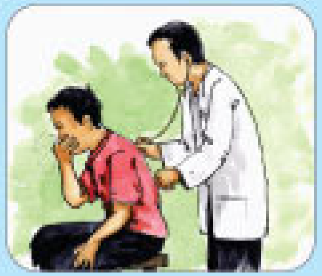
ຖ້າຫາກທ່ານໄດ້ສຳພັດກັບສັດປີກໃນເຂດທີ່ມີການລະບາດໂດຍບັງເອີນ (ເຊັ່ນ: ໄດ້ສຳພັດກັບໂຕໄກ່ ຫຼື ຂີ້ຂອງມັນ ຫຼື ຍ່າງຜ່ານບໍລິເວນທີ່ມີຂີ້ໄກ່ຕ່າງໆຄວນ:

ລ້າງມືຂອງທ່ານໃສ່ສະບູ ແລ້ວລ້າງອອກດ້ວຍນ້ຳທີ່ສະອາດຖ້າມີຫາກບໍ່ມີສະບູໃຫ້ໃຊ້ຂີ້ເຖົ່າແທນທຸກຄັ້ງ.

ລ້າງເກີບຂອງທ່ານໃຫ້ສະອາດກ່ອນເຂົ້າໃນເຮືອນ, ໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອຖ້າມີ,ຖ້າບໍ່ມີໃຫ້ໃສ່ສະບູ ຫຼືຂີ້ເຖົ່າ ລ້າງອອກດ້ວຍນ້ຳທີ່ສະອາດ.



ຖ້າທ່ານມີອາການໄຂ້, ມີບັນຫາທາງລະບົບຫາຍໃຈ ອຸນຫະພູມສູງກວ່າ 38 °c ໃຫ້ໄປພົບແພດໝໍໂດຍທັນທີ ແລະ ເມື່ອທ່ານພົບເຫັນສັດປີກເຈັບ ຫຼື ຕາຍໃຫ້ແຈ້ງສັດຕະວະແພດໂດຍດ່ວນ.

Prepared by the Academy for Educational Development for the USAID Avian Influenza Program

ພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກ ວິທີການປ້ອງກັນຕົວ ແລະ ປົກປັກຮັກສາສັດລ້ຽງຂອງທ່ານ

ພາສາລາວ

Ministry of Agriculture and Forestry

NAHICO

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE

ທ່ານຈະປ້ອງກັນຕົວຂອງທ່ານ ແລະ ຄອບຄົວຂອງທ່ານແນວໃດ?

ເຊື້ອພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກສາມາດຕິດຕໍ່ໃສ່ຄົນໄດ້ຖ້າວ່າທ່ານ ທາງສຳພັດກັບສັດປີກທີ່ເປັນພະຍາດ ຫຼື ຫາຍໃຈເອົາອາກາດທີ່ມີເຊື້ອພະຍາດ.
ວິທີຫຼີກລ້ຽງການຕິດຕໍ່ເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວ ຄວນປະຕິບັດ ດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

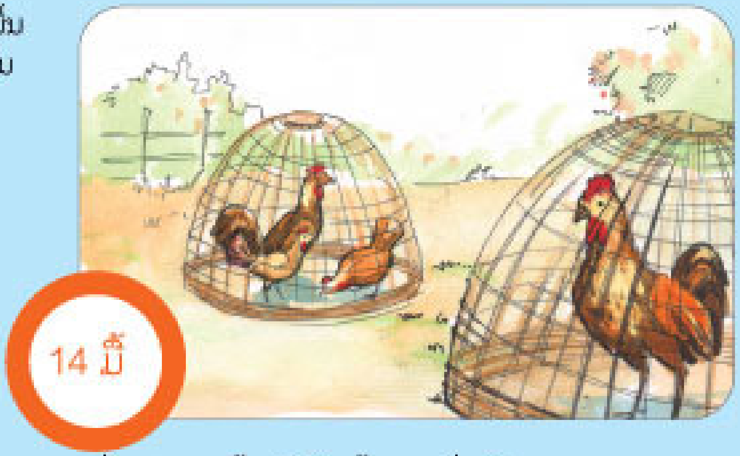
- ລ້າງມືໃສ່ສະບູ, ແລ້ວລ້າງອອກດ້ວຍນ້ຳທີ່ສະອາດກ່ອນ ແລະ ຫຼັງການຈັບບາຍສັດປີກ.
- ໃສ່ຜ້າອັດດັງ/ອັດປາກໃນເວລາທີ່ທ່ານປັດກວາດທຳຄວາມສະອາດຟາມ ເພາະວ່າທ່ານອາດຈະຕິດເຊື້ອພະຍາດດ້ວຍການຫາຍໃຈເອົາເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວທີ່ມີ ໃນຝຸ່ນລະອອງທີ່ປົນມາ.
- ໃຊ້ຜ້າອັດດັງ/ອັດປາກ ແລະ ສວມໃສ່ຖົງມືໃນເວລາທີ່ຈັບບາຍກັບສັດປີກ ແລະ ສັດຊະນິດ ອື່ນໆ.
- ອະນາໄມອ້ອມແອ້ມບໍລິເວນທີ່ມີການລ້ຽງສັດເປັນປະຈຳ.

ສິ່ງອື່ນໆທີ່ທ່ານສາມາດປະຕິບັດໄດ້ຢ່າງປອດໄພຄື:

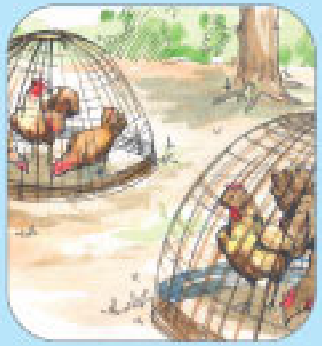
- ຫ້າມປະປ່ອຍໃຫ້ສັດປີກທຸກຊະນິດເຂົ້າໃນເຮືອນທົ່ວທີບ, ຖ້າທ່ານລ້ຽງສັດປີກໄວ້ໃນເຮືອນໃຫ້ທ່ານຍ້າຍມັນອອກມາຂັງນອກໂດຍເຮັດຄອກໃຫ້ມັນຕ່າງຫາກ ແລະ ຫ່າງໄກຈາກເຮືອນພໍສົມຄວນ.
- ເມື່ອທ່ານກັບມາຈາກຟາມກ່ອນຈະເຂົ້າໃນເຮືອນ, ທ່ານຕ້ອງໝັ້ນໃຈວ່າ ທຸກໆຄົນໃນຄອບຄົວຂອງທ່ານທີ່ໄປເຮັດວຽກຢູ່ຟາມໄກ່ຕ້ອງປົດເກີບກ່ອນ ແລະ ເກີບນັ້ນຕ້ອງລ້າງຖູດ້ວຍແປງຂັດເກີບໃສ່ແຜ່ນ, ໃສ່ສະບູ ແລະ ລ້າງອອກດ້ວຍນ້ຳທີ່ສະອາດ ຫລືໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອຮຽບຮ້ອຍແລ້ວ.
- ຫ້າມຄົວ, ຫ້າມກິນ, ຫຼື ຂາຍ ສັດປີກທີ່ເຈັບໆ ຫລື ຕາຍ, ເພາະວ່າຖ້າມັນຕາຍຍ້ອນພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດ ປີກ ທ່ານກໍ່ຈະຕິດເຊື້ອພະຍາດນີ້ຍ້ອນການຈັບ ຫລື ກິນມັນ.
- ຄວນກິນແຕ່ສັດທີ່ແຂງແຮງເທົ່ານັ້ນ, ຊີ້ນ, ໄຂ່ ແລະ ເລືອດຕ່າງໆຕ້ອງປຸງແຕ່ງໃຫ້ສຸກດີກ່ອນຈະຮັບປະທານ.

ຈະປ້ອງກັນສັດລ້ຽງຂອງທ່ານແນວໃດໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກ ?

ນີ້ແມ່ນບາງວິທີການຂັ້ນພື້ນຖານໃນການປ້ອງກັນການແຜ່ເຊື້ອຂອງ ພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກ.



ທ່ານສາມາດປ້ອງກັນສັດລ້ຽງຂອງທ່ານໂດຍ:



- ຄວນ, ຂັງສັດປີກທັງໝົດຂອງທ່ານໃຫ້ຢູ່ພາຍໃນຮົ້ວ ຫຼື ຂັງໃນຄອກ. ໃຫ້ຫ່າງຈາກທຸກຊະນິດໂດຍສະເພາະແມ່ນນົກປ່າ ທີ່ບິນມາຈາກບ່ອນອື່ນ.
- ຕ້ອງ, ຂັງສັດທີ່ນຳມາຈາກບ່ອນອື່ນໂດຍແຍກຂັງຕ່າງຫາກບໍ່ໃຫ້ຂັງຮ່ວມກັບຝູງສັດປີກທີ່ຢູ່ໃນຄອກຂອງເຮົາຢ່າງໜ້ອຍ 14 ວັນ (2ອາທິດ) ເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າສັດທີ່ນຳມານັ້ນບໍ່ມີອາການເຈັບປ່ວຍຫຍັງ.
- ແຍກຝູງໄກ່ອອກຈາກຝູງເປັດ ຫຼື ຝູງສັດປີກຊະນິດຕ່າງໆ.
- ສະຖານທີ່ຟາມລ້ຽງສັດປີກຕ້ອງຫ່າງໄກຈາກແຫຼ່ງນ້ຳທຳມະຊາດ(ຫ້ວຍ,ໜອງ,ຄອງ,ບຶງ) ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ສັດປີກ ໄດ້ດື່ມນ້ຳຈາກແຫລ່ງນ້ຳນັ້ນ, ເພາະມັນອາດສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອພະຍາດຈາກນົກປ່າທີ່ລົງມາຫລິ້ນນ້ຳນັ້ນ.

ພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກແມ່ນຫຍັງ?

ພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກ ແມ່ນ ພະຍາດຕິດແປດຊ້າຍແຮງຊະນິດນຶ່ງຂອງສັດປີກທຸກຊະນິດ (ເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວບໍ່ສາມາດເບິ່ງເຫັນດ້ວຍຕາເປົ່າໄດ້, ເປັນສິ່ງທີ່ມີຊີວິດ ແລະ ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໄດ້) ສັດປີກທຸກປະເພດສາມາດຕິດເຊື້ອບາງຊະນິດຂອງຕະກູນພະຍາດໄຂ້ ຫວັດສັດປີກ ເຊັ່ນ: ສາຍພັນ H5N1 ສາມາດຂ້າສັດປີກທຸກປະເພດຕາຍເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍໃນເວລາສັ້ນໆ ລວມທັງຄົນເຮົາອີກດ້ວຍ. ເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວມັນບໍ່ຄືກັນກັບພະຍາດໄຂ້ຫວັດທີ່ມະນຸດເຮົາເຄີຍເປັນ. ໂດຍປົກກະຕິເຊື້ອພະຍາດນີ້ມັນຈະສົ່ງ ເຊື້ອຈາກສັດປີກຫາສັດປີກ, ບໍ່ແມ່ນຈາກການສົ່ງເຊື້ອຈາກຄົນຫາຄົນ.

ເຊື້ອພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກແຜ່ລະບາດແນວໃດ?

ເຊື້ອພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກສາມາດແຜ່ລະບາດໄດ້ ຖ້າຫາກສັດປີກ ຫຼື ຄົນມີການສຳພັດກັບເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວໂດຍກົງເຊັ່ນ: ຈາກການກິນ ຫຼື ການສູບດົມຫາຍໃຈເອົາອາກາດທີ່ປົນເປື້ອນດ້ວຍເຊື້ອພະຍາດ, ຈາກສຳພັດກັບນ້ຳເມືອກ, ນ້ຳລາຍ, ເລືອດ ຫຼື ຈາກການສຳພັດກັບຂີ້ສັດປີກທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດບໍ່ວ່າຈະເປັນສັດປີກທີ່ເຮົາລ້ຽງ ຫຼື ສັດປີກທີ່ອົບພະຍົບເຂົ້າມາ ເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວນີ້ຈະຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຂອງມະນຸດ(ຢູ່ໃນຮ່າງກາຍສັດຊະນິດອື່ນໆ ຫຼືຢູ່ໃນພືດ) ເພື່ອທຳການຟັກເຊື້ອ ແລະ ຂະຫຍາຍພັນ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມບາງເຊື້ອໄວຣັດ ເຊັ່ນ: ເຊື້ອພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກສາມາດມີຊີວິດຢູ່ໄດ້ໄລຍະໜຶ່ງໃນພື້ນທີ່ອື່ນໆ (ລະພາບແວດລ້ອມອື່ນໆ).
ດັ່ງນັ້ນມັນຈຶ່ງມີຄວາມສຳຄັນສຳລັບມະນຸດເຮົາໃນການລ້າງມືແຕ່ລະຄັ້ງຕ້ອງໃສ່ສະບູ(ຫຼືຂີ້ເຖົ່າ), ມີ, ເກີບ, ເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ພາຊະນະຕ່າງໆທີ່ໄດ້ສຳພັດກັບສັດປີກເຊັ່ນ: ເລືອດ, ນ້ຳລາຍ, ຂີ້, ສິ່ງຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ຈະສາມາດນຳເຊື້ອພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກ ແລ້ວສົ່ງເຊື້ອດັ່ງກ່າວຕິດຕໍ່ໃສ່ສັດຊະນິດອື່ນໆ ແລະ ລວມທັງສິ່ງແວດລ້ອມ.

ຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອເຫັນສັດເຫງົາ ຫລື ສັດຕາຍ ?

ແຈ້ງໃຫ້ອຳນາດການປົກຄອງທ້ອງຖິ່ນໃຫ້ຮູ້ໂດຍທັນທີ ຖ້າຫາກສັດປີກຂອງທ່ານມີອາການເຈັບປ່ວຍ ຫລື ມີການຕາຍເພີ່ມຂຶ້ນ.

- ຫາກທ່ານເຫັນສັດປີກເຫງົາຈຳນວນໜຶ່ງຫລືເປັນຈຳນວນຫລວງຫລາຍຫ້າມບໍ່ໃຫ້ປະປ່ອຍມັນຢູ່ໃນຟາມດຽວກັນເດັດຂາດ, ເພື່ອປ້ອງກັນສັດປີກໃນຝູງໃຫ້ມີຄວາມປອດໄພ ທ່ານຕ້ອງແຍກມັນອອກ ຈາກຝູງທັນທີ. ຫ້າມຄົວ, ຫ້າມກິນ, ຫຼື ຂາຍ ສັດປີກທີ່ເຫງົາ ຫລື ຕາຍ. ເວລາທ່ານເຄື່ອນຍ້າຍ ສັດເຫງົາ ຫຼື ຕາຍນັ້ນທ່ານຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດດັງ/ອັດປາກ,ໃສ່ ຊຸບມື ຫຼື ຖົງຢາງ, ໃຊ້ຊ້ອນ ຫຼື ໃຊ້ໄມ້ຄີບເອົາສັດນັ້ນຫ້າມຈັບບາຍດ້ວຍມືເປົ່າ ໂດຍບໍ່ມີເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົວເອງ ເດັດຂາດ, ເອົາຊາກສັດໃສ່ຖົງຢາງຫຼືກ່ອງໃຫ້ຫ່າງຈາກຝູງສັດ, ຫ້າມຖິ້ມຊາກສັດ ຕາຍລົງໃສ່ຫ້ວຍນ້ຳ ລຳຄອງ, ບຶງ ຫຼື ຕາມທົ່ງໄຮ່, ທົ່ງນາຕ່າງໆ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເດັກນ້ອຍເຂົ້າໃກ້ກັບ ສັດເຈັບ ແລະ ຊາກສັດເດັດຂາດ.

- ລາຍງານໃຫ້ພະນັກງານສັດຕະວະແພດບ້ານ,ພະນັກງານກະສິກຳ ແລະ ອຳນາດການປົກຄອງຮັບຊາບໂດຍທັນທີ.

- ຫຼັງຈາກພະນັກງານວິຊາການທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໄດ້ມາກວດກາແລ້ວຕ້ອງປະຕິບັດຕາມການແນະນຳຫຼັກວິຊາການທັນທີ.

- ທຳການຂ້າເຊື້ອໃນບໍລິເວນລ້ຽງສັດປີກເຊັ່ນ: ກົງຂັງສັດ, ເລົ້າ, ບໍລິເວນລ້ຽງໄກ່ ແລະ ຟາມ.

ອະນາໄມບໍລິເວນທີ່ລ້ຽງສັດປີກໃຫ້ເປັນປະຈຳສິ່ງເສດເຫຼືອຕົກຄ້າງຕ່າງໆທີ່ຕິດມານຳພາຫະນະ ຈາກ ບ່ອນອື່ນເປັນບັນຫາທາງໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສັດປີກສາມາດຕິດເຊື້ອໄດ.
ດັ່ງນັ້ນເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງທ່ານສາມາດປະຕິບັດດັ່ງນີ້:

- ອະນາໄມປັດກວາດອາຈົມສັດອອກຈາກບໍລິເວນທີ່ລ້ຽງສັດຂອງທ່ານທຸກໆມື້, ໃຊ້ຜ້າອັດດັງ/ອັດປາກ ຫຼື ຜ້າແພ, ໃສ່ຖົງມືຖ້າມີ.
- ເຜົາ ຫຼື ຝັງຂົນ ແລະ ສິ່ງຂອງທີ່ບໍ່ຈຳເປັນໃຫ້ຫ່າງຈາກຟາມ ແລະ ສະຖານທີ່ໆ ມີຄົນ ແລະ ສັດອາໄສຢູ່. ຖ້າທ່ານຝັງສິ່ງເສດເຫຼືອຕ່າງໆ ຂຸມຕ້ອງຂຸດໃຫ້ເລິກເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ສັດອື່ນໆ ມາຂຸດຄຸ້ຍໄດ້.
- ຕາກອາຈົມສັດ(ຂີ້ສັດ)ນັ້ນໃຫ້ຫຼາຍອາທິດກ່ອນຈະນຳໄປໃຊ້ເປັນປຸຍປົນກັບດິນເພື່ອໃຫ້ເຊື້ອພະຍາດນັ້ນຕາຍ, ຫ້າມນຳເອົາໄປໃຫ້ໝູກິນ, ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ສັດທຸກປະເພດເຂົ້າມາໃກ້ ຫຼື ຫ້າມໂຍນມັນກະຈາຍໄປໃນອາກາດ.
- ສຳລັບຟາມຂະໜາດນ້ອຍຄວນເຮັດອານະໄມ (ທຳຄວາມສະອາດ) ອຸປະກອນຕ່າງໆ ດ້ວຍສະບູ ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທຸກໆມື້. (ຖ້າມີ)

ຫລີກລ້ຽງການນຳເອົາສັດ ຫລື ວັດຖຸ ອຸປະກອນຕ່າງໆທີ່ນຳມາຈາກຟາມ ອື່ນ ຫລື ຕະຫລາດເຂົ້າມາໃນເຮືອນ, ເພາະວ່າ ເຊື້ອພະຍາດ ໄຂ້ຫວັດສັດ ປີກນັ້ນເບິ່ງດ້ວຍຕາ ເປົ່າບໍ່ເຫັນໂດຍ ປົກກະຕິ ແລ້ວທ່ານບໍ່ໄດ້ບອກໃສ ທຸກຄັ້ງ ເມື່ອທ່ານໄດ້ຈັບສຳພັດກັບ ສັດປີກມາ, ທ່ານອາດຕິດເຊື້ອພະ ຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກມາກ່ອນແລ້ວທີ່ ທ່ານຈະເກີດອາການເຈັບປ່ວຍເພື່ອ ຄວາມປອດໄພໃຫ້ທ່ານຈົ່ງ ປະຕິບັດ ຕາມຂັ້ນຕອນຕ່າງໆ ດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ຖ້າທ່ານນຳສັດປີກຂອງທ່ານທີ່ບໍ່ໄດ້ຂາຍ (ຂາຍບໍ່ອອກ) ຈາກຕະຫຼາດ, ທ່ານຕ້ອງແຍກຂັງຕ່າງຫາກ ຢ່າງນ້ອຍ 14 ວັນກ່ອນຈະປ່ອຍຄືນເຂົ້າສູ່ຝູງເກົ່າ, (ກໍລະນີຫາກມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ).
- ໃຊ້ແປງກັບສະບູລ້າງເກີບໂບທ ແລະ ຕີນລົດຖີບ ຫລື ລົດຈັກຫຼັງຈາກກັບມາແຕ່ຟາມ ຫຼື ຕະຫຼາດ ຂາຍໄກ່ເພື່ອປ້ອງກັນການນຳເຊື້ອພະຍາດທີ່ຕິດມານຳເຄື່ອງນຸ່ງ, ເກີບ ແລະ ອຸປະກອນ ຕ່າງໆ.
- ອະນາໄມຂ້າເຊື້ອ ຫລືໃຊ້ ສະບູ ແລະ ນ້ຳກັບອຸປະກອນທຸກຢ່າງ ກ່ອນຈະນຳໃຊ້ ບາງທີ່ມັນອາດຈະມີສິ່ງຂອງຕົກຄ້າງ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດທີ່ຕິດມາຈາກສະຖານທີ່ອື່ນ. ໃນນີ້ອາດຈະຕິດມານຳເຄື່ອງນຸ່ງ, ອຸປະກອນ, ກົງຮັງ(ຢາງໄກ), ຕີນລົດຖີບ ແລະ ຕີນລົດຕ່າງໆ ຂອງຄົນໃນຄອບຄົວຂອງທ່ານ ແລະ ຄົນທີ່ມາຢ້ຽມ.
- ໃນກໍລະນີມີການລະບາດຂອງພະຍາດໄຂ້ຫວັດສັດປີກຫ້າມເດັດຂາດບໍ່ໃຫ້ນຳເອົາອຸປະກອນ ຫລື ພາຫະນະຕ່າງໆຈາກຟາມອື່ນເຂົ້າມາໃນຟາມ.
- ຫ້າມນຳເອົາສັດປະເພດຕ່າງໆເຊັ່ນ: ໄກ່ນ້ອຍ, ເປັດນ້ອຍ ຫຼື ໝູນ້ອຍຈາກຟາມອື່ນ ມາລ້ຽງ ປົນກັບຝູງສັດໃນຟາມໂດຍບໍ່ໄດ້ແຍກຂັງຕ່າງຫາກພາຍໃນ 14 ວັນກ່ອນ, ເຖິງແມ່ນວ່າສັດເຫຼົ່ານັ້ນເບິ່ງຄືວ່າຍັງແຂງແຮງຢູ່ກໍ່ຕາມ. ບາງທີມັນອາດຈະຕິດເຊື້ອພະຍາດແລ້ວກໍ່ເປັນໄປໄດ້