



សិក្ខាសាលាអប់រំផ្សព្វផ្សាយ ស្តីពី ការរក្សាអនាម័យ និង វិធានការ ប្រឆាំងនឹងជំងឺកូវីដ-១៩

៣ មេសា ២០២០



International
Labour
Organization



International
Finance
Corporation
WORLD BANK GROUP

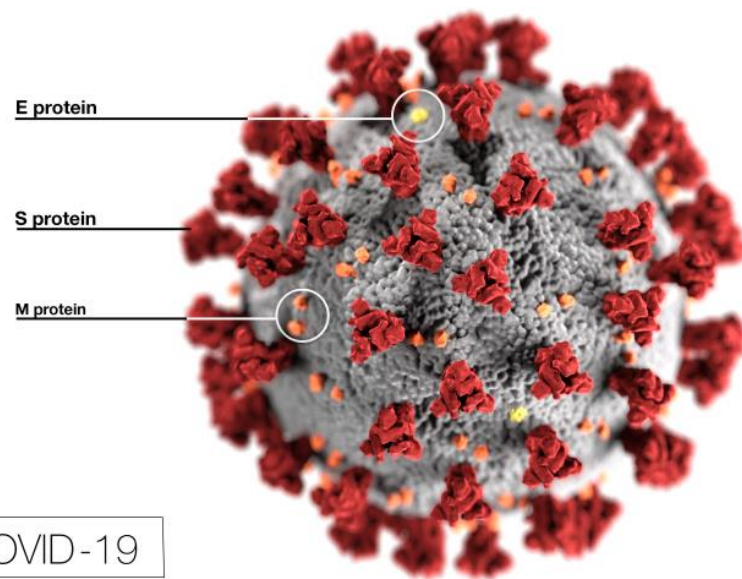


មាតិកា

- ១) និយមន័យ
- ២) ស្វែងយល់អំពីមេរោគកូវីដ-១៩
- ៣) ប្រវត្តិនៃការឆ្លងមេរោគកូវីដ-១៩
- ៤) ស្ថិតិនៃការរីករាលដាល
- ៥) រោគសញ្ញា
- ៦) វិធីបង្ការ

១) អ្វីទៅជាមេរោគ កូរ៉ូណា ?

- មេរោគកូរ៉ូណា ឬ គេហៅកាត់ថា **កូវីដ-១៩**
- ជាមេរោគផ្លូវដង្ហើមហើយរកឃើញដំបូងនៅ ទីក្រុង វូហាន ខេត្ត ហ្វូពៃ នៃប្រទេសចិន នៅចុងឆ្នាំ២០១៩
- ជាមេរោគថ្មីដែលមិនធ្លាប់កើតមានពីមុនមក
- គេសង្ស័យថាឆ្លងពីសត្វ ទៅកាន់មនុស្ស បន្ទាប់មកចម្លងពីមនុស្សទៅមនុស្ស។



ឯកសារយោងចុចទីនេះ



PDF File



២) ស្វែងយល់អំពីមេរោគកូវីដ១៩

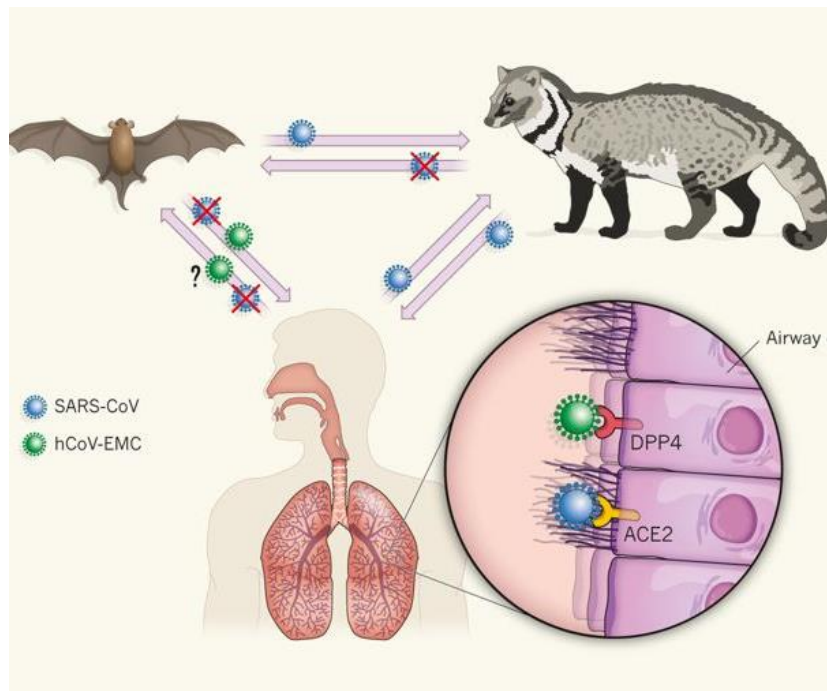
តើអ្វីទៅជា កូវីណាវីរុស ?

កូវីណាវីរុសគឺជាក្រុមគ្រួសារដ៏ធំមួយ ដែលវីរុសនេះបង្កឲ្យមានជំងឺចំពោះសត្វ ឬមនុស្ស។

1. ជំងឺសា (SARS-CoV) ឆ្លងមកមនុស្សតាមរយៈ សត្វសំពោច
2. ជំងឺមីស (MERS-CoV) ឆ្លងមកមនុស្សតាមរយៈសត្វ អ្នកជួបកំព័រ
3. កូវីដ-១៩ (COVID-19)?



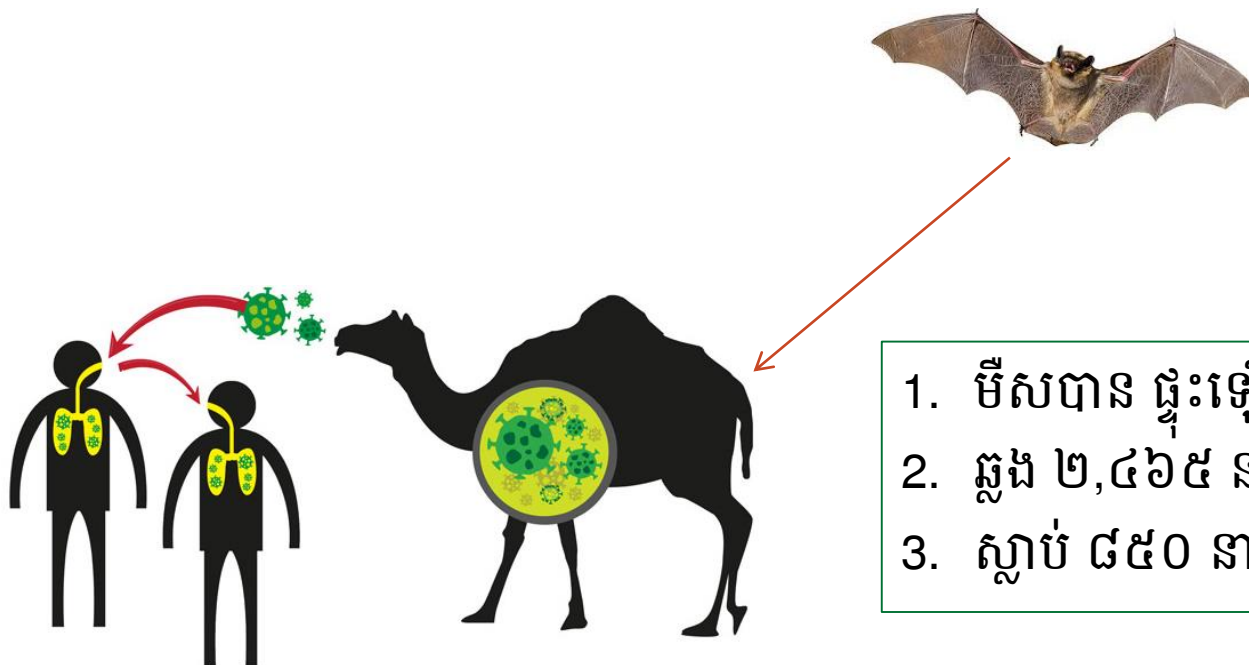
ជំងឺសារ (SARS-CoV) ឆ្លងមកមនុស្សតាមរយៈសត្វសំពោច



ជំងឺសារ (SARS) ផ្ទុះឡើងឆ្នាំ
២០០២ ដែលមានអ្នកឆ្លងជាង
៨,០០០ នាក់ និងស្លាប់ជិត ៨០០
នាក់ (**ស្លាប់ ១០%**) ហើយ គ្រប់គ្រង
បានក្នុង ឆ្នាំ ២០០៣។



ជំងឺ មីស (MERS-CoV) ឆ្លងមកមនុស្សតាមរយៈសត្វ អូដ្ឋបូកពីរ



1. មីសបាន ផ្ទុះឡើងក្នុងឆ្នាំ ២០១២
2. ឆ្លង ២,៤៦៥ នាក់
3. ស្លាប់ ៨៥០ នាក់ (៣៤.៥%)



៣) ប្រវត្តិនៃការឆ្លងមេរោគកូវីដ១៩

- ♦ ជាដំបូងគេសង្ស័យឆ្លងមកពីប្រភពសត្វ
- ♦ បច្ចុប្បន្នឆ្លងពីមនុស្សទៅមនុស្ស
 - ♦ តាមរយៈតំណក់ទឹកតូចៗចេញពីការដកដង្ហើម ក្អក ឬ កណ្តាស់
 - ♦ តំណក់ទឹកតូចៗនេះអាចហោះចូលទៅក្នុងមាត់ ច្រមុះ ឬផ្លូវដង្ហើម ក្នុងរយៈពេលយូរតិចជាង ១ម៉ែត្រ ឬធ្លាក់ចុះមកលើកម្រាលផ្ទៃអ្វីមួយ ហើយមានការប៉ះពាល់រហូតចម្លងចូលទៅក្នុងផ្លូវដង្ហើម។
 - ♦ ឬការប៉ះពាល់អ្នកដែលមានផ្ទុកមេរោគរួចហើយដោយមិនបានសម្អាតខ្លួនប្រាណនិងដៃ។



៤) ស្ថិតិនៃការឆ្លងនិងស្លាប់ដោយមេរោគកូវីដ១៩ (Statistic on outbreaks and death)

គិតត្រឹមថ្ងៃទី ២ មេសា ២០២០ (As of 2nd April 2020)

ការវាយតម្លៃហានិភ័យ សកលលោក: ខ្ពស់ណាស់	ចំនួនមនុស្សឆ្លង	ចំនួនទើបនឹង ឆ្លង	ចំនួនមនុស្ស ស្លាប់	ចំនួនទើបនឹង ស្លាប់
WHO Risk Assessment Global Level: Very High	Confirmed	New Confirmed	Death	Recent Death
សកលលោក Globally	896,450	72,839	45,526	4,924
តំបន់ខាងលិចប៉ាស៊ីហ្វិក Western Pacific Region	107,626	1,204	3,723	22
តំបន់អឺរ៉ុប European Region	503,006	38,809	33,604	3,515
តំបន់អាស៊ីភាគអាគ្នេយ៍ South-East Asia Region	5,324	149	216	21
តំបន់ខាងកើតម៉េឌីទែរ៉ាណេ Eastern Mediterranean Region	58,168	3,887	3,280	165
តំបន់អាមេរិក Regions of the America	216,912	28,161	4,565	1,165
តំបន់អាហ្វ្រិក African Region	4,702	629	127	36



៤) ស្ថិតិនៃការឆ្លងមេរោគកូរ៉ូណាជំនឿកម្ពុជា

ចំនួនឆ្លងសរុប	ប្រុស	ស្រី	ចំនួនជាសះស្បើយ	នៅសម្រាកពេទ្យ
110	30	80	34	76

ទិន្នន័យចេញដោយក្រសួងសុខាភិបាលគិតត្រឹមថ្ងៃទី ២ មេសា ២០២០ ម៉ោង ៧:០០ ព្រឹក



ករណីឆ្លងជំងឺ COVID-19 នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា
គិតត្រឹមព្រឹកថ្ងៃទី ០២ ខែ មេសា ឆ្នាំ ២០២០



ល.រ	រាជធានី/ខេត្ត	ករណីឆ្លង/(ថ្មី)	ករណីជា	ករណីស្លាប់	ជនជាតិ
១	រាជធានីភ្នំពេញ	២០	៦+១ (ប៊ែលហ្ស៊ីក)	០	១. ខ្មែរ (១៤) ២. ប៊ែលហ្ស៊ីក (១) ៣. កាណាដា (១) ៤. ប្រារាំង (៤)
២	ខេត្តព្រះសីហនុ	៣៧ (១)	១+៧ (ប្រារាំង)	០	១. ខ្មែរ (៣) ២. ចិន (១) ៣. ប្រារាំង (៣៣)
៣	ខេត្តសៀមរាប	៧	១+១ (ខ្មែរ)	០	១. ខ្មែរ (៥) ២. ឥណ្ឌូនេស៊ី (២)
៤	ខេត្តកំពង់ចាម	១៥	៣	០	១. ខ្មែរ (១) ២. អង់គ្លេស (៥) ៣. ម៉ាឡេស៊ី (៧) ៤. អាមេរិក (២)
៥	ខេត្តបាត់ដំបង	៨	៣	០	១. ខ្មែរ (៨)
៦	ខេត្តព្រះវិហារ	២	១	០	១. ខ្មែរ (២)
៧	ខេត្តបន្ទាយមានជ័យ	៤	២	០	១. ខ្មែរ (៤)
៨	ខេត្តកំពង់ឆ្នាំង	៣	១	០	១. ខ្មែរ (៣)
៩	ខេត្តកំពត	២	០	០	១. ម៉ាឡេស៊ី (២)
១០	ខេត្តត្បូងឃ្មុំ	៤	៤	០	១. ខ្មែរ (៤)
១១	ខេត្តកែប	៤	២	០	១. ខ្មែរ (១) ២. ម៉ាឡេស៊ី (៣)
១២	ខេត្តកោះកុង	២	១	០	១. ខ្មែរ (២)
១៣	ខេត្តកណ្តាល	២	០	០	១. ខ្មែរ (២)
ចំនួនសរុប		១១០	៣៤	០	



កម្រិតនៃគ្រោះថ្នាក់

- ប្រជាជនគ្រប់អាយុទាំងអស់អាចឆ្លងវីរុសកូរ៉ូណាថ្មី (2019-nCoV)
- មនុស្សវ័យចំណាស់(លើសពី៦០ឆ្នាំ) ឬអ្នកដែលមានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃដូចជា (ហឺត ទឹកនោមផ្អែម ជំងឺបេះដូង) បើឆ្លងនូវវីរុសនេះ ងាយបង្កឱ្យមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។
- អត្រាមរណភាពសកលោកមាន ៥% (គិតត្រឹមថ្ងៃទី ២ មេសា ២០២០)



៥) រោគសញ្ញានៃជំងឺកូវីដ-១៩



- ♦ អាការៈទាំងបីខាងលើក៏មិនទាន់អាចបញ្ជាក់ថាមានការឆ្លងមេរោគកូវីដ-១៩ ឡើយដោយត្រូវស្វែងយល់បន្ថែមអំពី៖
 - ♦ ប្រវត្តិនៃសកម្មភាពរបស់គាត់ដែរដូចជាប្រវត្តិធ្វើដំណើរទៅកាន់ប្រទេសដែលជាកន្លែងឆ្លងមេរោគដំបូងនិងប្រទេសដែលមានការឆ្លងរួចហើយផងដែរ ឬ
 - ♦ គាត់មានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយនឹងអ្នកដែលបានឆ្លងរួចហើយ។



និយមន័យករណីសង្ស័យ ជំងឺកូវីដ-១៩

(បច្ចុប្បន្នភាព ថ្ងៃទី ១០ ខែមីនា ឆ្នាំ ២០២០)

ទី ១ ៖ បុគ្គលដែលមានរោគសញ្ញា យ៉ាងតិចមួយ ក្នុងចំណោមសញ្ញាដូចតទៅ៖ គ្រុនក្តៅ យ៉ាងតិច ៣៨សង្សាសេ ក្អក ហៀរសំបោរ ឈឺបំពង់ក ហត់ ពិបាកដកដង្ហើម។

និង

- មានប្រវត្តិធ្វើដំណើរមកពី ឬស្នាក់នៅក្នុងប្រទេសផ្សេងទៀត ក្រៅពីប្រទេសកម្ពុជា

ឬ

- បានប៉ះពាល់ជាមួយអ្នកជំងឺកូវីដ-១៩ បញ្ជាក់ពីមន្ទីរពិសោធន៍

ក្នុងអំឡុងពេល **១៤ថ្ងៃ** មុនចេញរោគសញ្ញា។

ទី ២ ៖ អ្នកជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមធ្ងន់ធ្ងរ (គ្រុនក្តៅ និងមានសញ្ញារលាកផ្លូវដង្ហើមយ៉ាងតិចមួយ៖ ក្អក ហត់ ពិបាកដកដង្ហើម) ដោយមិនដឹងមូលហេតុច្បាស់លាស់ និងតម្រូវឱ្យសម្រាកពេទ្យ។



៦) វិធីបង្ការ

- ❖ តើពេលណាអ្នកត្រូវលាងដៃ?
- ❖ វិធីសាស្ត្រលាងសម្អាតដៃនិងសាប៊ូ ដែល
- ❖ តើអ្នកត្រូវធ្វើដូចម្តេចពេលក្អក ឬ កណ្តាស់?
- ❖ តើអ្នកត្រូវធ្វើដូចម្តេចពេលជួបគ្នា?
- ❖ គម្លាតក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នា
- ❖ ប្រការគួរចៀសវាង
- ❖ ៥ ចំណុចដែលអ្នកត្រូវអនាម័យដៃរបស់អ្នក មុនពេល អំឡុងពេល និង ក្រោយពេលប៉ះពាល់អ្នកជម្ងឺ
- ❖ វិធីបង្ការពេលធ្វើដំណើរ
- ❖ នៅពេលណាអ្នកត្រូវការពិគ្រោះយោបល់?



តើពេលណាអ្នកត្រូវលាងដៃ ?



លាងដៃឲ្យ បានញឹកញាប់ជាមួយសាប៊ូ
និងទឹកស្អាត ឬទឹកអាល់កុលលាងដៃ

- បន្ទាប់ពីក្អក ឬកណ្តាស់
- នៅពេលថែទាំអ្នកជំងឺ
- មុនពេលបរិភោគ
- ក្រោយបន្ទោរបង់
- មុនពេល អំឡុងពេល
និងបន្ទាប់ពីរៀបចំអាហារ
- នៅពេលឃើញដៃកខ្វក់
- បន្ទាប់ពីប៉ះពាល់សត្វ ឬលាមកសត្វ



របៀបលាងដៃជាមួយ ទឹក និង សាប៊ូ

ប្រើរយៈពេលពី ៤០ ទៅ ៦០វិនាទី



ត្រដុសប្រអប់ដៃទាំងពីរ
នឹងសាប៊ូ



ដុសលាងខ្នងដៃ
ឆ្វេងស្តាំ



ដុសប្រអប់ដៃទាំងពីរ
ដោយម្រាមដៃឆ្លាស់គ្នា



ដុសមេដៃទាំងពីរ



ដុសខ្នងម្រាមដៃនឹងប្រអប់ដៃ
ដោយម្រាមចាក់ស្រែះគ្នា



ដុសចុងម្រាមដៃនឹង
បាតដៃ



របៀបលាងដៃជាមួយអាល់កុលអោយបានត្រឹមត្រូវ និងស្អាត

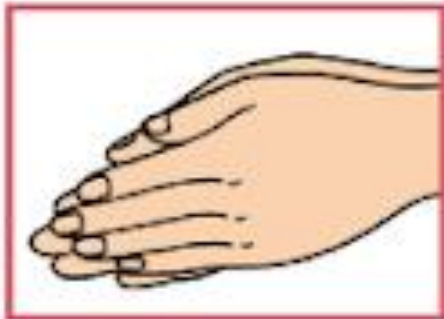
HOW TO CLEAN YOUR HAND WITH ALCOHOL - SANITIZER



លាងរយៈពេល 20-30 វិនាទី



1. ចាក់ដាក់បាតដៃ



2. ត្រជុសបាតដៃ



3. បង្វិលចុងម្រាមដៃ (ម្តងម្ខាង)



4. ជុសបាតដៃលើខ្នងដៃ (ម្តងម្ខាង)



5. ត្រជុសក្រអប់ដៃ និងតាមចង្កូវម្រាម



6. ក្តាប់ប្រអប់ដៃលើមេដៃ និងបង្វិលសងខាង



7. លាងជុសកដៃសងខាង



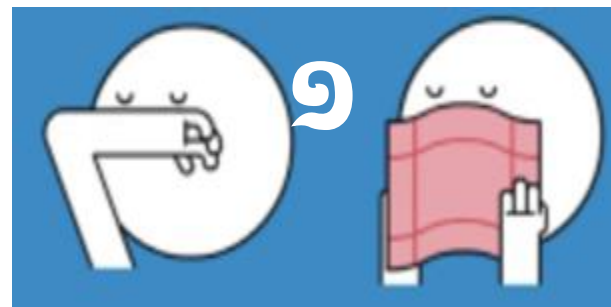
7. ត្រជុសរហូតស្អាតស្អាត



តើអ្នកត្រូវធ្វើដូចម្តេចពេលក្អក ឬ កណ្តាស់ ?



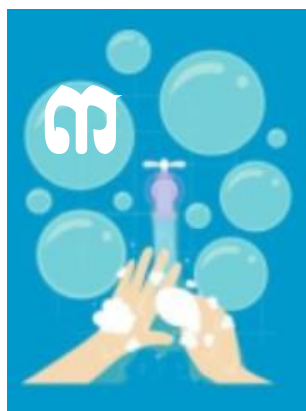
១) យកក្រដាសជូតមាត់
ឬ គន្លាក់កែងដៃ បិទខ្ទប់
ពេលអ្នកក្អក ឬ កណ្តាស់



២) រួចចោលក្រដាសទៅ
ក្នុងធុងសម្រាម និង

៣) លាងដៃរបស់អ្នកឲ្យ
បានស្អាត។

៤) រក្សាចម្ងាយយ៉ាង
ហោចណាស់ ១ម៉ែត្រ ពី
អ្នកដែលក្អក ឬកណ្តាស់



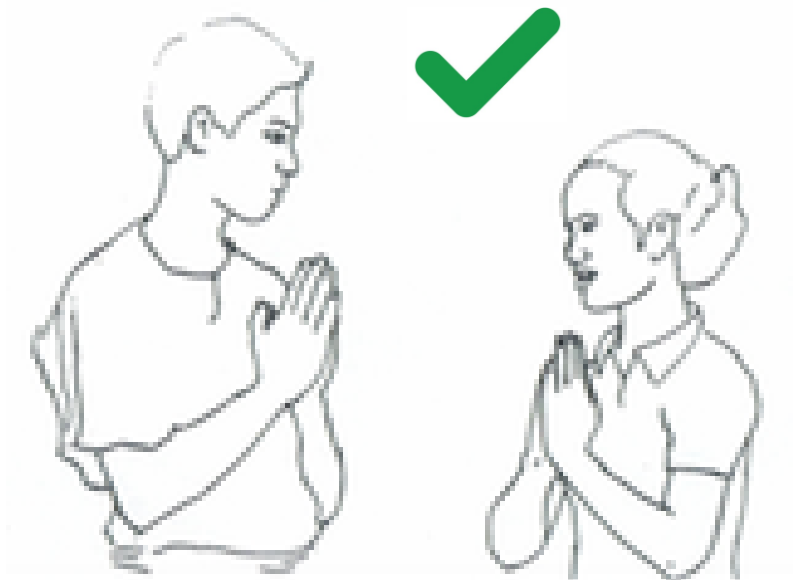


តើអ្នកត្រូវធ្វើដូចម្តេចពេលជួបគ្នា ?

ចៀសវាងចាប់ដៃគ្នា

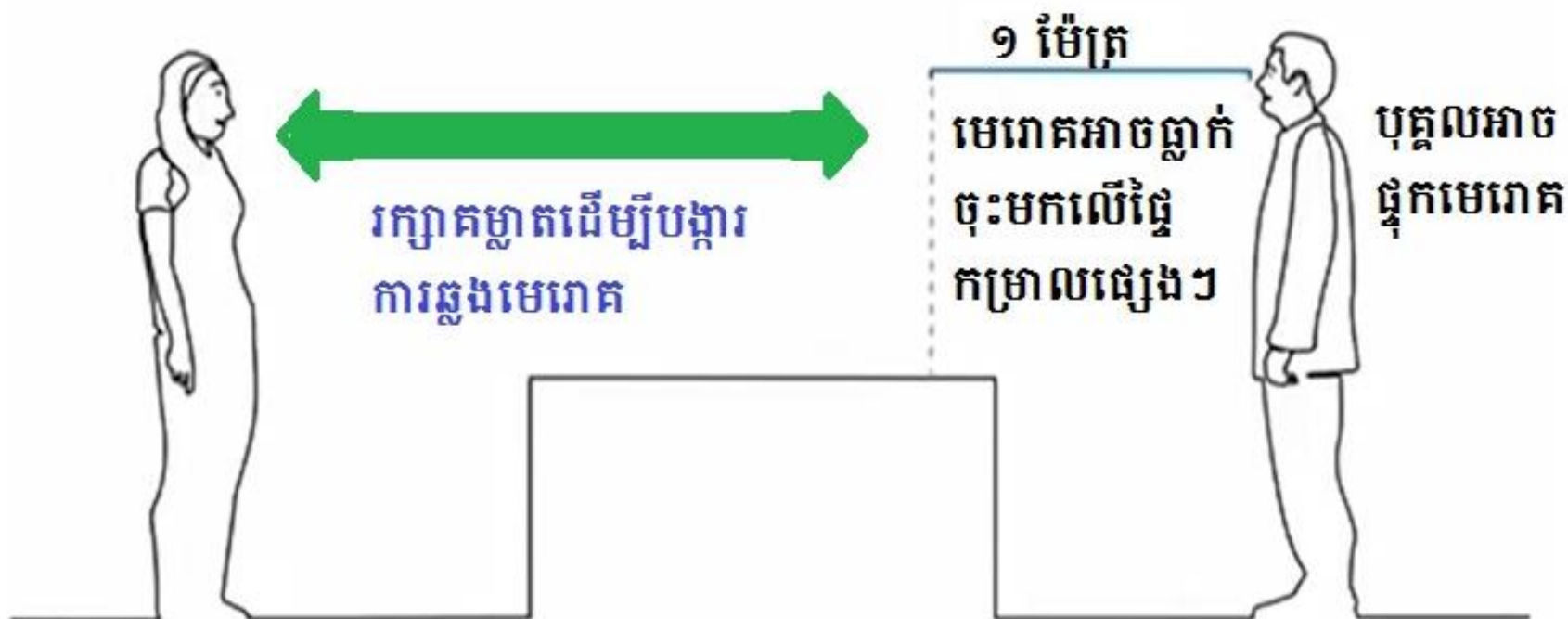


ជំនួសដោយការសំពះគ្នា





គម្លាតក្នុងការប្រស្រ័យទាក់ទងគ្នា

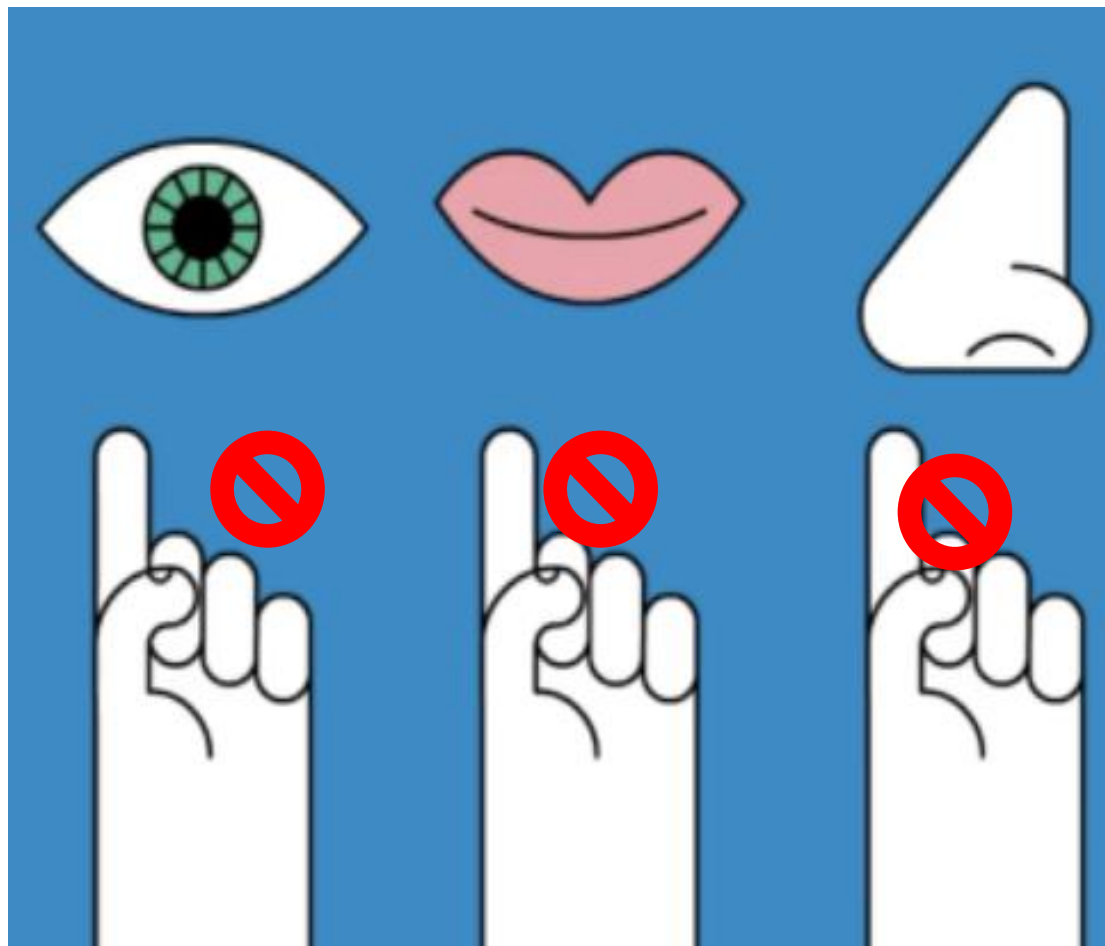


ប្រការឆ្លើយស្រាវជ្រាវ!

ចៀសវាងប៉ះពាល់:

- ភ្នែក
- មាត់
- ច្រមុះ

ត្រូវលាងដៃឲ្យស្អាត
ជាមុនសិន។





៥ ចំណុចដែលអ្នកត្រូវអនាម័យដៃរបស់អ្នក មុនពេល អំឡុងពេល និងក្រោយពេលប៉ះពាល់អ្នកជម្ងឺ

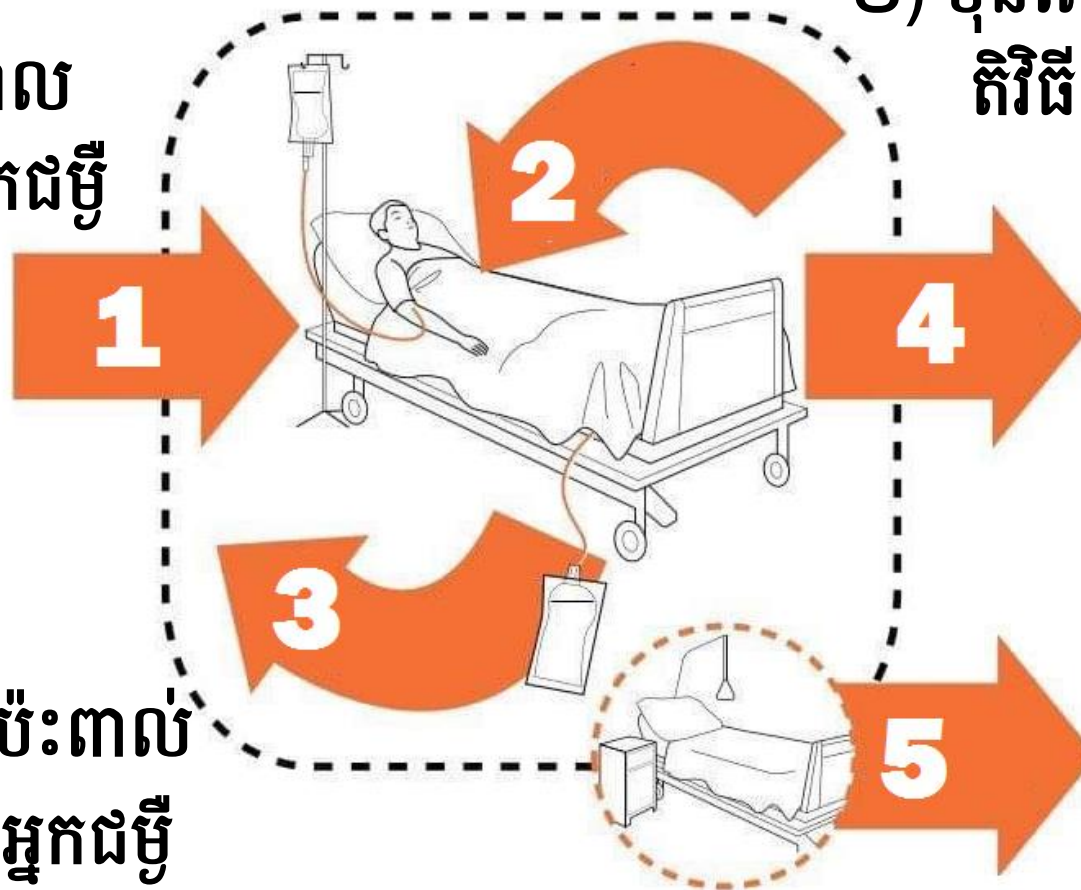
១) មុនពេល
ប៉ះពាល់អ្នកជម្ងឺ

២) មុនពេលអនុវត្ត និង
ត្រីវិធីសម្អាត

៤) ក្រោយពេល
ប៉ះពាល់អ្នកជម្ងឺ

៣) បន្ទាប់ពីប៉ះពាល់
សារធាតុរាវអ្នកជម្ងឺ

៥) បន្ទាប់ពីប៉ះពាល់
សម្ភារអ្នកជម្ងឺ





ត្រូវរក្សាសុខភាពឱ្យបានល្អ ពេលធ្វើដំណើរ

- ជៀសវាងធ្វើដំណើរ ឬផ្អាក ប្រសិនមានគ្រុនក្តៅ ឬក្អក



- ប្រសិនមានគ្រុនក្តៅ ក្អក និងពិបាកដកដង្ហើម
ត្រូវស្វែងរកការព្យាបាល ជាបន្ទាន់ និងប្រាប់ពី
ប្រវត្តិនៃការធ្វើដំណើរបស់អ្នកដល់គ្រូពេទ្យ

- ជៀសវាងការប៉ះពាល់ ជាមួយអ្នកដែលមានគ្រុនក្តៅ និងក្អក



- លាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់ ជាមួយសាប៊ូ និង
ទឹកស្អាត ឬអាល់កុលដែល



គ្រូបក្សសុខភាពឱ្យបានល្អ ពេលធ្វើដំណើរ

- ជៀសវាងប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ឬមាត់



- នៅពេលក្អក ឬកណ្តាស់ ត្រូវខ្ជប់មាត់ និងច្រមុះ ដោយប្រើកែងដៃ ឬក្រដាស រួចបោះចោលក្នុងធុងសំរាមភ្លាម និងលាងដៃរបស់អ្នក



- ប្រសិនអ្នកពាក់ម៉ាស់ ត្រូវប្រាកដថាពាក់ គ្របលើមាត់ និងច្រមុះ ប៉ុន្តែជៀសវាងការប៉ះពាល់ផ្ទៃខាងក្រៅនៅពេលកំពុងពាក់ និងពេលដោះ និងត្រូវបោះចោលភ្លាម នូវម៉ាស់ដែលបានប្រើ រួច និងលាងដៃឱ្យស្អាតបន្ទាន់ពីដោះម៉ាស់



គ្រូបក្សសុខភាពឱ្យបានល្អ ពេលធ្វើដំណើរ

- ប្រសិនអ្នកចាប់ផ្តើមឈឺ ពេលកំពុងធ្វើដំណើរ ត្រូវប្រាប់អ្នកបម្រើលើយន្តហោះ និងស្វែងរក ការព្យាបាលឱ្យបានឆាប់



- ប្រសិនអ្នកស្វែងរកការព្យាបាល សូម ប្រាប់ពីប្រវត្តិនៃការធ្វើដំណើររបស់អ្នកទៅកាន់គ្រូពេទ្យ

- បរិភោគតែ អាហារណាដែលឆ្អិនល្អ





ត្រូវក្បាលសុខភាពឱ្យបានល្អ ពេលធ្វើដំណើរ

- មិនត្រូវខកស្មោះនៅទីសាធារណៈ



- ជៀសវាងការប៉ះពាល់ និងធ្វើដំណើរជាមួយ សត្វដែលឈឺ

ការពារសហគមន៍របស់អ្នក

- ប្រសិនអ្នកបើមានអារម្មណ៍មិនស្រួលសូមស្វែងរកការព្យាបាល
- ប្រសិនបើអ្នកក្តៅខ្លួន ក្អក ឬពិបាកដកដង្ហើម សូមស្នាក់នៅក្នុងផ្ទះ ហើយទាក់ទងអ្នកជំនាញថែទាំសុខភាព
- កុំចែករំលែក “ **ព័ត៌មានបញ្ជូនបន្តៗគ្នា** ” សូមចែករំលែកតែព័ត៌មានពិតប្រាកដតាមរយៈអ្នកជំនាញវេជ្ជសាស្ត្រ។





ការការមនុស្សជាតិស្រឡាញ់របស់អ្នក

- ♦ យកដៃខ្ទប់មាត់អ្នកពេលកណ្តាស់ ឬក្អក ប្រើក្រដាសជូតមាត់ហើយបោះចោលភ្លាមៗ
- ♦ កុំធ្វើដំណើរទៅកន្លែងដែលមានមនុស្សច្រើនប្រសិនបើមិនចាំបាច់
- ♦ ចូលពាក់ម៉ាស់ប្រសិនបើអ្នកឈឺ ឬនៅពេលអ្នកកំពុងមើលថែអ្នកដែលមានរោគសញ្ញា

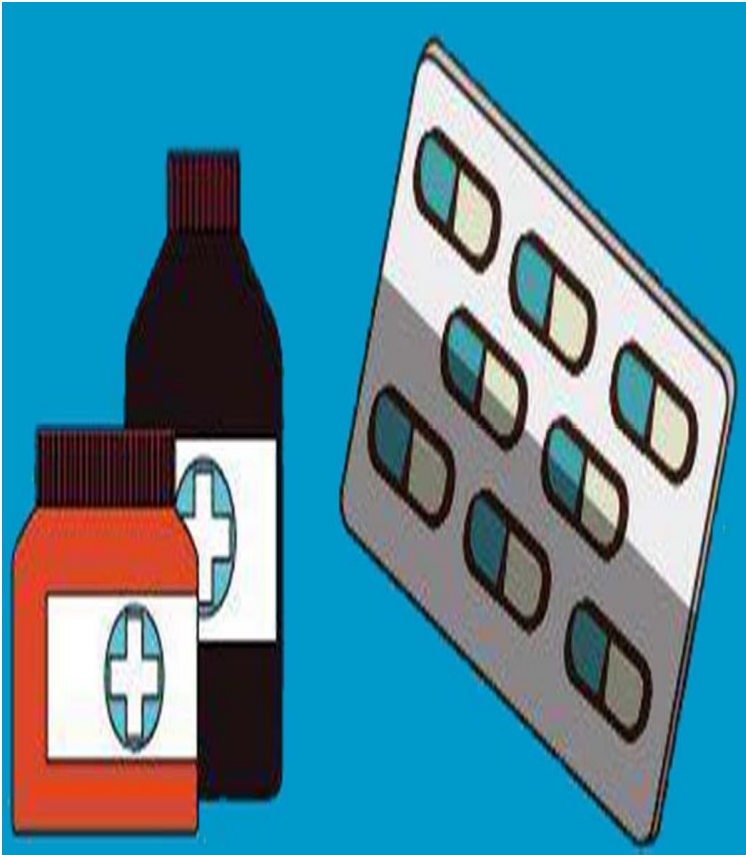


ក្នុងករណីមានការប្រមូលផ្តុំចាំបាច់

- ត្រូវតែរៀបចំកន្លែងអង្គុយឲ្យបាន ១ម៉ែត្រ ឆ្ងាយពីគ្នា
- ត្រូវដាក់អាវកុល ឬសាប៊ូ និងទឹក នៅច្រកចូលសម្រាប់លាងដៃ
- ត្រូវធ្វើការត្រួតពិនិត្យកំដៅអ្នកចូលរួមទាំងអស់ (ករណីលើសពី ៣៨ អង្សាសេ) ត្រូវទុកគាត់នៅដាច់ដោយឡែក
- ត្រូវសួរនាំគាត់អំពីស្ថានភាពក្នុងខ្លួនរបស់អ្នកចូលរួម (ក្នុងករណីគាត់មានអាការៈ គ្រុនក្តៅ ក្អក ឬពិបាកដកដង្ហើម) ត្រូវទុកគាត់ដាច់ដោយឡែក)។



តើ ថ្នាំផ្សះ (អង់ទីប៊ីយូទិក) មានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការបង្ការ និងព្យាបាលវីរុស កូរ៉ូណា ប្រភេទថ្មីនេះដែរ ឬទេ ?



- អត់ទេ ថ្នាំផ្សះ (អង់ទីប៊ីយូទិក) មិនអាចសម្លាប់វីរុស បានទេ គឺសម្លាប់បានតែបាក់តេរី
- វីរុសកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (2019-nCoV) គឺជាវីរុស ដូច្នេះមិនត្រូវប្រើថ្នាំផ្សះ (អង់ទីប៊ីយូទិក) ក្នុងការ បង្ការ ឬព្យាបាលទេ
- ប៉ុន្តែ ប្រសិនអ្នកជំងឺដែលមានវីរុស 2019-nCoV កំពុង សំរាកនៅមន្ទីរពេទ្យ ហើយគ្រូពេទ្យធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យថា អ្នកជំងឺមានឆ្លងបាក់តេរីផ្សេងទៀត នោះការផ្តល់ថ្នាំផ្សះ ដើម្បីព្យាបាល គ្រូពេទ្យអាចផ្តល់ឱ្យបាន។



តើវីរុសកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មីនេះ កើតតែលើមនុស្សចាស់ ឬ? ឬក៏មនុស្សដែលមានអាយុតិចជាងក៏អាចកើតបានដែរ?

- ប្រជាជនគ្រប់អាយុទាំងអស់អាចឆ្លងវីរុសកូរ៉ូណាថ្មី (2019-nCoV)
- មនុស្សវ័យចំណាស់ ឬអ្នកដែលមានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃដូចជា (ហឺត ទឹកនោមផ្អែម ជំងឺបេះដូង) បើឆ្លងនូវវីរុសនេះ ងាយបង្កឱ្យមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។
- ក្រសួងសុខាភិបាលសូមណែនាំប្រជាជនគ្រប់អាយុ ទាំងអស់ត្រូវប្រកាន់នូវវិធានការការពារខ្លួនពីវីរុសនេះ ដោយអនុវត្តអនាម័យដៃ និងអនាម័យផ្លូវដង្ហើមឱ្យបានស្អាត។





តើមានឱសថព្យាបាលជាក់លាក់ដើម្បីបង្ការ ឬព្យាបាលវីរុសកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី ឬទេ ?

- រហូតមកដល់បច្ចុប្បន្ននេះ គ្មានឱសថជាក់លាក់សំរាប់ការបង្ការ ឬព្យាបាលជំងឺរលាកសួតដោយវីរុសកូរ៉ូណា ប្រភេទថ្មី (2019-nCoV) នេះទេ



- ទោះយ៉ាងនេះក្តី អ្នកជំងឺដែលបានឆ្លងវីរុសនេះ គួរតែទទួលបានការថែទាំយ៉ាងត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកាត់បន្ថយនិងព្យាបាលនូវរោគសញ្ញាជំងឺ ហើយសម្រាប់អ្នកជំងឺដែលមានសភាពធ្ងន់ធ្ងរគួរតែទទួលបានការថែទាំគាំទ្រដែលអាចធ្វើបាន។ ការព្យាបាលជាក់លាក់ខ្លះកំពុងស្ថិតក្នុងការអង្កេត និងកំពុងតែតេស្តសាកល្បង។
- អង្គការសុខភាពពិភពលោក បាននឹងកំពុងជួយពន្លឿននូវការស្រាវជ្រាវ និងបង្កើនខិតខំប្រឹងប្រែងជាមួយដៃគូជាច្រើន។



ពេលណាត្រូវពាក់ម៉ាស់



1



សម្រាប់អ្នកដែលមានសុខភាពល្អ
ចូរពាក់ម៉ាស់តែនៅពេលដែលអ្នកមើលថែទាំ
អ្នកជំងឺដែល សង្ស័យថាបានឆ្លងវីរុសកូរ៉ូណាថ្មី
(2019-nCoV)

2



ចូរពាក់ម៉ាស់នៅពេលក្អក ឬកណ្តាស់

3



ដើម្បីការពារជំងឺឱ្យមានប្រសិទ្ធភាព
ត្រូវពាក់ម៉ាស់រួមជាមួយ និងការលាងដៃ ដោយប្រើ
អាល់កុលដែល ឬសាប៊ូ និងទឹកផងដែរ។

4



ប្រសិនបើអ្នកពាក់ម៉ាស់
អ្នកត្រូវដឹងអំពីវិធីពាក់
និងដោះវិញឱ្យបានត្រឹមត្រូវ



ការអនុវត្តល្អៗដើម្បីថែរក្សាសុខភាព



ញ៉ាំអាហារដែលមានជីវជាតិឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់
ញ៉ាំទឹកអោយបានគ្រប់គ្រាន់

ហាត់ប្រាណឱ្យបានទៀងទាត់



គេងឱ្យបានចន្លោះពី ៧ ទៅ ៨ម៉ោង ក្នុងមួយយប់ៗ



នៅពេលណាអ្នកត្រូវការពិគ្រោះយោបល់ ?

ប្រសិនបើមាន គ្រុនក្តៅ ក្អក និង
ពិបាកដងដង្ហើម ត្រូវស្វែងរក
ការពិគ្រោះយោបល់ជាបន្ទាន់
និងប្រាប់ពីប្រវត្តិនៃការធ្វើដំណើរ
របស់អ្នកដល់គ្រូពេទ្យ។



សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម
សូមទាក់ទងទូរស័ព្ទ

115 ព័ត៌មានបន្ថែម



លេខទូរស័ព្ទប្រធានមន្ទីរសុខាភិបាលរាជធានីខេត្ត

ល.រ	ឈ្មោះខេត្ត	ឈ្មោះប្រធានមន្ទីរ	លេខទូរស័ព្ទ
១	រាជធានីភ្នំពេញ	លោកជំទាវ ប៊ុន ហេង	០៨១ ៧៨៧ ៦៧៧
២	បន្ទាយមានជ័យ	លោកជំទាវ កែវ សុផា	០១២ ៩៦២ ៩៩២
៣	បាត់ដំបង	លោកជំទាវ ឃៀន ប៊ុនរតន	០១២ ៩១០ ១៦៦
៤	សៀមរាប	លោកជំទាវ ក្រសួង សាវ៉ាត់	០៨៨ ៩៩៦ ៩៦៦
៥	ឧត្តរមានជ័យ	លោកជំទាវ ឃ្លួន ហួត	០១២ ៧២៣ ១២១
៦	ប៉ៃលិន	លោកជំទាវ ស្រី យ៉ុន	០៩៧ ៧២៤ ៨៨៦
៧	ខេត្តពោធិ៍សាត់	លោកជំទាវ ឌុយ ឌី	០១២ ៨១៩ ៦៩៨
៨	ខេត្តព្រះវិហារ	លោកជំទាវ គង់ ឌុន	០១២ ៨៩៩ ៩០៩
៩	ខេត្តកំពង់ធំ	លោកជំទាវ ស្រី ស៊ីន	០១២ ៩៤០ ៦២២
១០	ខេត្តកណ្តាល	លោកជំទាវ គួន ប៊ុន ឃៀន	០១២ ៩១៩ ៩៧៦
១១	ខេត្តកំពង់ឆ្នាំង	លោកជំទាវ ប្រាក់ ប៊ុន	០១២ ៨៧៨ ៩២២
១២	ខេត្តកំពង់	លោកជំទាវ ឃ្លួន ប៊ុន ថា	០៩២ ៩២៩ ៨៨០
១៣	ខេត្តកែប	លោកជំទាវ វ៉ែន សុផា	០១២ ៣៣៤ ៣៣៣
១៤	ខេត្តតាកែវ	លោកជំទាវ គុក សុផា	០១២ ៨៩៩ ៩៩៩
១៥	ខេត្តស្វាយរៀង	លោកជំទាវ កែវ ឆ្មារ	០១២ ៣៨៨ ៧៧៧
១៦	ខេត្តព្រៃវែង	លោកជំទាវ សេន ប្រាក់ ឃ្លួន	០៨១ ៧៧៧ ៧៧៧
១៧	ខេត្តកំពង់ចាម	លោកជំទាវ គឹម សុផា	០១២ ៨០៧ ៧៧៦
១៨	ខេត្តក្រចេះ	លោកជំទាវ កែវ ឃ្លួន	០១២ ៩៨៣ ៦៣៩
១៩	ខេត្តកោះកុង	លោកជំទាវ ឈន់ សុផា	០៨៩ ៩៨៩ ២២២
២០	ខេត្តស្ទឹងត្រែង	លោកជំទាវ ប៊ុន សុផា	០១២ ៩៨៣ ២៧៦
២១	ខេត្តពោធិ៍	លោកជំទាវ ប៊ុន គេន	០១២ ៩៦២ ៨៨០
២២	ខេត្តបន្ទាយមានជ័យ	លោកជំទាវ ប៊ុន សុផា	០១២ ៨០៩ ០៩៨
២៣	ខេត្តព្រះសីហនុ	លោកជំទាវ វ៉ែន សាវ៉ាត់	០១២ ៨៨៨ ៧៧៧
២៤	ខេត្តកំពង់ស្ពឺ	លោកជំទាវ រតន ឃ្លួន	០១២ ៨២៦ ៣២៨
២៥	ខេត្តកោះកុង	លោកជំទាវ រតន ប៊ុន	០១២ ៧៦៩ ០៩០



 **លេខទូរស័ព្ទ ២០ខ្សែ បន្ថែម**
ដោយ ១១៥ មាតិកាអេក្រង់
វីរុសថ្មី COVID-19

077 869 214	012 766 462
077 201 653	012 958 179
077 390 592	099 966 779
089 233 847	099 629214
017 852 092	011 202 029
017 975 280	016 799 752
017851 773	078 990 566
017873 261	012 939 287
017 947 390	012 690 008
012612 005	012 454 526



សូមទស្សនាវិដេអូអំពីមេរោគកូវីដ-១៩



តើមេរោគ កូវីដ-១៩ ឆ្លងយ៉ាងដូចម្តេច?

ហើយអ្នកត្រូវការការពារខ្លួនអ្នកពីការឆ្លងនេះដូចម្តេច?

**How is COVID-19 spread and
how do you protect yourself against it?**



ស្តុកស្តម្ភគ្នា!



International
Labour
Organization



IFC
International
Finance
Corporation
WORLD BANK GROUP