ជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ

សន្លឹកព័ត៌មានសហគមន៍

តើជំងឺហឺតរាគត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះជាអ្វី?

រដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅ នាំមកនូវការកើនឡើងតាមរដូវកាលនៃជំងឺហឺត និងជំងឺតឹងច្រមុះ។ វាក៏នាំមកនូវឱកាសនៃជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះរន្ទះផងដែរ។

ជំងឺហឺតរាគត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ ត្រូវបានគេគិតថាបានបង្កឡើងដោយការរួមផ្សំពិសេសនៃកម្រិតលំអងខ្ពស់ និងប្រភេទខ្លះនៃព្យុះផ្គររន្ទះដែលបណ្តាលឱ្យមនុស្សមួយចំនួនធំកើតមានរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺតក្នុងរយៈពេលខ្លី។

គ្រាប់លំអងផ្កាស្មៅត្រូវបានបក់ហើរតាមខ្យល់ ហើយបាននាំកាន់ទៅទីឆ្ងាយ។ គ្រាប់លំអងខ្លះអាចផ្ទុះ និងបញ្ចេញភាគល្អិតតូចៗដែលបានប្រមូលផ្តុំនៅក្នុងខ្យល់បក់ដែលមកមុនពេលព្យុះផ្គររន្ទះ។ ភាគល្អិតទាំងនេះតូចល្មមគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការដកដង្ហើមជ្រៅចូលទៅក្នុងសួត ហើយអាចបណ្តាលឱ្យកើតមានរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺត ដែលធ្វើឲ្យពិបាកដកដង្ហើម។

អាការនេះអាចក្លាយទៅជាធ្ងន់ធ្ងរ និងឆាប់រហ័ស ហើយមនុស្សជាច្រើនអាចត្រូវការជំនួយវេជ្ជសាស្ត្រក្នុងពេលតែមួយ។ នេះអាចដាក់សម្ពាធជាច្រើនលើសេវាសុខភាព។

ករណីជំងឺហឺតរាគត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះគឺមិនធម្មតាទេ ហើយក៏មិនកើតឡើងរាល់ឆ្នាំដែរ។ នៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលីតំបន់ភាគអាគ្នេយ៍ វាអាចកើតឡើងក្នុងរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅចាប់ពីខែតុលា ដល់ខែធ្នូ។

ជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះអាចប៉ះពាល់ដល់អ្នកដែលមានជំងឺហឺត ឬ ជំងឺតឹងច្រមុះ - ពិសេសអ្នកដែលមានបញ្ហាក្នុងការដកដង្ហើមតឹងៗ ឬអ្នកមានជំងឺតឹងច្រមុះ។ នោះហើយជាមូលហេតុដែលវាមានសារសំខាន់សម្រាប់អ្នកដែលមានជំងឺហឺត ឬជំងឺតឹងច្រមុះត្រូវដឹងអំពីជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ និងអ្វីខ្លះដែលពួកគេអាចធ្វើបាន ដើម្បីជួយការពារខ្លួនពួកគេក្នុងអំឡុងពេលរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅ។

វាជាការសំខាន់ដើម្បីយល់ថា មានកត្តាជាច្រើនដែលអាចបង្ករោគសញ្ញានៃជំងឺហឺតរបស់មនុស្សម្នាក់។ ទាំងនេះនឹងប្រែប្រួលពីមនុស្សម្នាក់ ទៅមនុស្សម្នាក់ ហើយអាចរួមបញ្ចូលទាំង៖

- ការប្រែប្រួលអាកាសធាតុ និងសីតុណ្ហភាព
- ជំងឺផ្តាសាយ និងជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវដង្ហើមផ្សេងទៀត
- ធាតុអាល្លែកហ្ស៊ីមកពីសត្វសង្កើច ផ្សិត សត្វ និងលំអងផ្កា
- លំហាត់ប្រាណ
- ផ្សែងបារី និងផ្សែងភ្លើងឆេះព្រៃ
- សារធាតុគីមីដែលបណ្តាលឲ្យរលាក ឬផ្សារ។

រោគសញ្ញា និងការព្យាបាលជំងឺហឺតពីកត្តាទាំងអស់នេះគឺមានសារសំខាន់ដូចគ្នា។

កត្តាសំខាន់ដែលត្រូវចងចាំអំពីករណីជំងឺហឺតរាគត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះគឺ៖

- វាមិនធម្មតាទេ ហើយមិនមែនជាមូលហេតុនៃការកើនឡើងតាមរដូវកាលនៃរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺតដែលឃើញជារៀងរាល់ឆ្នាំ
- វាអាចប៉ះពាល់ដល់មនុស្សជាច្រើនក្នុងពេលតែមួយ
- វាអាចប៉ះពាល់៖
  - អ្នកមានជំងឺហឺត
  - អ្នកមានជំងឺហឺតដែលគ្មានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ (ពោលគឺអ្នកដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺហឺត ប៉ុន្តែមិនទាន់បានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យជំងឺហឺត)
  - អស់អ្នកដែលបានកើតជំងឺហឺតកាលពីមុន

VICTORIA State Government | Health and Human Services

– អ្នកមានជំងឺតឹងច្រមុះដែលអាច ឬមិនអាចមានជំងឺហឺត

- អ្នកដែលមានជំងឺតឹងច្រមុះនៅប្រទេសអូស្ត្រាលីតំបន់ភាគអាគ្នេយ៍ ទំនងជាមានអាលែ្លកហ្ស៊ីនឹងលំអងផ្កាស្មៅ ហើយហេតុដូច្នេះក៏មានការកើនឡើងការប្រឈមមុខនឹងជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ។

តើករណីជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះកើតឡើងនៅពេលណា?

ករណីជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះគឺមិនធម្មតាទេ ហើយក៏មិនកើតឡើងរាល់ឆ្នាំដែរ។ នៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលីតំបន់ភាគអាគ្នេយ៍ វាអាចកើតឡើងក្នុងរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅចាប់ពីខែតុលា ដល់ខែធ្នូ។

តើអ្នកណាប្រឈមមុខខ្ពស់នឹងជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ?

អ្នកដែលមានការកើនឡើងការប្រឈមមុខនឹងជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ រួមមាន៖

- អ្នកមានជំងឺហឺត
- អ្នកមានជំងឺហឺតដែលគ្មានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ (ពោលគឺអ្នកដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺហឺត ប៉ុន្តែមិនទាន់បានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យជំងឺហឺត)
- អ្នកបានកើតជំងឺហឺតកាលពីមុន
- អ្នកមានជំងឺតឹងច្រមុះដែលអាច ឬមិនអាចមានជំងឺហឺត

អ្នកដែលមានជំងឺតឹងច្រមុះនៅប្រទេសអូស្ត្រាលីតំបន់ភាគអាគ្នេយ៍ ទំនងជាមានអាលែ្លកហ្ស៊ីនឹងលំអងផ្កាស្មៅ ហើយហេតុដូច្នេះក៏មានការកើនឡើងការប្រឈមមុខនឹងជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ។

ការមានទាំងជំងឺហឺត និងជំងឺតឹងច្រមុះ ឬការគ្រប់គ្រងជំងឺហឺតមិនបានល្អ បង្កើនហានិភ័យបន្ថែមទៀត។

ជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះអាចប៉ះពាល់ដល់អ្នករស់នៅតំបន់ជុំវិញក្រុង តាមតំបន់ ឬទីជនបទ ទោះបីជាពួកគេមិនមានប្រវត្តិកើតជំងឺហឺតក៏ដោយ។

តើជំងឺហឺត និងជំងឺតឹងច្រមុះមានរោគសញ្ញាអ្វីខ្លះ?

អ្នកមាន**ជំងឺហឺត** អាចមានរោគសញ្ញាមួយ ឬច្រើនដូចខាងក្រោម៖

- ការដកដង្ហើមតឹងៗ – សំឡេងខ្លាំងចេញពីទ្រូងនៅពេលដកដង្ហើម
- ពិបាកដកដង្ហើម
- មានអារម្មណ៍តឹងទ្រូង
- ក្អករ៉ាំរ៉ៃ

រោគសញ្ញាទាំងនេះមានន័យថា សួតរបស់មនុស្សម្នាក់ (ផ្លូវដង្ហើមក្រោម) ត្រូវបានរងប៉ះពាល់។

អ្នកមិនចាំបាច់មានរោគសញ្ញាទាំងអស់នេះ ដើម្បីធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យមានជំងឺហឺតទេ ហើយមិនមែនគ្រប់មនុស្សទាំងអស់មានរោគសញ្ញាដូចគ្នាឡើយ។ ជួនកាល អ្នកដែលមានជំងឺហឺតមិនចាប់អារម្មណ៍ពីរោគសញ្ញារបស់ខ្លួនទេ ហើយជួនកាលគេមិនអើពើនឹងរោគសញ្ញាទាំងនេះឡើយ។ រោគសញ្ញាជំងឺហឺតក៏អាចកើតមានឡើង ហើយបាត់ទៅវិញរយៈពេលជាយូរ។

អ្នកដែលមានជំងឺហឺតដែលមានការគ្រប់គ្រងបានល្អ មានរោគសញ្ញាតិចតួចជាងមុន។

អ្នកមាន**ជំងឺតឹងច្រមុះ** អាចមានរោគសញ្ញាទូទៅមួយ ឬច្រើនដូចខាងក្រោម៖

- ហៀរសំបោរ
- រមាស់ច្រមុះ
- កណ្តាស់
- រមាស់ភ្នែក និងចេញទឹកភ្នែក។

រោគសញ្ញាទាំងនេះមានន័យថាភ្នែក និងផ្លូវដង្ហើមខាងលើរបស់អ្នកជំងឺត្រូវបានរងប៉ះពាល់។ ជំងឺតឹងច្រមុះមិនរាប់បញ្ចូលរោគសញ្ញាទាំងឡាយដូចជាដកដង្ហើមតឹងៗ ឬពិបាកដកដង្ហើមនោះឡើយ។

តើខ្ញុំអាចមានជំងឺហឺតដែរឬទេ ?

ជំងឺហឺតប៉ះពាល់ដល់មនុស្សម្នាក់ ក្នុងចំណោមមនុស្សប្រាំបួននាក់ ហើយអាចចាប់ផ្តើមនៅគ្រប់វ័យ។ មនុស្សជាច្រើនមិនដឹងថាអ្នកអាចកើតជំងឺហឺតនៅវ័យណាមួយនោះឡើយ ទោះជាពេញវ័យក៏ដោយ។ ជាសំខាន់ដែលត្រូវស្គាល់រោគសញ្ញានៃជំងឺហឺត និងជួបវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នកដើម្បីពិនិត្យឡើងវិញ ដើម្បីឱ្យអ្នកបានដឹងថាតើអ្នកកើតមានរោគសញ្ញាណាមួយឬអត់។

ការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យជំងឺហឺតទំនងច្រើនអាចធ្វើឡើង ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺត្រអក ឬជំងឺតឹងច្រមុះ ឬមានសាច់ញាតិជិតស្និទ្ធដែលមានអាល្លែកហ្ស៊ី និង / ឬជំងឺហឺត ហើយប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់អ្នក៖

- បន្តត្រឡប់មកវិញ ឬកើតឡើងក្នុងពេលតែមួយជារៀងរាល់ឆ្នាំ
- មានសភាពកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរនៅពេលយប់ ឬពេលព្រឹកព្រលឹម
- ត្រូវបានបង្កឡើងយ៉ាងច្បាស់លាស់ដោយការធ្វើលំហាត់ប្រាណ អាល្លែកហ្ស៊ី ឬការឆ្លងមេរោគ និង
- ធូរស្រាលយ៉ាងឆាប់រហ័ស ជាមួយនឹងបំពង់ហឺត។

ប្រហែលជាមនុស្សម្នាក់ ក្នុងចំណោមមនុស្សបួននាក់ដែលមានជំងឺតឹងច្រមុះ ក៏មានជំងឺហឺតដែរ ហើយវាជារឿងសំខាន់ដែលត្រូវដឹងថាលំអងផ្កាស្មៅអាចបង្កជំងឺហឺត ក៏ដូចជារោគសញ្ញាជំងឺតឹងច្រមុះដែរ។

ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺតឹងច្រមុះ ហើយក៏កើតមានរោគសញ្ញាដូចជាដកដង្ហើមតឹងៗ ពិបាកដកដង្ហើម ឬតឹងទ្រូង សូមទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក។ ទាំងនេះគឺជារោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើមខាងក្រោម (ពោលគឺនៅក្នុងសួត) ហើយអាចមានន័យថា អ្នកក៏មានជំងឺហឺតផងដែរ។

តើខ្ញុំអាចធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីការពារខ្លួនខ្ញុំនៅរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅនេះ ?

ជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះគឺមិនធម្មតាទេ ហើយក៏មិនកើតឡើងរាល់ឆ្នាំដែរ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ វាមានសារៈសំខាន់សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នានៅក្នុងប្រទេសអូស្ត្រាលីតំបន់ភាគអាគ្នេយ៍ ត្រូវដឹងអំពីជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ និងអ្វីខ្លះដែលពួកគេអាចធ្វើបានដើម្បីជួយការពារខ្លួនគេប្រសិនបើករណីនេះកើតឡើង។

មនុស្សគ្រប់រូបនៅក្នុងសហគមន៍គួរតែដឹងអំពីសញ្ញា និងរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺត ហើយដឹងអំពីជំហានបួនយ៉ាងនៃវិធានការជំនួយបឋមក្នុងការព្យាបាលជំងឺហឺត ដើម្បីឱ្យពួកគេដឹងពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ប្រសិនបើនរណាម្នាក់កំពុងកើតមានជំងឺហឺត។

ការការពារខ្លួនអ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានការកើនឡើងការប្រឈមមុខខ្ពស់នៃជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ

មនុស្សទាំងអស់ដែលមានការកើនឡើងការប្រឈមមុខខ្ពស់នៃជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ គួរតែ៖

- ស្វែងយល់អំពីជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ និងអ្វីខ្លះដែលពួកគេអាចធ្វើបានដើម្បីជួយការពារខ្លួនគេក្នុងរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅ
- ក្នុងករណីអាចធ្វើទៅបាន ចូរចៀសវាងនៅខាងក្រៅក្នុងអំឡុងពេលព្យុះផ្គររន្ទះចាប់ពីខែតុលា រហូតដល់ខែធ្នូ - ជាពិសេសនៅពេលខ្យល់បក់គំហុកមកមុនព្យុះ។ ចូលក្នុងផ្ទះ និងបិទទ្វារបង្អួចរបស់អ្នក ហើយប្រសិនបើអ្នកមានម៉ាស៊ីនត្រជាក់ បើកវាទៅមុខងារ recirculate។
- មានផែនការសកម្មភាពព្យាបាលជំងឺហឺត (ប្រសិនបើណែនាំដោយវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក) និងមានចំណេះដឹងពិតប្រាកដអំពី ជំហានបួនយ៉ាងនៃវិធានការជំនួយបឋមក្នុងការព្យាបាលជំងឺហឺត
- មានថ្នាំព្យាបាលជំងឺហឺតក្នុងបំពង់ហឺតសមស្របសម្រាប់ប្រើក្នុងរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅ ហើយត្រូវដឹងអំពីរបៀបប្រើប្រាស់ថ្នាំនេះ (ជាមួយបំពង់ស្រូប)
- ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្ន និងដោះស្រាយបញ្ហាអំពីការកើតមាននៃរោគសញ្ញាជំងឺហឺតដូចដែលបានពន្យល់បកស្រាយក្នុងផែនការសកម្មភាពព្យាបាលជំងឺហឺត ប្រសិនបើអ្នកមាន ឬប្រសិនបើអ្នកមិនមាន សូមប្រើប្រាស់ជំនួយបឋមសម្រាប់ក្នុងការព្យាបាលជំងឺហឺត។

ក្រៅពីលើចំណុចខាងលើនេះ សូមចាត់វិធានការបង្ការដូចខាងក្រោមដែលមានការពាក់ព័ន្ធ។

ការការពារខ្លួនអ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺហឺត

ប្រសិនបើបច្ចុប្បន្ននេះអ្នកមានជំងឺហឺត ត្រូវប្រាកដថាអ្នកមានការពិនិត្យជាប្រចាំជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក អំពីជំងឺហឺតរបស់អ្នក ដើម្បីប្រាកដថាអ្នកមានថ្នាំហឺតត្រឹមត្រូវ និងអ្នកមានការគ្រប់គ្រងជំងឺរបស់អ្នកបានល្អ។

វាក៏សំខាន់ផងដែរដែលអ្នកត្រូវមានផែនការសកម្មភាពព្យាបាលជំងឺហឺត ហើយអ្នកជួបវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក ដើម្បីធានាថាផែនការនេះរួមបញ្ចូលការប្រឹក្សាពីជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ។ ត្រូវយកតាមខ្លួនជានិច្ចនូវថ្នាំព្យាបាលជំងឺហឺតក្នុងបំពង់ - នេះគឺជាថ្នាំព្យាបាលជំងឺហឺតជាបឋមក្នុងគ្រាបន្ទាន់។

ការការពារខ្លួនអ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញាជំងឺហឺតដែលអាចជាជំងឺហឺត

ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកមានរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺត សំខាន់អ្នកត្រូវពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នកដើម្បីកំណត់ថារោគសញ្ញាកើតមានដោយសារជំងឺហឺតឬយ៉ាងណា។

ប្រសិនបើអ្នកកើតមានរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺតភ្លាមៗ ហើយអ្នកគិតថាអ្នកកំពុងមានជំងឺហឺត ត្រូវអនុវត្តតាមជំហានបួនយ៉ាងនៃវិធានការជំនួយបឋមក្នុងការព្យាបាលជំងឺហឺត ហើយត្រូវប្រាកដថាអ្នកតាមដានជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក។

ការការពារខ្លួនអ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺហឺតពីមុន

ពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក អំពីហានិភ័យនៃជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ និងចំណាត់ការបន្ថែមដែលសមស្របសម្រាប់អ្នក - ជាពិសេស សេចក្តីត្រូវការថ្នាំសម្រាប់ព្យាបាលជំងឺហឺតក្នុងអំឡុងរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅ។

ការការពារខ្លួនអ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺតឹងច្រមុះ

ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺតឹងច្រមុះ ត្រូវដឹងថាអ្នកមានហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺហឺត រួមទាំងក្នុងអំឡុងពេលមានជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ។ ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកអាចមានរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺត ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើអ្នកដង្ហើមតឹងៗ ឬក្អក ជាមួយនឹងជំងឺតឹងច្រមុះ សូមពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅកំណត់ថាតើរោគសញ្ញាទាំងនេះអាចទាក់ទងនឹងជំងឺហឺតឬអត់។

ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺតឹងច្រមុះតែប៉ុណ្ណោះ សូមទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅ ឬឱសថការីរបស់អ្នកអំពីគម្រោងព្យាបាលជំងឺតឹងច្រមុះ និងអ្វីខ្លះដែលអ្នកអាចធ្វើបានដើម្បីជួយការពារខ្លួនអ្នកពីហានិភ័យនៃជំងឺហឺតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ។ ការនេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងថ្នាំព្យាបាលជំងឺហឺតក្នុងបំពង់ហឺត - ដែលអាចរកបានពីឱសថស្ថានដោយគ្មានវេជ្ជបញ្ជា។

ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញានៃជំងឺហឺត សូមអនុវត្តតាមជំហានបួនយ៉ាងនៃវិធានការជំនួយបឋមក្នុងការព្យាបាលជំងឺហឺត ហើយត្រូវប្រាកដថាអ្នកតាមដានជាមួយនឹងវេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក។

អ្នកក៏អាចទទួលបានព័ត៌មានអំពីបរិមាណនៃលំអងផ្កាដែរ ដោយចូលទៅកាន់វិបសៃ៖ Melbourne Pollen Count and Forecast ឬទាញយកកម្មវិធី ឬអ្នកអាចចូលមើលវិបសៃ Deakin AirWatch។

ខ្ញុំនឹងដឹងដោយរបៀបណា នៅពេលករណីជំងឺរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះអាចកើតឡើង?

ការព្យាករណ៍ជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះក្នុងរដ្ឋវិចតូរីយ៉ា នឹងចាប់ផ្តើមនៅថ្ងៃទី១ ខែតុលា ឆ្នាំ២០១៧ ហើយនឹងបន្តរហូតដល់ថ្ងៃទី៣១ ខែធ្នូ ឆ្នាំ២០១៧ (រយៈពេលនៃរដូវសម្បូរលំអងផ្កាស្មៅ)។

ទាញយកកម្មវិធី Vic Emergency app ពី Google Play ឬ App Store ហើយបង្កើត 'តំបន់ឃ្លាំមើល' សម្រាប់ទីតាំងរបស់អ្នកដើម្បីធានាថាអ្នកបានទទួលការជូនដំណឹងមុនពេលកើតមានករណីជំងឺហឺតរាតត្បាតបង្កដោយព្យុះផ្គររន្ទះ។

កន្លែងទទួលបានជំនួយ

ជំនួយវេជ្ជសាស្ត្រ

ក្នុងគ្រាអាសន្ន សូមហៅទូរស័ព្ទលេខសូន្យបីដង (000) ជានិច្ច

មន្ទីរព្យាបាលក្នុងគ្រាអាសន្ន នៃមន្ទីរពេទ្យដែលនៅក្បែរអ្នក

វេជ្ជបណ្ឌិតព្យាបាលរោគទូទៅរបស់អ្នក

ឱសថស្ថានដែលនៅក្បែរអ្នក (សម្រាប់ថ្នាំពេទ្យ)

NURSE-ON-CALL ទូរស័ព្ទ 1300 60 60 24 – សម្រាប់ព័ត៌មាន និងឱវាទផ្នែកសុខភាពពីអ្នកឯកទេស (ធ្វើការ២៤ម៉ោង ៧ថ្ងៃក្នុង១សប្តាហ៍)

សេវាកម្មវេជ្ជបណ្ឌិតចុះទៅពិនិត្យជំងឺតាមផ្ទះ (National Home Doctor Service) ទូរស័ព្ទ 13 SICK (13 7425) សម្រាប់វេជ្ជបណ្ឌិតចុះទៅពិនិត្យជំងឺតាមផ្ទះ ក្រោយម៉ោងធ្វើការ (ទូទាត់ប្រាក់ផ្ទាល់ពីមេឌីឃែរ) ។

ព័ត៌មានអំពីជំងឺហឺត

ខ្សែទូរស័ព្ទជំនួយជំងឺហឺតអូស្ត្រាលី (Asthma Australia Helpline) ទូរស័ព្ទ 1800 ASTHMA (1800 278 462)

ទីប្រឹក្សាជាតិអំពីជំងឺហឺតនៃប្រទេសអូស្ត្រាលី (National Asthma Council of Australia) ទូរស័ព្ទ1800 032 495

កម្មវិធីជំហឺតអូស្ត្រាលី Asthma App (Athma Australia Asthma App) – ផ្តល់នូវភាពងាយស្រួលក្នុងការទទួលបានព័ត៌មានថ្មីចុងក្រោយអំពីជំងឺហឺត ថ្នាំព្យាបាលជំងឺហឺត និងឧបករណ៍ព្យាបាលជំងឺហឺត វីដេអូបច្ចេកទេសឧបករណ៍ ផែនការព្យាបាលជំងឺហឺត វិធានការជំនួយបឋមក្នុងការព្យាបាលជំងឺហឺត

ព័ត៌មានអំពីជំងឺតឹងច្រមុះ

ASCIA (សមាគមអូស្ត្រាលីនៃការសិក្សាប្រព័ន្ធភាពស៊ាំបែបគ្លីនិក និងអាល្លែកហ្ស៊ី)

ដើម្បីទទួលយកការបោះពុម្ពផ្សាយនេះក្នុងទម្រង់ដែលអាចចូលយកបាន សូមទូរស័ព្ទលេខ 1300 761 874 ដោយប្រើប្រាស់ National Relay Service លេខ 13 36 77 ប្រសិនបើតម្រូវ ឬអ៊ីម៉េល environmental.healthunit@dhhs.vic.gov.au

អនុញ្ញាត និងបោះពុម្ពផ្សាយដោយ រដ្ឋាភិបាលវិចតូរីយ៉ា 1 Treasury Place, Melbourne។ © រដ្ឋវិចតូរីយ៉ា Department of Health and Human Services ខែវិច្ឆិកា ២០១៧។

អាចទទួលយកបាននៅតាមវិបសៃ www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/thunderstorm-asthma

---