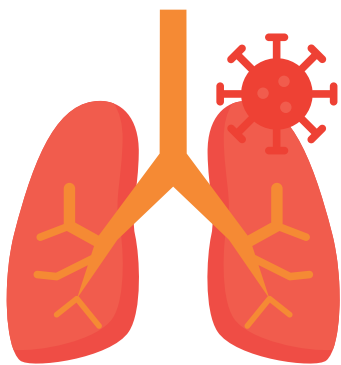


# ຄູ່ມືກ່ຽວກັບພະຍາດ RSV

ເດືອນມັງກອນ 2024



## ອາການ

ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໄວຣັດລະບົບທາງເດີນຫາຍໃຈ (RSV) ມັກຈະສະແດງອາການພາຍໃນ 4-6 ວັນຫຼັງຈາກຕິດເຊື້ອ:

- ອາການນ້ຳມູກໄຫຼ
- ບໍ່ຢາກຮັບປະທານອາຫານ
- ໄອ
- ຈາມ
- ໄຂ້
- ຫາຍໃຈຍາກ

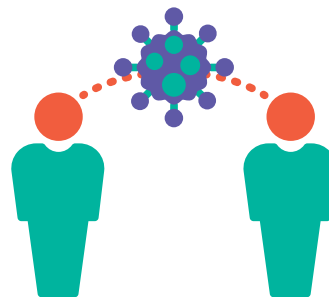
ອາການຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ຈະປະກົດຂຶ້ນແຕ່ລະເວລາທີ່ຕ່າງກັນ - ມັນຈະບໍ່ປະກົດຂຶ້ນໃນພ້ອມກັນ.

ໃຫ້ຮູ້ກ່ຽວກັບພະຍາດ RSV, ອາການພຽງເລັກນ້ອຍອາການດຽວອາດຈະເປັນຫຼຸດຫງິດ, ການເຄື່ອນໄຫວຫຼຸດລົງ ແລະ ຫາຍໃຈຍາກ.

## ການແຜ່ເຊື້ອ

RSV ສາມາດແຜ່ລະບາດໄດ້ເມື່ອ:

- ຜູ້ຕິດເຊື້ອຈະໄອ ຫຼື ຈາມ
- ລະອອງໄວຣັດຈາກການໄອ ຫຼື ຈະເຂົ້າຕາ, ດັງ ຫລື ປາກຂອງທ່ານ.
- ທ່ານສຳຜັດເຊື້ອໄວຣັດໂດຍກົງ ເຊັ່ນ ການຈູບ ໜ້າເດັກທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດ RSV
- ທ່ານສຳຜັດພື້ນຜິວທີ່ມີໄວຣັດຢູ່ ຈາກນັ້ນສຳຜັດໃບໜ້າກ່ອນລ້າງມື



RSV ສາມາດມີຊີວິດຢູ່ລອດໄດ້ເປັນເວລາຫຼາຍຊົ່ວໂມງໃນພື້ນຜິວແຂງ ເຊັ່ນ: ໂຕະ ແລະ ລູກບົດປະຕູ. ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວອາໄສຢູ່ເທິງພື້ນຜິວທີ່ອ່ອນນຸ້ມເຊັ່ນ: ເຈ້ຍທິຊຸ ແລະ ມີເປັນເວລາສັ້ນໆ.

## ການປ້ອງກັນ



ແນະນຳໃຫ້ສັກອັກຊິນຕ້ານພະຍາດ RSV ສຳລັບກຸ່ມເຫຼົ່ານີ້ເທົ່ານັ້ນ:

- ວັກຊິນ RSV ສອງຊະນິດ (Arexvy ໂດຍ GSK ແລະ Abrysvo ໂດຍ Pfizer) ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດຈາກ FDA ແລະ ແນະນຳ ໂດຍ CDC ສຳລັບຜູ້ໃຫຍ່ອາຍຸ 60 ຂຶ້ນໄປ.
- ວັກຊິນ RSV ໜຶ່ງຕົວ (Abrysvo ໂດຍ Pfizer) ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດ ແລະ ແນະນຳໃນໄລຍະອາທິດທີ່ 32 ຫາ 36 ຂອງການຖືພາ ເພື່ອປ້ອງກັນເດັກອ່ອນ.
- ແອນຕິບັດປ້ອງກັນ RSV ໄດ້ຮັບ ອະນຸຍາດ ແລະ ແນະນຳສຳລັບເດັກອ່ອນ ແລະ ເດັກນ້ອຍບາງຄົນ.



ສຳລັບຄົນອື່ນໆ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງໜ້ອຍທີ່ຈະເປັນພະຍາດ RSV ຮ້າຍແຮງ, ການປ້ອງກັນໃນແຕ່ລະວັນສາມາດຫຼຸດຜ່ອນຄວາມເປັນໄປໄດ້ຂອງການແຜ່ເຊື້ອ RSV ໄດ້.

- ຢູ່ເຮືອນເມື່ອເວລາປ່ອຍໄຂ້
- ລ້າງມື ແລະ ອະນາໄມເລື້ອຍໆ
- ປົດປາກເມື່ອໄອ ແລະ ຈາມຂອງທ່ານດ້ວຍຜ້າອັດດັງ ຫຼື ແຂນເສື້ອ, ບໍ່ແມ່ນມື
- ຫຼີກລ້ຽງການສຳຜັດໃບໜ້າຂອງທ່ານດ້ວຍມືທີ່ຍັງບໍ່ໄດ້ລ້າງ
- ເຮັດຄວາມສະອາດພື້ນຜິວທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆ

ແຫຼ່ງທີ່ມາ: [www.cdc.gov/rsv](http://www.cdc.gov/rsv)

ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນໃນພາສາອາຊີ, ພາສາຮາວາຍພື້ນເມືອງ ແລະ ພາສາຊາວເກາະປາຊີຟິກ:  
[www.aa-nhpihealthresponse.org/resources](http://www.aa-nhpihealthresponse.org/resources)