



ເຈ້ຍຂໍ້ມູນຄວາມຈິງ: ສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງຮູ້ກ່ຽວກັບ COVID-19

17/09/2020

COVID-19 ແມ່ນຫຍັງ

ໂຄໂຣນາໄວຣັສແມ່ນສະກຸນຂອງເຊື້ອໄວຣັສອັນກວ້າງຂວາງທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດການຕິດເຊື້ອທີ່ລະບົບທາງເດີນຫາຍໃຈ. ການຕິດເຊື້ອອາດຈະລວມຈາກລະດັບການເປັນຫວັດທຳມະດາໄປຈົນເຖິງການເປັນພະຍາດທີ່ມີຄວາມຮ້າຍແຮງຫຼາຍຂຶ້ນ.

COVID-19 ແມ່ນພະຍາດທີ່ເກີດຂຶ້ນຍ້ອນໂຄໂຣນາໄວຣັສໃໝ່ຊະນິດໜຶ່ງເຊື້ອໄວຣັສນີ້ຖືກລາຍງານວ່າມີຂຶ້ນເປັນຄັ້ງທຳອິດໃນເດືອນທັນວາ ປີ 2019 ທີ່ ເມືອງອູຮານ ໃນ ປະເທດຈີນ.

ອາການຕ່າງໆຂອງ COVID-19

ອາການຕ່າງໆຂອງ COVID-19 ອາດມີແຕ່ຂັ້ນເລັບປ່ວຍພຽງເບົາບາງໄປຈົນເຖິງຂັ້ນເປັນບອດອັກເສບຢ່າງຮ້າຍແຮງ. ບາງຄົນອາດຈະພື້ນຈາກພະຍາດຢ່າງໄວວາແລະງ່າຍດາຍ, ແລະ ຄົນອື່ນໆອາດຈະເລັບປ່ວຍລົງຢ່າງໄວວາ.

ອາການຕ່າງໆຂອງ COVID-19 ລວມມີ:

- ເປັນໄຂ້
- ມີອາການຕ່າງໆທີ່ທາງເດີນຫາຍໃຈ
- ໄອ
- ເຈັບຄໍ
- ຫາຍໃຈຜິດ

ອາການອື່ນໆອາດລວມມີຂີ້ມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຫົວ, ເຈັບຕາມກ້າມເນື້ອຫຼືຕາມຂໍ້, ປວດຮາກ, ຖອກທ້ອງ, ຮາກ, ບໍ່ຮູ້ກິນ, ລົດຊາດ ໃນການກິນອາຫານປ່ຽນໄປ, ກິນເຂົ້າບໍ່ແລບແລະເມື່ອຍອ່ອນເພີ່ມ.

ເຊື້ອໄວຣັສນີ້ແຜ່ຜ່າຍຢ່າງໃດ

COVID-19 ແຜ່ຜ່າຍຈາກຄົນໜຶ່ງໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງໂດຍຜ່ານ:

- ການພົວພັນໃກ້ຊິດກັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອແລ້ວ (ລວມທັງລະຍະພາຍໃນ 48 ຊົ່ວໂມງກ່ອນທີ່ຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອຄົນນັ້ນຈະສະແດງອາການ)
- ການໄດ້ສຳຜັດກັບຝອຍລະອອງຈາກການໄອຫຼືຈາກຂອງຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອແລ້ວ
- ຈັບບາຍສິ່ງຂອງຫຼືໜ້າພຽງ (ເຊັ່ນລູກບິດປະຕູຫຼືໂຕະ) ເຊິ່ງມີຝອຍລະອອງຈາກຄົນຕິດເຊື້ອເກາະຕິດຢູ່ ແລະຕໍ່ມາກໍເອົາມືມາຈັບບາຍປາກຫຼືໜ້າຕາຂອງຕົນເອງ

ເນື່ອງຈາກວ່າ COVID-19 ແບັນເພະຍາດໃໝ່, ຈຶ່ງບໍ່ມີການຕ້ານທານຕໍ່ພະຍາດນີ້ໃນຊຸມຊົນຂອງພວກເຮົາ. ນີ້ໝາຍຄວາມວ່າມັນສາມາດແຜ່ຜາຍຢ່າງກວ້າງຂວາງແລະຢ່າງໄວວາ.

ຂ້ອຍຈະໄປກວດຫາ COVID-19 ໄດ້ຢ່າງໃດ?

ຄົນໃດທີ່ມີອາການຂອງ COVID-19 ຕ້ອງໄປກວດຫາພະຍາດ. ແບັນສິ່ງຈໍາເປັນທີ່ຕ້ອງໄປກວດເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານຈະມີອາການແຕ່ພຽງເບົາບາງກໍຕາມ.

ຖ້າທ່ານມີຄວາມແບັນຫວ່າງວ່າທ່ານອາດຈະມີເຊື້ອ COVID-19 ທ່ານສາມາດ:

- ກວດເບິ່ງອາການໂດຍໃຊ້ວິທີຢັ້ງກວດອາການຂອງພະຍາດທາງອອນລາຍນ໌ ຫຼືໂທຣະສັບຫາສາຍຊ່ວຍເຫຼືອແຫ່ງຊາດ ດ້ານໂຄໂຣນາໄວຣັສເພື່ອຂໍຄໍາແນະນໍາທີ່ເລກໂທ 1800 020 080. ຖ້າທ່ານບາກພາສາອັງກິດບໍ່ໄດ້, ທ່ານກໍສາມາດໃຊ້ບໍລິການແປເອກະສານແລະແປພາສາໄດ້ໂດຍໂທເລກ 131 450.
- ໄປທີ່ຄລິນິກລະບົບທາງເດີນຫາຍໃຈ COVID-19 ທີ່ໃຫ້ບໍລິການຟຣີ (ຄລິນິກກວດຫາພະຍາດ)
- ພົວພັນຫາທ່ານໝໍຂອງທ່ານທາງໂທຣະສັບແລະເຂົາເຈົ້າຈະຈັດການເລື່ອງການກວດໃຫ້ທ່ານ. ອັນນີ້ອາດຕ້ອງໄດ້ເສັຍຄ່າ.

ບັນດາຄລິນິກລະບົບທາງເດີນຫາຍໃຈ COVID-19 ແມ່ນ ສູນສຸຂະພູມທີ່ໃຫ້ບໍລິການພິເສດໃນເລື່ອງນີ້ ເຊິ່ງຕັ້ງຢູ່ທົ່ວປະເທດ, ໂດຍສຸມໃສ່ການກວດໃຫ້ຄົນທີ່ມີອາການຂອງການຕິດເຊື້ອທີ່ລະບົບທາງເດີນຫາຍໃຈ.

ຊອກຫາ [ຄລິນິກລະບົບທາງເດີນຫາຍໃຈ COVID-19 ທີ່ຢູ່ໃກ້ບ້ານທ່ານທີ່ສຸດ](#).

ລໍຖ້າຜົນການກວດ

ອາດຈະໃຊ້ເວລາສອງສາມມື້ກ່ອນຈະໄດ້ຮັບຜົນການກວດກັບມາ. ໃນລະຫວ່າງທີ່ທ່ານລໍຖ້າຜົນການກວດນີ້ທ່ານຕ້ອງປະຕິບັດຕາມຄໍາສັ່ງຈາກທາງການສາທາຣະນະສຸກແລະເຈົ້າໜ້າທາງການແພດທີ່ທ່ານກວດໃຫ້ທ່ານ.

ຖ້າທ່ານໄດ້ຮັບການກວດຢ້ອນທ່ານມີອາການທ່ານຕ້ອງກັບບ້ານທັນທີແລະຢູ່ກັບບ້ານ. ທ່ານຕ້ອງເຮັດດັ່ງນີ້ຈົນກວ່າທ່ານຈະໄດ້ຮັບຜົນການກວດວ່າແບັນຜົນລົບຫຼືອາການຂອງທ່ານໄດ້ຫາຍໄປ - ຕາມແຕ່ວ່າອັນໃດທີ່ໃຊ້ເວລາດົນກວ່າ.

ທ່ານອາດຈະຕ້ອງຢູ່ໃນສະພາບຖືກກັກກັນຕົວເພາະວ່າທ່ານເດີນທາງກັບຄືນມາປະເທດຫຼືໄດ້ພົວພັນໃກ້ຊິດກັບຄົນທີ່ມີ COVID-19. ຖ້າທ່ານໄດ້ຮັບການກວດບໍ່ວ່າຈະດ້ວຍເຫດຜົນໃດກໍຕາມເມື່ອທ່ານຍັງຢູ່ໃນລະຫວ່າງກັກກັນຕົວທ່ານຕ້ອງສືບຕໍ່ຢູ່ໃນສະພາບກັກກັນຕົວນັ້ນຈົນຮອດຂັ້ນສຸດທ້າຍຂອງເວລາຂອງການກັກກັນຕົວທີ່ວາງໄວ້^(14ມື້). ທ່ານຕ້ອງປະຕິບັດດັ່ງນີ້ເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານຈະບໍ່ມີອາການແລະຜົນການກວດຂອງທ່ານແມ່ນຜົນລົບກໍຕາມ.

ຖ້າຜົນການກວດຂອງທ່ານແມ່ນຜົນບວກທ່ານຕ້ອງແຍກບ່ຽວຢູ່ຫ່າງຈາກຄົນອື່ນໃນເຮືອນຂອງທ່ານ, ໃນໂຮງໝໍຫຼືທີ່ສະຖານທີ່ພັກເຊົາອື່ນໆ ຕາມຄໍາສັ່ງຂອງທ່ານໝໍຂອງທ່ານແລະທາງການສາທາຣະນະສຸກ.

ຈະປິ່ນປົວ COVID-19 ໂດຍວິທີໃດ?

ໃນບັດຈຸບັນ ຍັງບໍ່ມີການປິ່ນປົວສະເພາະທີ່ມີວັກຊີນທີ່ໄດ້ຮັບການຮັບຮອງທີ່ຈະນຳມາປິ່ນປົວຫຼືປ້ອງກັນ COVID-19 ໄດ້ ເທື່ອ. ໄດ້ມີການປິ່ນປົວບາງຢ່າງທີ່ສາມາດຊ່ວຍຄົນໃຫ້ຜິ້ນຈາກອາການຮ້າຍແຮງຈາກ COVID-19. ການຄົ້ນຄວ້າໃນອອສ ເຕຣເລັຍແລະທົ່ວໂລກກຳລັງຖືກດຳເນີນຢູ່ເພື່ອຄິດຄົ້ນຫາຢາວັກຊີນທີ່ອາດນຳມາໃຊ້ໄດ້ແລະຫາວິທີປິ່ນປົວ.

ແມ່ນໃຜທີ່ຕົກຢູ່ໃນຄວາມສ່ຽງສູງສຸດຕໍ່ COVID-19?

ຢູ່ໃນອອສເຕຣເລັຍ, ຄົນທີ່ຕົກຢູ່ໃນຄວາມສ່ຽງສູງສຸດໃນການຕິດເຊື້ອໄວຣັສແມ່ນ:

- ຜູ້ເດີນທາງທີ່ຫາກັບມາຈາກຕ່າງປະເທດ
- ຜູ້ທີ່ໄດ້ພົວພັນໃກ້ຊິດກັບໃຜຜູ້ໜຶ່ງທີ່ໄດ້ຖືກກວດພົບວ່າມີ COVID-19
- ຜູ້ທີ່ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ດັດສ້າງແລະຄວບຄຸມຕົວ
- ຜູ້ທີ່ຢູ່ໃນບ້ານພັກທີ່ມີສະພາບຢູ່ກັນແບ້ນກຸ່ມ

ຜູ້ທີ່ຕົກຢູ່ໃນສະພາບ, ຫຼືມີແນວໂນ້ມວ່າຈະຢູ່ໃນສະພາບ, ທີ່ຈະມີຄວາມສ່ຽງສູງຂຶ້ນໃນການເຈັບປ່ວຍໜັກຖ້າວ່າເຂົາເຈົ້າຕິດ ເຊື້ອໄວຣັສນີ້ ແມ່ນ:

- ຜູ້ທີ່ມີອາຍຸ 70 ປີຫຼືສູງກວ່ານັ້ນ
- ຜູ້ທີ່ພູມຕ້ານທານຕໍ່າອ້ອນມີບັນຫາທາງສຸຂະພາບຫຼືອ້ອນການປິ່ນປົວພະຍາດ
- ຜູ້ທີ່ມີບັນຫາທາງສຸຂະພາບເຮື້ອຮັງເຊັ່ນ:
 - ພະຍາດຫົວໃຈ
 - ພະຍາດປອດ
 - ໜາກໄຂ່ຫຼັງລົ້ມເຫຼວ
 - ພະຍາດເປົາຫວານ
 - ນ້ຳໜັກເກີນຢ່າງແຮງ
 - ພະຍາດຕັບ

ອັນນີ້ບໍ່ແມ່ນລາຍການສົມບູນຂອງບັນຫາສຸຂະພາບເຮື້ອຮັງທີ່ອາດເຮັດໃຫ້ຄວາມສ່ຽງສູງຂຶ້ນ ຖ້າທ່ານມີບັນຫາສຸຂະພາບ ໃດໆຂໍແນະນຳໃຫ້ທ່ານປຶກສາບັນຫາຄວາມສ່ຽງສ່ວນບຸກຄົນແລະວິທີໃນການປ້ອງກັນຕົວທ່ານກັບທ່ານໝໍທີ່ປິ່ນປົວທ່ານ ຮອດບັດຈຸບັນອັດຕາຂອງກໍລະນີ COVID-19 ໃນກຸ່ມຂອງເດັກນ້ອຍຍັງນັບວ່າຍັງຕ່ຳ, ເມື່ອທຽບໃສ່ກັບປະຊາກອນທົ່ວໄປ.

ໃນບັດຈຸບັນ ຍັງມີຫຼັກຖານຈຳກັດກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງໃນຈຳພວກແມ່ຍິງຖືພາ.

ຈະບ້ອງກັນຕົວທ່ານເອງແລະຄົນອື່ນຈາກ COVID-19 ໄດ້ຢ່າງໃດ

ທຸກໆຄົນຕ້ອງປະກອບສ່ວນໃນການຢຸດຢັ້ງການແຜ່ຜ່າຍຂອງ COVID-19. ເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ເຮົາຕ້ອງເຮັດສິ່ງດັ່ງຕໍ່ລົງໄປນີ້ ເພື່ອຊະລໍການແຜ່ຜ່າຍຂອງ COVID-19 ແລະບ້ອງກັນຄົນທີ່ຕົກຢູ່ໃນຄວາມສ່ຽງສູງ.

- ຢູ່ຫ່າງຈາກຄົນອື່ນໆ 1.5 ແມັດ
- ຫຼີກເວັ້ນການທັກທາຍໂດຍຈັບຕ້ອງຮ່າງກາຍກັນ ເຊັ່ນຈັບມື, ກອດ ແລະ ຈູບ
- ຢູ່ບ້ານຖ້າທ່ານມີອາການຄ້າຍໄຂ້ຫວັດຫຼືໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ແລະໄປກວດຫາພະຍາດເຖິງວ່າອາການຂອງທ່ານຈະເປັນພຽງເບົາບາງ
- ເວລາໄອຫຼືຈາມໃຫ້ເອົາຂໍ້ສອກບັງໄວ້ຫຼືໃຊ້ເຈ້ຍທິດຊອດໄວ້
- ເອົາເຈ້ຍທິດຊອດໃຊ້ແລ້ວຖິ້ມລົງໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທັນທີແລະລ້າງມືຂອງທ່ານ
- ລ້າງມືຂອງທ່ານດ້ວຍສະບູແລະນໍ້າ, ລວມທັງກ່ອນແລະຫຼັງຈາກກິນອາຫານແລະຫຼັງຈາກໄປເຂົ້າຫ້ອງນໍ້າ
- ໃຊ້ນໍ້າຢາກຸມີທີ່ມີເຊື້ອເຫຼົ້າບົນ
- ຫຼີກເວັ້ນການຈັບບາຍ ຕາ, ດັງ ແລະ ປາກຂອງທ່ານ
- ທຳຄວາມສະອາດແລະຂ້າເຊື້ອເລື້ອຍໆຕາມໜ້າພຽງຕ່າງໆເຊັ່ນ ໜ້າໂຕະ, ໂຕະເຮັດວຽກ ແລະ ລູກໝູນປະຕູ
- ທຳຄວາມສະອາດແລະຂ້າເຊື້ອຕາມສິ່ງຂອງທີ່ໃຊ້ເລື້ອຍໆເຊັ່ນໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈ, ກະເບົາເງິນແລະບັດທີ່ໃຊ້ວຽກຕ່າງໆ
- ເພີ່ມປະຣິມານຂອງອາກາດສົດໂດຍເປີດປ່ອງຢ້ຽມຫຼືປັບລະດັບເຄື່ອງປັບອາກາດ.
- ດາວໂຫຼດແອັບ COVIDSafe

ໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຄໍາແນະນໍາສໍາລັບການຊຸມນຸມກັນໃນທີ່ສາທາລະນະຈາກ [ທາງການຂອງລັດຫຼືອະນາເຂດ](#) ຂອງທ່ານທຸກໆເວລາ.

ເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ທ່ານຕ້ອງສືບຕໍ່ການໄປພົບໝໍຕາມັດ. ໂດຍສະເພາະຖ້າທ່ານມີບັນຫາສຸຂະພາບເຮື້ອຮັງຫຼືມີບັນຫາສຸຂະພາບທີ່ກໍາລັງເປັນຢູ່ທີ່ອາດຕ້ອງໄດ້ຮັບການດູແລຈາກແພດ.

ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມແລະບ່ອນຕິດຕໍ່

[ເວັບໄຊຂອງກະຊວງສາທາລະນະສຸກແຫ່ງລັດຖະບານອອສເຕຣເລັຍ](#)

[ແຫ່ງຂໍ້ມູນ COVID-19 ເປັນພາສາອັງກິດ](#)

[ແຫ່ງຂໍ້ມູນ COVID-19 ທີ່ແປໄວ້ແລ້ວ](#)

[ເວັບໄຊແຫ່ງລັດຖະບານອອສເຕຣເລັຍ](#)

[ການກວດຢັ້ງເບິ່ງອາການພະຍາດ \(healthdirect\) ທາງອອນລາຍນ໌](#)

ຊອກຫາ [ຄລິນິກກວດຫາ COVID-19 ທີ່ໃກ້ບ້ານທ່ານທີ່ສຸດ](#) (healthdirect)

[ເວັບໄຊຮ່ວມກັນປິ່ນປົວ](#) ເພື່ອການອຸ້ມອຸດ້ານສຸຂະພາບຈິດແລະຄວາມຢູ່ດີ

ສາຍຊ່ວຍເຫຼືອແຫ່ງຊາດດ້ານໂຄໂຣນາໄວຣັສ: 1800 020 080. ສາຍຂໍ້ມູນນີ້ເປີດບໍລິການຕະຫຼອດ 24 ຊົ່ວໂມງຕໍ່ມື້, ເຈັດມື້ຕໍ່ອາທິດ.

ບໍລິການແປເອກະສານແລະແປພາສາ: 131 450. ສໍາລັບແປເອກະສານແລະແປພາສາຖ້າທ່ານປາກພາສາອັງກິດບໍ່ໄດ້.