ការការពារ និងការលើកកម្ពស់សុខភាពកុមារ

3 November 2024

1

ការការពារបញ្ហាអាហារូបត្ថម្ភ និងវិធានការបន្ទាន់ចំពោះកុមារ

3 November 2024

សំណួរ : តើមានកត្តាអ្វីខ្លះដែលអាចធ្វើឱ្យទារក និងកុមារឈឺ ?

2

➢ វិធានការដើម្បីបង្ការជំងឺកុមារ

- **គ្រោះថ្នាក់នៃបញ្ហាកង្វះអាហារូបត្ថម្ភកុមារ** នឹងជះឥទ្ធិពលដល់សុខភាព ដែលនាំឱ្យកុមារប្រឈមនឹងជំងឺជាច្រើន និងលទ្ធភាពក្នុងការរកចំណូលចិញ្ចឹមជីវិតរបស់ពួកគេនៅពេលអនាគត

- **ការផ្តល់អាហារូបត្ថម្ភសមស្រប** ដល់មាតាទារក និងកុមារ ជាពិសេសនៅក្នុងអំឡុងពេល ១000ថ្ងៃដំបូងនៃជីវិត គឺជាការចាំបាច់បំផុត ដើម្បីលើកកម្ពស់សុខភាពនិងបង្ការជំងឺនានា

- ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះត្រូវពិនិត្យផ្ទៃពោះឱ្យបានទៀងទាត់ទៅតាមដំណាក់កាល មុនពេលសម្រាល និងក្រោយសម្រាលដើម្បីឱ្យ**ទារកកើតមកគ្រប់គីឡូ** ។
- ការបង្ការទារកកើតមិនគ្រប់គីឡូ គឺជាកត្តាចម្បងដែលក្រុមគ្រួសារ និងក្រុមទ្រទ្រង់សុខភាពភូមិត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ឱ្យបានខ្លាំងបំផុត ព្រោះទារកកើតមិនគ្រប់គីឡូងាយនឹងស្លាប់និងឆ្លងជំងឺផ្សេងៗ

- ទម្ងន់ស្តង់ដាររបស់ទារកពេលកើតគឺ **២៥០០ ក្រាម ឬ ២,៥ គីឡូក្រាម** ។ ទារកដែលកើតមកមានទម្ងន់តិចជាងនេះ ជាទម្ងន់ក្រោមស្តង់ដារតម្រូវឱ្យឆ្លងអនុវត្តបទអន្តរាគមន៍ផ្សេងៗ ។

- **សារៈសំខាន់នៃថ្នាំបង្ការសម្រាប់ទារក កុមារ និងស្ត្រីក្នុងវ័យបន្តពូជ**
  - សារប្រយោជន៍របស់ថ្នាំបង្ការ អាចកាត់បន្ថយអត្រាឈឺ និងស្លាប់ដោយជំងឺ ដែលបញ្ហាទាំងនេះអាចការពារបានដោយរ៉ាក់សាំង ។

- **សម្រាប់ទារក និងកុមារ** : ថ្នាំបង្ការជួយការពារទារកពីការឆ្លងជំងឺ១១មុខ ដូចជា : (១) ជំងឺរបេង, (២) ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទបេ, (៣) ជំងឺគ្រុនស្វិតដៃជើង, (៤) ជំងឺតេតាណូស, (៥) ជំងឺក្អកមាន់, (៦) ជំងឺខាន់ស្លាក់, (៧) ជំងឺរលាកស្រោមខួរក្បាលនិងសួតដោយពពួកបាក់តេរីហ៊ីប, (៨) ជំងឺរលាកស្រោម ខួរក្បាលនិងសួតដោយពពួកបាក់តេរីភ្នើម៉ូកូក, (៩) ជំងឺកញ្ជ្រឹល, (១០) ជំងឺស្អូច និង(១១) ជំងឺរលាក ខួរក្បាលជេអ៊ី

➢ ប្រតិទិនផ្តល់ថ្នាំបង្ការ

ដំណាក់កាល	អាយុទារក ឬកុមារ	ការការពារ
លើកទី១	ទើបកើត មុន ២៤ម៉ោង	ជំងឺរលាកថ្លើមប្រភេទបេ របេង
លើកទី២	អាយុ ១ខែកន្លះ	ជំងឺគ្រុនស្ទិតដៃជើង រលាកថ្លើមប្រភេទបេ ក្អកមាន់ ខាន់ស្លាក់ តេតាណូស រលាកសួត/រលាកស្រោមខួរក្បាល
លើកទី៣	អាយុ ២ខែកន្លះ	
លើកទី៤	អាយុ ៣ខែកន្លះ	
លើកទី៥	អាយុ ៦ខែ	ជំងឺកញ្ជ្រិល ស្អូច
លើកទី៦	អាយុ ៩ខែ	ជំងឺកញ្ជ្រិល ស្អូច រលាកខួរក្បាល
លើកទី៧	អាយុ ១៨ខែ ឬ១ឆ្នាំកន្លះ	

- **សម្រាប់ស្ត្រីក្នុងវ័យបន្តពូជអាយុពី ១៥-៤៩ឆ្នាំ** : ថ្នាំបង្ការសម្រាប់ស្ត្រីមាន រ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺតេតាណូស និងថ្នាំគ្រាប់ជាតិដែកសម្រាប់ស្ត្រីមិនមានផ្ទៃពោះ លេបប្រចាំសប្តាហ៍ ដែលមាននៅតាមទីកន្លែងផ្តល់រ៉ាក់សាំង ។ រ៉ាក់សាំងជួយការពារស្ត្រីនិងកូនពីជំងឺតេតាណូសពេលសម្រាល ។

ដូស	ពេលដែលត្រូវចាក់	រយៈពេលដែលអាចការពារបាន
TT 1	ចាប់ពីអាយុ១៥ឆ្នាំឡើងទៅ (ឬពេលចាប់មានផ្ទៃពោះ)	ត្មាន/០ឆ្នាំ
TT 2	យ៉ាងតិច១ខែក្រោយចាក់លើកទី១	៣ឆ្នាំ
TT 3	យ៉ាងតិច៦ខែក្រោយចាក់លើកទី២	៥ឆ្នាំ
TT 4	យ៉ាងតិច១ឆ្នាំក្រោយចាក់លើកទី៣ (ពេលមានផ្ទៃពោះលើកក្រោយ)	១០ឆ្នាំ
TT 5	យ៉ាងតិច១ឆ្នាំក្រោយចាក់លើកទី៤ (ពេលមានផ្ទៃពោះលើកក្រោយ)	មួយជីវិត

សូមអរគុណ!

Thank you!