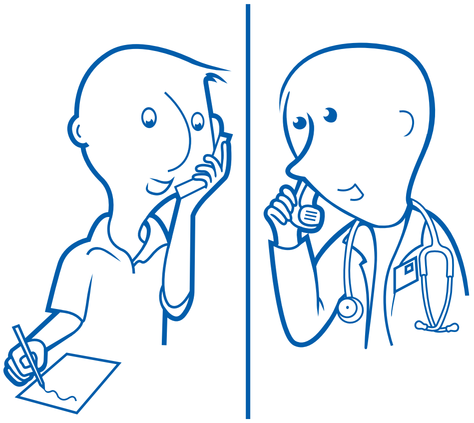
အကယ်၍သင့်ကလေးသည် ဖလူခေါ်တုပ်ကွေးရောဂါ ဖြစ်ပါက ဘာတွေလုပ်ဆောင် ရမလဲ။

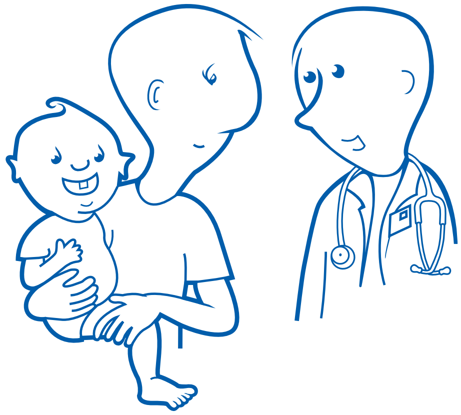
အသက် 5 နှစ်အောက် ငယ်သော ကလေးများတွင် တုပ်ကွေးနှင့်ပတ်သက်သော ပြဿနာများ ပိုမိုဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။ ပန်းနာရင်ကြပ်နှင့် ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့ နာတာရှည် ရောဂါများ ခံစားနေရသော ကလေးများသည်လည်း တုပ်ကွေးဖျား ဖြစ်ပါက ပြင်းထန်သည့် ပြဿနာများ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်ကလေးသည် အသက် 5 နှစ်အောက် ငယ်ပါက သို့မဟုတ် နာတာရှည်ရောဂါ (ပန်းနာရင်ကြပ်နှင့် ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့) ရှိပါက၊ တုပ်ကွေး ရောဂါလက္ခဏာ ကဲ့သို့သော လက္ခဏာများ ဖြစ်လာလျှင် တုပ်ကွေးကြောင့် ပြင်းထန်သည့် ဝေဒနာများ ခံစားရနိုင်သည့် အန္တရာယ် ရှိပါသည်။

သင့်ကလေးကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် လိုမလို ဆရာဝန် တစ်ဦးဦးအား မေးမြန်းပါ။

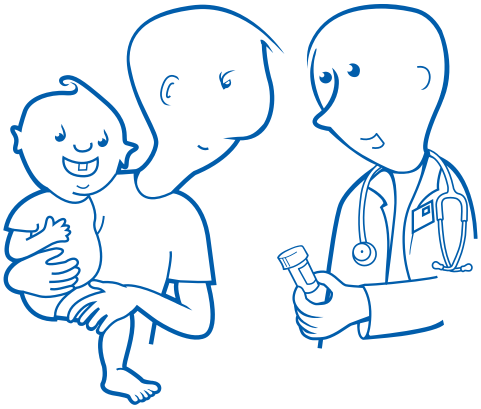


ကလေးအများစုသည် ဆရာဝန်နှင့် ပြသရန် မလိုဘဲ သက်သာလာလေ့ ရှိသည်။ အခြားကလေးများမှာမူ တုပ်ကွေးကြောင့် ပိုမိုပြင်းထန်စွာ ဖျားနာနိုင်သည်။ အသက်အရွယ်မရွေး မည်သည့် ကလေးမဆို ပြင်းထန်သည့် တုပ်ကွေး ရောဂါ လက္ခဏာများ ပြပါက ဆရာဝန်နှင့် ပြသသင့်သည်။



တုပ်ကွေးဖျားကို ကုသရန် အသုံးပြုသည့် ဗိုင်းရပ်စ် ပိုးသတ်သည့် ဆေးဝါးများကို ဖျားနာသည့်အချိန်မှ ပထမ 2 ရက် (48 နာရီ) အတွင်း စတင်အသုံးပြုပါက အထိရောက်ဆုံး ဖြစ်သည်။

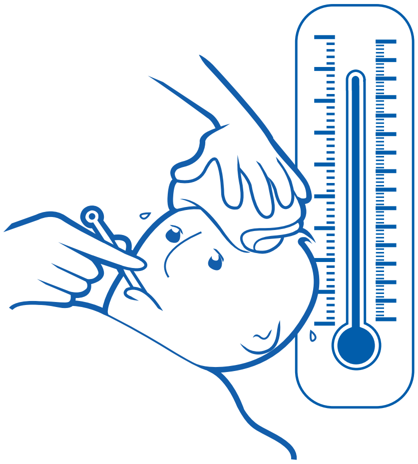
သင့်ကလေးတွင် တုပ်ကွေးရောဂါ လက္ခဏာ စပြသည့် အချိန်မှ 48 နာရီကြာပြီး နောက်ပိုင်းမှလည်း ဆရာဝန်သည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသတ်သည့် ဆေးဝါးများကို စတင်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် သင့်ကလေးသည် ဆေးရုံတွင် ရှိနေပါက သို့မဟုတ် တုပ်ကွေးကြောင့် ပြင်းထန်သော ဖျားနာမှု ဖြစ်နိုင်သော အခြေအနေများရှိသည့် အချိန်အခါမျိုးတွင် ဖြစ်သည်။



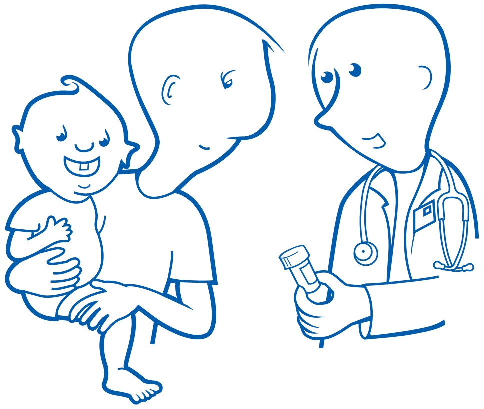
U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention
CS 217340/2010

အကယ်၍ သင့်ကလေး တုပ်ကွေးဖြစ်လျှင်

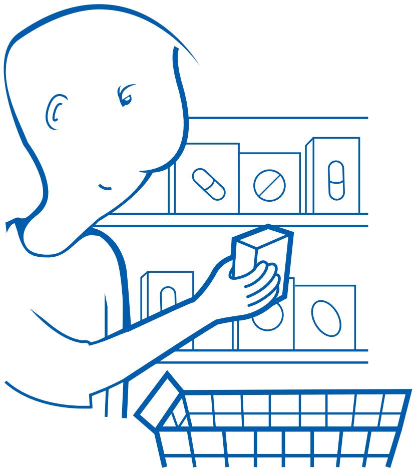
ကိုယ်ပူခြင်းဆိုသည်မှာ ကိုယ်ပူချိန် 100 ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက် (37.8 ဒီဂရီ ဆဲလ်စီးယပ်) သို့မဟုတ် ထို့ထက်များခြင်းကို ခေါ်သည်။ အကယ်၍ သင့်တွင် သာမိုမီတာ မရှိပါက သင့်ကလေးမျက်နှာကို စမ်းပါ။ အကယ်၍ သာမန်ထက်ပိုမိုပြီး ပူနွေး၍ မျက်နှာတွင် သွေးရောင်လွှမ်းနေပြီး၊ ချွေးထွက်ခြင်း သို့မဟုတ် တုန်ချမ်းခြင်းတို့ ဖြစ်နေပါက သင့်ကလေး ကိုယ်ပူနေနိုင်ပါသည်။



အကယ်၍ သင့်ကလေး ကိုယ်ပူနေပါက ကိုယ်ပူချိန်ကို လျှော့ချရန် ဆေးများတိုက်ကျွေးနိုင်ပါသည်။ အချို့သော ဆေးများကို စတိုးဆိုင်များတွင် ရောင်းချပြီး (ဆရာဝန် ဆေးညွှန်းမပါဘဲ ဝယ်ယူနိုင်သော)၊ ထိုဆေးများကို လွတ်လပ်စွာ သင်ဝယ်ယူနိုင်ပါသည်။ အခြားဆေးများမှာ ဆရာဝန်ထံမှ ဆေးညွှန်းလိုအပ်ပါသည်။ သင့်ဆရာဝန်ကို သင်ပြောဆိုရန် သေချာစေပါ။ သင့်ကလေး၏ အသက်ကိုလိုက်ပြီး မည်သည့်ဆေးကို ဆရာဝန် ထောက်ခံသည်ကို ကြည့်ပါ။

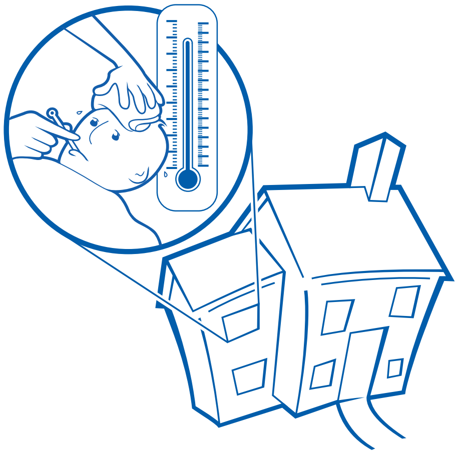


စတိုးဆိုင်များတွင် ရောင်းချသော အချို့ဆေးများမှာ (ဆရာဝန်ဆေးညွှန်းမပါဘဲ ဝယ်ယူနိုင်သော) ကလေးများ ပိုမိုနေသာစေရန် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ကြောင်း ထောက်ခံအတည်ပြု ထားပါသည်။ သင့်ကလေးအတွက် ဤဆေးများသည် ကောင်းမွန်သင့်လျော်ကြောင်း သင့်ဆရာဝန်ကို ဖုန်းဆက်မေးပြီး သေချာအောင်လုပ်သင့်သည်။ တုပ်ကွေးဖြစ်နိုင်ချေရှိသော ကလေးများကို မည်သည့်အခါမျှ အက်စ်ပရင်ဆေး မပေးသင့်ကြောင်းကို သင်မှတ်သားပါ။

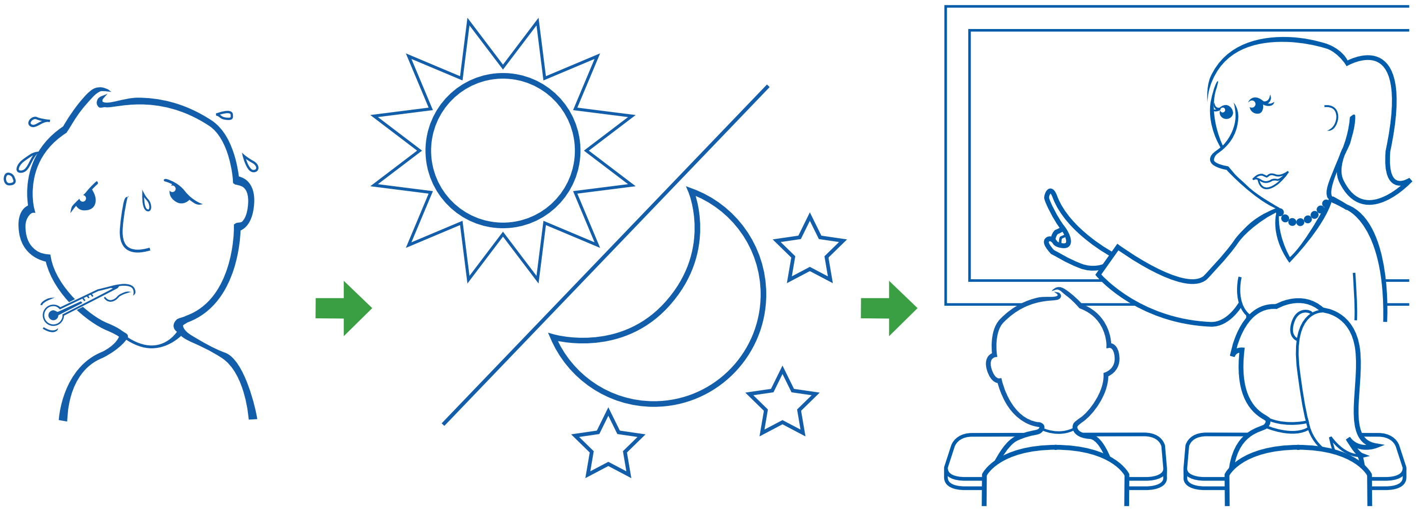


တုပ်ကွေးရောဂါ (ဖလူ) အကယ်၍ သင့်ကလေး တုပ်ကွေးဖြစ်လျှင်

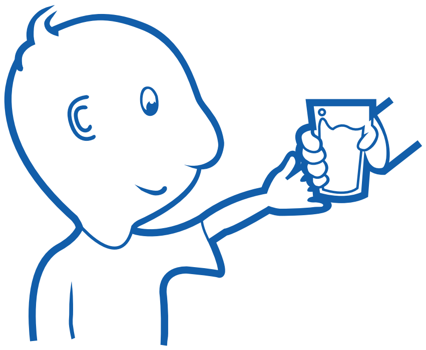
တုပ်ကွေးရောဂါ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းကို လျှော့ချရန် ဖျားနာနေသော သင့်ကလေးအား အဖျားကျသွားပြီးသည့်နောက် အနည်းဆုံး 24 နာရီ ကြာသည်အထိ ဆေးဝါးပြုစုကုသမှု ခံယူရန်မှတပါး အိမ်တွင် ထားပါ။



ကိုယ်ပူကျစေရန် ဆေးဝါးများ သုံးစွဲရန် မလိုဘဲ ကိုယ်ပူကျသွားပြီးနောက် 24 နာရီအကြာ နောက်ပိုင်းတွင် ကလေးများ ကျောင်းပြန်လည် တက်နိုင်ပါသည်။



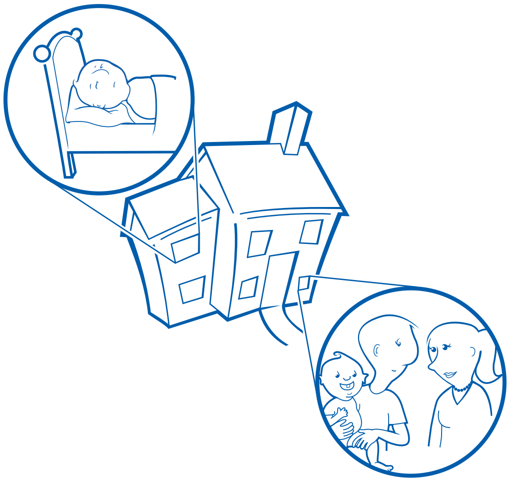
သင့်ကလေး ဖျားနာနေစဉ်အတွင်း ပြည့်ပြည့်ဝဝ နားနေရန်နှင့် အကြည်ရောင် အရည်များ (ရေ၊စွတ်ပြုတ်၊ အားကစားသမားများ သောက်သုံးသော အချိုရည်များ၊ မွေးကင်းစကလေးများ အတွက် အီလက်ထရိုလိုက် ဖျော်ရည်များ၊ Pedialyte® ကဲ့သို့သော) သောက်သုံးရန် သေသေချာချာ ပြုလုပ်ပါ။ ၎င်း၏ခန္ဓာကိုယ်က လိုအပ်သော အရည်ဓာတ်များ ရရှိနေဖို့ သေချာစေရန်အတွက် ဖြစ်သည်။



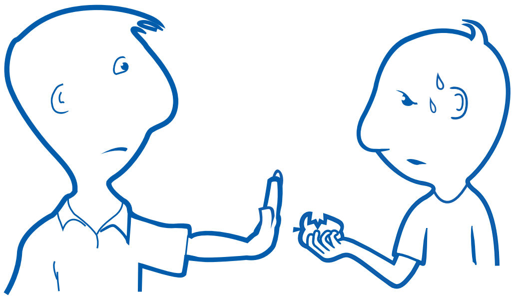
တုပ်ကွေးရောဂါ (ဖလူ) အကယ်၍ သင့်ကလေး တုပ်ကွေးဖြစ်လျှင်

အိမ်ရှိအခြားသူများသို့ တုပ်ကွေးကူးစက်မှုကို လျှော့ချရန်အတွက် လုပ်ဆောင်ရမည့်အရာများ–

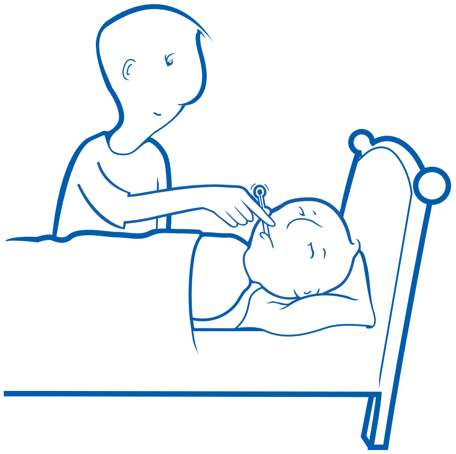
ကျန်းမာသော မိသားစုဝင်များနှင့် ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းကို ကန့်သတ်ရန်အတွက် ဖျားနေသော သင့်ကလေးကို အိမ်ရှိသီးခြားအခန်းတွင် တတ်နိုင်သမျှ ထားပါ။



အခြားသူများနှင့် အစားအစာ သို့မဟုတ် သောက်စရာတို့ အတူတူစားသောက်ရန် သင့်ကလေးကို ခွင့်မပြုပါနှင့်။



ဖျားနာနေသောကလေးအတွက် အဓိက ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ တစ်ဦး ကြိုးစာပြီး ထားရှိပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါက၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူသည် ပြင်းထန်သော တုပ်ကွေးရောဂါ အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ချေရှိသောသူ မဖြစ်သင့်ပါ။ ဥပမာအားဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင် သို့မဟုတ် ရင်ကြပ်ရောဂါကဲ့သို့ ကျန်းမာရေး အခြေအနေရှိသောသူများ မဖြစ်သင့်ပါ။



ပိုမိုသိရှိလိုပါက CDC သတင်းအချက်အလက် 1-800-CDC-INFO (232-4636) သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် www.cdc.gov/flu သို့ သွားကြည့်ပါ။