មេរៀនទី 2 ជំងឺឆ្លង

វត្ថុបំណង

ដូចដែលបានសរសេរក្នុងសៀវភៅពុម្ព វត្ថុបំណងក្នុងមេរៀននេះមានៈ

- ពន្យល់ពាក្យជំងឺឆ្លង និងមូលហេតុនៃការឆ្លងជំងឺ
- បង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ ជំងឺអេដស៍ របៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺទាំងនោះ
- ពណ៌នាពីការការពារខ្លួនកុំឱ្យភ្នាក់ងារបង្ករោគជ្រៀតចូលក្នុងខ្លួនបានដោយអនុវត្តក្បួនអនាម័យក្នុងការបរិភោគ និងការរស់នៅ
- អប់រំចិត្តខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃកុំឆាប់ពាក់ព័ន្ធជាមួយសកម្មភាពផ្លូវភេទ
- ពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺឆ្លង និងកាមរោគ ជាពិសេសជំងឺអេដស៍ហើយចៀសវាងការប្រព្រឹត្តិអំពើណាមួយដែលបណ្តាលឱ្យឆ្លងជំងឺ

ផែនការបង្រៀន

មេរៀននេះត្រូវបង្រៀនរយៈពេល 10 ម៉ោងដូចដែលបានបង្ហាញក្នុងតារាងទី 1 ខាងក្រោមៈ

តារាងទី1 បំណែងចែកម៉ោងបង្រៀន

រយៈពេល (ម៉ោងសរុប = 10 ម៉ោង)	ខ្លឹមសារ	ទំព័រក្នុងសៀវភៅពុម្ព
1	1. ជំងឺឆ្លង 1.1. រោគសញ្ញានៃជំងឺឆ្លងមួយចំនួន	222 - 223
1	1.2. វិធីការពារកុំឱ្យឆ្លងជំងឺ	224
2	1.3. តវិយាបថនៃការឆ្លងជំងឺ 2. ជំងឺកាមរោគ 2.1. ព័ត៌មានទូទៅស្តីពីជំងឺកាមរោគ 2.2. ប្រភេទផ្សេងៗនៃជំងឺកាមរោគ 2.3. ការព្យាបាលជំងឺកាមរោគ	225 - 228
1	3. ជំងឺអេដស៍ 3.1. និយមន័យនៃជំងឺអេដស៍	229
1	3.2. ការវិវត្តរបស់ជំងឺអេដស៍	230
1	3.3. បណ្តុំរោគសញ្ញាទាក់ទងនឹងដំណាក់កាលអេដស៍ 3.4. សភាពអ្នកជំងឺអេដស៍	231
1	3.5. របៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃមេរោគអេដស៍	232
1	3.6. ការបង្ការមេរោគអេដស៍ និងកាមរោគ 3.7. ផលប៉ះពាល់នៃជំងឺអេដស៍	233 - 234
1	មេរៀនសង្ខេប	235

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ការបង្រៀន

តារាងទី2 ខាងក្រោមបង្ហាញពីផែនការបង្រៀន និងលទ្ធផលវាយតម្លៃ។ គ្រូត្រូវបានរំពឹងថាអនុវត្តសកម្មភាពក្នុងតារាងខាងក្រោម ហើយធ្វើការវាយតម្លៃសិស្សទៅតាមលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យដែលបានឱ្យក្នុងតារាង។ ដូចនៅក្នុងតារាងសិស្សអាចធ្វើការសិក្សាអំពីជំងឺឆ្លង។ សកម្មភាពទាំងនេះជំរុញសិស្សឱ្យមានការអភិវឌ្ឍនូវចំណេះដឹងរបស់ពួកគេអំពីជំងឺឆ្លង។

តារាងទី2 ផែនការបង្រៀន និងលទ្ធផលវាយតម្លៃ

ម៉ោង	វត្ថុបំណង	សកម្មភាពក្នុងរយៈពេលនីមួយៗ	លទ្ធផលវាយតម្លៃ
ទី1	ពន្យល់ពាក្យ “ជំងឺឆ្លង” និងរបៀបនៃការឆ្លងជំងឺ	• សិស្សពិភាក្សាគ្នាពីជំងឺឆ្លងដែលពួកគេធ្លាប់ស្គាល់។ • សិស្សបំពេញពាក្យក្នុងចន្លោះក្នុងតារាង ជំងឺឆ្លង រោគសញ្ញា និងរបៀបឆ្លងជំងឺ ដោយប្រើប័ណ្ណពាក្យ។	• សិស្សពន្យល់ពាក្យ “ជំងឺឆ្លង” និងរបៀបនៃការឆ្លងជំងឺ
ទី2	ពណ៌នាពីរបៀបការពារខ្លួនកុំឱ្យភ្នាក់ងារបង្ករោគជ្រៀតចូលក្នុងខ្លួនបានដោយអនុវត្តក្បួនអនាម័យក្នុងការបរិភោគ និងការរស់នៅ	• សិស្សរៀបរាប់ពីវិធីការពារខ្លួនពីជំងឺឆ្លង	• សិស្សពណ៌នាពីរបៀបការពារខ្លួនកុំឱ្យភ្នាក់ងារបង្ករោគជ្រៀតចូលក្នុងខ្លួនបានដោយអនុវត្តក្បួនអនាម័យក្នុងការបរិភោគ និងការរស់នៅ
ទី3+4	បង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ និងពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺកាមរោគ	• សិស្សបំពេញក្នុងតារាងភ្នាក់ងារបង្កជំងឺ និងរោគសញ្ញាជំងឺកាមរោគដោយប្រើប័ណ្ណពាក្យ • សិស្សបំពេញចន្លោះក្នុងតារាងនៃភ្នាក់ងារបង្កជំងឺ និងរោគសញ្ញាជំងឺកាមរោគដោយប្រើប័ណ្ណពាក្យ	• សិស្សបង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ និងពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺកាមរោគ
ទី5	ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍	• សិស្សពិភាក្សាពីចំណេះដឹងនៃជំងឺអេដស៍ទៅវិញទៅមក។	• សិស្សពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍
ទី6	ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍	• សិស្សសង្ខេបពីការវិវត្តរបស់ជំងឺអេដស៍	• សិស្សពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍
ទី7	ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍	• សិស្សសង្ខេបពីរោគសញ្ញានៃជំងឺអេដស៍	• សិស្សពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍
ទី8	ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍	• សិស្សពិភាក្សាពីរបៀបឆ្លង និងពីរបៀបទាក់ទងជាមួយអ្នកជំងឺអេដស៍ដោយសុវត្ថិភាពតាមរយៈការជ្រើសរើសរូបភាពក្នុងសៀវភៅពុម្ពទំព័រទី 232 និងទំព័រទី 233។	• សិស្សពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍

ទី9	ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និង របៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍	• អាស្រ័យលើក្រាភិច សិស្សឆ្លើយសំណួរ	• សិស្សពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និង របៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍
ទី10	សង្ខេបពីជំងឺឆ្លង	• សិស្សឆ្លើយសំណួរ	• សិស្សសង្ខេបពីជំងឺឆ្លង

ចំណុចសំខាន់នៃការបង្រៀន

ចំណុចនៃការបង្រៀនក្នុងមេរៀននេះគឺជំងឺឆ្លង។ ដូច្នេះ គ្រូគួរតែយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យបានច្រើនទៅលើចំណុចខាងក្រោមក្នុងពេលបង្រៀនមេរៀននេះ។

- ឱ្យសិស្សពិភាក្សាគ្នាដើម្បីយល់ដឹងពីជំងឺឆ្លង។ វាអាចមានការពិបាកក្នុងការយល់ដឹងពីជំងឺឆ្លង។ ដូចនេះ សៀវភៅណែនាំគ្រូនេះបានបង្ហាញពីជំងឺឆ្លង ដើម្បីជំរុញការយល់ដឹងដល់សិស្ស។
- ត្រួតពិនិត្យចំណេះដឹងមានស្រាប់របស់សិស្សនៅពេលចាប់ផ្តើមមេរៀននីមួយៗ។ ប្រសិនបើ អ្នករកឃើញថាសិស្សពុំទាន់មានចំណេះដឹងគ្រប់គ្រាន់ បន្ទាប់មកពន្យល់បន្ថែម និងបង្ហាញរូបភាពដែលចាំបាច់។
- បំណែងចែកម៉ោងទៅតាមសកម្មភាពដែលបានកំណត់ទុក។ សៀវភៅណែនាំគ្រូនេះណែនាំសកម្មភាពទៅតាមម៉ោងបង្រៀន ប៉ុន្តែគ្រូអាចមានការលំបាកខ្លះចំពោះសកម្មភាពនេះ។

ដូច្នេះ សៀវភៅណែនាំគ្រូនេះផ្តល់នូវគម្រុយខ្លះសម្រាប់ការបង្រៀន (ឧទាហរណ៍៖ សំណួរ និងសកម្មភាព) ក៏ដូចជាចំណេះដឹងបន្ថែមមួយចំនួនអំពីជំងឺឆ្លង ដើម្បីជំរុញការចាប់អារម្មណ៍របស់សិស្សទៅលើការសិក្សា។

ចំណេះដឹងមូលដ្ឋានសម្រាប់មេរៀននេះ

នៅពេលចាប់ផ្តើមម៉ោងសិក្សានីមួយៗ សូមត្រួតពិនិត្យថាតើសិស្សមានចំណេះដឹងដូចខាងក្រោមហើយឬនៅ ប្រសិនបើគ្មាននោះ សិស្សនឹងពិបាកសម្រេចបានវត្ថុបំណងមេរៀន

1. ភ្នាក់ងារបង្កជំងឺ
   ផ្សិត ប្រូទីស បាក់តេរី វីរុស
2. ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ
   កោសិកា T

ជំងឺឆ្លង

វត្ថុបំណង

ពន្យល់ពាក្យ "ជំងឺឆ្លង" និងរបៀបនៃការឆ្លងជំងឺ

សកម្មភាព(1)

ការងារជាបុគ្គល ឬជាក្រុម សិស្សលើកឧទាហរណ៍ពីឈ្មោះជំងឺឆ្លងដែលពួកគេស្គាល់។

"ចម្លើយរំពឹងទុក"

ផ្តាសាយធំ ជំងឺគ្រុនចាញ់ ជំងឺអេដស៍...

សិស្សពិភាក្សាគ្នាពីមូលហេតុនៃការឆ្លងជំងឺ។

"ចម្លើយរំពឹងទុក"

បាក់តេរី វីរុស និងមេរោគមួយចំនួនផ្សេងទៀត។

មេរៀនទី

2 **ជំងឺឆ្លង**

ចប់មេរៀននេះ សិស្សអាច

- ពន្យល់ពាក្យជំងឺឆ្លងនិងមូលហេតុនៃការឆ្លងជំងឺ
- បង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ ជំងឺអេដស៍ របៀបឆ្លងនិងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺទាំងនោះ
- ពណ៌នាពីការការពារខ្លួនកុំឱ្យភ្នាក់ងារបង្ករោគជ្រៀតចូលក្នុងខ្លួនបានដោយអនុវត្តក្បួនអនាម័យក្នុងការបរិភោគនិងការរស់នៅ
- អប់រំចិត្តខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃកុំឆាប់ពាក់ព័ន្ធជាមួយសកម្មភាពផ្លូវភេទ
- ពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺឆ្លងនិងកាមរោគ ជាពិសេសជំងឺអេដស៍ហើយចៀសវាងការប្រព្រឹត្តិអំពើណាមួយដែលបណ្តាលឱ្យឆ្លងជំងឺ ។

តើអ្នកធ្លាប់ផឹកភេសជ្ជៈជាមួយមិត្តអ្នកដែរឬទេ ? តើអ្នកនិងមិត្តអ្នកប្រើកែវរួមគ្នាក្នុងការផឹកភេសជ្ជៈឬដូចម្តេច ? ការប្រើប្រាស់កែវ ឬចានរួមគ្នាជាវិធីមួយដែលមេរោគជាច្រើនត្រូវបានឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត ។

1. ជំងឺឆ្លង

ជំងឺដែលឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតហៅថា **ជំងឺឆ្លង** ។ ជំងឺឆ្លងបណ្តាលមកពីភ្នាក់ងារបង្ករោគ ដូចជាវីរុស បាក់តេរី ផ្សិត និងប្រូទីស ។

ជំងឺមួយចំនួនដែលបណ្តាលមកពីភ្នាក់ងារបង្ករោគ

ភ្នាក់ងារបង្ករោគ	វីរុស	បាក់តេរី	ប្រូទីស	ផ្សិត
ប្រភេទជំងឺ	ផ្តាសាយធំ	តេតាណូស	គ្រុនចាញ់	ទឹកស៊ីជើង
	អេដស៍	របេង	ជំងឺងងុយដេក	ស្រែង
	កញ្ជ្រឹល	គ្រុនពោះវៀន	រាកមូល	ជ្រាំងមាត់

222

ចំណេះដឹងបន្ថែម

"របកគំហើញនៃមេរោគ"

គេបាននិយាយថា លោក អានតូនី វ៉ាន់ លីអុយវ៉េនហុក (Antony van Leeuwenhoek) (1632-1723) គឺជាមនុស្សដំបូងគេដែលបានស្វែងយល់ពិភពនៃអតិសុខុមប្រាណ(មេរោគ)ដោយមីក្រូទស្សន៍ធ្វើដោយដៃរបស់គាត់។លោកបានសង្កេតមើលទឹកភ្លៀង ទឹកទន្លេ ទឹកអណ្តូង ទឹកសមុទ្រ និងទឹកស្រះ។ គាត់បានរកឃើញអតិសុខុមប្រាណជាច្រើនក្នុងទឹក។ ដើម្បីធ្វើឱ្យមានការជឿជាក់ថាអតិសុខុមប្រាណជាភាវរស់ គាត់បានចាក់ទឹកខ្មេះទៅក្នុងទឹក។ គាត់អាចសង្កេតឃើញថាអតិសុខុមប្រាណមិនបានផ្លាស់ទី។ គាត់បានភ្ញាក់ផ្អើលនៅក្នុងការរកឃើញរបស់គាត់។

គាត់ក៏បានរកឃើញ នៅពេលគាត់មើលទៅលើពពុះ ដែលបានពីការដុសធ្មេញរបស់គាត់ផ្ទាល់ បន្ទាប់ពីមិនបានដុសលាងវាបីថ្ងៃ។ "ខ្ញុំបានសង្កេតឃើញភាពអស្ចារ្យយ៉ាងខ្លាំង គឺថាវាមានកូនសត្វរស់តូចៗជាច្រើន ហើយមានចលនាយ៉ាងស្អាត"។ គាត់បានបញ្ជាក់ពីចំនួនដ៏សម្បើមនៃអតិសុខុមប្រាណក្នុងពពុះនោះ។

1.1. រោគសញ្ញានៃជំងឺឆ្លងមួយចំនួន

ជំងឺឆ្លងមួយចំនួនដែលប្រទះឃើញញឹកញាប់ជាងគេមាន

ជំងឺ	របៀបឆ្លង	រោគសញ្ញា
កញ្ជ្រឹល	ចរន្តខ្យល់	ក្រហមលើស្បែក ឡើងកម្តៅ តឹងច្រមុះ និងឈឺបំពង់ក
អុតស្វាយ	ចរន្តខ្យល់	ស្នាមកន្ទួលលើស្បែក
រលាកថ្លើម	ឆ្លងតាមឈាម ចំណីអាហារ ទឹក ការរួមភេទ	គ្រុនរងា ក្អួតចង្អោរ ហើមថ្លើម ស្បែកលឿង និងឈឺសន្លាក់
គ្រុនស្វិតដៃជើង	ចំណីអាហារនិងទឹក	ឈឺក្បាល តឹងកញ្ចឹងក និងសាច់ដុំកម្រើកលែងរួច
ផ្តាសាយបក្សី	-ការប៉ះពាល់ ឬបរិភោគបក្សីឈឺ ឬងាប់ -ទៅកន្លែងដែលមានបក្សីឈឺ ឬងាប់ -មុជទឹកត្រពាំងឬស្រះដែលមានបក្សីហែលលេង	ឈឺក្បាល ឈឺសាច់ដុំ ថប់ដង្ហើម ក្តៅលើសពី 38°C (ក្រោយពីការប៉ះពាល់បក្សីឈឺ ឬងាប់ រយៈពេល 7 ថ្ងៃ)

223

វត្ថុបំណង (ត)

ពន្យល់ពាក្យ“ជំងឺឆ្លង” និងរបៀបនៃការឆ្លងជំងឺ។

សកម្មភាព

សិស្សបំពេញចន្លោះក្នុងតារាងជំងឺឆ្លង រោគសញ្ញា និងរបៀបឆ្លងដោយប្រើពាក្យខាងក្រោម។ (សកម្មភាពជាបុគ្គល ឬជាក្រុម)

ចរន្តខ្យល់	ឈាម
ទឹក	បក្សីឈឺ

ជំងឺ	របៀបឆ្លង	រោគសញ្ញា
កញ្ជ្រឹល	ចរន្តខ្យល់	ក្រហមលើស្បែក ឡើងកម្តៅ
អុតស្វាយ	(1)	ស្នាមកន្ទួលលើស្បែក
រលាកថ្លើម	(2) ចំណីរអាហារ ទឹក	គ្រុន ហើមថ្លើម
គ្រុនស្វិតដៃជើង	ចំណីអាហារ (3)	ឈឺក្បាល សាច់ដុំកម្រើកលែងរួច
ផ្តាសាយបក្សី	ការប៉ះពាល់ (4)	គ្រុន ឈឺសាច់ដុំ

(1). ចរន្តខ្យល់ (2). ឈាម (3). ទឹក (4). បក្សីឈឺ

តាមរយៈសកម្មភាពទី(1) និងសកម្មភាពទី(2) ឱ្យសិស្សកំណត់និយមន័យនៃពាក្យជំងឺឆ្លង និងរៀបរាប់ពីរបៀបឆ្លងជំងឺ។

ចំណេះដឹងបន្ថែម

“ប្រវត្តិជំងឺ”

ជំងឺជាច្រើនមនុស្សនាសម័យបុរេប្រវត្តិមិនដែលបានស្គាល់។ កាលពីដំបូងឡើយមនុស្សបានរកអាហាររបស់ពួកគេដោយការបរបាញ់សត្វព្រៃ ការបេះរុក្ខជាតិ និងគ្រាប់ផ្លែឈើ។ ក្រោយមកទៀត នៅពេលដែលមនុស្សចាប់ផ្តើមចូលចិត្តចិញ្ចឹមសត្វ ពួកគេចាប់ផ្តើមមានទំនាក់ទំនងជាមួយប្រភេទទាំងអស់នៃជំងឺ។ សត្វគោបានចម្លងជំងឺអុតធំ (cowpox : ជាជំងឺបង្កឡើងពីវីរុសដែលកើតនៅលើដោះសត្វគោ) មកមនុស្សធ្វើឱ្យកើតជំងឺអុតក្រហមតូចៗនៅពេលដែលមនុស្សបានទៅប៉ះពាល់វា។ ជ្រូក និងទាចម្លងជំងឺគ្រុនផ្តាសាយធំមកមនុស្ស និងសេះឆ្លងវីរុសបណ្តាលឱ្យកើតជំងឺផ្តាសាយ។ ទឹកបំពុលដោយមានកាកសំណល់សត្វបានបង្កជំងឺដូចជាជំងឺខាន់ស្លាក់ ជំងឺអាសន្នរោគ និងជំងឺក្អកមាន់។ តាមទីប្រជុំជន និងទីក្រុងបានផ្តល់នូវបរិយាកាសដ៏ល្អឥតខ្ចោះសម្រាប់សត្វកណ្តុរ ចៃ និងសត្វល្អិតចង្រៃដទៃទៀតដែលបង្កជំងឺ។

វត្ថុបំណង

ពណ៌នាពីរបៀបការពារខ្លួនកុំឱ្យភ្នាក់ងារបង្ករោគជ្រៀតចូលក្នុងខ្លួនបានដោយអនុវត្តក្បួនអនាម័យក្នុងការបរិភោគ និងការរស់នៅ

សកម្មភាព

សិស្សរៀបរាប់វិធីការពារពីជំងឺឆ្លង។

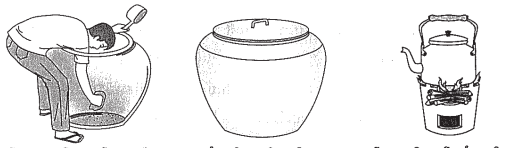
"ចម្លើយរំពឹងទុក"

លាងដៃនឹងសាប៊ូ ឬផឹកបរិភោគទឹកឆ្អិន
គ្របទឹកពាង ឬអាងនឹងគម្រប ឱ្យបានជិតល្អ
ដាក់អាហារឆៅ និងអាហារឆ្អិនដោយឡែកពីគ្នា

1.2. វិធីការពារកុំឱ្យឆ្លងជំងឺ

វិធីខាងក្រោមនេះជួយយើងកុំឱ្យឆ្លងមេរោគបាន :

- ត្រូវដុះសំអាតធ្មេញជាមួយច្រាស់និងថ្នាំដុសធ្មេញ រាល់ពេលយប់មុនចូលដំណេក ពេលព្រឹកក្រោយពីដំណេក និងក្រោយពេលបរិភោគអាហាររួច ។
- ត្រូវលាងសំអាតដៃជាមួយទឹកស្អាតនិងសាប៊ូ ឬផេះមុនពេលចូលដំណេក និងក្រោយពីប៉ះពាល់វត្ថុមិនស្អាត ។ ក្រោយពេលលាងសំអាត ត្រូវជូតជើងឱ្យស្អាតដោយកំណាត់ស្ងួតជាពិសេសចន្លោះម្រាមនីមួយៗ ។
- ត្រូវបោកសម្លៀកបំពាក់ និងសម្ភារៈដំណេកជាមួយសាប៊ូ រួចហាលឱ្យត្រូវពន្លឺថ្ងៃខ្លាំង ហើយអ៊ុតឱ្យស្ងួតជាទៀងទាត់ និងត្រូវផ្លាស់សម្លៀកបំពាក់ឱ្យបានញឹកញាប់ ។
- ត្រូវងូតទឹកច្រើនដង ជាពិសេសពេលអាកាសធាតុក្តៅ ។ ការងូតទឹកច្រើនដងជួយឱ្យស្បែកយើងចាកផុតពីជំងឺសើស្បែក ប៉ុន្តែមិនត្រូវងូតទឹករយៈពេលយូរទេ ដើម្បីចៀសវាងការត្រាំស្បែកដែលអាចឱ្យមេរោគជ្រៀតចូលដោយសារស្បែករីក ។
- ត្រូវលាងសំអាតមុខឱ្យស្អាតជានិច្ច ជាពិសេសនៅពេលយប់ជាមួយសាប៊ូដែលមានគុណភាពល្អត្រូវនឹងស្បែកមុខរបស់យើង ។
- ត្រូវទុកដាក់អាហារឆៅនិងឆ្អិនដាច់ដោយឡែកពីគ្នា ព្រោះក្នុងអាហារឆៅមានមេរោគដែលបង្គ្រោះថ្នាក់ ហើយឆ្លងចូលក្នុងអាហារឆ្អិនបាន ។ អាហារត្រូវចំអិនឱ្យបានឆ្អិនល្អ ដែលអាចសម្លាប់មេរោគបានទាំងអស់ ។ ម្យ៉ាងទៀតអាហារត្រូវបរិភោគភ្លាមៗកុំទុកយូរពេក ព្រោះការទុកដាក់អាហារឆ្អិនស្រាប់នៅសីតុណ្ហភាពធម្មតា លើសពី 2ម៉ោង មេរោគអាចបន្តពូជបានយ៉ាងឆាប់រហ័ស ។ ដូចនេះបើចង់ទុកបានយូរ ត្រូវរក្សាអាហារក្នុងទូរទឹកកក ទូរកម្តៅ ឬកន្លែងស្អាត ។
- ទឹកសម្រាប់បរិភោគត្រូវដាំឱ្យពុះល្អ និងរក្សាទឹកទុកប្រើក្នុងពាងដែលបានលាងសំអាត និងគ្របឱ្យបានជិតល្អ ។



រូបទី 2.1 : រក្សាទឹកទុកប្រើក្នុងពាងដែលបានលាងសំអាតនិងគ្របឱ្យបានជិតល្អ

រូបទី 2.2 : បរិភោគទឹកដាំពុះជានិច្ច

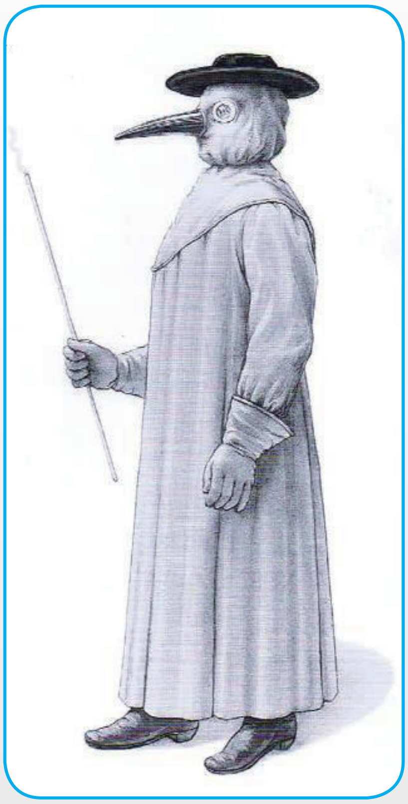
224

ចំណេះដឹងបន្ថែម

"ការការពារជំងឺកាលពីសម័យមុន"

ជំងឺប៉េស្តបានផ្ទុះឡើងនៅសតវត្សទី 14 នៅពេលដែលវាត្រូវបានគេស្គាល់ថាជាជំងឺ Black Death ។ ទីក្រុងអ៊ីតាលីឃើញករណីដំបូងនៃជំងឺប៉េស្តនៅក្នុងឆ្នាំ1347 ហើយពីប្រទេសអ៊ីតាលីវាបានរីករាលដាលទៅដល់ទូទាំងប្រទេសបារាំង អាល្លឺម៉ង់ ហូឡង់ និងប្រទេសអង់គ្លេសបានសម្លាប់មនុស្សច្រើនជាងមួយភាគបួននៃចំនួនប្រជាជនមួយ។ គ្រូពេទ្យនាសម័យនោះមិនបានដឹងថាជំងឺនេះត្រូវបានបង្កឡើងដោយពួកមីក្រូសារពាង្គកាយឡើយ។ ពួកគាត់គិតថាការឆ្លងមេរោគនេះបានបង្កឡើងដោយព្រះពិរោធរបស់ព្រះជាម្ចាស់ និងបណ្តាលមកពីក្លិនស្អុយដែលហៅថាក្លិនអសោច។ ដូចរូបភាពដែលបានបង្ហាញគ្រូពេទ្យបានពាក់សំលៀកបំពាក់ស្បែកការពារ និងចំពុះចម្លែកដូចជារបាំងដែលពោរពេញទៅដោយស្មៅដែលមានក្លិនផ្អែម ហើយពួកគាត់បានដុតធូបនៅក្នុងបន្ទប់គេងរបស់អ្នកជំងឺក្នុងការព្យាយាមដើម្បីបណ្តេញជំងឺនេះចេញ។

(លក្ខណៈជំងឺប៉េស្ត)



ជីវវិទ្យា ជំពូកទី ៤ មេរៀនទី ២

1.3. ឥរិយាបថនៃការឆ្លងជំងឺ

ឥរិយាបថដែលអាចបណ្តាលឱ្យឆ្លងជំងឺមាន :

- ជំងឺមួយចំនួនដូចជាជំងឺអុតស្វាយនិងកញ្ជ្រឹលជាជំងឺអាចឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅម្នាក់ទៀតបានតាមការប៉ះពាល់អ្នកជំងឺដោយផ្ទាល់ ។ ដូចនេះបើយើងប៉ះពាល់អ្នកជំងឺ ឬប្រើប្រាស់វត្ថុរួមជាមួយអ្នកជំងឺ មានកន្សែងជូតខ្លួន ក្រាសសិតសក់ កែវទឹក សម្លៀកបំពាក់ ... នោះយើងនឹងអាចឆ្លងមេរោគពីអ្នកជំងឺបាន ។
- ជំងឺផ្តាសាយ ហើមស្អួត របេង សុទ្ធតែឆ្លងតាមរយៈខ្យល់ដង្ហើម ។ ការដកដង្ហើមនៅក្បែរអ្នកជំងឺ អាចនាំយកមេរោគពីអ្នកជំងឺ ពិសេសនៅពេលដែលគេក្អក ឬកណ្តាស់ ។ ដូចនេះនៅពេលក្អកឬកណ្តាស់ អ្នកជំងឺគួរតែយកកន្សែងដៃទៅខ្ទប់មាត់ ឬច្រមុះកុំខាន ។
- ការបរិភោគអាហារព្រមទាំងភេសជ្ជៈមានផ្ទុកមេរោគនៅពេលមនុស្សក្អកឬកណ្តាស់លើវា កាន់វាដោយដៃកខ្វក់ មានរុយឬមេរោគ ឬសត្វដទៃទៀតស៊ី ឬក៏វារកាត់អាចកើតជំងឺបាន ជាពិសេសអាហារផ្អូមដែលបណ្តាលឱ្យកើតជំងឺរាកមួល ។

2. ជំងឺកាមរោគ

ជំងឺកាមរោគជាជំងឺមួយបែបដែលភាគច្រើនឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត តាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូមានជំងឺកាមរោគ ដោយមិនបានប្រើប្រាស់មធ្យោបាយបង្ការ ។

2.1. ព័ត៌មានទូទៅស្តីពីជំងឺកាមរោគ

- ជំងឺកាមរោគ គឺជាជំងឺដែលឆ្លងតាមការរួមភេទ ហើយកើតមានតាមផ្លូវភេទ ។ ជំងឺកាមរោគមិនមែនជាជំងឺតពូជទេ ។
- ជំងឺកាមរោគ មិនមែនសុទ្ធតែជាជំងឺដែលឆ្លងតាមការរួមភេទនោះទេ មានជំងឺខ្លះអាចកើតមានតាមផ្លូវភេទ ដែលបណ្តាលមកពីមេរោគមានស្រាប់នៅក្នុងប្រដាប់ភេទតែម្តង ហើយខ្លះទៀតឆ្លងតាមការប៉ះពាល់នឹងឈាម ។
- ជំងឺកាមរោគបណ្តាលមកពីមេរោគច្រើនប្រភេទ អាចជាពួកបាក់តេរី វីរុស បរាសិត និងពពួកផ្សិត ។
- ជំងឺកាមរោគមិនមែនជាជំងឺធ្ងន់ធ្ងរទេ ប៉ុន្តែបើមិនព្យាបាលទេនោះ ឬព្យាបាលមិនបានត្រឹមត្រូវ វានឹងបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរ ហើយអាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់បាន ។
- អ្នកជំងឺកាមរោគមិនមែនសុទ្ធសឹងតែជាមនុស្សរួមភេទច្រើនពេកនោះទេ ព្រោះជំងឺកាមរោគមួយចំនួនអាចកើតឡើងដោយសារមូលហេតុផ្សេងៗទៀតក្រៅពីការរួមភេទ ។
- ជំងឺកាមរោគភាគច្រើនមិនបង្កឱ្យមានជារោគសញ្ញាទេ អាស្រ័យហេតុនេះហើយទើបយើងពិបាកនឹងដឹងថា តើនរណាម្នាក់មាន ឬគ្មានជំងឺកាមរោគឬអត់ ។

វត្ថុបំណង

បង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ និងពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺកាមរោគបានត្រឹមត្រូវ

សកម្មភាព (1)

គ្រូលើកឧទាហរណ៍ពីឈ្មោះជំងឺកាមរោគមួយចំនួនដូចជា ជំងឺស្វាយ ជំងឺប្រមេះ បន្ទាប់មកឱ្យសិស្សពិភាក្សាពីរបៀបរីករាលដាលនៃជំងឺកាមរោគ (ជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវភេទ៖STD: Sexually Transmitted Diseases)។

"ចម្លើយរំពឹងទុក"

ការទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដែលបានឆ្លងមេរោគ ការទាក់ទងជាមួយវត្ថុឆ្លងមេរោគ

ចំណេះដឹងបន្ថែម

"ជំងឺផ្តាសាយកាលពីឆ្នាំ1918"

នៅនិទាឃរដូវនិងរដូវក្តៅ ទាហានអាមេរិច 1.5លាននាក់ត្រូវបានបញ្ជូនចុះកប៉ាល់ទៅអឺរ៉ុប។ ពួកគេទៅច្បាំងក្នុងសង្គ្រាមលោកលើកទី1 (1914-1918)។ ជាអកុសល ពួកគេជាច្រើនត្រូវបានឆ្លងវីរុសផ្តាសាយ។ ជាលទ្ធផល ទាហានអាមេរិចច្រើនជាងមួយពាន់នាក់មានជំងឺនៅអឺរ៉ុប។ បន្ទាប់មក ពួកគេបានចម្លងជំងឺផ្តាសាយធំភ្លាមៗទៅទាហានអង់គ្លេស អ៊ែស្បាញ បារាំង និងអាឡឺម៉ង់គ្រាន់តែតាមរយៈការដកដង្ហើមប៉ុណ្ណោះ។

ភ្លាមៗនោះជំងឺផ្តាសាយត្រូវបានឆ្លងពេញមួយទ្វីប។ ប្រជាជនរាប់លាននាក់ក្នុងប្រទេសជាច្រើននៅទ្វីបអឺរ៉ុបចាប់ផ្តើមឈឺ។ មនុស្សដែលបានឆ្លងវីរុសនេះបានធ្វើដំណើរ ហើយចម្លងទៅទ្វីបអាស៊ី អាព្រិច និងតំបន់ផ្សេងៗទៀត។ ត្រឹមចុងរដូវក្តៅ ជំងឺផ្តាសាយបានឆ្លងពាសពេញពិភពលោក។

វត្ថុបំណង (គ)

បង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ និងពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺកាមរោគ

សកម្មភាព (2)

សិស្សបំពេញក្នុងតារាងភ្នាក់ងារចម្លងជំងឺ និងរោគសញ្ញានៃជំងឺកាមរោគដោយប្រើពាក្យខាងក្រោម

ជំងឺមហារីក

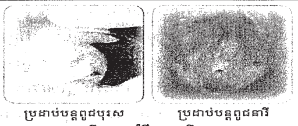
ជំងឺអារ

សរីរាង្គនៃប្រដាប់បន្តពូជ

2.2. ប្រភេទផ្សេងៗនៃជំងឺកាមរោគ

ជំងឺកាមរោគដែលប្រទះឃើញញឹកញាប់ជាងគេមាន ជំងឺប្រមេះទឹកបាយ ប្រមេះទឹកថ្លា ជំងឺសិរមាន់ ជំងឺស្វាយ ជំងឺសង់មូ ជំងឺទាមឡា ។

ក. ជំងឺប្រមេះទឹកបាយ



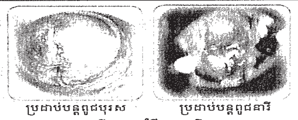
ប្រដាប់បន្តពូជបុរស ប្រដាប់បន្តពូជនារី

រូបទី 2.3 : ជំងឺប្រមេះទឹកបាយ

ជំងឺប្រមេះទឹកបាយបណ្ដាលមកពីបាក់តេរីមួយប្រភេទឈ្មោះ នេសេរីយ៉ា ហ្គោណូរេ Neisseria Gonorrhoeae ។ ជំងឺនេះឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគនេះ ឬម្ដាយដែលមានជំងឺនេះចម្លងទៅឱ្យកូនក្នុងផ្ទៃ ។

ចំពោះមនុស្សប្រុស ជំងឺនេះធ្វើឱ្យពិបាកនោម នោមឈឺ មានចេញខ្ទុះពណ៌ស ឬលៃតងភាវពីបង្ហួរនោម ។ បើអ្នកជំងឺបណ្ដោយខ្លួនដោយពុំទៅទទួលការព្យាបាលទេនោះ ជំងឺនេះអាចបណ្ដាលឱ្យរលាកក្រពេញប្រូស្តាត រលាកពងស្វាស ដែលជាមូលហេតុបណ្ដាលឱ្យអារ(គ្មានកូន) ។ ចំពោះមនុស្សស្រីជំងឺនេះធ្វើឱ្យពិបាកនោម នោមឈឺ ឈឺតាមបង្ហួរនោម ប្រដាប់បន្តពូជ និងឈឺរន្ធគូថ ។ បើទុកយូរទៅអាចបណ្ដាលឱ្យរលាកប្រដាប់បន្តពូជ ហើយធ្វើឱ្យស្ត្រីនោះមិនអាចមានកូនបានឡើយ(អារ) ។ ចំណែកទារកវិញពេលកើតចេញពីផ្ទៃម្ដាយដែលមានជំងឺនេះ ខ្ទុះអាចហូរចូលភ្នែកទារកដែលធ្វើឱ្យមានការរលាកភ្នែក ។ ប្រសិនបើគ្មានការព្យាបាលទេនោះ ទារកអាចនឹងខ្វាក់ភ្នែកបាន ។ ម្យ៉ាងទៀតជំងឺប្រមេះទឹកបាយ បណ្ដាលឱ្យកើតជំងឺផ្សេងៗទៀតដូចជាជំងឺបេះដូង ជំងឺរលាកសន្លាក់ ឬជំងឺងងឹតភ្នែក ។

ខ. ជំងឺប្រមេះទឹកថ្លា



ប្រដាប់បន្តពូជបុរស ប្រដាប់បន្តពូជនារី

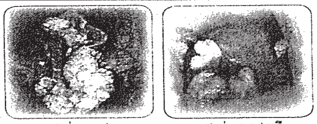
រូបទី 2.4 : ជំងឺប្រមេះទឹកថ្លា

ជំងឺប្រមេះទឹកថ្លាបណ្ដាលមកពីបាក់តេរី ក្លាមីឌីយ៉ាត្រាកូម៉ាទីស (Chlamydia Trachomatis) ។ ជំងឺនេះឆ្លងតាមការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគនេះ ។ ចំពោះមនុស្សប្រុសជំងឺនេះធ្វើឱ្យឈឺ

226

ចាប់ឬក្រហាយពេលនោម នោមញឹក មានចេញទឹករាវថ្លាពីបង្ហួរនោម ជួនកាលក៏អាចមានហូរខ្ទុះចេញដែរ ពេលខ្លះជំងឺនេះមិនចេញជារោគសញ្ញាអ្វីគួឱ្យកត់សម្គាល់ឡើយ ។ ចំណែកមនុស្សស្រីវិញភាគច្រើនគ្មានរោគសញ្ញាអ្វីទាំងអស់នៅពេលដំបូង ប៉ុន្តែបើទុកយូរ ជំងឺនេះអាចបណ្ដាលឱ្យរលាកដល់ប្រដាប់បន្តពូជ ហើយនឹងធ្វើឱ្យស្ត្រីអារ ។

គ. ជំងឺសិរមាន់



ប្រដាប់បន្តពូជបុរស ប្រដាប់បន្តពូជនារី

រូបទី 2.5 : ជំងឺសិរមាន់

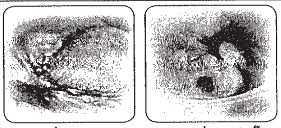
ជំងឺសិរមាន់ ជាជំងឺមួយដែលបង្កឡើងដោយវីរុស ឈ្មោះ យូមេន ប៉ាពីឡូម៉ា HUMAN PAPILLOMA ។ ជំងឺនេះឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគ ។ ចំពោះអ្នកកើតជំងឺនេះ គេកត់សម្គាល់ឃើញមានដុះសាច់ពកដែលមានទំហំប្រែប្រួល ពីតូចប៉ុនចុងចូប រហូតដល់ប៉ុនម្រាមដៃ ។ សាច់នេះមានរាងប្លែកៗខ្លះមូលខ្លះមានរាងដូចផ្កាស្ពៃ ហើយផ្ទៃខាងលើមានរាងគគ្រាត ពកជាបន្លា ។ ជំងឺសិរមាន់អាចកើតនៅគ្រប់ទីកន្លែងទាំងអស់ នៃប្រដាប់បន្តពូជរបស់បុរស ឬប្រដាប់បន្តពូជរបស់ស្ត្រី កន្លែងដែលស្ថិតជិតប្រដាប់បន្តពូជ ដូចជាស្បែកម្ដុំក្រលៀន និងជុំវិញរន្ធគូថជាដើម ។ បើទុកយូរទៅ ដុំពកនោះអាចរីករាលដាលកាន់តែធំឡើងៗ ។ ក្រៅពីនេះជំងឺសិរមាន់អាចបង្កឱ្យមានជំងឺមហារីក ជាពិសេសជំងឺមហារីកប្រដាប់បន្តពូជ ។ ដូចនេះការសំខាន់គឺត្រូវព្យាបាលជំងឺនេះ ដើម្បីកុំឱ្យចម្លងទៅមនុស្សដទៃ តាមរយៈការរួមភេទនិងចម្លងទៅទារកទើបកើតចេញពីផ្ទៃម្ដាយដែលមានជំងឺនេះ ។

លទ្ធផលរំពឹងទុក

ជំងឺ	ភ្នាក់ងារចម្លងជំងឺ	រោគសញ្ញា	លទ្ធផល
ជំងឺប្រមេះទឹកបាយ	បាក់តេរីនៃសេរីយ៉ា ហ្គោណូរេ (Neisseria *gonorrhoeae*)	អ្នកជំងឺពិបាកនោម និងពេលនោមមានការឈឺចាប់	(1)
ជំងឺប្រមេះទឹកថ្លា	បាក់តេរី ក្លាមីឌីយ៉ាត្រាកូម៉ាទីស (*Chlamydia trachomatis*)	អ្នកជំងឺនោមញឹកញាប់ និងមានចេញទឹករាវថ្លាពី (2)	រលាកប្រដាប់បន្តពូជ និងជំងឺអារ
ជំងឺសិរមាន់	វីរុស យូមេន ប៉ាពីឡូម៉ា (*Human papilloma*)	អ្នកជំងឺមានដុំសាច់ដុះដែលមានទំហំប្រែប្រួលពីតូចប៉ុនចុងចូប រហូតដល់ធំប៉ុនម្រាមដៃ។	(3)

(1). ជំងឺអារ (2). សរីរាង្គនៃប្រដាប់បន្តពូជ (3). ជំងឺមហារីក

ឃ. ជំងឺស្វាយ



ប្រដាប់បន្តពូជបុរស ប្រដាប់បន្តពូជនារី

រូបទី 2.6 : ជំងឺស្វាយ

ជំងឺស្វាយបណ្តាលមកពីបាក់តេរី ត្រេប៉ូណេម៉ា ប៉ាលីដូម (TREPONEMA PALLIDUM) ឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគនេះ និងតាមរយៈម្តាយមានជំងឺឆ្លង ហើយចម្លងទៅឱ្យកូន ។ ដំណាក់កាលដំបូង គេសង្កេតឃើញអ្នកជំងឺមានដំបៅនៅលើប្រដាប់បន្តពូជ និងនៅកន្លែងដទៃទៀតដូចជា ដំបៅរលួយលើម្រាមដៃម្រាមជើងឬកន្ទួលក្រហមលើដងខ្លួន និងអវយវៈទាំងមូល ។ ដំបៅនេះមិនបង្កឱ្យមានការឈឺចាប់ទេ ហើយអាចជាសះស្បើយដោយឯកឯង ។

បើគ្មានការព្យាបាលទេនោះ មេរោគស្វាយនឹងបន្តរាលដាលហើយធ្វើឱ្យខូចសរីរាង្គសំខាន់ៗរបស់សារពាង្គកាយ ដូចជាបេះដូង សរសៃឈាម ខួរក្បាល ... ហើយអាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់ទៀតផង ។ ចំណែកទារកដែលឆ្លងមេរោគនេះពីម្តាយអាចស្លាប់ តែជួនកាលបើមានទារកខ្លះកើតមក ទារកនោះនឹងឆែបមាត់ ក្រហាតច្រមុះ ថ្លង់ ខ្វាក់ភ្នែកក៏មាន ហើយក្នុងករណីខ្លះទៀតទារកមានឆ្អឹងខ្នងមិនធម្មតា ឬក៏ដុះធ្មេញខុសធម្មតា ។ នៅដំណាក់កាលចុងក្រោយ ជំងឺនេះអាចបណ្តាលឱ្យសន្លាក់មានទ្រង់ទ្រាយខុសធម្មតា សាច់ដុំស្វិតមិនអាចកម្រើកបាន ឬនាំឱ្យឆ្កួតវង្វេង ។

ង. ជំងឺសង់មូ

ជំងឺសង់មូបណ្តាលមកពីបាក់តេរីឈ្មោះអេម៉ូភីល៉ុស ឌុយក្រេ (HAEMOPHILUS DUCREY) ហើយឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគនេះ ។

បីទៅប្រាំថ្ងៃក្រោយមេរោគជ្រៀតចូល គេប្រទះឃើញអ្នកកើតជំងឺមានពងតូច ជួនមានទឹកថ្លា ជួនមានខ្ទុះនៅខាងក្នុងលេចចេញត្រង់ចំណុចដែលមេរោគជ្រៀតចូល ដូចជាប្រដាប់ភេទ ។ ពងទឹកតូចៗទាំងនោះបែកក្នុងរយៈពេលខ្លី ហើយបង្កើតជាដំបៅ ។ ដំបៅនោះមានសភាពទន់ តែឈឺខ្លាំងណាស់និងអាចចេញឈាមយ៉ាងងាយ ។ ដំបៅនេះអាចជាដោយឯកឯង ប៉ុន្តែបន្ទាប់មកលេចកូនកណ្តុរនៅត្រង់ក្រលៀន ហើម ហើយដរជាអាប់សែ ។ នៅពេលអាប់សែបែក វានឹងរីកកាន់តែធំឡើងៗ ។

វត្ថុបំណង(ត)

បង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ និងពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺកាមរោគបាន

សកម្មភាព (3)

សិស្សបំពេញចន្លោះក្នុងតារាងភ្នាក់ងារជំងឺ និងរោគសញ្ញានៃជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវភេទដោយប្រើពាក្យខាងក្រោម

កូនកណ្តុរ	បេះដូង

លទ្ធផលរំពឹងទុក

ជំងឺ	ភ្នាក់ងារចម្លងជំងឺ	រោគសញ្ញា	លទ្ធផល
ជំងឺស្វាយ	បាក់តេរី ត្រេប៉ូណេម៉ា (*Treponema pallidum*)	អ្នកជំងឺមានដំបៅនៅលើប្រដាប់បន្តពូជ និងដំបៅរលួយលើម្រាមដៃ ឬម្រាមជើង ឬកន្ទួលក្រហមលើដងខ្លួន	បាក់តេរីនេះនឹងរីករាលដាល និងធ្វើឱ្យខូចសរីរាង្គដូចជា (1) សរសៃឈាម ខួរក្បាល និងបណ្តាលឱ្យស្លាប់។
ជំងឺសង់មូ	បាក់តេរី អេម៉ូភីល៉ុស ឌុយក្រេ (*Haemophilus ducrey*)	ពងទឹកតូចៗបែកក្នុងរយៈពេលខ្លី ហើយវិវត្តទៅជាដំបៅ។	ហើម (2) ហើយក្លាយជាអាប់សែ។

(1). បេះដូង (2). កូនកណ្តុរ

***សម្គាល់៖** តារាងក្នុងទំព័រទី(8) និងតារាងក្នុងទំព័រទី(9) អាចដាក់បន្តគ្នាតែមួយបាន ព្រោះសកម្មភាព(2) និងសកម្មភាព(3) ធ្វើក្នុងម៉ោងតែមួយ។*

វត្ថុបំណង

បង្ហាញពីជំងឺកាមរោគ និងពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺកាមរោគ

សកម្មភាព (4)

សិស្សពិភាក្សាពីវិធានការការពារ និងការព្យាបាលជំងឺកាមរោគ។

"ចម្លើយរំពឹងទុក"

អ្នកគួរតែទៅជួបគ្រូពេទ្យឯកទេសដែលមានការវិនិច្ឆ័យ និងព្យាបាលត្រឹមត្រូវ។

អ្នកគួរតែអនុវត្តតាមការណែនាំក្នុងការព្យាបាលរបស់គ្រូពេទ្យ។

អ្នកគួរតែប្រើស្រោមអនាម័យនៅពេលរួមភេទ។

អ្នកមិនគួររួមភេទមុនពេលជាសះស្បើយពីជំងឺ។

2.3. ការព្យាបាលជំងឺកាមរោគ

ជំងឺកាមរោគភាគច្រើនទាមទារការព្យាបាលធម្មតា ប្រសិនបើយើងបានទទួលការព្យាបាលតាំងពីដំបូង ហើយអាចជាបានយ៉ាងរហ័សដោយគ្មានបន្សល់នូវបញ្ហាធំដុំឡើយ ។ ប៉ុន្តែអ្នកជំងឺមិនបានទទួលការព្យាបាលទាល់តែសោះ វាអាចនឹងមានផលវិបាកធ្ងន់ធ្ងរដូចជាបណ្តាលឱ្យមានកូនក្រៅស្បូន គ្មានកូន បង្ហូរនោមរួមតូច កូនស្លាប់ក្នុងពោះ ឬកើតមិនធម្មតា(ចំពោះម្តាយកំពុងកើតជំងឺស្វាយ) កូនកើតមកខ្វាក់ភ្នែកពីកំណើត(នៅពេលម្តាយមានជំងឺប្រមេះទឹកបាយ) ។

ធ្ងន់ធ្ងរជាងនេះទៅទៀត ការរលាកឬដំបៅនៅប្រដាប់បន្តពូជ ដែលបណ្តាលមកពីជំងឺកាមរោគជួយដល់ការជ្រៀតចូលនៃមេរោគអេដស៍ ។ ប្រសិនបើឆ្លងមេរោគអេដស៍ហើយ គ្មានថ្នាំព្យាបាលឱ្យជាសះស្បើយឡើយ គឺមានតែសេចក្តីស្លាប់ ។ ដោយឡែក យើងអាចចម្លងមេរោគនេះទៅអ្នកដទៃដោយមិនដឹងខ្លួន ព្រោះនៅពេលឆ្លងមេរោគអេដស៍ចូលទៅក្នុងខ្លួន ពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីទាំងអស់ ។

ដូចនេះយើងមិនត្រូវបណ្តែតបណ្តោយឱ្យជំងឺដែលអាចព្យាបាលជា ប្រែក្លាយទៅជាជំងឺដែលមិនអាចព្យាបាលជានោះទេ ។

228

ចំណេះដឹងបន្ថែម

ប្រសិនបើ អ្នកបារម្ភអំពីខ្លួនរបស់អ្នក អ្នកគួរតែទៅមន្ទីរពេទ្យឱ្យបានលឿនតាមដែលអាចធ្វើបាន ឬអ្នកគួរតែធ្វើតេស្តឈាមពិនិត្យមើលពីជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវភេទ។

ប្រសិនបើ អ្នកទៅមន្ទីរពេទ្យយឺតពេល អ្នកនឹងអាចទៅជាអារនៅពេលអនាគត ឬអ្នកនឹងមានគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរក្នុងរាងកាយរបស់អ្នក។

ប្រសិនបើ អ្នកមិនអាចទៅមន្ទីរពេទ្យតែម្នាក់ឯង អ្នកគួរតែពិភាក្សាជាមួយគ្រូ ឬឪពុកម្តាយរបស់អ្នកឱ្យលឿនបំផុត។

3. ជំងឺអេដស៍ AIDS

រហូតមកដល់បច្ចុប្បន្ននេះ គ្មានប្រទេសណាមួយដែលចៀសផុតពីការឆ្លងរាលដាលនៃមេរោគអេដស៍ឡើយ គ្រាន់តែកម្រិតនៃការរាលដាលមានទំហំខុសគ្នាប៉ុណ្ណោះ។ ប្រទេសដែលរងគ្រោះថ្នាក់ដោយការរាលដាលខ្លាំងជាងគេគឺ ប្រទេសក្រីក្រ។ ដូចនេះដើម្បីចូលរួមទប់ស្កាត់នូវការរាលដាលនៃមេរោគអេដស៍ យើងត្រូវមានចំណេះដឹងមូលដ្ឋានពីមេរោគអេដស៍និងជំងឺអេដស៍។

3.1. និយមន័យនៃជំងឺអេដស៍

AIDS ជាអក្សរកាត់នៃភាសាអង់គ្លេស

A : Acquired កើតក្រោយពីការឆ្លង

I : Immune ភាពស៊ាំ

D : Deficiency ចុះខ្សោយ

S : Syndrome ចង្កោមរោគសញ្ញា

SIDA ជាអក្សរកាត់នៃភាសាបារាំង: Syndrome d'Immuno déficience Acquise

ជំងឺអេដស៍ AIDS (Acquised Immune Deficiency Syndrome) មានឥទ្ធិពលទៅលើប្រព័ន្ធស៊ាំ។ ដូចនេះជំងឺអេដស៍មានន័យថា ប្រជុំរោគសញ្ញាដែលកើតឡើងក្រោយពេលប្រព័ន្ធស៊ាំចុះខ្សោយ។

មូលហេតុបង្កឱ្យមានជំងឺអេដស៍ គឺជាវីរុស HIV (Human Immuno deficiency virus) ។ HIV ជាវីរុសដែលធ្វើឱ្យប្រព័ន្ធស៊ាំចុះខ្សោយ។

229

វត្ថុបំណង

ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍

សកម្មភាព

សិស្សពិភាក្សាពីការយល់ដឹងនៃអំពីជំងឺអេដស៍ទៅវិញទៅមក។

"ចម្លើយរំពឹងទុក"

ជំងឺដែលបណ្តាលឱ្យស្លាប់ មិនអាចព្យាបាលបាន ជំងឺអេដស៍ទាក់ទងនឹងការរួមភេទភេទដូចគ្នា។

ចំណេះដឹងបន្ថែម

"ប្រវត្តិជំងឺអេដស៍ និងយន្តការ"

មុនឆ្នាំ1981 ជំងឺអេដស៍ ឬរោគសញ្ញាចុះខ្សោយប្រព័ន្ធភាពស៊ាំមិនត្រូវបានដឹងឡើយ។ នៅចន្លោះឆ្នាំ1981 និងឆ្នាំ2000 ប្រជាជនអាមេរិចជាង 448,000នាក់បានស្លាប់ដោយសារជំងឺអេដស៍។ បន្ទាប់ពីពេលនោះមក ចំនួនសរុបនៃប្រជាជនមានផ្ទុក វីរុស HIV នៅសហរដ្ឋអាមេរិចបានកើនឡើងច្រើនជាង850,000នាក់។ អេដស៍ជាជំងឺដែលបណ្តាលមកពីវីរុស HIV ឬវីរុសដែលធ្វើឱ្យប្រព័ន្ធភាពស៊ាំមនុស្សចុះខ្សោយ។

អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រជាច្រើនបានគិតថាវីរុស HIV វិវត្តពីវីរុសមួយប្រភេ ទដែលស្រដៀងគ្នាទៅនឹងវីរុសមួយ ដែលឆ្លងពីព្រីម៉ាតនៅក្នុងប្រទេសអាហ្វ្រិក។ ជាធម្មតា វីរុស HIV ទន្ទ្រាន T ជំនួយដែលបានចាប់ផ្តើមបង្កើត HIV យ៉ាងឆាប់រហ័សបន្ទាប់ពីការឆ្លងមេរោគ។ ដោយសារតែកោសិកាT ជំនួយស្លាប់ ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំក៏ចុះខ្សោយបន្តិចម្តងៗ ក្លាយទៅជាបាក់ងើបលែងរួចដោយសារភ្នាក់ងារបង្កជំងឺដែលជាធម្មតាប្រព័ន្ធភាពស៊ាំមាននាទីការពារ និងបំផ្លាញភ្នាក់ងារបង្កជំងឺ។ សារពាង្គកាយងាយទទួលឥទ្ធិពលជំងឺផ្សេងៗដែលហៅថាជំងឺឆ្លៀតឱកាស ឬជំងឺឱកាសនិយម ដែលជាទូទៅបណ្តាលឱ្យមានជំងឺចំពោះតែមនុស្សដែលមានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយប៉ុណ្ណោះ។

វត្ថុបំណង

ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍

សកម្មភាព

សិស្សសង្ខេបពីការវិវត្តនៃជំងឺអេដស៍ "លទ្ធផលរំពឹងទុក"

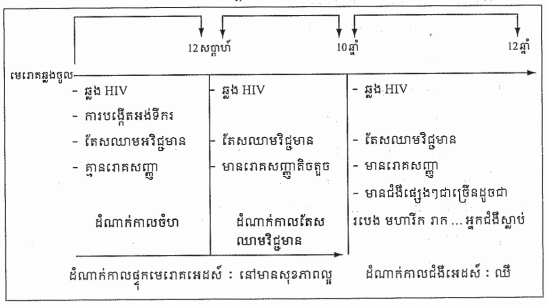
- ✦ ដំណាក់កាលចំហ
  - ឆ្លងវីរុសអេដស៍ និងចម្លងទៅអ្នកដទៃ
  - គ្មានរោគសញ្ញា
- ✦ ដំណាក់កាលតេស្តឈាមវិជ្ជមាន
  - តេស្តឈាមវិជ្ជមាន
  - មានរោគសញ្ញាតិចតួច
- ✦ ដំណាក់កាលជំងឺអេដស៍
  - រោគសញ្ញាធ្ងន់ធ្ងរ

3.2. ការវិវត្តរបស់ជំងឺអេដស៍

តើមានអ្វីកើតឡើងក្រោយពីមេរោគអេដស៍ចូលក្នុងខ្លួន ? មានដំណាក់កាលបីសំខាន់ មុននឹងវិវត្តទៅដល់ជំងឺអេដស៍ ។ ដំណាក់កាលទាំងនោះគឺ

- ដំណាក់កាលចំហ : គឺការឆ្លងដំបូង ។ អ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍មួយចំនួនតូចមានរោគសញ្ញាបន្តិចបន្តួចដូចជាផ្តាសាយមិនគួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍ ហើយអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍មួយចំនួនធំមានសុខភាពល្អជាធម្មតា ពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីទាំងអស់ ។ នៅពេលឆ្លងមេរោគអេដស៍ភ្លាម បើអ្នកនោះធ្វើតេសឈាមគឺមិនអាចមើលឃើញទេ ដោយសារតែអ្នកនោះត្រូវស្ថិតនៅក្នុងដំណាក់កាលចំហ ។ នៅដំណាក់កាលចំហប្រព័ន្ធស៊ាំរបស់សារពាង្គកាយត្រូវការពេលមួយដែលមានរយៈពេលពី 3-6 ខែដើម្បីផលិតអង់ទីករប្រឆាំងនឹងមេរោគអេដស៍ ។
- ដំណាក់កាលតេស្តឈាមវិជ្ជមាន : ក្នុងដំណាក់កាលនេះ អ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ភាគច្រើនមានសុខភាពល្អ ។ គេពិនិត្យឃើញអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍មួយចំនួនតូចមានចេញកូនកណ្តុរនៅក្លៀក នៅក ។ ពេលនោះការធ្វើតេស្តឈាមផ្តល់លទ្ធផលវិជ្ជមាន ។
- ដំណាក់កាលជំងឺអេដស៍ : ភាគច្រើននៃអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍នឹងវិវត្តទៅរកជំងឺអេដស៍ក្នុងរយៈពេល 10 ឆ្នាំ តែទោះបីជាយ៉ាងណាក៏ដោយ រយៈពេលអតិបរិមារបស់វានៅតែមិនច្បាស់ ហើយប្រែប្រួលទៅតាមបុគ្គលម្នាក់ៗ ។ ក្នុងរយៈពេលនេះ អ្នកជំងឺទទួលការវាតត្បាតពីមេរោគឱកាសនិយមដូចជា របេង រាក មហារីក ជំងឺសើស្បែក ហើយវិវត្តទៅរកសេចក្តីស្លាប់ក្នុងរយៈពេលពីរឬបីឆ្នាំបន្ទាប់ ។

ការវិវត្តរបស់មេរោគអេដស៍



230

ចំណេះដឹងបន្ថែម

ដំណាក់កាលចំហ ចំពោះជំងឺអេដស៍ត្រូវបានគេហៅថារយៈពេលសំងំ។ រយៈពេលសំងំមានន័យថាជាដំណាក់កាលវិវត្តនៃជំងឺឆ្លងរវាងការឆ្លងមេរោគដំបូង និងការបង្ហាញនៃរោគសញ្ញាដំបូង។

បើយោងតាមសៀវភៅពុម្ព រយៈពេលសំងំចំពោះជំងឺអេដស៍អាចមានរយៈពេលប្រហែល 10 ឆ្នាំ។

នៅក្នុងករណីជំងឺរលាកថ្លើម, រយៈពេលសំងំគឺមានប្រហែលជាកន្លះឆ្នាំ។

របៀបឆ្លងមេរោគអេដស៍ប៉ះពាល់ដល់រាងកាយ

វីរុស HIV គឺជាវីរុសមួយប្រភេទដែលគេស្គាល់ថាវាគ្រាន់តែបំផ្លាញប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់មនុស្សដោយផ្ទាល់ និងបំផ្លាញកោសិកាT។ នៅពេលដែលវាជ្រៀតចូលរាងកាយ វីរុស HIV ចូលកោសិកា T ហើយបន្តពូជនៅក្នុងកោសិកានោះ។ មនុស្សអាចឆ្លង វីរុស HIV បាន មានន័យថាថាមានមេរោគរស់នៅក្នុងកោសិកាT របស់ពួកគេ អស់រយៈពេលជាច្រើនឆ្នាំមុនពេលដែលពួកគេឈឺ។ ទីបំផុត វីរុសHIVចាប់ផ្តើមដើម្បីបំផ្លាញកោសិកា T ដែលវាបានឆ្លង វីរុស HIV។ ដោយមេរោគបំផ្លាញកោសិកា T រាងកាយបាត់បង់នូវសមត្ថភាពរបស់ខ្លួនក្នុងការប្រយុទ្ធប្រឆាំងនឹងជំងឺ។ មនុស្សភាគច្រើនដែលបានឆ្លងវីរុស HIV នៅទីបំផុតវិវត្តនូវរោគសញ្ញានៃជំងឺអេដស៍។

ដោយសារតែប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់ពួកគេមិនមានមុខងារត្រឹមត្រូវយូរទៅ ទីបំផុតប្រព័ន្ធភាពស៊ាំចុះខ្សោយចុងបញ្ចប់បណ្តាលឱ្យមនុស្សស្លាប់។

ជីវវិទ្យា ជំពូកទី ៤ មេរៀនទី ២

3.3. បណ្តុំរោគសញ្ញាទាក់ទងនឹងដំណាក់កាលអេដស៍

មួយភាគបីនៃអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍នឹងវិវត្តទៅរកជំងឺអេដស៍ ក្រោយពីបានផ្ទុកមេរោគអេដស៍អស់រយៈពេលប្រហែល 7ឆ្នាំ ។ ជំងឺអេដស៍លេចឡើងនៅពេលដែលប្រព័ន្ធស៊ាំត្រូវបានខូចខាតធ្ងន់ធ្ងរ ។ ជំងឺអេដស៍ស្តែងឡើងដោយចង្កោមរោគសញ្ញាដែលទាក់ទងនឹងជំងឺឱកាសនិយម ជំងឺមហារីក និងចង្កោមរោគសញ្ញាផ្សេងៗទៀត(សរសៃប្រសាទនិងស្រកទម្ងន់) ។

ក. ជំងឺឱកាសនិយម

- **និយមន័យ** : នៅជុំវិញខ្លួនយើងមានវីរុស បាក់តេរី និងបរាសិត ដែលជាទូទៅវាមិនបង្កឱ្យមានជំងឺទេដោយសារប្រព័ន្ធស៊ាំនៃសារពាង្គកាយរបស់យើងរឹងមាំ ។ នៅពេលដែលប្រព័ន្ធស៊ាំនៃសារពាង្គកាយចុះខ្សោយ មេរោគឆ្លៀតឱកាសចូលទៅក្នុងខ្លួន ដើម្បីបង្កជំងឺដែលគេឱ្យឈ្មោះថាជាជំងឺឱកាសនិយម ។ ជំងឺឆ្លងទាំងនេះធ្ងន់ធ្ងរណាស់ ដោយសារសារពាង្គកាយមិនអាចបង្ការខ្លួនឯងបាន ទោះបីជាគ្មានថ្នាំព្យាបាល ឬជួនកាលមានការព្យាបាលក៏ដោយ ។
- **រោគសញ្ញា** : ប្រែប្រួលទៅតាមមេរោគនិងសរីរាង្គដែលប៉ះពាល់ ។ សរីរាង្គដែលងាយប៉ះពាល់ជាងគេគឺ ក្រពះ ពោះវៀនមានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃគ្មានមូលហេតុមានរយៈពេលច្រើនជាងមួយខែ ពិបាកក្នុងការបរិភោគ ដោយសាររលាកក្រពះ ជំងឺពោះវៀនធ្ងន់ធ្ងរ និងរាករ៉ាំរ៉ៃ ។ ខួរក្បាលមានជំងឺរលាកស្រោមខួរ រោគសញ្ញាសរសៃប្រសាទ ស្រវាំងភ្នែក ខ្វិន ស្បែកមានជំងឺ ដំបៅលើស្បែក ។ ស្ថានភាពទូទៅ អ្នកជំងឺស្រកទម្ងន់ អស់កម្លាំងល្ហិតល្ហៃ ដោយអមជាមួយជំងឺផ្សេងៗ ។

ខ. ជំងឺមហារីកមួយចំនួន

- **ជំងឺមហារីកសរសៃឈាម** : ជាជំងឺមហារីកដែលជួបញឹកញាប់បំផុតរហូតដល់ 35% នៃអ្នកកើតជំងឺអេដស៍ ។ ជំងឺនេះគឺជាដុំពកៗ ឬក៏ជាបន្ទះមានពណ៌ខៀវ ឬពណ៌ត្នោតនៅលើស្បែក ។ គេបានរកឃើញដុំពកទាំងនេះមិនត្រឹមតែនៅលើស្បែកទេ តែមាននៅលើកូនកណ្តុរ សួត និងសរីរាង្គទាំងអស់ក្នុងសារពាង្គកាយ ។
- **ឡាំផូមា (Lymphomas)** : ឡាំផូម៉ាជាដុំពកនៅតាមកូនកណ្តុរ ។ គ្រោះថ្នាក់នៃឡាំផូម៉ានេះមានប្រហែល 100ដងនៅលើអ្នកជំងឺអេដស៍ជាងនៅលើមនុស្សធម្មតា ។
- **ជំងឺផ្សេងៗទៀត** : មេរោគហ៊ីវអាចប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់លើប្រព័ន្ធសរសៃប្រសាទកណ្តាលបណ្តាលឱ្យកើតជំងឺខូចខួរក្បាល ។ បណ្តុំរោគសញ្ញាដែលបណ្តាលឱ្យស្រកទម្ងន់ ត្រូវបានគេហៅថា ជំងឺដែលធ្វើឱ្យស្រកទម្ងន់ ។

231

វត្ថុបំណង (ត)

ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍

សកម្មភាព

សិស្សសង្ខេបពីរោគសញ្ញាទាក់ទងនឹងជំងឺអេដស៍។

"លទ្ធផលរំពឹងទុក"

- ជំងឺឆ្លៀតឱកាស ឬជំងឺឱកាសនិយម
- ខ្លះកើតជំងឺមហារីក និងជំងឺផ្សេងៗ

ចំណេះដឹងបន្ថែម
"ទាក់ទងនឹងការឆ្លងជំងឺអេដស៍"

វីរុសHIV បណ្តាលឱ្យកើតជំងឺមហារីក និងការឆ្លងជំងឺ ដោយភ្នាក់ងារបង្កជំងឺឆ្លៀតឱកាស ដែលមានជាទូទៅ ចំពោះបុគ្គល មានប្រព័ន្ធភាពស៊ាំល្អ។

ការឆ្លងមេរោគ និងជំងឺមហារីកមានទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងជំងឺអេដស៍រួមមាន ជំងឺមហារីកដុំសាច់នៃកាប៉ូស៊ី (Kaposi) ជំងឺរលាកសួតភ្នឺម៉ូស៊ីស្ទីស ការីនី(*Pneumocystis carinii*) ជំងឺកាឌីយ៉ាស៊ីស(candidiasis) និងជំងឺផ្សេងៗទៀត។ ជំងឺមហារីកដុំសាច់នៃកាប៉ូស៊ីគឺជាមហារីកស្បែក និងស្រទាប់ភ្នាសជាលិកាដែលជាញឹកញាប់រាលដាលតាមរយៈសរីរាង្គផ្សេងទៀត។ ជាទូទៅ អ្នកជំងឺអេដស៍តែងតែមានជំងឺរលាកសួត។ ជំងឺកាឌីយ៉ាស៊ីសត្រូវបានគេស្គាល់ថា ជាជំងឺពងបែក ដែលជាការឆ្លងមេរោគផ្សិតធ្វើឱ្យមានពណ៌សដេរដាសពាសពេញក្នុងមាត់ អណ្តាត និងសរីរាង្គផ្សេងទៀតនៃប្រដាប់រំលាយអាហារ។ ភ្នាក់ងារបង្កជំងឺឆ្លៀតឱកាសមានដូចជា វីរុសស៊ីតូមេកាឡូ (cytomegalovirus) ដែលផលិតតំណបរលាករ៉េទីន ពោះវៀនធំ និងក្រពេញអាដ្រេណាល់ ហើយជំងឺរបេង និងការឆ្លងជំងឺសាលម៉ូនេឡា(*Salmonella*) ជំងឺទាំងពីរបណ្តាលមកពីបាក់តេរី។

វត្ថុបំណង (ត)

ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍

សកម្មភាព

សិស្សពិភាក្សាពីរបៀបឆ្លង និងពីរបៀបទាក់ទងជាមួយអ្នកជំងឺអេដស៍ដោយសុវត្ថិភាព តាមរយៈការជ្រើសរើសរូបភាពក្នុងសៀវភៅពុម្ព ទំព័រទី 232និងទំព័រ 233។

"ចម្លើយរំពឹងទុក"

ការចាប់ដៃគឺមិនឆ្លង....។

ការសាក់ស្បែកគឺឆ្លង...។

3.5. របៀបឆ្លងនិងរបៀបមិនឆ្លងនៃមេរោគអេដស៍

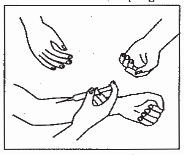
ក. របៀបឆ្លង

មេរោគអេដស៍អាចឆ្លងតាមរបៀបបីសំខាន់ៗគឺ

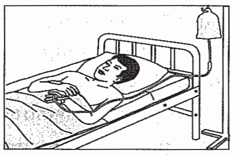
អេដស៍ឆ្លងតាមការរួមភេទ

- តាមរយៈការរួមភេទ : រាល់ការរួមភេទទាំងអស់ជាមួយអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ អាចឆ្លងមេរោគទៅឱ្យដៃគូ ព្រោះក្នុងពេលរួមភេទ វីរុសអេដស៍អាចឆ្លងតាមរយៈទឹកកាមបុរសទៅស្ត្រី ឬក៏អាចឆ្លងតាមរយៈទឹករំអិលនៃប្រដាប់បន្តពូជស្ត្រីទៅបុរសវិញ ។
- តាមការប៉ះពាល់ឈាម : ជំងឺអេដស៍អាចឆ្លងតាមរយៈសារធាតុរាវក្នុងសារពាង្គកាយ ជាពិសេសឈាម ទឹករងៃ ។ យើងអាចឆ្លងជំងឺអេដស៍បាន ប្រសិនបើឈាមរបស់អ្នកជំងឺអេដស៍ចូលក្នុងខ្លួនរបស់យើង ។
- ប្រើម្ជុលឬសឺរ៉ាំងរួមគ្នា : តាមរយៈការសាក់ស្បែក ចោះត្រចៀក (ការប្រើប្រាស់ប្រដាប់ចាក់ទម្លុះស្បែក) ការប្រើប្រាស់ច្រាសដុសធ្មេញជាមួយអ្នកជំងឺ និងតាមរយៈការមុតឬរបួសស្បែកផ្សេងៗទៀត ។ ការបញ្ចូលឈាមអ្នកជំងឺអេដស៍ក្នុងខ្លួនយើង ។

រូបទី 2.7 : សាក់ស្បែក

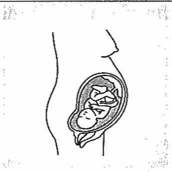


រូបទី 2.8 : ប្រើម្ជុលសឺរ៉ាំងរួមគ្នា

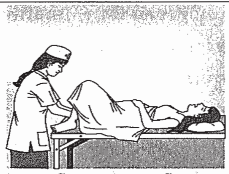


រូបទី 2.9 : ការបញ្ចូលឈាម

- ពីម្ដាយទៅទារក : ជាការចម្លងពីមាតាដែលមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍ទៅឱ្យទារករបស់ខ្លួន ហើយការចម្លងនេះអាចធ្វើឡើងតាំងពីទារកនៅក្នុងផ្ទៃ នៅពេលកើត(ពេលប្រសូត្រ)និងនៅពេលបំបៅកូនដោយទឹកដោះ ។



រូបទី 2.10 : ទារកនៅក្នុងផ្ទៃ



រូបទី 2.11 : នៅពេលកើត

រូបទី 2.12 : នៅពេលបំបៅដោះកូន

ការឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍	ការមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍
ការរួមភេទ	ការចាប់ដៃ
ការប្រើម្ជុល ឬសឺរ៉ាំងរួមគ្នា	ការឱបគ្នា
ការប៉ះពាល់ឈាម	ការប្រើប្រាស់កៅអី បង្គន់មួយរួមគ្នា
ការបំបៅទឹកដោះ	ការលេងកីឡា

ខ. របៀបមិនឆ្លង

រូបទី 2.13 : សកម្មភាពខាងលើនេះមិនអាចឱ្យអ្នកឆ្លងមេរោគអេដស៍ទេ

មេរោគអេដស៍មិនអាចឆ្លងតាមរយៈខ្យល់ អាហារ ឬទឹកទេ ។ មេរោគនេះមិនអាចរស់នៅក្រៅខ្លួនបានយូរឡើយ ។ សារធាតុរាវដែលមានកំហាប់មេរោគខ្ពស់នោះមាន ឈាម ទឹកកាមបុរស ទឹករំអិលនៃប្រដាប់បន្តពូជនារី ទឹករងៃ ។ ជារួម រាល់ទំនាក់ទំនងនិងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាសាធារណៈនៅក្នុង ការរៀនសូត្រ បំពេញការងារ នៅតាមគ្រួសារ និងសង្គមទាំងអស់ដូចជា ក្អក កណ្តាស់ ចាប់ដៃ លេងជាមួយគ្នា បរិភោគបាយរួមគ្នា ប្រើបង្គន់រួមគ្នា ការថែទាំអ្នកជំងឺអេដស៍ គឺមិននាំឱ្យមានការចម្លងមេរោគអេដស៍ទេ ។ មូសនិងសត្វដែលចិញ្ចឹមក្នុងផ្ទះ គឺមិនអាចចម្លងមេរោគអេដស៍បានឡើយ ។

វត្ថុបំណង (ត)

ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍

សកម្មភាព

ផ្អែកលើក្រាភិចខាងក្រោមសិស្សឆ្លើយនឹងសំណួរ។

សំណួរទី1

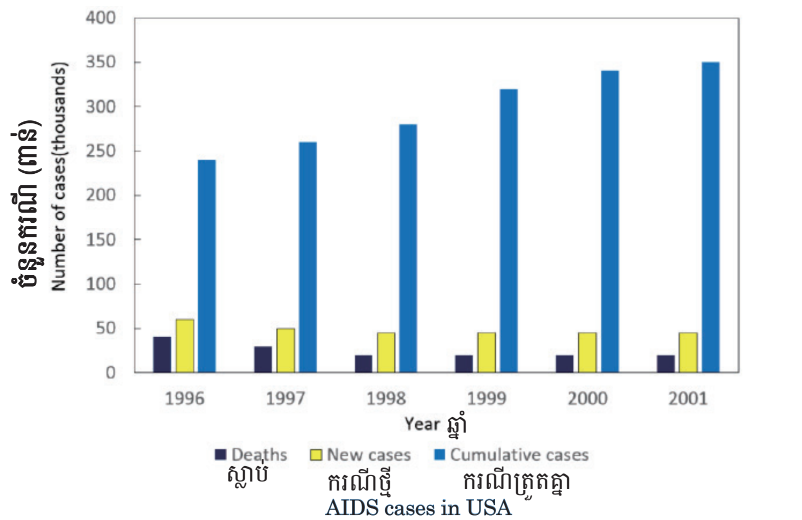
តើចំនួនអ្នកជំងឺអេដស៍បានប្រែប្រួលយ៉ាងដូចម្តេចចាប់តាំងពីឆ្នាំ1996?

សំណួរទី2

តើចំនួនប្រជាជនអាមេរិចដែលឆ្លងវីរុស HIVទំនងជាច្រើនជាង ឬតិចជាងអ្នកជំងឺអេដស៍?

សំណួរទី3

ក្រាភិចនេះបង្ហាញថាចំនួននៃករណី ជំងឺអេដស៍ថ្មីដែលបានរាយការណ៍ជារៀងរាល់ឆ្នាំបានថយចុះចាប់តាំងពីឆ្នាំ 1996។ ចូរលើកហេតុផលសមស្របមួយសម្រាប់ការថយចុះនេះ។



AIDS cases in USA

ករណីជំងឺអេដស៍ នៅសហរដ្ឋអាមេរិច

វត្ថុបំណង (ត)

ពន្យល់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍

សកម្មភាព

ចម្លើយនៃក្រាភិច

សំណួរទី1

ករណីត្រូតគ្នាបានកើនឡើង ប៉ុន្តែករណីជំងឺអេដស៍បានថយចុះ។

សំណួរទី2

ប្រជាជនអាមេរិចដែលឆ្លងវីរុសHIV មានចំនួនច្រើនជាងអ្នកជំងឺអេដស៍។ អ្នកបានឆ្លង វីរុស HIV ទាំងអស់មិនបានវិវត្តទៅជាជំងឺអេដស៍ទាំងអស់ទេ។

សំណួរទី 3

ថ្នាំថ្មីពន្យារពេលជំងឺអេដស៍ចំពោះអ្នកដែលបានឆ្លងវីរុស HIV។

3.6. ការបង្ការមេរោគអេដស៍និងកាមរោគ

យើងអាចការពារខ្លួនយើង ពីការឆ្លងមេរោគអេដស៍ និងកាមរោគ ដោយគ្រាន់តែជ្រើសរើសផ្លូវដែលមានសុវត្ថិភាពខ្ពស់ក្នុងការប្រព្រឹត្តិរបស់យើង ។ មានតែមធ្យោបាយទាំងនេះទេ ដែលអាចកាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់នៃការឆ្លង ។ មធ្យោបាយសំខាន់ៗមាន :

- យុវវ័យកុំឆាប់ប្រឡូកក្នុងការរួមភេទ
- ស្មោះត្រង់មួយទល់នឹងមួយ
- ប្រើស្រោមអនាម័យឱ្យបានត្រឹមត្រូវគ្រប់ពេលរួមភេទជាមួយដៃគូក្រៅ
- ចៀសវាងប្រើម្ជុល ឬសឺរ៉ាំងនិងសម្ភារៈទម្លុះស្បែកផ្សេងទៀតរួមគ្នា ។

3.7. ផលប៉ះពាល់នៃជំងឺអេដស៍

ជំងឺអេដស៍បានផ្តល់នូវផលប៉ះពាល់ជាប្រព័ន្ធទៅលើបុគ្គល គ្រួសារ និងសង្គមជាតិទាំងមូលយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដូចជា

- អេដស៍នាំមកនូវជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ ដែលទាមទារថវិកាព្យាបាលយ៉ាងច្រើន ។
- អេដស៍នាំមកនូវការស្លាប់ប្តី ប្រពន្ធ ហើយការបន្សល់ទុកនូវក្មេងកំព្រាដែលជាបន្ទុកយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដល់សង្គម ។
- អេដស៍បំផ្លាញទ្រព្យសម្បត្តិ គ្រួសារហិនហោច និងជំពាក់បំណុលគេថែមទៀតផង ។
- អ្នកឆ្លងជំងឺអេដស៍នឹងត្រូវទទួលការរើសអើងពីសហគមន៍ និងខ្វះការគាំទ្រផ្លូវចិត្ត ។
- អេដស៍គ្មានថ្នាំព្យាបាលឱ្យជាសះស្បើយបានទេ គឺមានតែសេចក្តីស្លាប់ប៉ុណ្ណោះ ។

សកម្មភាព

សិស្សសង្ខេបពីឥរិយាបថមិនប្រឈមជាមួយ វីរុស HIV និងជំងឺអេដស៍

- នៅក្នុងទំនាក់ទំនងផ្លូវភេទដូចជា ការរៀបការ ភាពស្មោះត្រង់នៃដៃគូរួមភេទរវាងដៃគូទាំងពីរដែលមិនឆ្លងមេរោគបង្ហាញពីការប្រឈមតិចតួចណាស់ក្នុងការឈានទៅរកការឆ្លង វីរុស HIV។

- ចៀសវាងការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនក៏ជាការសំខាន់សម្រាប់ការកាត់បន្ថយបញ្ហាប្រឈមនៃការឆ្លង វីរុស HIVដែរ។ អ្នកប្រើប្រាស់ម្ជុលរួមគ្នាដើម្បីចាក់គ្រឿងញៀនមានបញ្ហាប្រឈមខ្ពស់ក្នុងការឆ្លង វីរុស HIV។

អ្នករួមភេទជាមួយនឹងអ្នកសេពគ្រឿងញៀនក៏មានបញ្ហាប្រឈមខ្ពស់ផងដែរ។

ជីវវិទ្យា ជំពូកទី ៤ មេរៀនទី ២

មេរៀនសង្ខេប

- ជំងឺដែលឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតតាមរយៈភ្នាក់ងារបង្ករោគគេហៅថា ជំងឺឆ្លង ។
- ជំងឺឆ្លងមិនអាចកើតបាន នៅពេលយើងអនុវត្តអនាម័យទាំងបីយ៉ាង " ហូបស្អាត ផឹកស្អាត និងរស់នៅស្អាត" ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ។
- ជំងឺកាមរោគជាជំងឺដែលឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគ ។
- ជំងឺកាមរោគមានជំងឺប្រមេះទឹកបាយ ប្រមេះទឹកថ្លា ជំងឺសិរមាន់ ជំងឺស្វាយ ជំងឺសង់ម្វូ .. ។
- ជំងឺអេដស៍ឆ្លងតាមការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគ ឆ្លងពីម្ដាយទៅទារកនៅក្នុងផ្ទៃ និងការប៉ះពាល់ឈាមរបស់អ្នកជំងឺ ។

សំណួរ

1. ចូរពន្យល់ពាក្យជំងឺឆ្លង និងរកឧទាហរណ៍ពីជំងឺឆ្លងដែលធ្លាប់ជួបប្រទះ ។
2. ហេតុអ្វីបានជាយើងត្រូវយកកន្សែងដៃខ្ទប់ច្រមុះ មាត់នៅពេលដែលយើងក្អក ឬកណ្ដាស់ ?
3. ដូចម្ដេចហៅថាជំងឺកាមរោគ ? ចូរឱ្យឧទាហរណ៍ ។
4. តើជំងឺកាមរោគអាចឱ្យមនុស្សស្លាប់ដែរឬទេ ?
5. តើជំងឺអេដស៍បង្កឡើងដោយសារមេរោគឈ្មោះអ្វី ? មេរោគនេះស្ថិតនៅកន្លែងណាខ្លះក្នុងសារពាង្គកាយរបស់មនុស្ស ?
6. ចូររៀបរាប់ពីរបៀបឆ្លង និងរបៀបមិនឆ្លងនៃជំងឺអេដស៍ ។
7. តើសកម្មភាពបង្ការណាមួយដែលមានប្រសិទ្ធិភាពបំផុតសម្រាប់យុវវ័យ ដើម្បីកុំឱ្យឆ្លងមេរោគអេដស៍និងកាមរោគ ?
8. តើការប្រើស្រោមអនាម័យពិតជាអាចបង្ការ ការឆ្លងមេរោគអេដស៍បាន 100% ដែរឬទេ ?

វត្ថុបំណង (ត)

ពន្យល់ពីផលវិបាកនៃជំងឺឆ្លង និងជំងឺកាមរោគ ជាពិសេសជំងឺអេដស៍ និងជៀសវាងនូវសកម្មភាពផ្សេងៗដែលបណ្ដាលឱ្យមានការឆ្លងមេរោគ។

សកម្មភាព

សិស្សធ្វើព្រឹត្តិប័ត្រអាស្រ័យនឹងខ្លឹមសារដែលពួកគេបានសិក្សា (ទាក់ទងនឹងការការពារពីការឆ្លងជំងឺអេដស៍ និងជំងឺកាមរោគ ហើយចែកក្រុមពិភាក្សាដោយក្នុងក្រុមមានភេទដូចគ្នា)។

សិស្សផ្លាស់ប្ដូរព្រឹត្តិប័ត្ររបស់ពួកគេទៅវិញទៅមក។

ឱ្យសិស្សឆ្លើយសំណួរក្នុងសៀវភៅពុម្ពដោយពុំអនុញ្ញាតឱ្យមើលឯកសារឡើយ។

ឆ្លើយសំណួរ

1. ជំងឺឆ្លងគឺជាជំងឺដែលឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតតាមរយៈភ្នាក់ងារបង្កជំងឺ។ ជំងឺឆ្លងមានដូចជា ជំងឺផ្ដាសាយ ជំងឺរលាកថ្លើម ជំងឺរបេង ជាដើម។
2. យើងត្រូវយកកន្សែងដៃខ្ទប់ច្រមុះ មាត់នៅពេលដែលយើងក្អក ឬកណ្ដាស់ពីព្រោះជំងឺឆ្លងមួយចំនួនអាចឆ្លងទៅក្នុងខ្យល់។
3. ជំងឺកាមរោគគឺជាជំងឺដែលឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុកមេរោគ។ ជំងឺកាមរោគមានដូចជា ជំងឺប្រមេះទឹកបាយ ជំងឺប្រមេះទឹកថ្លា ជំងឺសិរមាន់ ជំងឺស្វាយ ជំងឺសង់ម្វូ...។
4. ជំងឺកាមរោគអាចបណ្ដាលឱ្យមនុស្សស្លាប់។
5. ជំងឺអេដស៍បង្កឡើងពី វីរុស HIV ។ មេរោគនេះស្ថិតនៅក្នុងប្រព័ន្ធភាពស៊ាំនៃសារពាង្គកាយមនុស្ស។
6. ជំងឺអេដស៍ឆ្លងតាមរយៈការរួមភេទជាមួយដៃគូដែលមានផ្ទុក វីរុសHIV ឆ្លងពីម្ដាយទៅទារកក្នុងផ្ទៃ និងតាមរយៈការប៉ះពាល់ឈាមរបស់អ្នកជំងឺ។ ជំងឺអេដស៍មិនឆ្លងតាមការចាប់ដៃគ្នា ការបរិភោគអាហារជាមួយគ្នា ការប្រើបង្គន់រួមគ្នា មូសខាំ ការលេងជាមួយគ្នា...។
7. សកម្មភាពបង្ការដែលមានប្រសិទ្ធិភាពបំផុតសម្រាប់យុវវ័យ ដើម្បីកុំឱ្យឆ្លង វីរុស HIV និងជំងឺកាមរោគគឺយុវវ័យមិនត្រូវឆាប់ប្រឡូកក្នុងការរួមភេទ។
8. ការប្រើស្រោមអនាម័យ មិនអាចបង្ការការឆ្លង វីរុស HIVបាន100 %ទេ។

ចំណេះដឹងបន្ថែម និងសកម្មភាព & ការប្រើប្រាស់សម្ភារៈរបស់ SEAL

ការចម្លងជំងឺសិប្បនិមិត្ត

1. រៀបចំបំពង់សាកចំនួនប្រាំមួយ A B C និងA" B" C" ។ បំពង់សាកតែមួយគត់ដែលមានផ្ទុកសូលុយស្យុងអាមីដុង1% ក្នុងចំណោមបំពង់សាក A B C។ ចំពោះបំពង់សាកពីរផ្សេងទៀតក្នុងចំណោមបំពង់សាក A B និងC ដាក់តែទឹកប៉ុណ្ណោះ។ បំពង់សាកដែលដាក់ទឹកតំណាងឱ្យមនុស្សដែលមិនមានឆ្លងជំងឺ ហើយបំពង់សាកដែលដាក់សូលុយស្យុងអាមីដុងតំណាងឱ្យមនុស្សដែលឆ្លងជំងឺ។ គេមានបំពង់សាកA បំពង់សាកB និងបំពង់សាកC។ សិស្សមិនដឹងថាបំពង់សាកណាមានផ្ទុកអាមីដុងទេ។

លើកទី 1

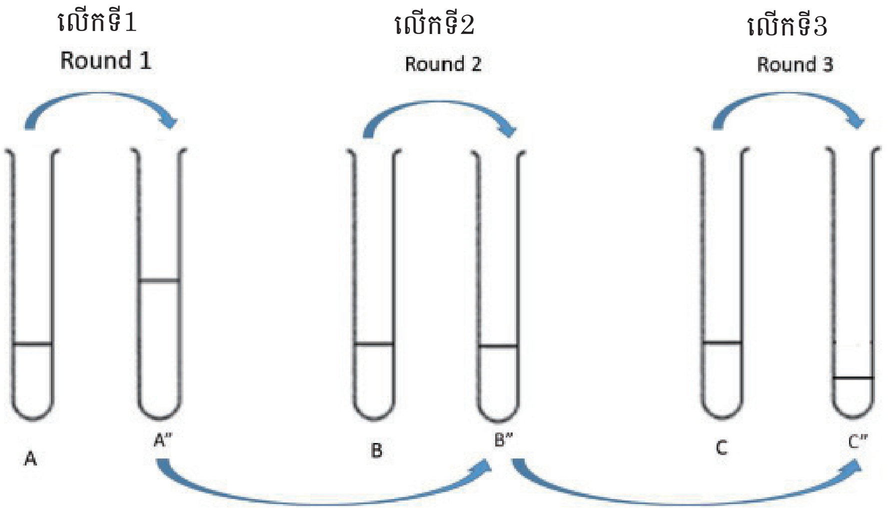
2. ចាក់សូលុយស្យុងមួយតំណក់ពីបំពង់សាកA ចូលទៅក្នុបំពង់សាក A"។ បំពង់សាក A" មានទឹក 10ml រួចជាស្រេច។ បន្ទាប់ពីការបន្តក់សូលុយស្យុងមួយតំណក់រួច អ្នកកូរសូលូយស្យុងក្នុងបំពង់សាក A" ឱ្យសព្វ ហើយចាក់សូលុយស្យុងនោះ 5ml ទៅបំពង់សាក B"។

លើកទី 2

3. ចាក់សូលុយស្យុងមួយតំណក់ពីបំពង់សាកB ចូលទៅក្នុបំពង់សាក B"។ បន្ទាប់ពីការបន្តក់សូលុយស្យុងមួយតំណក់រួច អ្នកកូរសូលូយស្យុងក្នុងបំពង់សាក B" ឱ្យសព្វ ហើយចាក់សូលុយស្យុងនោះ2.5ml ទៅបំពង់សាក C"។

លើកទី 3

4. ចាក់សូលុយស្យុងមួយតំណក់ពីបំពង់សាក C ចូលទៅក្នុបំពង់សាក C"។



តាមដានប្រភពជំងឺ

5. ដើម្បីតាមដានប្រភពនៃការឆ្លងជំងឺ បណ្តក់សូលុយស្យុងអ៊ីយ៉ូតទៅក្នុងគ្រប់បំពង់សាកទាំងអស់។ ប្រសិនបើ សូលុយស្យុងរបស់អ្នកត្រូវបានឆ្លងជំងឺ សូលុយស្យុងនោះនឹងប្រែទៅជាពណ៌ខៀវ។

ការពិភាក្សា

ផ្អែកលើលទ្ធផល អ្នកអាចដឹងពីប្រភពនៃការឆ្លងជំងឺ តើបំពង់សាកណាជាប្រភពនៃការឆ្លងមេរោគ បំពង់សាកA បំពង់សាកB ឬបំពង់សាកC ។

ការប្រើប្រាស់សម្ភាររបស់ SEAL

សម្ភារផ្សេងៗទាក់ទងនឹងមេរៀនដែលអាចរកបាន

តេស្តខ្លីសម្រាប់ជំងឺឆ្លង (រយៈពេល 1ម៉ោង)

ចូរជ្រើសរើសចម្លើយដែលត្រឹមត្រូវបំផុតបំពេញប្រយោគខាងក្រោម

1. វីរុស HIV អាចឆ្លងបានតាមរយៈ:

(ក) ការរួមភេទ (ខ) មូសខាំ (គ) ការចាប់ដៃ (ឃ) ការបរិភោគអាហារជាមួយគ្នា

2. វីរុស HIVធ្វើឱ្យខូចខាតប្រព័ន្ធភាពស៊ាំដោយសារ

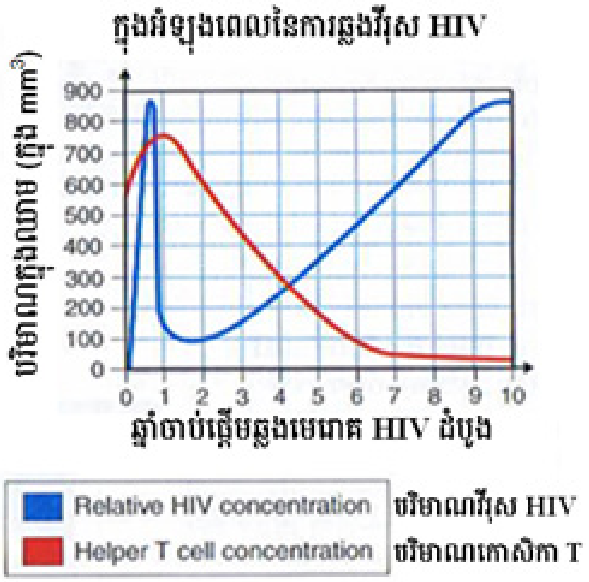
(ក) ការបង្អាក់សកម្មភាពរបស់ម៉ាក្រូផាស

(ខ) ការបំផ្លាញកោសិកា T ជំនួយ

(គ) ការធ្វើឱ្យមានសកម្មភាពនៃការបង្កើតកោសិកា B

(ឃ) ចម្លើយទាំងអស់ខាងលើ

អ្នកស្រាវជ្រាវម្នាក់បានរាប់បរិមាណនៃវីរុស HIV និងកោសិកា T ក្នុងចំណោមអ្នកឆ្លងវីរុស HIV 120នាក់ អស់ពេលជាង10ឆ្នាំ។ ទិន្នន័យរបស់នាងត្រូវបានសង្ខេបដូចនៅក្នុងក្រាភិច។



3. ហេតុអ្វីបានជាកោសិកា T ថយចុះបន្ទាប់ពី 2 ឆ្នាំ?

(ក) វីរុស HIV ស្លាប់អស់បន្ទាប់ពី2 ឆ្នាំ។

(ខ) វីរុស HIV បំផ្លាញកោសិកា T។

(គ) កោសិកា T ផលិតជាតិពុល។

(ឃ) តំណាបរលាកមួយកើតឡើង។

4. តើមានអ្វីកើតឡើងចំពោះបរិមាណវីរុស HIV លើសពី 2ឆ្នាំរហូតដល់ 9ឆ្នាំ?

(ក) វាស្ថិតនៅប្រហាក់ប្រហែលដដែល បន្ទាប់មកវាកើនឡើងភ្លាមៗ

(ខ) វាស្ថិតនៅប្រហាក់ប្រហែលដដែល បន្ទាប់មកវាថយចុះភ្លាមៗ

(គ) វាកើនឡើងយ៉ាងថេរ

(ឃ) វាថយចុះយ៉ាងថេរ

5. តើសម្រាប់ការប្រែប្រួលបរិមាណវីរុស HIV ក្នុងអំឡុងឆ្នាំទី1 ជាតំណាបរំញោចអ្វី?

(ក) តំណាបប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ

(ខ) តំណាបរលាក

(គ) ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំអកម្ម

(ឃ) ការចាក់វ៉ាក់សាំងមេរោគ

ចម្លើយ ពិន្ទុ និងការវិនិច្ឆ័យ

សរុប 50 ពិន្ទុ

1. (ក) ការរួមភេទ **10ពិន្ទុ**
2. (ខ) ការបំផ្លាញកោសិកា T ជំនួយ **10ពិន្ទុ**
3. (ខ) វីរុសHIV បំផ្លាញកោសិកាT **10ពិន្ទុ**
4. (គ) វាកើនឡើងយ៉ាងថេរ **10ពិន្ទុ**
5. (ក) តំណបប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ **10ពិន្ទុ**

សំណួរនីមួយៗបញ្ជាក់ពីខ្លឹមសារខាងក្រោម។ សំណួរទី1 គឺការឆ្លងនៃវីរុស HIV។ សំណួរទី2 ជាយន្តការនៃការឆ្លងវីរុស HIV។ សំណួរទី3 ទី4 និងទី5 គឺជាជំនាញនៃការអានក្រាភិច។ បន្ថែមលើនេះ គឺជាយន្តការនៃវីរុស HIV។

ប្រសិនបើ ការធ្វើតេស្តមានពេលគ្រប់គ្រាន់ គ្រូគួរតែពន្យល់ពីយន្តការនៃវីរុសHIV និងរំឭកឡើងវិញពីការអានក្រាភិច។

លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ

ពិន្ទុ	លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ និងសំណូមពរសម្រាប់ការបង្រៀន
0 - 20	សិស្សខ្វះចំណេះដឹងមូលដ្ឋាន និងការយល់ដឹងពីជំងឺឆ្លង។ ពួកគេត្រូវតែបញ្ជាក់ពីជំងឺឆ្លង។
21 - 30	សិស្សទទួលបានចំណេះដឹងមូលដ្ឋាន និងយល់ដឹងពីជំងឺឆ្លង។ ទោះជាយ៉ាងណា ពួកគេត្រូវតែរំឭកឡើងវិញពីយន្តការនៃជំងឺឆ្លង។
31 - 50	សិស្សហាក់បីដូចជាមានកម្រិតនៃការយល់ដឹងពីជំងឺឆ្លងគ្រប់គ្រាន់។ គ្រូគួរតែឱ្យសិស្សគិតពីយន្តការនៃជំងឺឆ្លង។