



**ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា**  
**ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ**  
 \* \* \*

**ក្រសួងសុខាភិបាល**

លេខ...២១៧...ស.ខ

**សេចក្តីណែនាំគ្រួសារលើករបស់ក្រសួងសុខាភិបាល**  
**ស្តីពី**  
**ការឆ្លើយតបនៅពេលជំងឺកង់**

អនុវត្តទៅតាមបទបញ្ជាដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់របស់ **សម្តេចអគ្គសេនាបតីតេជោ ហ៊ុន សែន** នាយករដ្ឋមន្ត្រីនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា ក្នុងសម័យប្រជុំពេញអង្គគណៈរដ្ឋមន្ត្រី កាលពីថ្ងៃទី០៩ ខែតុលា ឆ្នាំ២០២០ និងយោងតាមសេចក្តីប្រកាសពីតំណែងរបស់ក្រសួងធនធានទឹក និងឧតុនិយម ចុះថ្ងៃទី១៧ ខែសីហា ឆ្នាំ២០២០ និងតាមការវិវត្តជាក់ស្តែងនៃស្ថានភាពអាកាសធាតុ សូមបងប្អូនប្រជាពលរដ្ឋបង្កើនការយកចិត្តទុកដាក់ប្រុងប្រយ័ត្នខ្ពស់ ដើម្បីជៀសវាងនូវគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗដែលអាចកើតឡើងដោយចៃដន្យ។ ដូចនេះ ដើម្បីកាត់បន្ថយឱ្យបានជាអតិបរមានូវផលប៉ះពាល់សុខភាព អាយុជីវិតជនរងគ្រោះ និងមូលដ្ឋានសុខាភិបាលពីគ្រោះធម្មជាតិ ក្រសួងសុខាភិបាលសូមក្រើនរំលឹក និងអំពាវនាវឱ្យប្រជាពលរដ្ឋទាំងអស់ ចូលរួមអនុវត្តតាមការណែនាំដូចខាងក្រោមនេះ៖

**អំឡុងពេលមានទឹកជំនន់៖**

- មិនត្រូវចូលទៅក្នុងផ្ទះចាស់ ឬអាគារទ្រុឌទ្រោមព្រោះអាចស្រុតបាក់បែកបង្កឱ្យគ្រោះថ្នាក់។ មិនត្រូវប៉ះពាល់គ្រឿងប្រើប្រាស់អគ្គិសនីដោយដៃសើម ឬកំពុងឈរនៅក្នុងទឹក នៅពេលធ្វើដំណើរដោយជិះទូក ឬកាណូតនៅពេលយប់ ត្រូវមានភ្លើងបំភ្លឺ។
- ត្រូវសម្រាន្តក្នុងមុងគ្រប់ពេលដើម្បីការពារជំងឺគ្រុនឈាម គ្រុនចាញ់ និងជំងឺផ្សេងៗ។
- ចំពោះស្ត្រីមានផ្ទៃពោះត្រូវតាមដាន និងពិនិត្យផ្ទៃពោះតាមការកំណត់របស់មណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យ បើស្ត្រីគ្រប់ខែជិតដល់ពេលសម្រាលត្រូវរកកន្លែងស្នាក់នៅក្បែរមណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យដែលនៅជិតលោកអ្នកបំផុត។
- ត្រូវនាំកូនៗរបស់លោកអ្នកទៅចាក់ថ្នាំបង្ការតាមការកំណត់របស់គ្រូពេទ្យ និងផ្តល់អាហារដល់ពួកគេឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។
- ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះកុមារី និងក្មេងស្រីនៅទីទួលសុវត្ថិភាពក្រែងមានអំពើហិង្សាផ្លូវភេទ។
- ត្រូវជួយមនុស្សចាស់ក្នុងក្រុមគ្រួសារលោកអ្នក និងមនុស្សចាស់ជិតខាង និងផ្តល់ការគាំទ្រដល់សមាជិកគ្រួសារ ឬកុមារពិការ ដូចជា ឈើច្រត់ រទេះរុញ ឬថ្នាំពេទ្យដែលគាត់កំពុងប្រើប្រាស់ជាប្រចាំមួយចំនួនដែលជាតម្រូវការចាំបាច់របស់ពួកគាត់។
- ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នជៀសវាងនូវគ្រោះថ្នាក់លង់ទឹក ត្រូវការពារកុមារតូចៗមិនឱ្យចុះទឹក ពន្យល់កុមារពីគ្រោះថ្នាក់នៃការលង់ទឹក នាំកុមារទៅកន្លែងខ្ពស់ និងមានអ្នកថែទាំ ប្រើអាវពោង ឬប៊ីដុងជ័រគ្រប់ពេលកុមារចេញពីផ្ទះ។ ពេលធ្វើដំណើរតាមទូកមិនត្រូវដាក់ មនុស្សហួសកំរិត បើមានអ្នកណាម្នាក់លង់ទឹកត្រូវហៅជំនួយជាបន្ទាន់។
- ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នគ្រោះថ្នាក់ដោយសារពស់ចឹក ឬសត្វអាសិរពិសផ្សេងៗដោយពិនិត្យឱ្យបានត្រឹមត្រូវមុនទៅកាន់ទីទួលសុវត្ថិភាព ឬមុនទៅធ្វើការជិតតំនរខ្ពស់ និងតំនរឈើ។ ធ្វើដំណើរពេលយប់ ឬពេលធ្វើការងារត្រូវស្លៀកខោជើងវែង និងពាក់ស្បែកជើងកវែង ជៀសវាងកន្លែងដែលមានស្មៅស៊ីប្រទប់ និងដាច់ខាតមិនត្រូវយកដៃទៅចាប់ពស់ឬសត្វអាសិរពិស។ ក្នុងករណីមានសមាជិកគ្រួសារ ឬនរណាម្នាក់មានគ្រោះថ្នាក់ដោយសារពស់ចឹកឬសត្វអាសិរពិសទិច ឬខ្លាំ ត្រូវបញ្ជូនជាប្រញាប់ទៅមណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យ ដែលនៅជិតលោកអ្នកបំផុត ដើម្បីទទួលការពិនិត្យ និងព្យាបាល។
- ដើម្បីជៀសវាងនូវជំងឺផ្សេងៗដូចជា ជំងឺរក ជំងឺរកមូល ពុល ជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមស្រួចស្រាវ និងជំងឺដំទៃផ្សេងទៀត ត្រូវបរិភោគទឹកស្អាតដោយប្រើធុងចម្រោះ ឬដាក់ទឹកឱ្យចុះ ឬប្រើប្រាស់ទឹកដោយប្រើថ្នាំក្លរីន ឬក្លរីមីន ( ថ្នាំក្លរីន ឬក្លរីមីន ៥០០មក្រ ពីរគ្រាប់ អាចលាយទឹក២០លីត្រ )។ ត្រូវលាងសម្អាតបន្លែ និងផ្លែឈើជាមួយទឹកស្អាត អាហារចម្អិនឱ្យបាន

ត្រឹមត្រូវ និងឆ្លិនល្អ គ្របអាហារឱ្យបានជិតដើម្បីការពាររយោម និងធូលីដីហុយចូល ព្រមទាំងសម្អាតកន្លែងធ្វើម្ហូប និងសម្ភារៈផ្ទះបាយ ដូចជា បាន ឆ្នាំង ស្លាបព្រា ខ្លះ កាំបិតជ្រុញឱ្យបានស្អាត។ លាងសម្អាតដៃជាមួយសាបូឱ្យបានញឹកញាប់ មុន និងក្រោយបរិភោគអាហារ និងក្រោយចេញពីបង្គន់។

-ត្រូវធ្វើអនាម័យខ្លួនប្រាណឱ្យបានស្អាត ដោយងូតទឹកដុសសាបូ កក់សក់ និងបោកសម្លៀកបំពាក់ឱ្យបានស្អាត ជៀសវាងនូវជំងឺសើស្បែក ពងទឹក និងកមរមាស់ ជាដើម។

**ក្រោយពេលទឹកជំនន់៖**

- បន្តបរិភោគចំណីអាហារស្អាត ទឹកស្អាត និងអនាម័យខ្លួនប្រាណឱ្យបានស្អាត ដើម្បីជៀសវាងនូវជំងឺផ្សេងៗ។
  - ត្រូវបន្តសម្រាន្តក្នុងមុងគ្រប់ពេលដើម្បីការពារជំងឺគ្រុនឈាម និងគ្រុនចាញ់ និងជំងឺផ្សេងៗ។
  - ត្រូវពិនិត្យមើលផ្ទះក្រែងមានបាក់ស្រុតនាំឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់ ប្រុងប្រយ័ត្នក្រែងមានសត្វពស់ ឬសត្វអសិរិពិសផ្សេងៗ។
- អនាម័យ បរិស្ថានជុំវិញ និងក្នុងផ្ទះ ព្រោះក្រោយពេលទឹកស្រកទៅបានបន្សល់នូវភាពកខ្វក់ និងមេរោគជាច្រើនរស់នៅក្នុងទឹក ជៀសវាងនូវការដក់ទឹកជុំវិញផ្ទះ និងក្នុងផ្ទះនាំឱ្យមានជង្គុវទឹក កើតមូសខ្លា និងមូសដែកគោលអាចបង្កឱ្យមានជំងឺគ្រុនឈាម និងគ្រុនចាញ់ ស្កាវ និងសំអាតអណ្តូងទឹកឡើងវិញមុននឹងប្រើប្រាស់ ព្រមទាំងជួសជុល និងសង់បង្គន់ឡើងវិញ ដោយជានិច្ចកាលត្រូវបន្ទោបង់ក្នុងបង្គន់គ្រប់ពេល។

ក្រសួងសុខាភិបាលបានផ្តល់ឱសថ និងវ៉ាក់សាំងពស់ចឹកបន្ថែមដល់ខេត្ត ដែលមានទឹកជំនន់ រួចហើយ។ បើមានតម្រូវការបន្ទាន់ សូមប្រធានមន្ទីរសុខាភិបាល ទាក់ទងមកលោកជំទាវវេជ្ជបណ្ឌិត យក់ សម្បត្តិ រដ្ឋលេខាធិការ តាមរយៈទូរស័ព្ទលេខ ០១២ ៤៨២ ៩៦៦ ឬតាមប្រព័ន្ធតេឡេក្រាមកូរីដ-១៩ (កូរីដសុខាភិបាល) ក៏បាន។

បើមានជំងឺឆ្លងរាតត្បាត សូមទាក់ទងមកលេខទូរស័ព្ទ ១១៥ (គ្មានថវិកាក្នុងទូរស័ព្ទក៏អាចហៅចូលបានដែរ)។ ព័ត៌មានបន្ថែមសូមទាក់ទងមកលេខទូរស័ព្ទ ០១៧ ៩៩៩ ៥៨៦ ឬ ០១២ ៩២៥ ៧៤១។

ថ្ងៃចន្ទ ១០រោច ខែអស្សុជ ឆ្នាំជូត ទោស័ក ព.ស ២៥៦៤  
រាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី១២ ខែតុលា ឆ្នាំ២០២០



**ម៉ម ម៉ិទេហេង**

**ចម្លងជូន៖**

- ទីស្តីការគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
- ខុទ្ទកាល័យសម្តេចតេជោនាយករដ្ឋមន្ត្រី
- ក្រសួងមហាផ្ទៃ
- រដ្ឋបាលរាជធានី-ខេត្ត
- មន្ទីរសុខាភិបាលនៃរដ្ឋបាលរាជធានី-ខេត្ត
- ឯកសារ-កាលប្បវត្តិ