ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងសុខាភិបាល

សេចក្តីណែនាំក្រើនរំលឹករបស់ក្រសួងសុខាភិបាល

ស្តីពី

ការការពារការចម្លងជំងឺកូវីដ-១៩ ជំងឺផ្តាសាយបក្សី និងការបង្ការការពុលចំណីអាហារ ឬ ពុលស្រា ស ដែលរៀបចំមិនត្រឹមត្រូវ នាឱកាសរៀបចំសែនដូនតា និងនាឱកាសចូលឆ្នាំថ្មីប្រពៃណីជាតិខ្មែរ នាពេលខាងមុខ

ក្រសួងសុខាភិបាលនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា សូមជម្រាបជូនសាធារណៈជនទាំងអស់ឱ្យបានជ្រាបថា ស្ថានភាពនៃការចម្លងវីរុសកូវីដ-១៩ ជាពិសេសពពួកអូមីក្រុង កំពុងតែចរាចរយ៉ាងសកម្មនៅតាមបណ្តាប្រទេសលើសកលលោក ហើយព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា បានរកឃើញជាបន្តបន្ទាប់នូវករណីវិជ្ជមានវីរុសកូវីដ-១៩ ជាពិសេស អូមីក្រុង ដែលតម្រូវឱ្យបងប្អូនប្រជាពលរដ្ឋទាំងអស់បន្តការយកចិត្តទុកដាក់ការពារខ្លួនឱ្យបានហ្មត់ចត់ជាប់ជានិច្ច។ ក្រោមការដឹកនាំប្រកបដោយគតិបណ្ឌិត និងភាពឈ្លៀសវៃរបស់ **សម្តេចអគ្គមហាសេនាបតីតេជោ ហ៊ុន សែន នាយករដ្ឋមន្ត្រីនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា** បានគ្រប់គ្រងស្ថានភាពឆ្លងរាលដាលបានល្អប្រសើរ បើទោះបីជាប្រទេសកម្ពុជានៅបន្តរកឃើញវីរុសនេះក្តី តែប្រជាជនកម្ពុជាបាន និងកំពុងរៀនរស់នៅធម្មតាតាមគន្លងប្រក្រតីភាពថ្មីជាមួយនឹងវត្តមានវីរុសកូវីដ-១៩ នៅក្នុង បរិបទនៃការប្រយុទ្ធប្រឆាំងជាមួយនឹងជំងឺកូវីដ-១៩ ដើម្បីកាត់បន្ថយផលប៉ះពាល់លើសុខភាពសាធារណៈ និងលើសេដ្ឋកិច្ច-សង្គម ឱ្យបានជាអតិបរមា ព្រមទាំងបន្តរក្សានូវនិរន្តភាពនៃការរស់នៅធម្មតាតាមប្រក្រតីភាពថ្មីនេះ ឱ្យបានយូរអង្វែងផងដែរ។

ដោយសង្កេតឃើញថា ជារៀងរាល់ឆ្នាំ បងប្អូនប្រជាពលរដ្ឋយើងមួយចំនួន បានប្រារព្ធពិធីសែនដូនតាផ្សេងៗ ដែលមានការទិញទំនិញ និងចរាចរនូវបសុបក្សីច្រើន ដែលអាចមានហានិភ័យនៃការចម្លងនូវវីរុសផ្តាសាយបក្សី ដែលមាននៅលើសត្វ និងនៅក្នុងបរិស្ថាន មកមនុស្សបានគ្រប់ពេលវេលា ប្រសិនបើមិនមានការបង្ការបានត្រឹមត្រូវទេនោះ។ ម្យ៉ាងវិញទៀត ជំងឺដង្កាត់ផ្សេងៗ និងការពុលចំណីអាហារ ឬ ពុលស្រា ស ក៏តែងតែសង្កេតឃើញកើតមានឡើង នៅតាមតំបន់ ឬទីតាំងមួយចំនួននៅក្នុងប្រទេស ដែលយើងទាំងអស់គ្នាត្រូវបង្កើននូវការប្រុងប្រយ័ត្នខ្ពស់ដោយបុគ្គលម្នាក់ៗត្រូវខិតខំថែរក្សាការពារសុខភាពឱ្យបានល្អប្រសើរនៅគ្រប់កាលៈទេសៈ។

អាស្រ័យហេតុនេះ **ឯកឧត្តមសាស្ត្រាចារ្យ ម៉ម ប៊ុនហេង** រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងសុខាភិបាល សូមអំពាវនាវ និងធ្វើការក្រើនរំលឹកដល់បងប្អូនប្រជាពលរដ្ឋគ្រប់រូប ត្រូវបន្តការប្រុងប្រយ័ត្នផ្ទាល់ខ្លួនប្រកបដោយស្មារតីទទួលខុសត្រូវខ្ពស់ ក្នុងការការពារសុខភាពពីការចម្លងជំងឺកូវីដ-១៩ ជាពិសេសអូមីក្រុង ជំងឺផ្តាសាយបក្សី និងជំងឺផ្សេងៗ រួមទាំងការបង្ការសុខភាព

ទីស្តីការក្រសួងសុខាភិបាល ដីឡូត៍លេខ ៨០ វិថីសម្តេចប៉ែន នុត (២៨៩) ភ្នំពេញ ទូរស័ព្ទ-ទូរសារ: (៨៥៥-២៣) ៨៨៥ ៩៧០/៨៨៤ ៩០៩

បណ្តាលមកពីការពុលចំណីអាហារ ឬពុលស្រា ស នៅក្នុងការរស់នៅជាប្រចាំថ្ងៃរបស់ខ្លួន ក៏ដូចជានារដូវបុណ្យទាន ពិធីសែនដូនតាផ្សេងៗ និងនាឱកាសចូលឆ្នាំថ្មីប្រពៃណីជាតិខ្មែរខាងមុខនេះ ដោយអនុវត្តវិធានការដូចខាងក្រោម៖

- អនុវត្តឱ្យបានខ្ជាប់ខ្ជួននូវវិធានការ **៣ការពារ** (ពាក់ម៉ាស់ លាងដៃឱ្យញឹកញាប់ជាមួយសាប៊ូ ឬអាល់កុល ឬជែល និងរក្សាគម្លាតសុវត្ថិភាពបុគ្គលពីមួយម៉ែត្រកន្លះឡើង) និង **៣កុំ** (កុំទៅកន្លែងមានមនុស្សច្រើន កុំទៅកន្លែងបិទជិតគ្មានខ្យល់ចេញចូល កុំប៉ះពាល់គ្នា កុំចាប់ដៃគ្នា កុំកៀកស្មាគ្នា ជាដើម) ។
- ត្រូវលាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់ជាមួយសាប៊ូនិងទឹកស្អាតឱ្យបានញឹកញាប់ បន្ទាប់ពីការប៉ះពាល់សត្វ បោចសំអាតសត្វបសុបក្សី ឬវត្ថុផ្សេងៗ ដែលអាចជាប្រភពចម្លងរោគ ព្រមទាំងប្រកាន់ខ្ជាប់នូវការអនុវត្តន៍អនាម័យ និងចំណីអាហារដែលមានសុវត្ថិភាពល្អ និងចម្អិនម្ហូបអាហារឱ្យបានឆ្អិនល្អ មុននឹងបរិភោគ។
- គួរត្រូវជៀសវាង ការចូលទៅកន្លែងចិញ្ចឹមសត្វ (បើគ្មានភារកិច្ច) ឬប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយសត្វនៅតាមកសិដ្ឋានចិញ្ចឹមសត្វ និងទីផ្សារបក្សីរស់ ឬចូលកន្លែងសត្តឃាត ឬប៉ះពាល់ជាមួយផ្ទៃណាមួយដែលកខ្វក់ ឬប្រឡាក់ដោយលាមកសត្វបសុបក្សី ឬសត្វដទៃទៀត។
- ជៀសវាងប្រជ្រៀតគ្នា នៅពេលទិញម្ហូបអាហារ ទិញសាច់ ឬបក្សីរស់ ឬសម្ភារៈនានា ជាពិសេស ត្រូវចេះត្រៀមលក្ខណៈទុកជាមុនពីចម្ងាយ ជៀសវាងការកកស្ទះ ឬការកកកុញ មនុស្សច្រើន នៅតាមទីផ្សារ ឬហាង នៅក្នុងថ្ងៃតែមួយ ឬក្នុងថ្ងៃនៃពិធីនានាជាដើម។
- ទុកដាក់អាហារឆៅ និងឆ្អិន ដាច់ដោយឡែកពីគ្នា។
- ចម្អិនម្ហូបអាហារឱ្យបានឆ្អិនល្អ ជាពិសេសសាច់ សត្វស្លាប ស៊ុត និងអាហារសមុទ្រ។ នៅពេលលោកអ្នកទិញម្ហូបអាហារដែលឆ្អិនស្រាប់ នៅតាមផ្សារ ឬតាមដងផ្លូវ ត្រូវប្រាកដថាអាហារទាំងនោះមានអនាម័យ និងមានសុវត្ថិភាព។
- ទុកដាក់ចំណីអាហារក្នុងសីតុណ្ហភាពមានសុវត្ថិភាព (បើត្រជាក់ ត្រូវតិចជាង ៥អង្សាសេ និងបើក្តៅ គឺត្រូវលើសពី ៦០អង្សាសេ ឬចម្អិនអាហារមួយពេលសម្រាប់តែមួយពេល ដោយមិនទុកអាហារសេសសល់យូរ ដែលអាចផ្អូម ឬមានដុះផ្សិត ដែលបង្កឱ្យមានការរាគរូស ឈឺពោះ ក្អួត ជាដើម។
- ត្រូវប្រើប្រាស់ទឹកស្អាត និងវត្ថុធាតុដើមឆៅល្អ។
- បើសង្ស័យថាមានឆ្លងវីរុសផ្តាសាយបក្សី ដោយមានរោគសញ្ញាទូទៅរួមមាន៖ គ្រុនក្តៅលើសពី ៣៨.៥ អង្សាសេ ក្អក និងពិបាកដកដង្ហើម និងមានប្រវត្តិប៉ះពាល់សត្វបសុបក្សីឈឺ ឬស្លាប់ក្នុងអំឡុងពេល ១៤ថ្ងៃ មុនចេញរោគសញ្ញា សូមទូរស័ព្ទមកលេខទូរស័ព្ទទាន់ហេតុការណ៍១១៥ និងប្រញាប់ទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យដែលនៅជិតលោកអ្នក។
- អាជ្ញាធរ ខេត្ត ស្រុក ក្រុង ខណ្ឌ រដ្ឋបាលឃុំ/សង្កាត់ ត្រូវចាត់តាំងកម្លាំងគ្រប់គ្រង ឃ្លាំមើល និងធ្វើការណែនាំការអនុវត្តវិធានការការពារខាងលើ ជាពិសេស៖
  - នៅតាមកសិដ្ឋាន ទីផ្សារលក់សត្វបសុបក្សីរស់ ដោយមានការត្រួតពិនិត្យការអនុវត្តវិធានការការពារឱ្យបានហ្មត់ចត់ ដើម្បីជៀសផុតពីការផ្ទុះចេញនូវជំងឺផ្តាសាយបក្សីក្នុងសហគមន៍របស់ខ្លួន។
  - នៅមូលដ្ឋានរបស់ខ្លួន ចាត់ចែងការត្រួតពិនិត្យចំពោះ វិធានការ ៣ការពារ ៣កុំ និងវិធានការសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ។
  - ត្រួតពិនិត្យទីតាំងបិទស្រា ស ឬផលិតស្រា ស ហើយអ្នករៀបចំ ឬអ្នកផលិតស្រា ស ត្រូវធានានូវការអនុវត្តតាមក្បួនបច្ចេកទេសត្រឹមត្រូវ ដោយមិនយកសារធាតុមេតាណុល មកលាយធ្វើជាស្រា ស ផ្តេសផ្តាសនោះឡើយ។

- ដាច់ខាតមិនត្រូវទិញ ឬផលិត ឬបរិភោគស្រា ស ដែលមិនមានប្រភពផលិតច្បាស់លាស់ ហើយដែលមិនគោរពតាមបទដ្ឋានបច្ចេកទេសត្រឹមត្រូវ ឬយកមេតាណុលមកលាយធ្វើជាស្រា ស ដែលបង្កឱ្យមានការពុលរហូតដល់ស្លាប់បាត់បង់ជីវិត។

ក្រសួងសុខាភិបាល សូមលើកទឹកចិត្តឲ្យប្រជាជនទូទៅ អនុវត្តតាមដំបូន្មានសាមញ្ញខាងលើ ដើម្បីការពារខ្លួន និងក្រុមគ្រួសារ និងសូមជូនពរ ឱ្យបុគ្គលគ្រប់រូបទាំងអស់គ្នាជួបនូវសុខភាពល្អ និងចៀសផុតនូវជំងឺកូវីដ-១៩ និងជំងឺដង្កាត់ផ្សេងៗ។

ក្រសួងសុខាភិបាល និងបន្តធ្វើការជូនដំណឹងដល់សាធារណជន អំពីការវិវត្តនៃបញ្ហាសុខភាពតាមគេហទំព័ររបស់នាយកដ្ឋានប្រយុទ្ធនឹងជំងឺឆ្លង www.cdcmoh.gov.kh ដែលគេហទំព័រ នេះមានសំភារៈអប់រំសុខភាព ដែលអាចទាញយកមកមើលបាន និងហ្វេសប៊ុកនាយកដ្ឋានប្រយុទ្ធនឹងជំងឺឆ្លងនៃក្រសួងសុខាភិបាល។

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែមៈ សូមទាក់ទងលេខទូរស័ព្ទទាន់ហេតុការណ៍ដោយឥតគិតថ្លៃ ១១៥ ទោះគ្មានថវិកាក្នុងទូរស័ព្ទរបស់អ្នកក៏អាចទូរស័ព្ទចូលបានដែរ ឬទំនាក់ទំនងមកក្រសួងសុខាភិបាល តាមលេខ៖ ០១២ ៤៨៨ ៩៨១ ឬ ០១២ ៨៣៦ ៨៦៨។

ថ្ងៃចន្ទ ៧ រោច ខែបុស្ស ឆ្នាំឆ្លូវ ត្រីស័ក ព.ស ២៥៦៥
រាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី២៤ ខែមករា ឆ្នាំ២០២២

ទីស្តីការក្រសួងសុខាភិបាល ដីឡូត៍លេខ ៨០ វិថីសម្តេចប៉ែន នុត (២៨៩) ភ្នំពេញ ទូរស័ព្ទ-ទូរសារ: (៨៥៥-២៣) ៨៨៥ ៩៧០/៨៨៤ ៩០៩