
Khaub Thuas (Influenza) Npua thiab Koj

Khaub thuas npua yog dab tsi?

Khaub Thuas Npua (Swine Influenza) (khaub thuas npua) yog ib yam kab mob rau cov hlab ntsws ntawm cov npua uas yog tsim los ntawm cov kab mob khaub thuas (influenza) hom A uas nquag ua rau cov npua muaj mob. Feem ntau, tib neeg yeej tsis kis tus khaub thuas npua, tiam sis yeej kis tau rau tib neeg thiab yeej muaj neeg kis tau tus mob. Cov kab mob khaub thuas npua yog pom kis ntawm ib tug tib neeg mus rau ib tug, tiam sis yav dhau los, txoj kev sib kis mob no yeej tsis kis mus dhau peb tug neeg xwb ces tus kab mob ciaj tsis taus kis ntxiv lawm.

Puas tau muaj cov kab mob no kis los txog hauv Cheeb Nroog Sacramento?

Thaum lub Plaub Hlis Ntuj Hnub tim 27 Cheeb Nroog Sacramento Tum Fab Tswj Xyuas Pej Xeem Huab Hwm Kev Noj Qab Haus Huv (County Public Health Division) tau pom cov neeg kawm ntawv qib K-8 hauv ib lub tsev kawm ntawv tau muaj peb tug mob khaub thuas npua. Twb muab lub tsev kawm ntawv kaw kom tiv thaiv tau txoj kev sib kis mob ntxiv, thiab yuav rov qhib lub tsev kawm ntawv dua thaum twg tsis pom muaj mob khaub thuas npua ntawm cov neeg kawm ntawv lawm.

Puas muaj cov tib neeg muaj mob uas yog muaj tus khaub thuas npua no hauv Teb Chaws Asmeskas?

Thaum lub Peb Hlis Ntuj xaus thiab lub Plaub Hlis Ntuj pib hauv 2009, cov tib neeg muaj cov kab mob khaub thuas (influenza) npua A (H1N1) no yog xub tshwm hauv Qab Teb California thiab muaj ze rau ntawm lub zos San Antonio, Texas. Lwm cov xeev hauv Teb Chaws Asmeskas puav leej ceeb toom qhia txog lwm cov neeg uas muaj cov kab mob khaub thuas npua thiab muaj mob nyob rau lwm teb chaws thiab. Muaj cov ncauj lus qhia txog cov neeg muaj mob khaub thuas npua hauv Teb Chaws Asmeskas no nyob rau ntawm <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm>. CDC thiab lub zos thiab lub xeev cov chaw khiav dej num txhawb kev noj qab haus huv yeej rau siab ua hauj lwm tshawb fawb txog qhov teeb meem no.

Tus kab mob (virus) tsim cov khaub thuas npua no puas sib kis tau?

CDC tshawb pom hais tias tus kab mob uas tsim muaj cov khaub thuas npua A (H1N1) yeej sib kis tau thiab yeej sib kis tau ntawm tib neeg mus rau tib neeg. Tiam sis, tsis paub tseeb hais tias nws yuav sib kis tau ceev npaum li cas ntawm cov tib neeg.

Cov tshwm sim qhia thiab cov kev mob tshwm sim hais tias yog khaub thuas npua ntawm tib neeg yog cov zoo li cas?

Cov kev mob tshwm sim qhia tias yog khaub thuas npua ntawm tib neeg zoo sib xws li cov khaub thuas uas tib neeg muaj xws li kub ib ce, hnoos, mob caj pas, mob ib ce, mob taub hau, ua daus no, thiab nkees. Qee cov tib neeg muaj zawv plab thiab ntuav nrog tus khaub thuas npua. Yav dhau los, muaj cov mob loj heev (mob ntsws txhaws dej thiab ntsws tsis ua hauj lwm) thiab pom muaj cov tib neeg uas kis tau cov khaub thuas npua tuag thiab. Zoo sib xws li cov khaub thuas uas muaj raws cov caij nyoog, khaub thuas npua yeej puav leej tsim kev mob loj heev rau cov neeg uas twb yeej muaj tej yam kab mob kho tsis tau.

Kis tau tus khaub thuas npua li cas?

Txoj kev kis tus kab mob uas tsim muaj khaub thuas npua A (H1N1) yeej zoo sib xws li kis lwm cov khaub thuas thiab. Cov khaub thuas no yog kis ntawm ib tug neeg muaj tus mob mus rau lwm tus los ntawm txoj kev hnoos los yog txham. Tej thaum tib neeg kuj kis tau tus kab mob yog nws chwv ib qhov chaw uas muaj tus kab mob nyob rau thiab rov muab los chwv rau nws lub qhov ncauj los yog qhov ntswg.

Ib tug neeg uas muaj khaub thuas yuav kis rau lwm tus neeg tau li cas?

Cov tib neeg muaj tus kab mob kis tau rau tib neeg 1 hnub ua ntej cov kev mob pib tshwm sim mus txog rau 7 hnub los yog ntau hnub dua tom qab nws muaj mob lawm. Qhov ntawd txhais tau hais tias tej zaum koj yeej kis tau tus khaub thuas ntawd rau lwm cov ua ntej koj yuav paub tias koj muaj mob, thiab thaum koj mob kiag lawm.

Kuv yuav ua li cas thiaj tiv thaiv kom tsis txhob kis tau khaub thuas?

Xub thawj tshaj plaws thiab tseem ceeb tshaj plaws: ntxuav koj ob txhais tes. Sim tu xyuas tus kheej kom noj qab haus huv. Tsaug zog kom txaus, qoj ib ce, tswj koj txoj kev ntxhov siab, haus kua dej ntau, thiab noj cov khoom zoo noj. Sim tsis txhob chww tej chaw uas paug tus kab mob khaub thuas. Tsis txhob chww cov tib neeg muaj mob.

Puas muaj tshuaj kho tau khaub thuas npua?

Muaj. CDC pom zoo kom siv cov tshuaj oseltamivir los yog zanamivir los kho thiab/los yog tiv thaiv cov kab mob uas tsim cov khaub thuas npua no. Cov tshuaj tiv thaiv kab mob yog cov uas kws kho mob muab (cov tshuaj lub, tshuaj kua los yog lub tshuaj nqus) kom tua tau cov kab mob kom cov kab mob tsis txhob loj taus hauv koj lub cev. Yog koj muaj mob, tej zaum cov tshuaj tiv thaiv kab mob yuav ua rau koj cov kev mob ntaug thiab koj yuav zoo sai dua. Lawv yuav tiv thaiv kom cov khaub thuas tsis rais mus tsim kev mob loj heev. Kom kho tau, yuav tau siv cov tshuaj tiv thaiv kab mob kom ceev tom qab muaj mob kiag (ua ntej muaj cov mob tshwm sim txog 2 hnuab).

Ib tug neeg muaj tus mob yuav kis tau khaub thuas npua rau lwm cov tib neeg mus ntev li cas?

Cov tib neeg uas muaj khaub thuas npua yuav kis tau kab mob rau lwm cov neeg tsuav lawv tseem muaj cov mob tshwm sim tas zog mus txog 7 hnuab tom qab nws pib hnob mob. Cov me nyuam tseem yau yog cov yuav kis tau kab mob rau lwm cov mus ntev dua.

Cov chaw twg yog cov uas muaj feem yuav kis tau kab mob?

Cov kab mob yuav kis tau thaum twg ib tug neeg chww raug ib yam dab tsi uas muaj kab mob nyob rau ntawd thiab muab rov mus chww rau nws ob lub qhov muag, lub qhov ntswg los yog lub qhov ncauj. Cov qaub ncaug ya nrog huab cua thaum tus neeg muaj tus kab mob hnoos los yog txham. Cov kab mob kis tau thaum chww raug cov qaub ncaug ntawm tus neeg mob tej chaw xws li lub rooj saib ntawv uas yog muab chww raug lawv ob lub qhov muag, lub qhov ncauj los yog lub qhov ntswg ua ntej lawv mus ntxuav tes.

Cov kab mob ciaj sia ntev npaum li cas thaum tsis nyob hauv lub cev lawm?

Peb paub hais tias qee cov kab mob (virus thiab bacteria) yeej ciaj sia mus ntev li 2 teev los yog ntev dua ntawm tej chaw xws li cov rooj noj mov, cov pob qhov rooj thiab cov rooj saib ntawv. Nquag ntxuav tes heev yuav pab txo koj feem kis tau cov kab mob uas nyob ntawm tej cov chaw no.

Kuv yuav ua li cas thiaj tiv thaiv tau kuv tus kheej kom tsis txhob muaj mob?

Tam sim no tsis tau tsim muaj koob tshuaj txhaj tiv thaiv tus khaub thuas npua. Yeej muaj ntau yam koj ua tau kom tiv thaiv txoj kev kis cov kab mob uas tsim kev mob rau cov hlab ntsws zoo xws li cov khaub nthuas (influenza). Ua raws cov kauj ruam no txhua hnuab kom tiv thaiv tau koj txoj kev noj qab haus huv:

- Siv daim ntawv pog koj lub qhov ntswg thiab qhov ncauj thaum twg koj hnoos los yog txham. Muab daim ntawv pov tseg rau hauv lub thoob khib nyiab tom qab koj siv nws tag.
- Nquag ntxuav koj ob txhais tes nrog xub npum thiab dej, xws li tom qab koj hnoos los yog txham tag. Cov tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv txuam nrog kuj ua hauj lwm thiab.
- Tsis txhob chww koj ob lub qhov muag, qhov ntswg los yog qhov ncauj. Cov kab mob kis tau yog chww li no.
- Sim tsis txhob mus ze cov neeg neeg muaj mob.
- Yog koj muaj mob khaub thuas (influenza), CDC pom zoo kom koj nyob twj ywm hauv tsev tsis txhob mus ua hauj lwm los yog kawm ntawv thiab tsis txhob mus chww lwm cov neeg kom tsis txhob kis rau lawv.

Txoj kev tiv thaiv kom tsis txhob kis tau tus kab mob ntawm txoj kev hnoos los yog txham yog dab tsi?

Yog koj muaj mob, txwv tsis txhob chww lwm cov neeg kom ntau npaum li ntau tau. Tsis txhob mus ua hauj lwm los yog kawm ntawv thaum mob. Siv daim ntawv npog koj lub qhov ncauj thiab qhov ntswg thaum koj hnoos los yog txham. Nws yuav tiv thaiv kom cov nyob ib ncig koj tsis txhob muaj mob. Muab koj daim ntawv siv tag pov tseg kiag rau hauv lub pob tawb khib nyiab. Yog koj tsis muaj ntawv, siv koj txhais tes npog thaum koj hnoos los yog txham. Ces ntxuav koj ob txhais tes thiab ua li ntawm no txhua txhua zaus uas koj hnoos los yog txham.

Txoj kev ntxuav tes zoo tshaj plaws kom tsis txhob kis tau khaub thuas yog ntxuav li cas?

Nquag ntxuav koj ob txhais tes kom tiv thaiv tau koj ntawm cov kab mob. Siv tshuaj xub npum thiab dej ntxuav tes. Los yog siv cov tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv txuam nrog. Peb pom zoo kom koj ntxuav koj ob txhais tes nrog xub npum thiab dej so. Xav kom koj ntxuav ntev li 15 mus rau 20 lij. Thaum twg yog tsis muaj tshuaj xub npum thiab dej los ntxuav

tes, siv cov ntawv so tes los yog cov kua tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv txuam los ntxuav tes. Koj yuav nrhiav tau cov tshuaj no hauv cov khw muaj khoom noj thiab khw muag tshuaj. Yog koj siv cov kua tshuaj, muab koj ob txhais tes sib txhuam kom txog thaum twg cov tshuaj qhuav kiag. Cov kua tshuaj tsis tag yuav muaj dej thiaj ua hauv lwm; cov cawv nyob hauv cov tshuaj yuav tua cov kab mob ntawm koj ob txhais tes lawm.

Kuv yuav ua li cas yog kuv muaj mob?

Vim yog koj nyob rau cheeb tsam uas pom muaj cov khaub thuas npua lawm, yog hais tias koj lam muaj mob khaub thuas, xws li kub ib ce, mob ib ce, los ntswg, mob qa, xeev siab, los yog ntuav los yog zawv plab, koj hu cuag koj tus kws kho mob tau, yog hais tias koj txhawj xeeb txog cov kev mob tshwm sim. Koj tus kws kho mob yuav qhia tau rau koj seb yog yuav ntsuam xyuas khaub thuas (influenza) koj los yog yuav kho koj.

Yog koj muaj mob, koj yuav tsum nyob hauv tsev thiab tsis txhob chwv lwm cov neeg kom tsis txhob kis koj tus mob rau lwm cov.

Yog koj muaj mob thiab pom cov kev mob nram no, nrhiav kev kho mob kub ceev.

Ntawm cov me nyuam, yog pom cov kev mob nram no yuav tau mus cuag kev kho mob kub ceev:

- Ua pa ceev los yog ua tsis taus pa
- Tawv nqaij thim xim siav tsawv
- Tsis haus dej txaus
- Tsis tsim los yog tsis nquag ua ub no
- Meem txom, ua rau tus me nyuam tsis kheev puag
- Cov ua mob zoo li khaub thuas ntaug tiam sis pheej kub ib ce thiab hnoos heev tshaj tuaj
- Kub ib ce tawm pob nrog

Ntawm cov laus, yog pom cov kev mob nram no yuav tau mus cuag kev kho mob kub ceev:

- Ua pa nyuab los yog ua pa tsis nto
- Hnov hauv siab los yog plab mob
- Kiv taub hau ceev ceev
- Tsis meej pem
- Ntuav heev los yog ntuav tsis tsum

Khaub thuas npua mob loj heev npaum li cas?

Zoo tib yam li cov khaub thuas muaj raws cov caij nyoog, cov tib neeg kis mob khaub thuas npua, ib leeg yuav mob txawv ib leeg. Thaum xyoo 2005 txog lub Ib Hlis Ntuj 2009, tau muaj tus mob khaub thuas npua 12 zaug nyob rau hauv Teb Chaws Asmeskas uas tsis muaj tus tuag li. Tiam sis, khaub thuas npua yeej muaj mob loj heev taus. Thaum lub Cuaj Hlis Ntuj 1988, muaj ib tug poj niam 32 xyoos uas cev xeeb tub raug mus pw kho mob ntsws txham dej tom qab nws tau tus khaub thuas npua, nws tau tuag 8 hnuv tom qab. Tau muaj khaub thuas npua kis mob loj heev nyob rau hauv Fort Dix, New Jersey thaum xyoo 1976 uas tshaj 200 leej neeg tau muaj mob loj kawg kiag thiab ib tug tau tuag.

Kuv puas kis tau khaub thuas npua los ntawm kev noj nqaij npuas thiab ua nqaij npuas noj?

Tsis tau. Cov khaub thuas npua no kis tsis tau hauv cov zaub mov. Koj kis tsis tau tus khaub thuas npua los ntawm txoj kev noj cov nqaij npuas los yog cov khoom siv nqaij npuas ua. Noj cov khoom siav zoo thiab cov khoom siv nqaij npuas ua zoo yeej zoo noj.

Rho tawm los ntawm http://www.cdc.gov/swineflu/swineflu_you.htm