ជូន​ចំពោះ​ឪពុកម្តាយ​ ឬ​អាណាព្យាបាល​ជាទីគោរព៖

នាពេលថ្មីៗនេះ កូនរបស់លោកអ្នកប្រហែលជាប៉ះពាល់នឹង **ជំងឺទីប្រាំ** ។ ជំងឺទីប្រាំគឺជាកន្ទួលលើកុមារធម្មតាដែលបណ្តាលមកពីមេរោគ។ វាត្រូវបានគេស្គាល់ថាជា "ជំងឺថ្ពាល់កន្ទួល" ព្រោះវាច្រើនតែចាប់ផ្តើមឡើងជាកន្ទួលលើថ្ពាល់។ កុមារដែលមានជំងឺទីប្រាំ ជាធម្មតាមិនចាំបាច់សម្រាកនៅផ្ទះពីសាលារៀន ឬមណ្ឌលថែទាំកុមារទេ ព្រោះវាមិនឆ្លង​នៅពេល​កន្ទួល​លេចឡើងឡើយ។

# រោគសញ្ញា​

រោគសញ្ញាអាចចាប់ផ្តើមដោយគ្រុនក្តៅ ឈឺសាច់ដុំ និងឈឺក្បាល។

បន្ទាប់ពី 1-3 សប្តាហ៍ មានកន្ទួលក្រហមលេចឡើងនៅលើថ្ពាល់។ បន្ទាប់មក កន្ទួល​ដែល​មាន​លក្ខណៈ​ដូចស្នាម​​ខ្សែ​​លេចឡើង​នៅលើ​ដង​ខ្លួន​ ដៃ គូទ និង​ភ្លៅ​។ កន្ទួលអាចបាត់ទៅវិញ និងលេចឡើងម្តងទៀតបន្ទាប់ពីការប៉ះពាល់នឹងកំដៅអស់រយៈពេលជាច្រើនសប្តាហ៍។

នៅពេលដែលកន្ទួលលេចឡើង កុមារជាធម្មតាលែងមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន​ទៀតហើយ។

# ការរាលដាល

កុមារឆ្លងរាលដាលជំងឺទីប្រាំ ក្នុងអំឡុងពេលដំបូងនៃជំងឺនេះ នៅពេលដែលវាហាក់ដូចជាផ្តាសាយ។ វាត្រូវបានចម្លងតាមរយៈទឹកសំបោរឬទឹកមាត់។ វត្ថុដែលមានមេរោគដូចជា ក្រដាសជូតមាត់ ប្រដាប់ប្រដាក្មេងលេង ពែងផឹក និងប្រដាប់ប្រដាប្រើប្រាស់ អាចចម្លង​មេរោគ​បាន​។ នៅពេលដែលកន្ទួលលេចឡើង បុគ្គល​នោះលែងឆ្លងទៀតហើយ។

# ការ​ធ្វើ​រោគវិនិច្ឆ័យ និង​ការ​ព្យាបាល​

ជំងឺទីប្រាំ ជាធម្មតាជាជំងឺស្រាលដែលមិនត្រូវការការថែទាំវេជ្ជសាស្ត្រឡើយ។ ផ្តល់ការថ្នាក់ថ្នម​ដើម្បីជួយក្នុងអំឡុងពេលមានរោគសញ្ញាដំបូង។ អ្នក​មាន​ផ្ទៃពោះ និង​អ្នក​ដែល​មាន​ជំងឺ​ឈាម ឬជំងឺ​ប្រព័ន្ធ​ភាពស៊ាំចុះ​អន់ខ្សោយ​​មួយចំនួន​​គួរតែ​ជូន​ដំណឹង​ទៅ​អ្នក​ផ្តល់​សេវា​ថែទាំ​សុខភាព​របស់​ខ្លួន ប្រសិន​បើ​មាន​ការ​ប៉ះពាល់នឹងជំងឺ។

# ការ​បង្ការ

អនាម័យ​ល្អ​​គឺជា​វិធី​ដ៏​ល្អ​បំផុត​ក្នុង​ការ​បង្ការ​ការ​ឆ្លង​ជំងឺ​ទីប្រាំ៖

* • ជៀសវាងការប្រើរបស់របរផ្ទាល់ខ្លួនរួមគ្នា ដូចជា ពែងផឹក និងប្រដាប់ប្រដាប្រើប្រាស់ជាដើម។
* • លាងដៃរបស់លោកអ្នកឱ្យបានញឹកញាប់និងស្អាតល្អដោយសាប៊ូ និងទឹកក្ដៅឧណ្ហៗ ។ • មិនចាំបាច់ប្រើសាប៊ូប្រឆាំងបាក់តេរីឡើយ។
* • បង្រៀនកុមារឱ្យខ្ទប់​ពេល​​ក្អកនិង​កណ្តាស់ ​ដោយប្រើ​​ក្រដាស​ជូតមាត់ ឬ​កែងដៃ​របស់គេ។
* • លាងដៃរបស់លោកអ្នកបន្ទាប់ពីប្រើក្រដាសជូតមាត់។
* • បោះចោលក្រដាសជូតមាត់ ក្រោយពីប្រើរួចម្ដងៗ។
* • ជៀសវាង​ការប៉ះពាល់ភ្នែក​ មាត់​ និងច្រមុះរបស់លោកអ្នក។

# ស្វែងយល់បន្ថែមទៀត

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទងអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព។