

# ស្បែកបៃតងចាស់តាមផ្លូវទឹកក្នុងរដ្ឋវិចត្រីយ៉ា៖ ការការពារសុខភាពរបស់លោកអ្នក

## តើស្បែកបៃតងចាស់ជាអ្វី?

ស្បែកបៃតងចាស់ (cyanobacteria) គឺជាសរីរាង្គបាក់តេរីដែលអាចលេចឃើញតែងតែប៉ុណ្ណោះ ឬនៅមូលផ្តុំគ្នា ហើយមានវត្តមាននៅក្នុងប្រព័ន្ធអេកូឡូស៊ីក្នុងទឹកស្ទើរតែទាំងអស់រួមមានព្រែក ទន្លេ បឹង និងដីសើម។ នៅក្រោមលក្ខខណៈបរិស្ថានជាក់លាក់ ចំនួនស្បែកបៃតងចាស់អាចរីកលូតលាស់ និងចេញផ្កា (ឬកើតជាពពុះ) និងកើនយ៉ាងឆាប់រហ័សដែលអាចមើលឃើញយ៉ាងច្បាស់ពេញផ្ទៃទឹក។ ពពុះមានពណ៌បៃតងចាស់ និងត្នោតលឿង។ ពពុះទាំងនេះមិនមែនជាបាតុភូតថ្មីទេ ហើយគេដឹងថាវាបានកើតឡើងនៅជុំវិញពិភពលោកអស់រយៈពេលជាច្រើនសតវត្សរ៍មកហើយ។ ប្រភេទមួយចំនួននៃស្បែកបៃតងចាស់បញ្ចេញជាតិពុល ដែលអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិតមនុស្ស និងសត្វ។

## តើខ្ញុំអាចរងប៉ះពាល់នឹងជាតិពុលនៃស្បែកបៃតងចាស់ដោយបែបណា?

ការរងប៉ះពាល់នឹងស្បែកបៃតងចាស់អាចកើតឡើងតាមរយៈ

- ការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយផ្នែកនៃរាងកាយដែលគ្មានអ្វីបិទបាំង រួមមានកន្លែងឆាប់ញោចដូចជាត្រចៀក ភ្នែក មាត់ ច្រមុះ និងបំពង់ក
- ការស្រូបចូលទឹកដែលរងប៉ះពាល់ដោយចៃដន្យ
- ការដកដង្ហើមចូលដំណក់ទឹក និង aerosol ( សារធាតុរាវដែលក្លាយជាឧស្ម័ន ) និង
- ការបរិភោគគ្រឿងសមុទ្រដែលបានរងប៉ះពាល់។

ជៀសវាងការប៉ះពាល់ទឹកដែលរងប៉ះពាល់ដោយស្បែក ជាពិសេសនៅតំបន់ដែលអាចមើលឃើញពពុះ ឬទឹកប្រៃពណ៌។ ហានិភ័យខ្ពស់បំផុតចំពោះអ្នកប្រើប្រាស់ដើម្បីកម្សាន្តគឺការបង្កឡើងដោយពពុះលើផ្ទៃស្បែក។ ទាំងនេះគឺជាការប្រមូលផ្តុំនៃស្បែកបៃតងចាស់នៅតាមបណ្តោយឆ្នេរសមុទ្រដែលអ្នកប្រើប្រាស់ដើម្បីកម្សាន្តចូលមកលេងទឹក កុមារ និងសត្វផ្តែងដែលទំនងជាប៉ះពាល់នៅពេលពួកគេចូលទៅក្នុងទឹក។

ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំនៅលើស្លាកសញ្ញាជូនដំណឹងណាមួយនៅក្នុងតំបន់ដែលរងប៉ះពាល់ ហើយជៀសវាងការប៉ះពាល់ចំពោះ រហូតទាល់តែអាជ្ញាធរជូនដំណឹងថាលែងមានគ្រោះថ្នាក់ទៀត។ ប្រសិនបើអ្នកសង្ស័យថាផ្លូវទឹកក្នុងតំបន់របស់អ្នកអាចរងប៉ះពាល់ដោយស្បែកបៃតងចាស់ សូមទាក់ទងអ្នកគ្រប់គ្រងផ្លូវទឹកដើម្បីទទួលបានការណែនាំបន្ថែម ឬផែនការមើលរ៉ែសាមគ្គីភាពសង្គ្រោះបន្ទាន់ និងការព្រមានរដ្ឋវិចត្រីយ៉ា (Vic Emergency Incident and Warnings): <http://emergency.vic.gov.au/respond/>

បុគ្គលដែលមានការព្រួយបារម្ភអំពីការប៉ះពាល់សុខភាពក្រោយពីបានប៉ះពាល់ទឹក គួរស្វែងរកឱវាទផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ។

## តើស្បែកបៃតងចាស់ប៉ះពាល់ផ្នែកសុខភាពអ្វីខ្លះ?

ការត្រួតពិនិត្យជាទៀងទាត់នៃផ្លូវទឹកជួយសម្គាល់ដឹងពីបញ្ហាពពុះស្បែកណាមួយ ហើយប្រសិនបើវាមានកម្រិតខ្ពស់ នឹងមានការចេញព្រមានជាសាធារណៈ។ ទឹករងប៉ះពាល់ដោយកម្រិតស្បែកខ្ពស់ អាចប៉ះពាល់ដល់សុខភាពមនុស្ស និងសត្វ។

ប្រភេទមួយចំនួននៃស្បែកបៃតងចាស់ ផលិតជាតិពុលដែលមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ជីវិតមនុស្ស និងសត្វនៅពេលលេប ស្រូបជាតិពុល ឬប៉ះពាល់ផ្ទាល់នឹងស្បែក។ ការប៉ះពាល់ស្បែកអាចបង្កឲ្យរលាកស្បែក និងភ្នែក ផលប៉ះពាល់ផ្លូវដង្ហើមកម្រិតស្រាល និងរោគសញ្ញាដូចគ្រុនផ្តាសាយតឹងច្រមុះ។ ការទទួលទានទឹកដែលរងប៉ះពាល់នឹងជាតិពុល អាចបណ្តាលឲ្យមានរោគសញ្ញានៃជំងឺរលាកពោះវៀនក្រពះដូចជាក្អក រាករស គ្រុនក្តៅ និងឈឺក្បាល។ ជាតិពុលដែលផលិតដោយស្បែកបៃតងចាស់ ក៏អាចប៉ះពាល់ដល់ថ្លើម ឬប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទដែរ។ ប្រសិនបើអ្នកមានការព្រួយបារម្ភអំពីសុខភាពរបស់អ្នក សូមស្វែងរកឱវាទផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ។

សត្វចិញ្ចឹម និងបសុសត្វអាចឈឺបន្ទាប់ពីបានប៉ះពាល់។ ប្រសិនបើអ្នកសង្ស័យថាសត្វរបស់អ្នកឈឺ សូមស្វែងរកឱវាទពិពេទ្យសត្វ។

## តើកុមារងាយរងប៉ះពាល់នឹងជាតិពុលនៃស្បែកបៃតងចាស់ ជាងមនុស្សពេញវ័យឬ?

កុមារងាយរងប៉ះពាល់នឹងជាតិពុលជាងមនុស្សពេញវ័យ ដោយសារតែទម្ងន់រាងកាយផ្នែកខាងក្រោមរបស់កុមារ។ ពួកគេទំនងជាឆាប់មានប្រតិកម្មចំពោះស្បែក ជាងមនុស្សពេញវ័យ ហើយងាយមានកន្ទួលលើស្បែក។ កុមារក៏អាចទំនងជាចូលរួមក្នុងសកម្មភាពដែលពួកគេអាចលេប ឬស្រូបចូលទឹកផងដែរ។ គួរត្រួតពិនិត្យកុមារ នៅពេលពួកគេកំពុងហែលទឹកនៅកន្លែងណាមួយ។

## តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើខ្ញុំប៉ះពាល់ទឹកដែលបានរងប៉ះពាល់ដោយជាតិពុលនៃស្បែកបៃតងចាស់?

ប្រសិនបើមានការប៉ះពាល់ ត្រូវដោះសំលៀកបំពាក់ដែលរងប៉ះពាល់ណាមួយ ហើយលាងសម្អាតខ្លួនឲ្យជ្រះជាមួយទឹកស្អាតបន្ទាប់ពីឡើងលើដីគោក។ គួរបោកជម្រះសំលៀកបំពាក់ហែលទឹកឲ្យបានស្អាត ដើម្បីកម្ទាត់កំទេចស្នែងណាមួយ មុនពេលពាក់ម្តងទៀត ។

## តើខ្ញុំអាចហែលទឹក និងលេងកីឡាលើទឹកផ្សេងទៀតបានឬទេ?

មិនគួរហែលទឹក និងលេងកីឡាលើទឹក ឬសកម្មភាពណាមួយរួមមានការជិះស្តី ពោង និងពោងមូល 'donuts' ដែលប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយទឹកដែលបានរងប៉ះពាល់នោះឡើយ។

## តើផ្តែរបស់ខ្ញុំអាចហែលក្នុងទឹកដែលរងប៉ះពាល់ដោយស្បែកបៃតងចាស់បានឬទេ?

ផ្តែអាចពុល ឬស្លាប់ដោយការប៉ះពាល់ប្រភេទខ្លះនៃស្បែកបៃតងចាស់។ កុំឲ្យផ្តែរបស់អ្នកហែលទឹក ឬផឹកទឹកក្នុងតំបន់ដែលរងប៉ះពាល់ដោយស្បែកបៃតងចាស់។ ប្រសិនបើវាបានប៉ះពាល់ទឹក ត្រូវលាងសម្អាតជាមួយទឹកសាប ហើយសម្អាតដើម្បីការពារវាកុំឲ្យផុសប្រាស ឬស៊ីសំណល់ស្បែក ។ ប្រសិនបើអ្នកមានការព្រួយបារម្ភ សូមស្វែងរកឱវាទពីពេទ្យសត្វ។

## តើខ្ញុំអាចបរិភោគត្រីដែលចាប់បានពីក្នុងទឹកដែលរងប៉ះពាល់ដោយស្បែកបៃតងចាស់បានឬទេ?

អ្នកមិនគួរបរិភោគត្រី បង្កង ឬកំពឹសដែលយកចេញពីតំបន់រងប៉ះពាល់ដោយស្បែកបៃតងចាស់ឡើយ។ គួរលាងសម្អាតត្រីដែលចាប់បានជាមួយទឹកស្អាត កាត់ស្រកី រះពោះរៀនចេញ យកគ្រឿងក្នុងចេញ រួចបោះចោលវា ហើយមិនត្រូវបរិភោគឡើយ។ គួរប្រុងប្រយ័ត្នដោយមិនត្រូវឲ្យពោះរៀនត្រីដល់សត្វស៊ី ឬឲ្យសត្វស៊ីពោះរៀនត្រីទាំងនេះឡើយ។

នៅពេលពពុះងាប់ និងចាប់ផ្តើមខូច វាអាចប្រើប្រាស់ខ្យល់អុកស៊ីហ្សែននៅក្នុងទឹក។ ប្រសិនបើចំនួនខ្យល់អុកស៊ីហ្សែននៅក្នុងទឹកវាតិចពេក ត្រីអាចថប់ដង្ហើមងាប់។ ត្រីដែលងាប់ ជិតងាប់ ឬកំពុងហែលទឹកប្រកាច់ប្រកិនមិនគួរចាប់ ឬបរិភោគឡើយ។ អ្នកអាចរាយការណ៍អំពីត្រីងាប់ ទៅ Environment Protection Authority (អាជ្ញាធរការពារបរិស្ថាន) តាមទូរស័ព្ទលេខ 1300 EPA VIC (1300 372 842)។

## តើទឹកផ្គត់ផ្គង់ក្នុងសហគមន៍របស់ខ្ញុំមានសុវត្ថិភាពដើម្បីទទួលបានឬទេ?

ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ទឹកបានរៀបចំប្រព័ន្ធព្យាបាលទឹករួចជាស្រេច ដើម្បីគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ពីជាតិពុលនៃស្បែកបៃតងចាស់ ចូលមកដល់ទឹកផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់ផឹកក្នុងក្រុង។ ប្រសិនបើអ្នកមានការព្រួយបារម្ភអំពីគុណភាពនៃទឹកផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់ផឹករបស់អ្នក សូមទាក់ទងអាជ្ញាធរទឹកក្នុងតំបន់របស់អ្នក។

## ខ្ញុំទទួលបាន ឬទៅដងទឹកមិនស្អាតពីទំនប់ទឹក ឬស្ទឹងដែលរងប៉ះពាល់ដោយស្បែកបៃតងចាស់ តើខ្ញុំគួរធ្វើអ្វីខ្លះ?

ជៀសវាងការប្រើប្រាស់ទឹក រហូតទាល់តែពពុះវាងាប់អស់។

កុំពិសាទឹកមិនស្អាត ទោះជាអ្នកអាចមើលឃើញ ឬមិនឃើញផ្កានៅលើផ្ទៃទឹកក៏ដោយ។ ទឹកមិនស្អាតអាចបង្កឲ្យមានជំងឺផ្សេងៗ ព្រមទាំងនាំឲ្យកើតមានគ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាពដែលអាចបណ្តាលមកពីពពុះស្បែកទៀតផង។ កុំប្រើទឹកមិនស្អាតសម្រាប់កិច្ចការក្នុងផ្ទះដូចជារៀបចំម្ហូបអាហារ ងូតទឹក ងូតទឹកផ្តាណូក និងដុសឆ្មេញ។ ការដាំទឹកដែលរងប៉ះពាល់ដោយស្បែកបៃតងចាស់ នឹងមិនធ្វើឲ្យទឹកមានសុវត្ថិភាពឡើយ។

កុំប្រើប្រាស់ទឹកដែលរងប៉ះពាល់សម្រាប់ការស្រោចស្រពដំណាំ ឬបសុសត្វ។ ព័ត៌មានបន្ថែមអាចទទួលបានពីវិបសាយ Agriculture Victoria នៅត្រង់ <http://agriculture.vic.gov.au/agriculture/farm-management/soil-and-water/irrigation/blue-green-algae-and-irrigation-water>

ចំពោះព័ត៌មានបន្ថែមអំពីទឹកផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់ផឹករបស់អ្នកផ្ទាល់ សូមយោងទៅវិបសាយ Department of Health & Human Services នៅត្រង់ <https://www2.health.vic.gov.au/public-health/water/private-drinking-water-supplies>

## តើខ្ញុំអាចស្រោចស្រពទឹកដែលងប់៖ពាល់ដោយស្បែកបែកចាស់នៅក្នុងសួនដំណាំបានឬទេ?

ជៀសវាងការប្រើប្រាស់ទឹកដែលងប់៖ពាល់ ដើម្បីស្រោចស្រពវាលស្មៅ និងថ្នាលដំណាំក្នុងសួន។ ការងប់៖ពាល់ដល់ការរីកលូតលាស់នៃរុក្ខជាតិ ហើយអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់កូនក្មេង សត្វចិញ្ចឹម និងសត្វដែលអាចចូលងប់៖ពាល់ដល់កន្លែងសើម។ ការស្រោចស្រពទឹកនេះក៏អាចបង្កើតការបាញ់រះនៃ aerosol ( សារធាតុរាវដែលក្លាយជាឧស្ម័ន ) ដែលអាចស្រូបចូលទៅក្នុងដងខ្លួនផងដែរ។ ប្រសិនបើគ្មានប្រភពទឹកផ្សេងទៀតទេ ត្រូវកាត់បន្ថយការបាញ់រះនៃ aerosol ដោយប្រើឧបករណ៍សមរម្យ និងទឹកស្អាតនៅពេលល្ងាច ជាទូទៅនៅពេលមានខ្យល់ស្ងប់។

## តើពពុះស្បែកអាចរីកបានយូរប៉ុណ្ណា?

ពុំមានការកំណត់ពេលវេលាច្បាស់លាស់ដែលពពុះស្បែកនៅតែរីកឡើយ។ ពេលដែលនៅតែមានលក្ខណៈអំណោយផលដូចជាអាកាសធាតុក្តៅល្មម ពន្លឺថ្ងៃ កម្រិតនៃសារធាតុចិញ្ចឹមគ្រប់គ្រាន់ និងអត្រាលំហូរទាប ពពុះស្បែកអាចរីកជាច្រើនសប្តាហ៍ រហូតដល់ទៅច្រើនខែ។ អាកាសធាតុត្រជាក់ខ្លាំង ហើយមានខ្យល់បក់បោកខ្លាំង ឬបង្កើនចរន្តលំហូរ អាចកាត់បន្ថយ ឬបំផ្លាញពពុះស្បែកយ៉ាងឆាប់រហ័ស។

នៅពេលចេញពពុះស្បែក ការធ្វើតេស្តត្រូវបានធ្វើឡើងជាទៀងទាត់ដើម្បីតាមដានប្រភេទ ចំនួន និងទំហំនៃស្បែកដែលមានវត្តមាន។ លទ្ធផលទាំងនេះនឹងត្រូវបានយកប្រើប្រាស់ដើម្បីជូនដំណឹង និងកែតម្រូវសេចក្តីប្រកាសអំពីការព្រមាន និងការជូនដំណឹង។

## សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមទាក់ទងនឹងការងប់៖ពាល់ដល់សុខភាពពីស្បែក

សូមទាក់ទង កម្មវិធីផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់ Department of Health and Human Service តាមទូរស័ព្ទលេខ 1300 761 874។

អនុញ្ញាត និងបោះពុម្ពផ្សាយដោយរដ្ឋាភិបាលវិចិត្រវិយ៉ា 1 Treasury Place, Melbourne។

© រដ្ឋវិចិត្រវិយ៉ា Department of Health and Human Services ខែមីនា ឆ្នាំ២០១៦។