບເປັນພະຍາດວັນນະໂລກ. ປະມານ 1 ຄົນໃນຈຳນວນ 10 ຄົນທີ່ມີເຊື້ອພະຍາດຈະເຈັບເປັນພະຍາດວັນນະໂລກໃນຊີວິດຂອງລາວ.



ນີ້ແມ່ນປອດທີ່ຢູ່ ໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນ.

ບາງຄັ້ງ, ເຊື້ອພະຍາດວັນນະໂລກກໍ່ສາມາດທຳລາຍພາກສ່ວນອື່ນຄືກັນເຊັ່ນ: ຕອມລູກໝາກ ຫຼື ຂໍ່ກະດູກຊຶ່ງເພິ່ນເອີ້ນວ່າວັນນະໂລກນອກປອດ. ໃນເມື່ອເຊື້ອວັນນະໂລກທຳລາຍໄຂມັນກະດູກສັນຫຼັງ ຫຼື ສະໝອງເພິ່ນເອີ້ນວາພະຍາດວັນນະໂລກເຍື້ອຫຸ້ມສະໝອງ.

ຖ້າວ່າຄົນຜູ້ນັ້ນຫາກອ່ອນເພຍ, ຂາດອາຫານ, ເປັນໂລກເບົາຫວານ, ຍັງເປັນເດັກນ້ອຍຫຼາຍ ຫຼື ເປັນຜູ້ເຖົ້າ ຫຼື ຕິດເຊື້ອໂລກເອດສ (HIV), ເຊື້ອ ພະຍາດວັນນະໂລກຈະເລີ່ມທຳລາຍຮ່າງກາຍ ຂອງລາວ. ໂດຍທົ່ວໄປພະຍາດວັນນະໂລກມັກເປັນຢູ່ປອດ, ບ່ອນທີ່ເຊື້ອພະຍາດກິນເນື້ອເຍື້ອປອດເຮັດໃຫ້ປອດເປັນຂຸມ ແລະ ທຳລາຍເສັ້ນເລືອດ. ຍ້ອນວ່າຮ່າງກາຍພະຍາຍາມຕໍ່ສູ້ກັບເຊື້ອພະຍາດ, ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ຂຸມນັ້ນເຕັມໄປດ້ວຍໜອງ ແລະ ເລືອດປົນກັນ.

ຖ້າວ່າບໍ່ປິ່ນປົວ, ຮ່າງກາຍຈະເລີ່ມຖືກທຳລາຍ ແລະ ຄົນຜູ້ທີ່ເປັນພະຍາດຈະເສຍຊີວິດພາຍໃນ 5 ປີ. ຖ້າວ່າຄົນຜູ້ນັ້ນຕິດທັງເຊື້ອໂລກເອດສ (HIV) ແລະ ວັນນະໂລກ ແມ່ນຄົນຜູ້ນັ້ນອາດຈະເສຍຊີວິດພາຍໃນ 2-3 ເດືອນຖ້າວ່າບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ.

ພະຍາດວັນນະໂລກຕິດຕໍ່ໃສ່ຜູ້ອື່ນໄດ້ແນວໃດ?

ພະຍາດວັນນະໂລກຕິດຈາກຜູ້ໜຶ່ງໄປຫາຜູ້ໜຶ່ງດ້ວຍເຊື້ອພະຍາດທີ່ອອກມາຈາກການໄອ ຫຼື ຈາມຂອງຄົນທີ່ເປັນພະຍາດ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດນັ້ນສາມາດຢູ່ໃນອາກາດຫຼາຍໆຊົ່ວໂມງ.

ຄົນເຈັບທີ່ເປັນພະຍາດວັນນະໂລກປອດ ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໄປຫາຜູ້ອື່ນ, ແຕ່ຄົນທີ່ມີເຊື້ອຢູ່ໃນຮ່າງກາຍ ແຕ່ບໍ່ທັນມີອາການຂອງພະຍາດວັນນະໂລກ ແລະ ຄົນທີ່ເປັນພະຍາດວັນນະໂລກຢູ່ພາກສ່ວນອື່ນຂອງຮ່າງກາຍ (ບໍ່ແມ່ນຢູ່ປອດ) ບໍ່ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໄປຫາຜູ້ອື່ນໄດ້.

ພະຍາດວັນນະໂລກທີ່ເກີດເປັນນຳແມ່ຍິງມັກຈະຕິດຕໍ່ໃສ່ລູກ ແລະ ຜູ້ອື່ນທີ່ລາວກຳລັງດູແລຢູ່ທຸກໆມື້.

ຖ້າວ່າບໍ່ປິ່ນປົວ, ໃນແຕ່ລະປີ ຄົນທີ່ເປັນພະຍາດວັນນະໂລກປອດຈະເອົາເຊື້ອພະຍາດໄປຕິດໃສ່ຜູ້ອື່ນອີກ 10 ຄົນ, ແຕ່ຖ້າວ່າຄົນເຈັບຜູ້ນັ້ນໄດ້ກິນຢາໃນໄລຍະປະມານ 1 ເດືອນ, ລາວກໍ່ອາດຈະບໍ່ສາມາດເອົາເຊື້ອພະຍາດຕິດໃສ່ຜູ້ອື່ນອີກ.

ອີກ 1 ປີຄົນທີ່ເຈັບເປັນພະຍາດວັນນະໂລກ ແຕ່ລະຄົນໃນມື້ນີ້ຈະແຜ່ເຊື້ອໄປໃສ່ຜູ້ອື່ນອີກ 10 ຄົນ?

HLI Seattle
Health Leadership International
Field Draft Copy

ອາການສ່ວນໃຫ່ຍທີ່ມັກເກີດຂຶ້ນສຳລັບຄົນທີ່ເປັນວັນນະໂລກປອດແມ່ນອາການໄອດົນເປັນເວລາຫຼາຍກວ່າສາມອາທິດໂດຍສະເພາະມີເລືອດອອກນຳຂີ້ກະເທີ່. ອາການອື່ນໆອີກປະກອບມີການບໍ່ຢາກກິນເຂົ້າ ແລະ ນ້ຳໜັກລົດ, ມີໄຂ້, ຮູ້ສຶກເມື່ອຍ ແລະ ມີ ເຫື່ອຍອອກໃນຕອນກາງຄືນ. ມີວິທີດຽວເທົ່ານັ້ນທີ່ສາມາດບອກໄດ້ວ່າຄົນຜູ້ນັ້ນເປັນພະຍາດວັນນະໂລກຢ່າງແທ້ຈິງແມ່ນການກວດຂີ້ນກະເທີ່. ເພື່ອຈະເອົາຂີ້ກະເທີ່ໄປກວດຄົນຜູ້ນັ້ນຈຳເປັນ ຕ້ອງໄດ້ໄອໃຫ້ມີສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງຈາກປອດອອກມາບໍ່ແມ່ນແຕ່ໄອທຳມະດາແລ້ວເອົາແຕ່ນ້ຳລາຍໄປກວດມັນຈະບໍ່ໄດ້ຜົນ. ຂີ້ກະເທີ່ຈະໄດ້ຖືກກວດຢູ່ຫ້ອງວິເຄາະ ເພື່ອຊອກເບິ່ງວ່າມີເຊື້ອວັນນະໂລກ ຫຼື ບໍ່. ຖ້າມີເພິ່ນຈະ ເວົ້າວ່າການກວດຂີ້ກະເທີ່ມີຜົນບວກ.ແມ່ນທ່ານເປັນວັນນະໂລກ. ການກວດຂີ້ກະເທີ່ຄວນໄດ້ເຮັດ 3 ເທື່ອ. ຖ້າຜົນຂອງການກວດຂີ້ກະເທີ່ແມ່ນມີຜົນບວກສອງ ຄັ້ງແມ່ນແມ່ຍິງຜູ້ນັ້ນຄວນເລີ່ມປິ່ນປົວເລີຍ. ຖ້າວ່າຜົນກວດມີຜົນບວກແຕ່ຄັ້ງດຽວ, ລາວຄວນ ຈະໄດ້ກວດຂີ້ກະເທີ່ອີກເທື່ອໜຶ່ງ, ຖ້າວ່າມັນມີຜົນບວກກໍ່ໃຫ້ເລີ່ມປິ່ນປົວ. ຖ້າວ່າການກວດຄັ້ງທີ 3 ມີຜົນລົບ, ລາວຄວນຈະໄດ້ຊ່ອງໄຟຟ້າໜ້າເອິກ ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າລາວບໍ່ໄດ້ເປັນພະຍາດ ແລະ ບໍ່ຕ້ອງການປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ. ລາວຄວນໄປ ກວດຫາເຊື້ອໂລກເອດສ (HIV) ເພາະວ່າເມື່ອຜົນກວດຂີ້ກະເທີ່ອອກມາເປັນລົບແມ່ນອາການທີ່ມັກເກີດກັບຄົນທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດສ (HIV).

ສິ່ງທີ່ສຳຄັນ: ເພາະມັນເປັນເລື່ອງທີ່ມັກຈະປະກົດຂຶ້ນເປັນທຳມະດາທີ່ຄົນຕິດເຊື້ອໂລກເອດສ (HIV) ຈະເຈັບປ່ວຍ ແລະ ເສຍຊີວິດຍ້ອນເປັນນະໂລກ. ສະນັ້ນຄົນທີ່ຕິດ
ເຊື້ອໂລກເອດສຄວນຈະຮັບການກວດວັນນະໂລກ.
ຖ້າຜົນອອກມາເປັນບວກແມ່ນ
ຄົນຜູ້ນັ້ນຄວນໄດ້ຮັບການຮັກສາໂດຍທັນທີ ແລະ ໂດຍສະເພາະປະເທດທີ່ມີຄົນເປັນໂລກເອດສຫຼາຍແມ່ນທຸກໆທີ່ເປັນວັນນະໂລກຄວນໄປຫາເຊື້ອໂລກເອດສ.ສ່ວນຫຼາຍພະຍາດວັນນະໂລກສາມາດປິ່ນປົວໃຫ້ຫາຍເຊົາໄດ້, ຖ້າວ່າຄົນເຈັບເປັນພະຍາດນີ້
ເທື່ອທຳອິດ ແລະ ລາວໄດ້ກິນຢາທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ກິນໃນປະລິມານທີ່ຖືກຕ້ອງໃນໄລຍະຂອງ ການປິ່ນປົວທັງໝົດ. ການປິ່ນປົວມີສອງພາກ, ໃນພາກທຳອິດຄົນເຈັບຈະໄດ້ກິນຢາ 4 ຊະນິດໃນໄລຍະ 2 ເດືອນ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນລາວຈະໄດ້ກວດຂີ້ກະເທີ່ອີກ. ຖ້າວ່າການກວດຂີ້ກະເທີ່ມີຜົນລົບ,
ລາວຈະໄດ້ເລີ່ມປິ່ນປົວພາກທີ 2, ເຊິ່ງລາວຈະໄດ້ກິນຢາ 2 ຊະນິດໃນໄລຍະ 4 ເດືອນ (ໄລຍະປິ່ນປົວທັງໝົດແມ່ນ 6 ເດືອນ). ເມື່ອການປິ່ນປົວສຳເລັດລົງ, ລາວ

ຈະຮູ້ວ່າຄົນຜູ້ໜຶ່ງເປັນພະຍາດວັນນະໂລກໄດ້ແນວໃດ?

ຖ້າວ່າຄົນຜູ້ໜຶ່ງມີອາການຂອງພະຍາດວັນນະໂລກປອດ ແຕ່ການກວດຂີ້ກະເທີ່ມີຜົນລົບ, ລາວຄວນໄປພົບຜູ້ທີ່ຜ່ານການອົບຮົມກ່ຽວກັບການປິ່ນປົວພະຍາດລູກປອດ ເພາະລາວອາດຈະເປັນອັກເສບປອດ, ເປັນຫືດ ຫຼື ເປັນພະຍາດມະເຮັງຢູ່ປອດກໍ່ເປັນໄດ້.

ການປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ

ຢາປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກສາມາດເຮັດໃຫ້ປະສິດທິພາບຂອງຢາຄຸມກຳເນີດຫຼຸດລົງ (ເຊັ່ນຢາເມັດຄຸມກຳເນີດ). ແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ກຳລັງກິນຢາປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກຄວນຈະໃຊ້ວິທີການວາງແຜນຄອບຄົວແບບແບບອື່ນໆອີກ (ອານເພີ່ມຢູ່ໜ້າ 200)

ຢາທີ່ມັກຈະຖືກໃຊ້ໃນການປິ່ນປົວວັນນະໂລກມີຄື: ອີໂລນີອາຊິດ (Isoniazid), ປີຣາຊີນາມິດ (Pyrazinamide), ຣິຟຳປີຊິນ (Rifampicin), ສະເຕັບໂຕມີຊິນ (Streptomycin). ລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບຢາເຫຼົ່ານີ້ໃຫ້ອ່ານເພີ່ມຢູ່ "ໜ້າຂຽວ". ແຕ່ການໃຊ້ຢາປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກຈະແຕກຕ່າງກັນຢູ່ແຕ່ລະປະເທດ. ແພດຄວນຈະປະຕິບັດຕາມຂໍ້ແນະນຳຂອງ ໂຄງການ ຕ້ານວັນນະໂລກຂອງປະເທດນັ້ນໆ.ຖ້າວ່າຜົນກວດຂີ້ກະເທີ່ຍັງມີຜົນບວກຢູ່ຫຼັງຈາກປິ່ນປົວມາແລ້ວ 2 ເດືອນ, ໃຫ້ຄົນເຈັບໄປຫາ ອສບ ຕື່ມອີກເພື່ອກວດຕື່ມອີກ.

ການປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກໃນເວລາຖືພາ

ແມ່ຍິງຜູ້ທີ່ຖືພາບໍ່ຄວນໃຊ້ສະເຕັບໂຕມີຊິນ (streptomycin) ເພາະມັນອາດຈະເຮັດໃຫ້ລູກຢູ່ໃນທ້ອງຫູໜວກ. ແມ່ຍິງຜູ້ນັ້ນ ຄວນຈະຫຼີກເວັ້ນຢາປີຣາຊີນາມິດ (pyrazinamide), ຖ້າວ່າລາວຫຼີກໄດ້, ເພາະວ່າອາດຈະມີຜົນສະທ້ອນສຳລັບເດັກນ້ອຍຢູ່ໃນທ້ອງ. ຢາສຳລັບປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກ ອາດຈະເຮັດໃຫ້ຕຶນ ແລະ ມີມີອາການເຈັບ ຫຼື ມຶນ, ໂດຍສະເພາະໃນເວລາຖືພາ. ເພື່ອແກ້ໄຂບັນຫາອາດຈະກິນຢາ ພີຣິດົກຊິນ ຫຼື ວິຕາມິນບີ 6 (Pyridoxine ຫຼ Vitamin B 6). ເພາະວ່າເຊື້ອພະຍາດອາດດື້ຢາ (ເບິ່ງເພີ່ມເຕີມໜ້າ 390).

HLI Seattle
Health Leadership International
Field Draft Copy

ຜູ້ໃດກໍ່ຕາມທີ່ກຳລັງປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກຄວນຈະປະຕິບັດຕາມຂໍ້ກຳນົດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

ຫຼັງຈາກທີ່ໃຊ້ຢາມາແລ້ວ 2 ເດືອນ, ບາງຄັ້ງອາດຈະກິນຢາອາທິດໜຶ່ງ 2-3 ເທື່ອກໍ່ໄດ້ ແທນທີ່ຈະກິນທຸກໆມື້. ແຕ່ບໍ່ແມ່ນສຳລັບຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດສ (HIV) ຫຼື ມີການດື້ຢາປິ່ນປົວວັນນະໂລກຢູ່ໃນຄຸ້ງເຂດຂອງທ່ານໃຫ້ປຶກສາ ອສບ ເບິ່ງວ່າທ່ານສາມາດໃຊ້ການປິ່ນປົວແບບນັ້ນບໍ່

- ກິນຢາໃຫ້ໝົດຕາມກຳນົດ. ຢ່າເຊົາປິ່ນປົວເຖິງວ່າທ່ານຈະຮູ້ສຶກດີຂຶ້ນແລ້ວກໍ່ຕາມ. ຖ້າທ່ານຢຸດເຊົາປິ່ນປົວທ່ານສາມາດເອົາພະຍາດໄປຕິດໃສ່ຜູ້ອື່ນ ແລະ ພະຍາດນີ້ຈະກັບຄືນເປັນໃໝ່, ບາງທີອາດຈະເປັນພະຍາດໃນຮູບແບບທີ່ປິ່ນປົວຍາກກວ່າເກົ່າ. (ໃຫ້ເບິ່ງຂໍ້ມູນຢູ່ດ້ານລຸ່ມ).
- ຊອກຮູ້ອາການຂ້າງຄຽງຂອງຢາທີ່ທ່ານກຳລັງໃຊ້ວ່າອາການໃດແມ່ນເລື່ອງປົກກະຕິ ແລະ ອາການໃດທີ່ຮ້າຍແຮງຖ້າວ່າທ່ານມີອາການທີຮ້າຍແຮງ ໃຫ້ທ່ານຢຸດເຊົາໃຊ້ຢານັ້ນ ແລະ ໃຫ້ໄປຫາ ອສບ ທັນທີ. ອສບ. ໃຫ້ພັກຜ່ອນຫຼາຍໆ ແລະ ກິນອາຫານດີເທົ່າທີ່ຈະດີໄດ້.ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ໃຫ້ທ່ານພັກເຮັດວຽກຈົນກວ່າທ່ານຈະຮູ້ ສຶກດີຂຶ້ນ.
- ຈົ່ງຫຼີກເວັ້ນການແຜ່ເຊື້ອພະຍາດວັນນະໂລກໄປສູ່ຄົນ ອື່ນໆ. ຖ້າເປັນໄປໄດ້ໃຫ້ແຍກບ່ອນນອນອອກຈາກຜູ້ທີ່ບໍ່ເປັນພະຍາດນີ້, ໃນໄລຍະ 1 ເດືອນຫຼັງຈາກເລີ່ມປິ່ນປົວ. ເວລາໄອ ຫຼື ຈາມໃຫ້ປິດປາກຂອງທ່ານ. ຖົ່ມນ້ຳລາຍ ຫຼື ຄາຍຂີ້ກະເທີ່ໃສ່ເຈ້ຍແລ້ວຖິ້ມລົງສ່ວມຖ່າຍ ຫຼື ຈູດຖິ້ມ.

- ຖ້າວ່າທ່ານເກີດລູກໃນເວລາປິ່ນປົວ, ທ່ານຄວນໄດ້ກວດຂີ້ກະເທີ່, ຖ້າວ່າຜົນກວດອອກມາລົບ, ລູກຂ້ອຍຂອງທ່ານຄວນຈະໄດ້ສັກຢາກັນວັນນະໂລກ (BCG), ແຕ່ບໍ່ຕ້ອງໃຊ້ຢາປົວ. ຖ້າວ່າຜົນກວດອອກມາບວກ, ລູກນ້ອຍຂອງທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງໄປປິ່ນປົວ.ທ່ານບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງແຍກອອກຈາກລູກນ້ອຍ ແລະ ທ່ານຍັງສາມາດເອົານົມໃຫ້ລູກກິນຢູ່.

ຖ້າວ່າແມ່ຍິງຜູ້ໜຶ່ງໄດ້ຕິດພະຍາດຈາກຜູ້ອື່ນທີ່ເປັນພະຍາດວັນນະໂລກທີ່ດື້ຢາ, ລາວຈະເປັນພະຍາດທີ່ຕ້ານຕໍ່ຢາຄືກັນ.

ການດື້ຢາ:

ຜູ້ເປັນ ອສບ. ຄວນຖາມຄົນເຈັບສະເໝີວ່າລາວເຄີຍໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວວັນນະໂລກ ຫຼືບໍ່. ຖ້າວ່າລາວເຄີຍລາວອາດຈະເປັນພະຍາດວັນນະໂລກທີ່ດື້ຢາ.

ຖ້າວ່າຄົນເຈັບບໍ່ໃຊ້ຢາຢ່າງທີ່ຖືກຕ້ອງ ຫຼື ຢຸດການປິ່ນປົວກ່ອນກຳນົດ, ເຊື້ອພະຍາດຈະບໍ່ຖືກຂ້າໃຫ້ຕາຍໝົດທຸກຕົວ. ເຊື້ອພະຍາດຕົວທີ່ເຂັ້ມແຂງຈະເພີ້ມຈຳນວນຂຶ້ນ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນຢາກໍ່ບໍ່ສາມາດຂ້າມັນໄດ້. ສິ່ງນີ້ເອງທີ່ເພິ່ນເອີ້ນວ່າ "ການຕ້ານຕໍ່ຢາ". ຜູ້ໃດກໍ່ຕາມທີ່ຜົນກວດຂີ້ກະເທີ່ອອກມາເປັນຜົນບວກຫຼັງຈາກການປິ່ນປົວມາໄດ້ 2 ເດືອນອາດຈະມີເຊື້ອພະຍາດທີ່ດື້ຢາທີ່ລາວກຳລັງໃຊ້ຢູ່, ຄົນຜູ້ນັ້ນຄວນໄປຫາ ອສບ ທີ່ໄດ້ອົບຮົມສະເພາະກ່ຽວກັບການປິ່ນປົວວັນນະໂລກເພື່ອປ່ຽນຢາຊຸດໃໝ່.

ເຊື້ອພະຍາດທີ່ຕ້ານຕໍ່ຢາອີໂຊນີອາຊິດ (Isoniazid) ແລະ ຢາຣິຟຳປີຊິນ (Rifampicin) ສາມາດເຮັດໃຫ້ເປັນພະຍາດວັນນະໂລກດື້ຢາຊຶ່ງເປັນກໍລະນີທີ່ປິ່ນປົວຍາກຫຼາຍ. ໄລຍະຂອງການປິ່ນປົວອາດຈະເຖິງ 12 ຫາ 18 ເດືອນ ແລະ ໄດ້ຮັບຜົນໜ້ອຍກວ່າພະຍາດວັນນະໂລກແບບທຳມະດາ. ນອກນັ້ນຍັງມີລາຄາແພງອີກ, ຄົນເຈັບທີ່ເປັນພະຍາດວັນນະໂລກທີ່ຕ້ານດື້ຢາສາມາດແຜ່ເຊື້ອໃສ່ຜູ້ອື່ນໃນໄລຍະຫຼາຍເດືອນຫຼັງຈາກໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ.

ຄົນເຈັບທີ່ຍັງມີຜົນກວດຂີ້ກະເທີ່ແມ່ນບວກຫຼັງຈາກໄດ້ຮັບການຮັກສາແລ້ວ 2 ເດືອນແມ່ນເຊື້ອວັນນະໂລກອາດຈະດື້ຢາ. ລາວຄວນພົບ ອສບ ຜູ້ໄດ້ຮັບການອົບຮົມໃນການຮັກສາໂລກວັນນະໂລກເພື່ອເອົາຢາຊະນິດໃໝ່ມາກິນແທນ.

HLI Seattle
Health Leadership International
Field Draft Copy

ເນື່ອງຈາກວ່າການປິ່ນປົວພະຍາດວັນນະໂລກໄດ້ໃຊ້ເວລາດົນ ແລະ ການຢຸດເຊົາປິ່ນປົວນັ້ນມີຜົນກະທົບທີ່ຮ້າຍແຮງ, ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງຄວນມີການດູແລພິເສດຕໍ່ຜູ້ທີ່ກຳລັງປິ່ນປົວໃຫ້ລາວໄດ້ໃຊ້ຢາຄົບ ຕາມກຳນົດ. ແພດ ຫຼື ອສບ ຄວນຈະຕິດຕາມການໃຊ້ຢາທຸກໆຊຸດ ແລະ ບັນທຶກການໃຊ້ຢາທຸກໆຊຸດເຊິ່ງເພິ່ນເອີ້ນວ່າ "ການຕິດຕາມການປິ່ນປົວຢ່າງໃກ້ຊິດ" (Directly observed treatment, short-course DOTS). ອສບ ຄວນໃຊ້ວິທີ "ການຕິດຕາມການປິ່ນປົວຢ່າງໃກ້ຊິດ" ນີ້ໃນເວລາທີ່ເຮັດໄດ້ ແລະ ສຳຄັນທີ່ສຸດແມ່ນຢູ່ໃນໄລຍະ 2 ເດືອນທຳອິດຂອງການປິ່ນປົວ.

ການປ້ອງກັນພະຍາດວັນນະໂລກ

ສິ່ງສຳຄັນ: ວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ພະຍາດວັນນະໂລກແຜ່ກະຈາຍແມ່ນໃຫ້ປິ່ນປົວຜູ້ທີ່ເປັນພະຍາດໃຫ້ຫາຍເຊົາ.

ການກະທຳຕ່າງໆຕໍ່ໄປນີ້ສາມາດຊ່ວຍປ້ອງກັນໄດ້ເຊັ່ນກັນ:

- ຊຸກຍູ້ ຫຼື ຂົນຂວາຍໃຫ້ຜູ້ທີ່ຢູ່ຮ່ວມກັບຄົນເປັນພະຍາດວັນນະໂລກ ຫຼື ຜູ້ທີ່ມີອາການໄອໃນໄລຍະ 3 ອາທິດ, ໃຫ້ໄປກວດຂີ້ກະເທີ່.
- ສັກຢາວັກຊີນ BCG ເພື່ອປ້ອງກັນພະຍາດວັນນະໂລກທີ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ເດັກເສຍຊີວິດ, ແຕ່ຢ່າສັກຢາ ປ້ອງກັນວັນນະໂລກໃຫ້ກັບເດັກທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດສ (HIV) ຫຼື ເປັນເອດສ (AIDS).

ເພື່ອປ້ອງກັນໂລກວັນນະໂລກໃນຜູ້ທີ່ເປັນໂລກເອດສ

ເດັກທີ່ມີຜົນກວດໂລກວັນນະໂລກເປັນບວກ, ແຕ່ບໍ່ມີອາການໃດໆສະແດງອອກສາມາດໃຫ້ຢາອີໂຊເນຍຊິດ (isonizid) ມື້ລະເທື່ອ (ເບິ່ງໜ້າຂຽວ) ເພື່ອລຸດຜ່ອນໂອກາດທີ່ເກີດເຈັບເປັນພະຍາດວັນນະໂລກ. ແຕ່ວ່າຖ້າຄົນທີ່ມີອາການເປັນວັນນະໂລກ, ລາວຈຳຕ້ອງໄດ້ຮັບການຮັກສາເຕັມຮູບແບບໃນການຮັກສາວັນນະໂລກ.

ການດຳເນີນງານເພື່ອໃຫ້ມີການປ່ຽນແປງ

ເພື່ອຄວບຄຸມພະຍາດວັນນະໂລກຢ່າງມີປະສິດທິພາບໃນຊຸມຊົນຂອງເຈົ້າເອງມັນຮຽກຮ້ອງສິ່ງຕ່າງໆດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ສຶກສາອົບຮົມຊຸມຊົນ ແລະ ຄອບຄົວກ່ຽວກັບອາການຂອງພະຍາດວັນນະໂລກ ແລະ ເສັ້ນທາງຕິດແປດຂອງພະຍາດ. ຊຸກຍູ້ໃຫ້ຜູ້ທີ່ມີອາຫການໃຫ້ໄດ້ປິ່ນປົວ.
- ຈັດຝຶກອົບຮົມໃຫ້ແພດ ຫຼື ອສບ ໃຫ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນໂຄງການ "ການຕິດຕາມການປິ່ນປົວຢ່າງໃກ້ຊິດ" ແລະ ຊອກຫາຜູ້ທີ່ຢຸດເຊົາປິ່ນປົວ ແລະ ພະຍາຍາມເອົາໃຈໃສ່ຄົນເຈັບຜູ້ນັ້ນ. "ການຕິດຕາມການປິ່ນປົວຢ່າງໃກ້ຊິດ" ຄວາມຈະສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້ເພື່ອໃຫ້ເໝາະສົມກັບຄວາມຈຳເປັນຂອງແຕ່ລະຄົນ.
- ເຮັດໃຫ້ການສະໜອງຢາໃຫ້ເປັນໄປຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ, ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ການປິ່ນປົວຢຸດສະງັກ, ພ້ອມທັງການຕອບສະໜອງເຄື່ອງໃຊ້ສຳລັບ ການກວດຂີ້ກະເທີ່ ແລະ ຈັດຝຶກອົບຮົມໃຫ້ແກ່ ອສບ ໃນການກວດຂີ້ກະເທີ່ນຳອີກ.
- ມີລະບົບຢ່າງດີເພື່ອບັນທຶກຜູ້ທີ່ເປັນພະຍາດ, ຄວາມກ້າວໜ້າຂອງກັນປິ່ນປົວ ແລະ ເວລາທີ່ຄົນເຈັບຫາຍຈາກການເປັນພະຍາດ.

ໂຄງການຄວບຄຸມພະຍາດວັນນະໂລກທີ່ດີ ຕ້ອງດູແລເອົາໃຈໃສ່ໝົດທຸກໆຄົນທີ່ເປັນພະຍາດວັນນະໂລກໂດຍສະເພາະແມ່ນແມ່ຍິງ. ການບໍລິການເພື່ອຄວບຄຸມວັນນະໂລກສາມາດຊ່ວຍແມ່ຍິງຫຼາຍຂຶ້ນຖ້າວ່າ:

- ໂຄງການໄດ້ສະໜອງການດູແລະຮັກສາ ແລະ ຢາປິ່ນປົວໃຫ້ເຖິງເຮືອນຂອງແມ່ຍິງທີເປັນພະຍາດ ຫຼື ໃຫ້ຢູ່ໃກ້ເຮືອນຂອງແມ່ຍິງເທົ່າທີ່ຈະເຮັດໄດ້.
- ນາງຜະດຸງຄັນ, ໝໍຕຳແຍຄວນຈະມີສ່ວນຮ່ວມໃນການກວດພະຍາດວັນນະໂລກ ແລະ ໂຄງການ " ການຕິດຕາມການປິ່ນປົວຢ່າງໃກ້ຊິດ".
- ປະສານສົມທົບໂຄງການກວດຫາພະຍາດວັນນະໂລກ ແລະ ການປິ່ນປົວໄປພ້ອມໆກັນກັບການບໍລິການອື່ນໆ ກ່ຽວກັບສຸຂະພາບແມ່ຍິງ.

ປະສານສົມທົບໂຄງການ "ການຕິດຕາມການປິ່ນປົວຢ່າງໃກ້ຊິດ".

HLI Seattle
Health Leadership International
Field Draft Copy