

គំរាមខ្វោគ

ក្រុមហ៊្នបានតាមលក្ខណៈទំនាក់ទំនង និងការប្រព័ន្ធទៅក្នុងប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋាន និងប្រព័ន្ធភាពជាជាតិ ក្នុងពេលវេលាដែលស្របតាមអត្ថបន្ឌឺមួយ សម្រាប់រូបរាងសំខាន់សំខាន់ប៉ុណ្ណោះ។ ក្នុងក្រុមហ៊្នបានតាមលក្ខណៈទំនាក់ទំនង និងការប្រព័ន្ធទៅក្នុងប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋាន និងប្រព័ន្ធភាពជាជាតិ ក្នុងពេលវេលាដែលស្របតាមអត្ថបន្ឌឺមួយ សម្រាប់រូបរាងសំខាន់សំខាន់ប៉ុណ្ណោះ។

ក្រុមហ៊្នបានតាមលក្ខណៈទំនាក់ទំនង និងការប្រព័ន្ធទៅក្នុងប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋាន និងប្រព័ន្ធភាពជាជាតិ ក្នុងពេលវេលាដែលស្របតាមអត្ថបន្ឌឺមួយ សម្រាប់រូបរាងសំខាន់សំខាន់ប៉ុណ្ណោះ។ ក្នុងក្រុមហ៊្នបានតាមលក្ខណៈទំនាក់ទំនង និងការប្រព័ន្ធទៅក្នុងប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋាន និងប្រព័ន្ធភាពជាជាតិ ក្នុងពេលវេលាដែលស្របតាមអត្ថបន្ឌឺមួយ សម្រាប់រូបរាងសំខាន់សំខាន់ប៉ុណ្ណោះ។

ក្រុមហ៊្នបានតាមលក្ខណៈទំនាក់ទំនង និងការប្រព័ន្ធទៅក្នុងប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋាន និងប្រព័ន្ធភាពជាជាតិ ក្នុងពេលវេលាដែលស្របតាមអត្ថបន្ឌឺមួយ សម្រាប់រូបរាងសំខាន់សំខាន់ប៉ុណ្ណោះ។ ក្នុងក្រុមហ៊្នបានតាមលក្ខណៈទំនាក់ទំនង និងការប្រព័ន្ធទៅក្នុងប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋាន និងប្រព័ន្ធភាពជាជាតិ ក្នុងពេលវេលាដែលស្របតាមអត្ថបន្ឌឺមួយ សម្រាប់រូបរាងសំខាន់សំខាន់ប៉ុណ្ណោះ។



ក្រុមហ៊្នបានតាមលក្ខណៈទំនាក់ទំនង និងការប្រព័ន្ធទៅក្នុងប្រព័ន្ធអាសយដ្ឋាន និងប្រព័ន្ធភាពជាជាតិ ក្នុងពេលវេលាដែលស្របតាមអត្ថបន្ឌឺមួយ សម្រាប់រូបរាងសំខាន់សំខាន់ប៉ុណ្ណោះ។

ตอนที่ 1 โรคธาลัสซีเมีย

ชาลัสซีเมีย (Thalassemia)

เป็นโรคที่มีความผิดปกติทางพั้นชุกรรวมของยีน ทำให้เม็ดเลือดแดงในร่างกายผิดปกติ ส่งผลให้มีอายุสั้น แตกง่าย และถูกทำลายง่าย



ສາເໜ້າຂອງໄວຄຈາລສືມີຍ

ເປັນໄວຄທາງກວມພັ້ນຖຸ

ລູກທີ່ເປັນໄວຄຈາລສືມີຍ

ຈະໄດ້ຮັບການຕ່າຍທອດພັ້ນຖຸກວມຈາກພ່ອແລະແມ່
ແລະໂອກາສເສື່ອງມືລູກເປັນໄວຄຈາລສືມີຍ
ເກີດໄວຄໄດ້ທັງໝົງແລະໜ້າຍໃນໂອກາສເທິກັນ

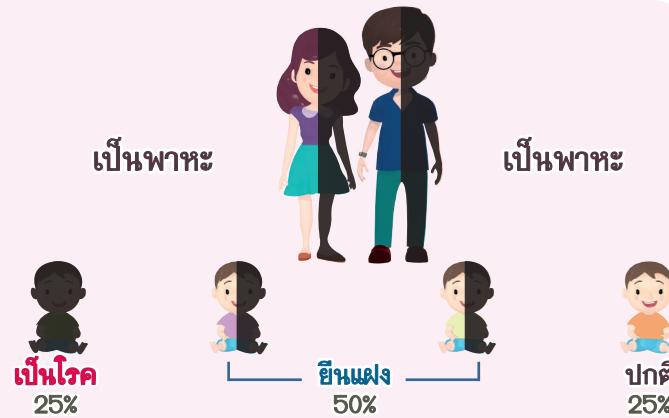


ลักษณะการถ่ายทอดทางพื้นฐานของความเจ็บป่วยสู่ลูก

1

กรณีที่พ่อและแม่ มียินแผลทั้งคู่

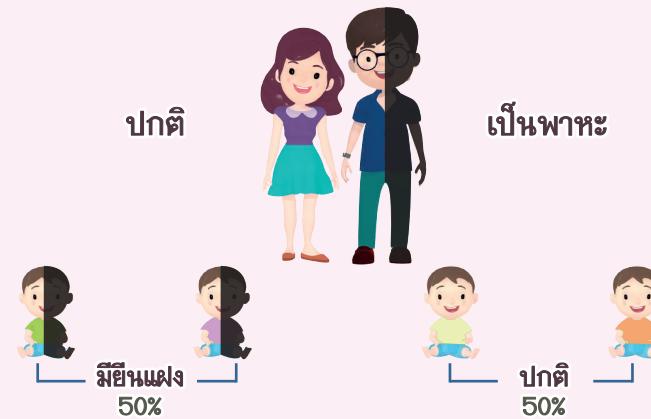
โอกาสลูกจะเป็นโรคเท่ากับ 25%
โอกาสลูกจะมียินแผลเท่ากับ 50%
และโอกาสลูกจะปกติเท่ากับ 25%



2

กรณีที่พ่อหรือแม่ มียินแผลเพียงคนเดียว

โอกาสลูกจะมียินแผลเท่ากับ 50%
แต่ไม่มีลูกคนใดเป็นโรคเลย

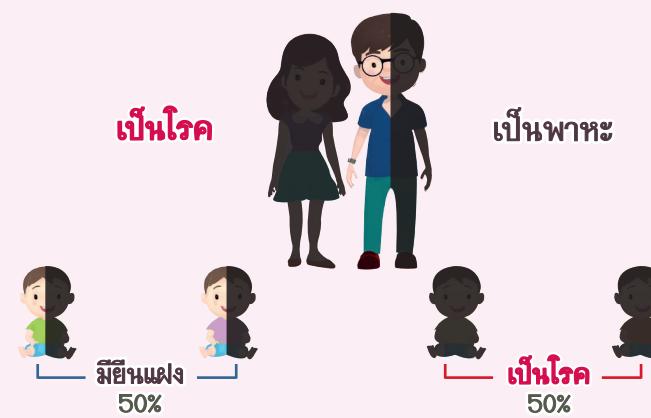


3

กรณีที่พ่อและแม่ ฝ่ายหนึ่งเป็นโรค

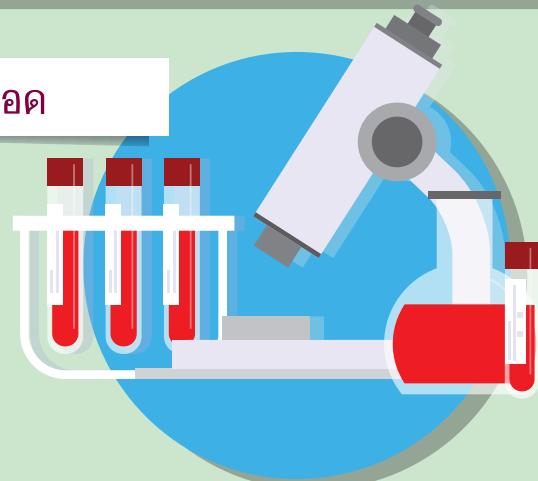
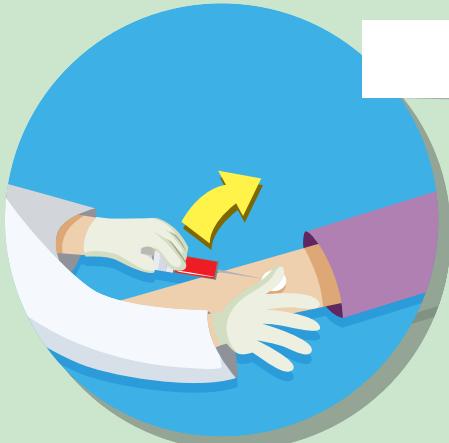
และอีกฝ่ายหนึ่งมียินแผล
โอกาสที่ลูกจะเป็นโรคเท่ากับ 50%
โอกาสที่ลูกจะมียินแผลเท่ากับ 50%

3



ຈະຫຼຸດອ່າງໄວ່ວ່າເປັນໂວຄຈາລສືມື່ຍ

ການຕຽບເລືອດ

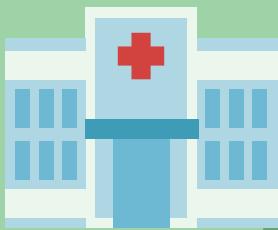


ວິທີການຕຽບວ່າເປັນພາຫະຂອງໂວຄຫຼືເປັນໂວຄຈາລສືມື່ຍ
ການຕຽບເລືອດເກົ່ານັ້ນທີ່ຈະກຳໃຫ້ວ່າເປັນພາຫະຂອງໂວຄຫຼືເປັນໂວຄຈາລສືມື່ຍ

ສັກະນະເມີດເລືອດແດງຂອງຄນປາຕີ



ສັກະນະເມີດເລືອດຂອງຜູ້ປ່າຍຈາລສືມື່ຍ



อาการ

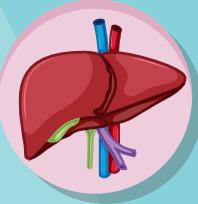
ผู้ที่เป็นพาหะของ
โรคลาลัสซีเมีย
จะมีสุขภาพร่างกาย
แข็งแรงเหมือน
คนปกติ
ไม่ต้องได้รับ
การรักษาหรือ
รับประทานยาใดๆ

ไม่ติดต่อ
จากคนหนึ่ง
ไปอีกคนหนึ่ง

แต่สามารถ
ถ่ายทอด
ยืนยันลาลัสซีเมีย¹
ไปสู่ลูกได้

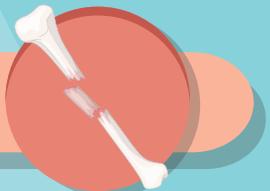


ผู้ป่วยคลาลส์ซีเมียชนิดรุนแรง มีอาการดังนี้



- ตัวผิด ตาเหลือง ท้องป่อง เพราะม้ามและตับโต อ่อนเพลีย เจริญเติบโตไม่สมอายุ

- กระดูกเปราะหักง่าย



- มักจะเจ็บป่วยบ่อย เพราะติดเชื้อจ่าย



โอกาสเสี่ยงของการตั้งครรภ์ ที่จะมีลูกจะเป็นโรคคลาลส์ซีเมีย

ทุกครั้งของการตั้งครรภ์
มีโอกาสที่ลูกจะเป็นโรคคลาลส์ซีเมีย



การป้องกัน

การป้องกันไม่ให้มีลูกเป็น
โรคลาลัสซีเมีย ต้องไปตรวจเลือด
ก่อนแต่งงานหรือก่อนตั้งครรภ์

เมื่อพ่อแม่เป็นพำนุภาพของโรคหังคู่
หลังจากทราบว่าตั้งครรภ์
(ต้องไปก่อน 12 สัปดาห์)



การรักษา

การรักษาผู้ป่วยลาลัสซีเมียชนิดรุนแรง
ต้องรับเลือด และกินยาขับคลอตเต้อเล็ก ตลอดชีวิต



ເລືອກຄູ່ ເລືອກຄວາມ ເລືອກຄລອດ ລູກປລອດຈາລສີເມີຍ

ຕ່າງຈເລືອດກ່ອນແຕ່ງງານ ວິບໄປພບແພທຍ໌ເມື່ອຕ້າງຄວາມ
ປ້ອນກັນລູກເປັນໂຮຄຈາລສີເມີຍ



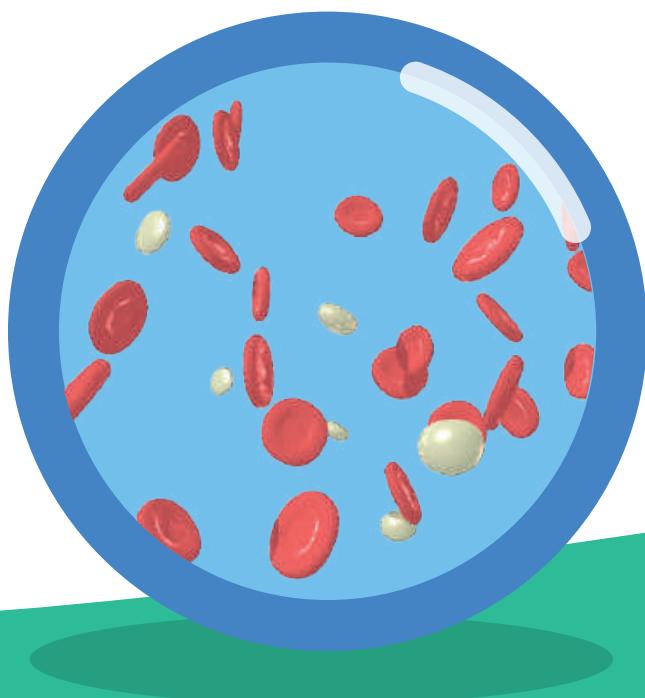
ตอนที่ 2

ภาวะซีดจากภารชาตอາตุเหล็ก หรือไอคไลมิจัง

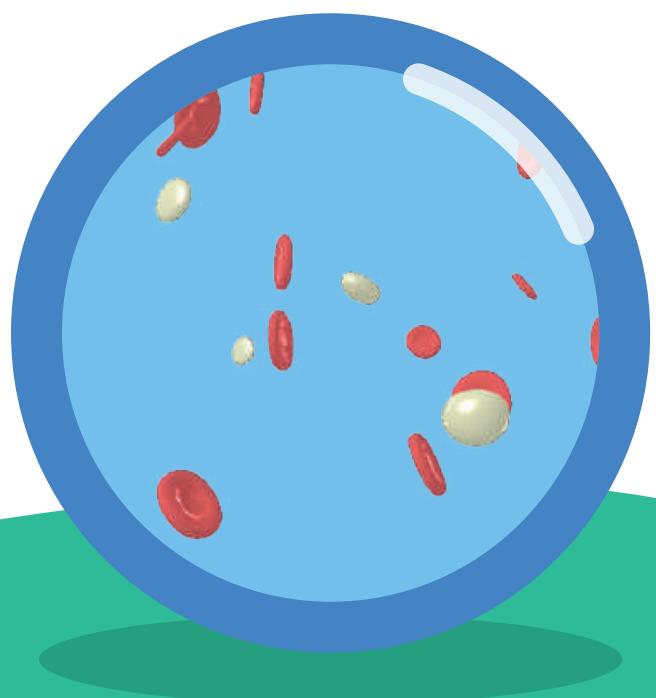


เกิดจากร่างกาย
มีปริมาณเม็ดเลือดแดงน้อยกว่าปกติ

คนปกติ



คนที่ขาดธาตุเหล็ก



ສາເໜັດຂອງກວະຊິດທີ່ພບບ່ອຍ



ເກີດຈາກການກິນອາຫາຮ
ທີ່ມີລາຄຸ້ເຫຼັກໄມ່ເພື່ອພອ
ກັບຄວາມຕ້ອງກາຮ
ຂອງຈ່າງກາຍ



ກາຣມືປະຈຳເດືອນ
ອອກມາກເກີນໄປ
ພບໄດ້ນໍ້ອຍໃໝ່ຫຼູງວ່ຍວຸ່ນ
ແລະວ່ຍເຈວິດຟ້າພັນດູ



ກາຣຕຽບພບໜອນພຍາສີ
ເຫັນ ໂຮມພຍາສີປາກຂອ
ເພວະພຍາສີປາກຂອ
ດູດກິນເລືອດເປັນອາຫາຮ



อาการขาดธาตุเหล็ก



หน้า蒼ชาซีดเที่ยว



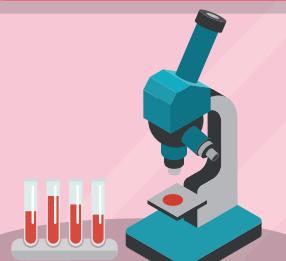
อ่อนเพลีย เหงื่อออกง่าย



โตชา เรียนรู้ช้า



จะรู้ได้อย่างไรว่าซีด



การตรวจพบภาวะซีด

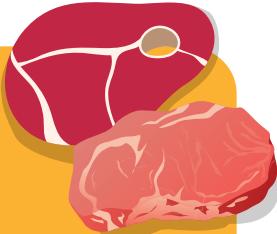
เยื่อบุตาซีด



การป้องกันคือการรับประทานอาหารที่อุดมด้วยชาตุเหล็ก

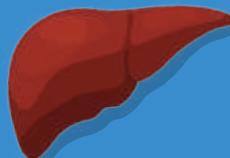
1. เนื้อสัตว์ เนื้อแดง

เน่น เนื้อวัว เนื้อหมู เป็นอาหารชาตุเหล็กสูง เป็นอาหารที่ร่างกายสามารถดูดซึมไปใช้ได้โดยตรง



2. ตับ เครื่องในจากสัตว์

ชาตุเหล็กพบมาก ในอาหารประเภท เครื่องในสัตว์



3. อาหารทะเล

เน่น กุ้ง หอย ปู ปลา



อาหาร ที่มีชาตุเหล็กสูง

4. ไข่แดง

เป็นอาหารที่กินง่าย กินได้ทุกวัน ควรกิน เป็นประจำ เพื่อไม่ให้ขาดชาตุเหล็ก



ในผักใบเขียวหลายๆ ชนิด ก็มีชาตุเหล็กสูง เช่น กัน เช่น ปวยเล้ง บрокโคลี นอกจากนี้ ควรเสริมด้วยผัก ผลไม้ ที่ช่วยดูดซึมชาตุเหล็ก ได้ดีด้วย เพราะถึงกินอาหารชาตุเหล็กสูง แต่การดูดซึมชาตุเหล็กทำได้ไม่ดีก็เปล่าประโยชน์

อาหารที่มีวิตามินซี จะช่วยในการดูดซึมชาตุเหล็ก เช่น บрокโคลี ฝรั่ง ลิ้นจี่ เงาะ ส้ม สตอเบอร์รี่ มะละกอ สับปะรด

ไม่ควรกินอาหาร พร้อมกับนมวัว นมถั่วเหลือง เพราะแคลเซียมในนม และไฟเตาในนมถั่วเหลืองจะทำให้ การดูดซึมชาตุเหล็กลดลง



ข้อแนะนำการดูแลรักษา

- กินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กตามคำแนะนำของแพทย์ หรือบุคลากรสาธารณสุขอย่างต่อเนื่อง และตรวจเลือดติดตามผล
- ไม่กินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กพร้อมมื้อนม เพราะจะทำให้การดูดซึมธาตุเหล็กลดลง



