ສິ່ງທີ່ຄວນປະຕິບັດ

- ພະຍາດຕຸ່ມນ້ຳໃສ ແມ່ນພະຍາດໜຶ່ງທີ່ເຮົາບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້, ແຕ່ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມມັນມີຢາຕ້ານໄວຣັດ ທີ່ສາມາດສະກັດກັ້ນບໍ່ໃຫ້ເຊື້ອມັນເປັນເລື້ອຍ ແລະ ສາມາດຫຼຸດຜ່ອນຄວາມຮຸນແຮງຂອງພະຍາດນີ້ໄດ້ ແລະ ບາງຂໍ້ມູນລາຍງານວ່າ: ພະຍາດນີ້ໂດຍສ່ວນຫຼາຍຖ້າກາຍ 2 ປີ ແລ້ວຮ່າງກາຍຈະສາມາດກຳຈັດມັນໄດ້.

ວິທີການປ້ອງກັນ

- ບໍ່ຄວນມີຄູ່ຮ່ວມນອນຫຼາຍຄົນ.
- ຄວນປິ່ນປົວໃຫ້ຖືກວິທີຕາມແພດສັ່ງ.
- ຄວນໃສ່ຖົງຢາງອານາໄມທຸກຄັ້ງ ເວລາມີເພດສຳພັນ.

ໝາຍເຫດ: ບາງພະຍາດ ຖົງຢາງອານາໄມກໍ່ບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນໄດ້ 100 %

1361
137

ໃຫ້ຄຳປຶກສາກ່ຽວກັບສຸຂະພາບທາງເພດ, ສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ, ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ, HIV/AIDS, ສຸຂະພາບຈິດ

vycentre@yahoo.com
52174490 & 22661218
VWYC Fans
VWYC_Laos
vwyc fans
www.vwyclaos.org

ທ່ານສາມາດເຂົ້າມາຮັບຄຳປຶກສາໄດ້ທີ່ ຫ້ອງກວດສຸຂະພາບໄວໜຸ່ມ

ເປີດບໍລິການທຸກໆມື້ (ວັນຈັນ-ສຸກ)
ເວລາ8:30-16:30 ໂມງ
ບໍລິການທີ່ຖືກຕ້ອງ ເປັນມິດ ແລະ ປິດລັບ
ໂທ 021 252887

ຫ້ອງກວດສຸຂະພາບຕັ້ງຢູ່:
- ບ້ານສີຫອມ, ເມືອງຈັນທະບູລີ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
- ຕິດກັບ ສີ່ແຍກໄຟແດງປາກປ່າສັກ
- ກົງກັນຂ້າມກັບທະນາຄານພັດທະນາລາວ

ພະຍາດຕຸ່ມນ້ຳໃສ

ແມ່ນພະຍາດແນວໃດ?

ສາມາດສົ່ງຂໍ້ຄວາມມາຂໍຮັບຄຳປຶກສາໄດ້ທີ່
ເບີ 020 52174490
020 22661218

ພະຍາດຕຸ່ມນ້ຳໃສ

- ແມ່ນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຊະນິດໜຶ່ງ ເຊິ່ງເກີດມາຈາກການຕິດເຊື້ອຈຸລະໂລກ ຫຼື ໄວລັດ HSV (Herpes Simplex Virus) ເຊິ່ງເຊື້ອຈຸລະໂລກດັ່ງກ່າວມີຢູ່ 2 ຊະນິດຄື: HSV1 ແລະ HVS2
- HSV1 ມັກຈະພົບເຫັນຢູ່ໃນຜົ່ງປາກ ແລະ ອ້ອມແອ້ມປາກ (ບໍ່ສາມາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໄດ້)
- HSV2ມັກຈະພົບເຫັນຢູ່ບໍລິເວນອະໄວຍະວະເພດຍິງ-ຊາຍ.

ຂໍ້ມູນເພີ່ມຕື່ມ:

- ເມື່ອເຊື້ອເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍຂອງເຮົາແລ້ວ ເຊື້ອຈະມີການແບ່ງຕົວຢູ່ໃນຊັ້ນຂອງຜິວໜັງ ເຮັດໃຫ້ຜິວໜັງເກີດມີອາການບວມເປັນຕຸ່ມນ້ຳໃສ ແລະ ເກີດອາການອັກເສບ.
- ຫຼັງຈາກນັ້ນ ເຊື້ອຈະເຄື່ອນຍ້າຍເຂົ້າໄປສູ່ປົມກະດັນປະສາດເປັນເວລາດົນນານ ໂດຍບໍ່ມີການແບ່ງຕົວຖ້າຫາກປັດໄຈແວດລ້ອມເໝາະສົມເຊື້ອກໍ່ຈະເກີດການແບ່ງຕົວ ເຮັດໃຫ້ເກີດອາການເປັນຊ້ຳຄືນ, ຄົນເຈັບທີ່ເປັນຕຸ່ມນ້ຳໃສຢູ່ທີ່ຮີມປາກ ຈະມີອາການເກີດຊ້ຳປະມານ 20 ຫາ 40% ສ່ວນສຳລັບຕຸ່ມນ້ຳໃສທີ່ອະໄວຍະວະເພດຈະກັບຄືນມາເປັນອີກ 80%.

ອາການຂອງພະຍາດຕຸ່ມນ້ຳໃສ

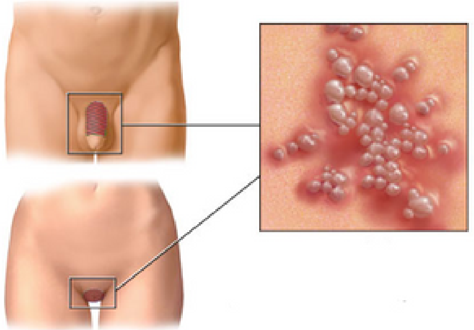
ອາການເລີ່ມຕົ້ນຈະມີ ອາການເຈັບ, ແສບ, ຮ້ອນບໍລິເວນທີ່ໄດ້ຮັບເຊື້ອ ອາການຂອງການຕິດເຊື້ອຢູ່ຜົ້ງປາກ, ບໍລິເວນອະໄວຍະວະເພດ ແລະ ຮູທະວານ, ເຊິ່ງໃນນີ້ມັນຈະມີ 3 ໄລຍະຄື:

1) ໄລຍະການຕິດເຊື້ອຄັ້ງທຳອິດ (Primary Infection) ເລີ່ມດ້ວຍອາການເຈັບແສບຮ້ອນ, ຕໍ່ມາມີອາການບວມ ແລະ ອີກ 2-3 ມື້ຈະມີຕຸ່ມນ້ຳໃສເກີດເທິງບໍລິເວນພື້ນສີແດງ ຕໍ່ມາຕຸ່ມນ້ຳໃສດັ່ງກ່າວສ່ວນຫຼາຍຈະແຕກພາຍໃນ 24 ຊົ່ວໂມງ ແລະ ຕົກເກັດຕາມອາການຮ່ວມເປັນກຸ່ມໃຫຍ່ ແລະ ເປັນບາດແຜຈະຫາຍດີໃນ 2-3 ອາທິດ.

2) ໄລຍະບໍ່ມີອາການ (Latency and Shedding).

3) ໄລຍະກັບມາເປັນຄືນ (Recurring Infection)

ອາການເຈັບຈະຫຼຸດລົງ ແລ້ວຈະເປັນບໍລິເວນໃກ້ໆ ຫຼື ເປັນບ່ອນເກົ່າ, ສ່ວນຫຼາຍອາດຈະກັບມາເປັນຄືນ 5 ເທື່ອຕໍ່ປີ.



ປັດໄຈທີ່ເຮັດໃຫ້ພະຍາດກັບຄືນມາເປັນອີກ

- ຄວາມວິຕົກກັງວົນ, ຄວາມຕຶງຄຽດ.
- ອາຫານເຊັ່ນ: ໝາກຖົ່ວ, ກາເຟ, ເຫຼົ້າ, ຊອກໂກແລັດ.
- ການເປັນປະຈຳເດືອນທີ່ແກ່ຍາວ.
- ການພັກຜ່ອນບໍ່ພຽງພໍ, ການເຈັບເປັນ.
- ດື່ມເຫົ້າ, ດື່ມເບຍ.

ການບົ່ງມະຕິ

ໂດຍທົ່ວໄປ ໃນປະເທດເຮົາເພີ່ນບົ່ງມະຕິອີງຕາມອາການບອກເລົ່າຂອງຄົນເຈັບ, ປັດໄຈສ່ຽງ ແລະ ອີງໃສ່ການກວດຮ່າງກາຍຕົວຈິງ ແຕ່ສຳລັບຢູ່ປະເທດທີ່ພັດທະນາແລ້ວ ເພີ່ນໃຊ້ເຄື່ອງມືທັນສະໃໝ່ເຊັ່ນ:

- ການປູກຊອກຫາເຊື້ອໄວລັດ Viral Culture
- ການກວດຫາທາດກາຍຕ້ານ Viral Antigen Test.
- ການກວດ PCR.

ຫ້ອງກວດສຸຂະພາບໄວໜຸ່ມ ຕັ້ງຢູ່: ບ້ານ ສີຫອມ, ເມືອງ ຈັນທະບູລີ, ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ, ສີ່ແຍກໄຟແດງວິທະຍາໄລປາກປ່າສັກ, ກົງກັນຂ້າມກັບ ທະນາຄານພັດທະນາລາວ.
ສາມາດໂທເບີ: 021 252887 (ຫຼື ສາມາດຂໍຄຳປຶກສາໄດ້ທີ່ເບີ 1361 ສຳລັບທ່ານຍິງ ແລະ 137 ສຳລັບທ່ານຊາຍ ໂທຟຣີ)