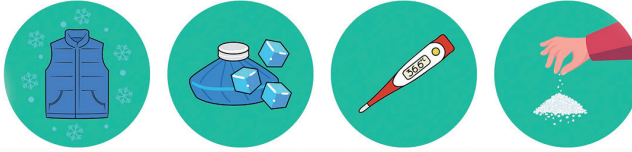


# ជំងឺដែលទាក់ទងទៅ នឹងកម្ដៅ និងការគ្រប់គ្រងជំងឺទាំងនោះ

ជំងឺ	រោគសញ្ញា	ការគ្រប់គ្រង
 ជំងឺដាច់សរសៃឈាមខួរក្បាល	<ul style="list-style-type: none"> <li>ក្ដៅខ្លួនខ្លាំង (&gt;40°C)</li> <li>ស្បែកស្ងួត និងក្ដៅ</li> <li>អាចបណ្តាលឱ្យបាត់បង់ស្មារតី</li> <li>※ ការមិនបានព្យាបាលឆាប់រហ័ស គ្រប់គ្រាន់អាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ទូរសព្ទ 119 (សេវាកម្មគ្រោះអាសន្ន)</li> <li>ផ្លាស់ទីទៅកន្លែងត្រជាក់</li> <li>សីតុណ្ហភាពរាងកាយចុះទាប</li> <li>※ កុំផឹកទឹក ឬ ភេសជ្ជៈរាវ ប្រសិនបើមិនដឹងខ្លួន</li> </ul>
 ការហត់ឆ្ងាយដោយសារកម្ដៅ	<ul style="list-style-type: none"> <li>ចេញញើសច្រើនខ្លាំង (≤40°C)</li> <li>ចុះខ្សោយ និងអស់កម្លាំងខ្លាំង</li> <li>ក្អកចង្ហោរ រមួលក្រពើ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ផ្លាស់ទីទៅកន្លែងត្រជាក់</li> <li>ផឹកទឹក</li> <li>ងូតទឹកត្រជាក់</li> </ul>
 រមួលសាច់ដុំដោយសារកម្ដៅ	<ul style="list-style-type: none"> <li>រមួលក្រពើរ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ផ្លាស់ទីទៅកន្លែងត្រជាក់</li> <li>ផឹកទឹក</li> <li>ម៉ាស្សាសាច់ដុំ</li> </ul>
 ខ្យល់គរដោយសារកម្ដៅ	<ul style="list-style-type: none"> <li>វិលមុខ</li> <li>ការបាត់បង់ស្មារតីជាបណ្តោះអាសន្ន</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ទៅកាន់កន្លែងត្រជាក់ (លើកជើងឱ្យខ្ពស់ជាងក្បាល)</li> <li>ប្រសិនបើមិនអាចទាក់ទងទៅណាបានទេ សូមផឹកទឹកឬភេសជ្ជៈ</li> </ul>
 ហើមខ្លួនដោយសារកម្ដៅ	<ul style="list-style-type: none"> <li>ហើមដៃ ជើង ឬកជើង</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ផ្លាស់ទីទៅកន្លែងត្រជាក់ (លើកកន្លែងដែលហើមឱ្យខ្ពស់ជាងបេះដូង)</li> </ul>
 កន្ទួលស្បែកដោយសារកម្ដៅ (ចែងថ្ងៃ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ឡើងមុនក្បាលក្រហម ឬ ពងទឹកច្រើនកន្លែង</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>រក្សាកន្លែងដែលរងផលប៉ះពាល់ឱ្យនៅកន្លែងត្រជាក់និងស្ងួត</li> <li>ប្រើប្រែងលាបកន្ទួល ប្រសិនបើចាំបាច់</li> </ul>
 ការរលាកកម្ដៅថ្ងៃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>ស្បែកឡើងក្រហម និង រលាក</li> <li>ពងបែកស្បែក</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ស្តាំដោយកន្លែងសើមនិងត្រជាក់ ឬ ងូតទឹកត្រជាក់ត្រង់កន្លែងរលាកដោយសារកម្ដៅថ្ងៃ</li> <li>ប្រើក្រែមផ្តល់សំណើម</li> <li>កុំឱ្យញាចពងបែក</li> </ul>

# ក្រុមឆ្លើយតបនឹងរលកកម្ដៅ 119

## ក្រុមឆ្លើយតបនឹងរលកកម្ដៅ 119 រឿង ដែលអ្នកត្រូវដឹង!



អាវកាក់បន្ថយកម្ដៅ កញ្ចប់ទឹកកក ទែម៉ូម៉ែត្រ អំបិល

- នៅក្នុងក្រុមឆ្លើយតបនឹងរលកកម្ដៅ 119 មានឧបករណ៍ឆ្លើយតបនឹងរលកកម្ដៅចំនួន ប្រាំបួនប្រភេទ ដែលមានដូចជា អាវកាក់បន្ថយកម្ដៅ កញ្ចប់ទឹកកក ទែម៉ូម៉ែត្រ សូលុយស្យុងសម្រាប់លាយទឹកផឹក អំបិល ទឹកបាញ់ និង ជាច្រើនទៀត។
- ក្រុមឆ្លើយតប និង ក្រុមរថយន្តសង្គ្រោះអ្នកជំងឺបានទទួល ការបណ្តុះបណ្តាលទាំងក្នុងការអនុវត្ត និង ទ្រឹស្តី ដើម្បីពង្រឹងសមត្ថភាពឆ្លើយតបគ្រោះអាសន្នរបស់ពួកគេ។
- ដើម្បីបន្ទាបសីតុណ្ហភាពរាងកាយដែលកើនឡើង ដំណើរការរបស់ម៉ាស៊ីនត្រជាក់របស់រថយន្តឆ្លើយតបលេខ 119 ត្រូវបានពិនិត្យ។
- ការតាមដានព័ត៌មានអាកាសធាតុជាបន្តបន្ទាប់ រួមមានទាំងការព្រមានអំពីរលកកម្ដៅ អនុញ្ញាតឱ្យមានការបំពេញ និង ស្តុកទុកគ្រឿងបរិក្ខារចាំបាច់នានាកាន់តែមានភាពបត់បែន។



នៅស្ថានីយ៍អគ្គិភ័យជិតបំផុត ហើយគេនឹងជួយអ្នក។ ចំណាំថាគោលការណ៍ណែនាំសកម្មភាពទាំងនេះគឺផ្អែកលើស្ថានភាពទូទៅសម្រាប់ប្រភេទគ្រោះមហន្តរាយនីមួយៗនិងអាចប្រែប្រួលក្នុងកាលៈទេសៈដាក់លាក់។

សុវត្ថិភាពកើនឡើងនៅពេលដែលគោលការណ៍ណែនាំខាងក្រោមទាំងនេះត្រូវបានអនុវត្តរួមគ្នាជាមួយអ្នកដទៃ។

គោលការណ៍ណែនាំអំពីវិធានការរបស់ពលរដ្ឋតាមប្រភេទគ្រោះមហន្តរាយ

# រលកកម្ដៅ

(ជំងឺដាច់សរសៃឈាមខួរក្បាលដោយសារកម្ដៅ)



# ករណីគ្រោះថ្នាក់

• កម្មករនៅការដ្ឋានសំណង់ស្លាប់ដោយសារជំងឺដាច់សរសៃឈាមខួរក្បាលដោយសារកម្ដៅ

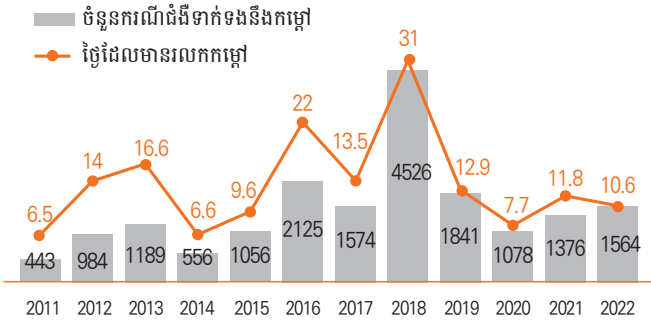
កាលបរិច្ឆេទ	ថ្ងៃទី 15 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2022 ប្រហែលជាម៉ោង 4:00 ល្ងាច
ចំនួនអ្នករងរបួស និងអ្នកស្លាប់	កម្មករដែលមានអាយុខ្លះ 50 ឆ្នាំបានស្លាប់
ឧប្បត្តិហេតុ ទិដ្ឋភាពទូទៅ	រងគ្រោះដោយសារតាំងបេះដូង ក្នុងពេលសម្រាកពីការងារ

• បុគ្គលដែលមានវ័យចំណាស់រងការអស់កម្លាំងដោយសារកម្ដៅ និង ក្តៅខ្លួនខ្លាំង ពេលកំពុងធ្វើការក្នុងទីវាល។

កាលបរិច្ឆេទ	ថ្ងៃទី 3 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2022 ប្រហែលម៉ោង 1:00 រសៀល
ចំនួនអ្នករងរបួស និងអ្នកស្លាប់	មនុស្សចាស់អាយុខ្លះ 80 ឆ្នាំត្រូវបានដឹកទៅមន្ទីរពេទ្យ
ឧប្បត្តិហេតុ ទិដ្ឋភាពទូទៅ	ការអស់កម្លាំងដោយសារកម្ដៅ បានកើតមានឡើងបន្ទាប់ពីធ្វើការតឈប់ក្នុងទីវាលជាងពីរម៉ោង។

# ស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់ និងមូលហេតុចម្បងៗ

ថ្ងៃដែលមានរលកកម្ដៅទូទាំងប្រទេស និង ជំងឺដែលពាក់ព័ន្ធនឹងកម្ដៅ (រយៈពេល 10 ឆ្នាំចុងក្រោយ 2011-2022)



• នៅឆ្នាំ 2022 ក្នុងចំណោមករណីជំងឺដែលពាក់ព័ន្ធនឹងកម្ដៅទាំង 1,564 ករណី 22% (353 ករណី) បានកើតឡើងក្នុងខេត្ត Gyeonggi។

## មូលហេតុសំខាន់ៗនៃជំងឺទាក់ទងនឹងកម្ដៅ

- ការប៉ះពាល់រយៈពេលយូរទៅនឹងសីតុណ្ហភាពខ្ពស់ និង ការកើនឡើងនៃកម្ដៅរាងកាយដោយសារសកម្មភាពរាងកាយ (លំហាត់ប្រណិ ការងារនៅក្រៅអគារ ជាដើម) ក្នុងអំឡុងពេលមានរលកកម្ដៅ។
- ការប៉ះពាល់រយៈពេលយូរក្នុងបរិយាកាស ដែលមានខ្យល់ចេញចូលមិនល្អ និងស្ថានភាពមិនមានខ្យល់ (ដូចជាខ្នងផ្ទះកញ្ចប់ផ្លាស្ទិក និង ក្នុងរយថន្ត) ក្នុងពេលមានរលកកម្ដៅ។

# ការចាត់ចំណាត់ថ្នាក់ និង លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យនៃរលកកម្ដៅ

ការចាត់ចំណាត់ថ្នាក់	លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ
ការប្រឹក្សាយោបល់អំពីរលកកម្ដៅ	នៅពេលដែលសីតុណ្ហភាពជាក់ស្ដែងខ្ពស់បំផុតប្រចាំថ្ងៃត្រូវបានគេរំពឹងថានឹងមានកម្រិត 33°C ឬខ្ពស់ជាងនេះ ក្នុងរយៈពេលពីរថ្ងៃជាប់ៗគ្នា។
ការព្រមានអំពីរលកកម្ដៅ	នៅពេលដែលសីតុណ្ហភាពជាក់ស្ដែងខ្ពស់បំផុតប្រចាំថ្ងៃត្រូវបានគេរំពឹងថានឹងមានកម្រិត 35°C ឬខ្ពស់ជាងនេះ ក្នុងរយៈពេលពីរថ្ងៃជាប់ៗគ្នា។

# ក្រុមដែលមានហានិភ័យខ្ពស់ និងទីតាំងដែលមានហានិភ័យក្នុងអំឡុងពេលមានរលកកម្ដៅ

## ក្រុមដែលមានហានិភ័យខ្ពស់

បុគ្គលដែលមានវ័យចំណាស់ និងមនុស្សចាស់ដែលរស់នៅតែម្នាក់ឯង

កម្មករខាងក្រៅអគារ

បុគ្គលដែលមានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃ

កុមារ

## ទីតាំងដែលមានហានិភ័យ

ទីវាល

កន្លែងធ្វើការខាងក្រៅអគារ

នៅខាងក្នុងយានយន្ត

# គោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់ពលរដ្ឋក្នុងអំឡុងពេលមានរលកកម្ដៅ

1. បន្តតាមដានស្ថានភាពអាកាសធាតុ ក្តៅតាមរយៈទូរទស្សន៍ អ៊ីនធឺណិត វីទេអូ និងប្រភពផ្សេងៗទៀត។
2. ផឹកទឹកឱ្យបានច្រើន ជាជាងផឹកគ្រឿងស្រវឹង ឬភេសជ្ជៈដែលមានជាតិកាហ្វេអ៊ីន។
3. ជៀសវាងសកម្មភាពនៅខាងក្រៅអគារ ឬធ្វើការក្នុងអំឡុងម៉ោងដែលក្តៅបំផុត ជាធម្មតាចាប់ពីម៉ោង 2 រសៀល ដល់ម៉ោង 5 ល្ងាច។
4. នៅពេលប្រើឧបករណ៍ដែលធ្វើឱ្យត្រជាក់ រក្សាភាពខុសគ្នានៃសីតុណ្ហភាពរវាងខាងក្នុង និងខាងក្រៅអគារប្រហែល 5°C ដើម្បី បង្ការជំងឺពីម៉ាស៊ីនត្រជាក់។  
\* សីតុណ្ហភាពក្នុងអគារដែលបានណែនាំក្នុងរដូវក្ដៅ៖ 26-28°C
5. ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញាដូចជាវិលមុខ ចង្កោរ ឬឈឺក្បាល សម្រាកនៅកន្លែងត្រជាក់។
6. បើកឱ្យខ្យល់ចេញចូល នៅកន្លែងបិទជិត ដូចជាកញ្ចក់ ឬផ្ទះកញ្ចប់ដែលធ្វើពីប្លាស្ទិកនិងប្រើទឹកដើម្បីបន្ថយសីតុណ្ហភាព។
7. ដើម្បីសុវត្ថិភាពរបស់កុមារ និងមនុស្សចាស់ ពិនិត្យសុខុមាលភាពរបស់ពួកគេឱ្យបានទៀងទាត់។