



ເຈ້ຍຂໍ້ມູນເຮືອງໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງສຳລັບພໍ່ແມ່ທີ່ລູກມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການເປັນໂຮກພູມແພ້ນີ້

ໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງແມ່ນຫຍັງແລະຈະປິ່ນປົວໂດຍວິທີໃດ? (What is anaphylaxis and how is it treated?)

ໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງແມ່ນປະຕິກິຣິຍາທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກການແພ້ຢ່າງຮ້າຍແຮງຊະນິດນຶ່ງແລະອາດເປັນອັນຕະຣາຍເຖິງຊີວິດ. ສ່ວນໃຫຍ່ມັນຈະເກີດຂຶ້ນຢ່າງໄວຫຼັງຈາກທີ່ໄດ້ກິນຫຼືສຳຜັດກັບອາຫານ, ແມງໄມ້ ຫຼື ຢາ ທີ່ຄົນຜູ້ນັ້ນມີອາການແພ້ຢູ່ແລ້ວຕໍ່ສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນ. ໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງຕ້ອງໄດ້ຖືກປິ່ນປົວ ແກ້ໄຂທາງການແພດຢ່າງສຸກເສີນທຸກຄັ້ງແລະຕ້ອງໃຊ້ອາເດຣນາລິນ (ເອປີເນຟຣິນ) ປິ່ນປົວໃນທັນທີ. ເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດ ອາເດຣນາລິນ ອອກແບບມາເພື່ອໃຫ້ຄົນທີ່ບໍ່ແມ່ນແພດໃຊ້ໄດ້, ເຊັ່ນພໍ່ແມ່, ພະນັກງານໂຮງຮຽນຫຼືພະນັກງານດູແລເດັກ, ພູ່ເພື່ອນ, ຄົນທີ່ຜ່ານໄປ-ມາຫຼືຄົນທີ່ເກີດໂຮກພູມແພ້ເອງ (ຖ້າວ່າຍັງເຮັດໄດ້ເອງແລະອາຍຸໃຫຍ່ພໍ). ເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນ ປະກອບດ້ວຍປະຣິມານຂອງອາເດຣນາລິນທີ່ຈັດໄວ້ນຶ່ງຊຸດ, ຢ່າງພໍເພາະ ທີ່ເຮັດວຽກຢ່າງວ່ອງໄວເພື່ອປິ່ນປົວອາການຂອງໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງ. ວິທີການໃຊ້ແມ່ນຈັດໄວ້ຢູ່ໃນປ້າຍທີ່ຕິດໄວ້ກັບເຄື່ອງສັກ, ຢູ່ໃນເຈ້ຍແຜນການປະຕິບັດຂອງ ASCIA ສຳລັບໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງ ແລະ ຢູ່ໃນເວັບໄຊຂອງ ASCIA: www.allergy.org.au/anaphylaxis

ຖ້າລູກຂອງທ່ານໄດ້ຖືກວິນິດໄສວ່າມີຄວາມສ່ຽງໃນການເປັນໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງ, ພໍ່ທີ່ປິ່ນປົວຕ້ອງສນອງສິ່ງເຫຼົ່ານີ້:

If your child has been diagnosed at risk of anaphylaxis, their treating doctor should provide:

- ໃຫ້ການສຶກສາເລື່ອງການຫຼີກເວັ້ນສິ່ງທີ່ຮູ້ວ່າກໍ່ໃຫ້ເກີດອາການແພ້ (ວັສດຸທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດອາການແພ້). ອັນນີ້ ແມ່ນສຳຄັນຢ່າງຍິ່ງຕໍ່ໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງທີ່ເກີດຈາກແພ້ອາຫານ, ເຊິ່ງອາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ໂດຍການກິນອາຫານດັ່ງກ່າວພຽງເລັກນ້ອຍຫຼືບັງເອີນໄປສຳຜັດອາຫານນັ້ນ. ຕ້ອງໄດ້ວາງວິທີການຫຼີກເວັ້ນອາຫານແລະແມງໄມ້ທີ່ຮູ້ວ່າແພ້ ຢູ່ບ້ານແລະຢູ່ໂຮງຮຽນ, ໂຮງຮຽນອະນຸບານຫຼືສູນຝາກເດັກ. ຂໍ້ມູນເພີ່ມຕື່ມມີໄວ້ໃຫ້ທີ່ເວັບໄຊຂອງ ASCIA: www.allergy.org.au/schools-childcare ແພ້ອາຫານ - www.allergy.org.au/patients/food-allergy ແພ້ແມງໄມ້ - www.allergy.org.au/patients/insect-allergy-bites-and-stings
- ແຜນການປະຕິບັດສຳລັບໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງຂອງ ASCIA. ແຜນການນີ້ຈະແຈ້ງບອກວ່າຕ້ອງເຮັດຢ່າງໃດຖ້າລູກຂອງທ່ານເກີດອາການແພ້ຂຶ້ນມາ. ແຜນການນີ້ຕ້ອງໃຫ້ພໍ່ຂອງລູກທ່ານຂຽນຕື່ມແລະເຊັນໃຫ້ແລະເກັບເອົາໄວ້ກັບເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນ, ເຖິງວ່າເຂັມນັ້ນລູກຂອງທ່ານຈະຖືໄວ້ກັບຕົວກໍຕາມ. ແຜນການຈະແຈ້ງຂໍ້ມູນສ່ວນຕົວ, ສິ່ງທີ່ສະແດງວ່າເກີດອາການແພ້, ວິທີການໃຊ້ເຄື່ອງສັກແລະຈະແຈ້ງບອກດ້ວຍວ່າຕ້ອງໃຫ້ຢາຊະນິດອື່ນນຳບໍ່.
- ຄຳສັ່ງແພດໃຫ້ມີເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນສອງຊຸດ. ແພດສັ່ງໃຫ້ສອງຊຸດເພື່ອວ່າຈະໃຫ້ທ່ານເອົາໃຫ້ລູກຖືໄວ້ກັບໂຕນຶ່ງຊຸດ ຕອດເວລາ (ໃນລະຫວ່າງອອກເຮືອນຫຼືຢູ່ໃນເຮືອນ) ແລະອີກຊຸດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ເອົາໄວ້ຢູ່ໂຮງຮຽນຫຼືສູນຝາກເດັກ. ນັກຮຽນໂຮງຮຽນມັທຍົມແລະປະຖົມປາຍຄວນຖືເຄື່ອງນີ້ໄວ້ຕິດໂຕຢູ່ສະເມີ, ໃນຂະນະທີ່ອີກຊຸດນຶ່ງຄວນເອົາໄວ້ຢູ່ໂຮງຮຽນ. ເຄື່ອງສັກສອງຊຸດແມ່ນໄດ້ຮັບການຈ່າຍຊົດເຊີຍແບບລະບົບ PBS ຈາກຮັຖບານ ແລະ ຖ້າຢາກໄດ້ຊຸດເພີ່ມກໍສາມາດຊື້ໄດ້ຈາກຮ້ານຂາຍຢາໃນຮາຄາເຕັມ. ຮາຍລະອຽດເພີ່ມຕື່ມກະຣຸນາເຂົ້າໄປເບິ່ງທີ່: www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/adrenaline-autoinjectors-faqs
- ການສຶກສາວິທີໃຊ້ເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນ. ຂໍແນະນຳໃຫ້ທ່ານຝຶກວິທີໃຊ້ເຂັມສັກຢາອາເດຣນາລິນເລື້ອຍໆໂດຍໃຊ້ຊຸດຝຶກຫັດທີ່ໄດ້ອອກໃຫ້ລູກທ່ານ. ຊຸດຝຶກຫັດບໍ່ມີເຂັມແລະບໍ່ມີນ້ຳຢາອາເດຣນາລິນ, ສະນັ້ນ ມັນຈຶ່ງໃຊ້ຊ້ຳກັນໄດ້ຫຼາຍເທື່ອ ເພື່ອການຝຶກຫັດແລະ ເພື່ອສອນໃຫ້ຄົນໃນຄອບຄົວແລະພູ່ເພື່ອນໃຫ້ຮູ້ຈັກໃຊ້.
- ຂໍ້ມູນສຸຂະພາບທີ່ລະບຸໄວ້ເທິງສາຍແຂນຫຼືສອຍຄໍ. ອັນນີ້ ແມ່ນຂຶ້ນກັບທ່ານເອງວ່າຈະເລືອກໃຊ້ຫຼືບໍ່ ແລະ ມັນບໍ່ທົດແທນແຜນການປະຕິບັດຂອງ ASCIA ສຳລັບໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງ.

ໜ້າທີ່ຂອງພໍ່ແມ່ແມ່ນຫຍັງ? (What is the role of the parent?)

- ແຈ້ງໃຫ້ຜູ້ອຳນວຍການໂຮງຮຽນຫຼືຫົວໜ້າພະນັກງານໂຮງຮຽນອະນຸບານ/ສູນຝາກເດັກ ຊາບ ຖ້າລູກຂອງທ່ານໄດ້ມີຄຳສັ່ງແພດໃຫ້ໃຊ້ເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນ; ເຄີຍມີອາການຫຼືຕ່ຽງມາມີອາການພູມແພ້ຢ່າງແຮງ; ມີການປ່ຽນແປງກ່ຽວການແພ້; ແລະມີຄວາມຕ້ອງການດູແລດ້ານສຸຂະພາບຢ່າງອື່ນຫຼືມີຄວາມພິການ (ຮວມເຖິງມີບັນຫາດ້ານການຮຽນ) ເຊິ່ງອາດໄປກະທົບກັບການຄວບຄຸມໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງນີ້.

- ເອົາແຜນການປະຕິບັດສໍາລັບໂຮກພູມແພ່ຢ່າງແຮງຂອງ ASCIA ທີ່ຂຽນຕົ້ມແລະເຊັນໂດຍທ່ານໝໍທີ່ປິ່ນປົວລູກຂອງທ່ານໃຫ້. ເອກະສານຕ້ອງໄດ້ຮັບການທົບທວນ (ຮວມທັງຮູບຖ່າຍ) ເມື່ອໃບສັ່ງຈາກແພດໃຫ້ໃຊ້ເຂັມສັກຢາອາເດຣນາລິນໄດ້ຮັບການຕໍ່ໃໝ່ (ປົກກະຕິແມ່ນທຸກໆ 12-18 ເດືອນ) ຫຼືຖ້າອາການແພ້ມີການປ່ຽນແປງ. ແຜນການເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນເອກະສານທາງການແພດ ແລະ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຂຽນຕົ້ມໃສ່ຫຼືປ່ຽນແປງໂດຍພໍ່ແມ່, ພະນັກງານຂອງໂຮງຮຽນ ຫຼື ພະນັກງານດູແລເດັກ.
- ເອົາເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນໃຫ້ໂຮງຮຽນ, ໂຮງຮຽນອະນຸບານ ຫຼື ສູນຝາກເດັກຂອງລູກທ່ານ. ໃຫ້ຂຽນວັນທີຕິດໄວ້ຢູ່ເທິງບ້າຍສເມີແລະໃຫ້ປ່ຽນເຄື່ອງສັກກ່ອນວັນໝົດອາຍຸ. ເຖິງແມ່ນວ່າລູກຂອງທ່ານຈະຖືເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນຂອງລາວເອງຕິດໂຕຢູ່ກໍຕາມ ທ່ານຕ້ອງໄດ້ເອົາເຂັມສັກຢາອັດຕະໂນມັດອາເດຣນາລິນອັນນຶ່ງອີກຕ່າງຫາກໃຫ້ທາງໂຮງຮຽນ. ອັນນີ້ ຕ້ອງໄດ້ເຮັດໃນກໍລະນີທີ່ວ່າລູກຂອງທ່ານບໍ່ມີຊຸດເຂັມສັກຢາຕິດໂຕຍາມຕ້ອງການໃຊ້.
- ຊົດຊ່ວຍໃນການຂຶ້ນແຜນການດູແລສຸຂະພາບຂອງບຸກຄົນຫຼືແຜນການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ. ນີ້ແມ່ນແຜນການທີ່ທາງພະນັກງານຂອງໂຮງຮຽນ, ໂຮງຮຽນອະນຸບານແລະສູນຝາກເດັກໄດ້ເຮັດຂຶ້ນເພື່ອຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການດ້ານການດູແລສຸຂະພາບຂອງລູກຂອງທ່ານ.
- ການສຶກສາເມື່ອຮອດອາຍຸທີ່ເໝາະສົມ. ໃຫ້ການສຶກສາລູກຂອງທ່ານກ່ຽວກັບວິທີຫຼີກເວັ້ນຈາກສານທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດການແພ້ແລະໃຫ້ຮູ້ວ່າເປັນຫຍັງມັນຈຶ່ງສໍາຄັນ. ເຕືອນເຂົາເຈົ້າໃຫ້ຈື່ວ່າຖ້າເຂົາເຈົ້າຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍ, ໃຫ້ແຈ້ງຄົນທີ່ຢູ່ໃກ້ໃຫ້ຮູ້ທັນທີ, ເຊັ່ນນາຍຄຣູຫຼືຜູ້ໃຫຍ່ຄົນອື່ນໆ. ບອກໃຫ້ເຂົາເຈົ້າໝັ້ນໃຈວ່າອັນນີ້ແມ່ນການເຮັດທີ່ຖືກຕ້ອງ, ແລະເຂົາເຈົ້າບໍ່ຕ້ອງຢ້ານວ່າຈະຖືກຮ້າຍໃນການເຮັດດັ່ງນີ້.

**ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງທາງໂຮງຮຽນ, ໂຮງຮຽນອະນຸບານຫຼື ສູນຝາກເດັກມີຫຍັງແດ່?
(What are the responsibilities of your child's school, preschool or childcare service?)**

- ຝຶກອົບຮົມພະນັກງານ ດ້ານຄວາມຮູ້, ການຄວບຄຸມ, ການສັ່ງເກດເຫັນອາການແລະການປິ່ນປົວຢ່າງສຸກເສີນສໍາລັບໂຮກພູມແພ່ຢ່າງແຮງ.
- ການນໍາໃຊ້ປະຕິບັດວິທີການຕ່າງໆ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສໍາຜັດຕໍ່ສານທີ່ເຮັດໃຫ້ແພ້ຢ່າງບໍ່ຕັ້ງໃຈ, ຮວມເຖິງເວລາມີລາຍການພິເສດເຊັ່ນໄປທັສນາຈອນສຶກສາ.
- ເກັບຮັກສາເຂັມສັກຢາອາເດຣນາລິນໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ເໝາະສົມ ພ້ອມກັບແຜນການປະຕິບັດສໍາລັບໂຮກພູມແພ່ຢ່າງແຮງຂອງ ASCIA ຢູ່ໃນບ່ອນທີ່ເອົາໄດ້ງ່າຍ, ພົ້ນຈາກແສງແດດໂດຍກົງແລະຄວາມຮ້ອນ. ພ້ອມດຽວກັນພະນັກງານກໍຕ້ອງຮູ້ບ່ອນໄວ້ (ເຊັ່ນຢູ່ໃນຖົງ, ກະເປົ່າຮັດໃສ່ສາຍແອວ, ກະເປົ່າໃສ່ປື້ມ) ຂອງເຄື່ອງສັກທີ່ນັກຮຽນຖືຕິດໂຕ.

ຂໍ້ມູນເພີ່ມຕື່ມ (Further information)

- ສະມາຄົມການປິ່ນປົວພູມຄຸ້ມກັນແລະການແພ້ແຫ່ງປະເທດອອສເຕຣເລຍ (ASCIA) www.allergy.org.au
ອົງການວິຊາການແພດທີ່ສນອງການຝຶກອົບຮົມທາງອິນເຕີເນັດ, ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນວິຊາການດ້ານສຸຂະພາບ, ຂໍ້ມູນສໍາລັບຄົນເຈັບແລະຜູ້ຊົມໃຊ້
- ອົງການອຸ້ມອຸດົມພູມແພ້ & ໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງແຫ່ງປະເທດອອສເຕຣເລຍ www.allergyfacts.org.au
ອົງການອຸ້ມອຸດົມແຫ່ງຊາດທີ່ໃຫ້ຄໍາແນະນໍາແລະເປັນແຫຼ່ງຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບພູມແພ້ແລະໂຮກພູມແພ້ຢ່າງແຮງ.
- ອົງການຄວບຄຸມມາຕຖານອາຫານແຫ່ງອອສເຕຣເລຍແລະນິວຊີແລນ (FSANZ) www.foodstandards.org.au
ໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບກົດໝາຍຄວບຄຸມການຕິດປ້າຍອາຫານແລະແຈ້ງສານແພ້ໃນປ້າຍອາຫານ