

ການປົກປ້ອງຊຸມຊົນ ການປ້ອງກັນພະຍາດມາລາເລຍ

ຫົນທາງສູ່ຄວາມຜາສຸກ ໃນພາກພື້ນອາຊີຕະເວັນອອກສຽງໃຕ້



ອົງການກາແດງລາວ
Lao Red Cross



International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies
Saving lives, changing minds.



ອ້າຍຕົ້ນ,
ເຈົ້າກຳລັງເບິ່ງຫຍັງຢູ່ຫັ້ນ?



ເບິ່ງອັນນີ້ເດະ !!! ໂຕຂົດງຽງ
ມັນອອກມາຈາກໄຂ່ໃນນ້ຳ



...ມັນຄືໜອນຍຸງ
ຈັກໜ່ອຍມັນກະຊິກາຍມາເປັນຍຸງ



...ເຊິ່ງຍຸງພວກນີ້ສາມາດນຳເຊື້ອມາລາເລຍມາສູ່ເຈົ້າໄດ້
ຖ້າຍຸງໂຕທີ່ມີເຊື້ອມາກັດເຈົ້າ

ເພາະສະນັ້ນ, ຖ້າຍຸງມາຈາກນ້ຳ...



...ສະນັ້ນເຮົາຄວນຖອກນ້ຳເປື້ອນທີ່ມີກິ່ນເໝັນຖິ້ມ
ຈາກທຸກສິ່ງທີ່ຂັງນ້ຳຢູ່ອ້ອມແອ້ມເຮືອນຂອງພວກເຮົາ

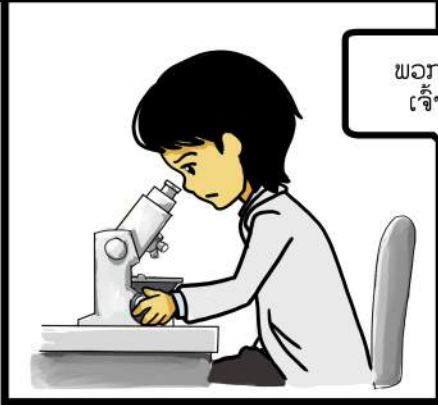


ອ້າຍຕົ້ນຮູ້ບໍ່ ຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນຖ້າເຈົ້າເປັນໄຂ່ມາລາເລຍ?
ທຸກຄົນສາມາດເປັນໄດ້ພະຍາດນີ້ໄດ້.

ຮູ້ບໍ່ນ້ອງ, ອາການທຳອິດແມ່ນ
ເຈົ້າຈະເປັນໄຂ່ຈາກນັ້ນອາດ
ມີອາການອື່ນໆນຳເຊັ່ນ:



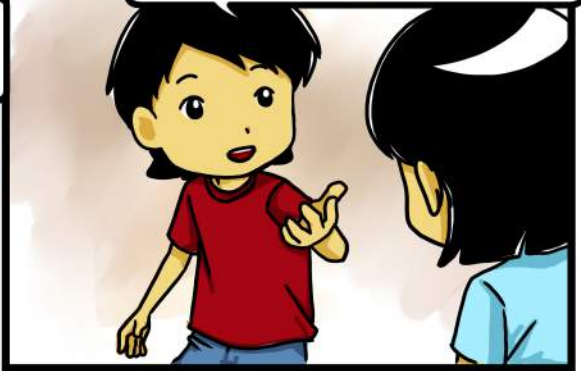
ການກວດຫາພະຍາດມາລາເລຍກໍ່ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງຍາກ,
ແຕ່ເຈົ້າຕ້ອງໄປຫາໝູ່ສຸກສາລາ ເວລາທີ່ເຈົ້າຮູ້ສຶກເປັນໄຂ້



ພວກເຂົາມີຢາທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ອາການຂອງ
ເຈົ້າດີຂຶ້ນ ຖ້າເຈົ້າໄປພົບໝໍໃນທັນທີ.



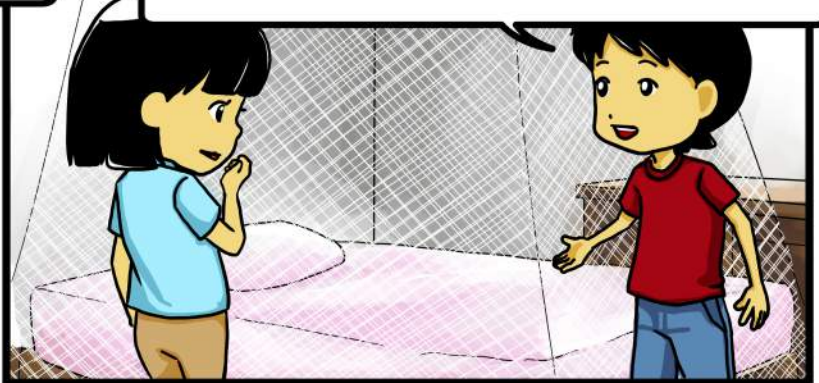
ບາດນີ້ມາເບິ່ງນຳກັນວ່າ ມີຫຍັງແດ່ທີ່ພວກ
ເຮົາສາມາດເຮັດໄດ້ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຍຸງກັດ



ພໍ່ແມ່ໃຫ້ຂ້ອຍນອນໃນມຸງ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຍຸງກັດຂ້ອຍ...



...ມຸງຈະປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຍຸງເຂົ້າມາກັດພວກເຮົາເວລາທີ່ພວກເຮົານອນຫຼັບຢູ່



ເບິ່ງແມ້, ຢູ່ປ່ອງຢ້ຽມນີ້ກະມີ
ຕາໜ່າງກັນບໍ່ໃຫ້ຍຸງເຂົ້າມາໃນເຮືອນ.



ປ່າໂທ້...ກິນອີ່ຫຍັງ
ຄືກິນຕີນອີ່ພໍ່ເລີຍ



ອ້າ, ກິນຍາອຸດຍຸງ ຍຸງມັນບໍ່ມັກກິນນີ້
ເວລາມັນໄດ້ກິນ ມັນຈະບິນໜີໄປບ່ອນອື່ນ



ຂ້ອຍມັກກິນຂອງຢາສິດຍຸງນີ້
ແຕ່ວ່າພວກຍຸງຊັງກິນນີ້ ແລະ ມັນກໍ່ບໍ່ມາໃກ້.
ໃກ້ຈະມືດແລ້ວຈັກໜ້ອຍຍຸງຊີກັດ ຮິບສິດຢາກັນຍຸງໄວ



ແລະ ຖ້າຍຸງ
ມັນບໍ່ເຫັນຜິວໜັງເຮົາ



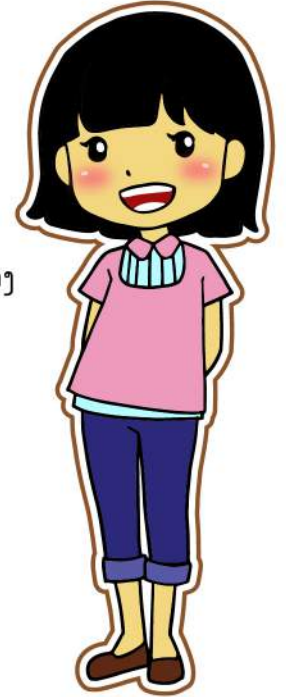
ມັນກໍ່ບໍ່ສາມາດກັດເຮົາໄດ້



ມາລອງເບິ່ງກັນເທາະ
ວ່າເຮົາຊິໄປໄດ້ໄກປານໃດ ໂດຍທີ່ບໍ່ຖືກຍຸງກັດ

ດ້ານລຸ່ມນີ້ແມ່ນບັນຊີລາຍການສິ່ງທີ່ຕ້ອງຈື່ຈຳກ່ຽວກັບພະຍາດມາລາເລຍ. ຈົ່ງສຶກສາມັນໃຫ້ດີ, ຄຳແນະນຳເຫຼົ່ານີ້ສາມາດສ້າງຄວາມແຕກຕ່າງ ສຳລັບຕົວທ່ານເອງ ແລະ ຄອບຄົວຂອງທ່ານໄດ້!

- ມາລາເລຍຄືພະຍາດຊະນິດໜຶ່ງທີ່ແຜ່ເຊື້ອໂດຍການຖືກຍຸງທີ່ມີເຊື້ອກັດ
- ທຸກຄົນແມ່ນມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການເປັນພະຍາດມາລາເລຍ. ແມ່ມານ ແລະ ເດັກນ້ອຍອາຍຸຕໍ່າກວ່າ 5 ປີ ແມ່ນເປັນກຸ່ມທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງສຸດທີ່ຈະເສຍຊີວິດຈາກພະຍາດດັ່ງກ່າວ
- ອາການໂດຍທົ່ວໄປຂອງມາລາເລຍກໍ່ຄືມີໄຂ້ ແຕ່ວ່າອາດມີອາການອື່ນໆລວມຢູ່ນຳເຊັ່ນ:
 - ເຈັບຫົວ
 - ປວດຂໍ້ກະດູກ
 - ຮາກຢ່າງຮຸນແຮງ
 - ເບື້ອອາຫານ
 - ມີອາການຊັກ
- ການປິ່ນປົວທີ່ທັນເວລາສາມາດປ້ອງກັນການເສຍຊີວິດໄດ້. ໃຜກໍ່ຕາມທີ່ມີໄຂ້ຈະຕ້ອງໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ ຈາກແພດພາຍໃນ 24 ຊົ່ວໂມງ. ຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອມາລາເລຍຈະຕ້ອງໄດ້ຮັບການຮັກສາຕາມຂັ້ນຕອນໃຫ້ຖືກຕ້ອງ ແລະ ຄົບຖ້ວນ.
- ໃຫ້ນອນໃນມັງຍ້ອມນ້ຳຢາ (LLINs) ຈະຊ່ວຍໃຫ້ສາມາດຫຼຸດຜ່ອນໂອກາດຖືກຍຸງທີ່ມີເຊື້ອມາລາເລຍກັດ
- ເຈົ້າຍັງສາມາດປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຖືກຍຸງກັດໄດ້ດ້ວຍວິທີຕ່າງໆເຊັ່ນ:
 - ໃສ່ຕາໜ່າງກັນຍຸງທີ່ປ້ອງຢ້ຽມ ແລະ ປະຕູເຮືອນ
 - ນຸ່ງເສື້ອແຂນຍາວ, ໂສ້ງຂາຍາວ ເວລານອນ
 - ຈຸດຢາອຸດຍຸງ
 - ທາຢາກັນຍຸງ
- ຮັກສາສະພາບແວດລ້ອມອ້ອມເຮືອນໃຫ້ສະອາດຢູ່ສະເໝີ ແລະ ບໍ່ໃຫ້ມີນ້ຳຂັງໃນບໍລິເວນບ້ານ ຫຼື ບໍລິເວນໃກ້ຄຽງ.



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

South-East Asia regional delegation

Community Safety and Resilience Unit
Ocean Tower I, 170/11-12 Sukhumvit soi 16, Klong-toey
10110 Bangkok, Thailand
T: +662 661 8201 F: +662 661 9322
E: thailand.regionaloffice@ifrc.org