



ကိုဗစ် - ၁၉
ရောဂါလက္ခဏာများနှင့်
ပတ်သက်သော မေးခွန်းများ
(COVID-19 symptoms and
clinical features)

ကိုဗစ် - ၁၉ ရောဂါလက္ခဏာများနှင့်ပတ်သက်သော မေးခွန်းများ (COVID-19 symptoms and clinical features)

၁။ ကိုဗစ်လူနာနဲ့ ထိတွေ့ဆက်ဆံမိပြီး ဘယ်နှရက်ကြာလျှင် ရောဂါလက္ခဏာ ပြပါသလဲ။

ရောဂါဖြစ်စေသော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးနှင့်ထိတွေ့ပြီး (၅-၆) ရက် မှ (၁၄) ရက်တွင် ရောဂါလက္ခဏာ ပြနိုင်ပါသည်။

၂။ ရောဂါလက္ခဏာမပြခြင်း (asymptomatic) နှင့် ရောဂါလက္ခဏာမပြမီ (presymptomatic) ကွာခြားချက်ကို သိလိုပါတယ်။

ရောဂါလက္ခဏာမပြသူတစ်ဦး (asymptomatic) သည် “ကိုဗစ် - ၁၉ စစ်ဆေးလျှင် ပိုးတွေ့ရှိ (positive) ထွက်သော်လည်း ကိုဗစ်ရောဂါပိုးကူးစက်ကြောင်း ညွှန်ပြသည့် လက္ခဏာများ မရှိခြင်း” ဖြစ်သည်။ ထိုသူများသည် ၎င်းတို့၏ ကိုဗစ် -၁၉ ကူးစက်မှု တစ်လျှောက် လုံးတွင် မည်သည့် ရောဂါလက္ခဏာမှမခံစားရပေ။

သို့သော်အချို့လူများတွင် ကိုဗစ် - ၁၉ ကူးစက်နေသော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာများမပြသေးဘဲ ကိုဗစ် - ၁၉ အတည်ပြုစစ်ဆေးတွေ့ရှိအပြီး ရက်အနည်းငယ်အကြာတွင်မှသာ ရောဂါလက္ခဏာများစတင်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထိုသူတို့အား ကိုဗစ် -၁၉ ပိုးကူးစက်သော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာမပြမီ ကိုဗစ် - ၁၉ စစ်ဆေးပြီး ကိုဗစ်ကူးစက်မှု အတည်ပြု (presymptomatic) အဖြစ် သတ်မှတ်သည်။

၃။ ကိုဗစ် - ၁၉ ပိုးကူးစက်ထားသော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာမပြသူများသည် ကိုဗစ် - ၁၉ ဗိုင်းရပ်စ်ကို ပြန့်ပွားကူးစက်စေနိုင်ပါသလား။

ပြန့်ပွားစေနိုင်ပါသည်။ လေ့လာမှုတစ်ခုအရ ကိုဗစ်ရောဂါပိုးရှိသူ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်တွင် ရောဂါ လက္ခဏာမပြသော်လည်း ထိုသူတို့မှ ရောဂါပိုး ပျံ့နှံ့ကူးစက်စေနိုင်ပါသည်။

ကူးစက်ခံရသူများသည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးပါဝင်သော လေမှုန်များ (ဥပမာ - ရောဂါလက္ခဏာမပြဘဲ ကိုဗစ်ပိုးရှိနေသူနှင့် အနီးကပ်စကားပြောခြင်းမှတစ်ဆင့်) ကို ရှူရှိုက်မိပြီး ကူးစက်စေနိုင်သည်။ မှတ်တမ်းတင်ထားသော ကူးစက်မှုအများစုသည် ကိုဗစ်ပိုးရှိသူနှင့် နီးကပ်စွာရှိနေခြင်းကြောင့်

ဖြစ်ပွားသော်လည်း အချို့ကူးစက်မှုများတွင် ကွာဝေးသောအနေအထားတွင် ရှိသော်လည်း ကူးစက်မှုဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။ လေဝင်လေထွက်မကောင်းသော နေရာများတွင် ဗိုင်းရပ်စ်အမှုန်များသည် အခန်းအတွင်းတွင် လည်ပတ်တည်ရှိနေပြီး ရောဂါပြန့်ပွားမှုကူးစက်စေခြင်းကြောင့် အလုံပိတ်နေရာများကို ရှောင်ရှားရန် ကျွမ်းကျင်သူများက သတိပေးထားပါသည်။

အချို့သောသူများတွင် ကိုဗစ် -၁၉ ကူးစက်မှုတစ်လျှောက်လုံးတွင် မည်သည့် ရောဂါလက္ခဏာမှ မပြဘဲ (asymptomatic) ကိုဗစ် - ၁၉ စစ်ဆေးမှသာလျှင် အတည်ပြုလူနာ - ပေါ့စတစ် (positive) ဖြစ်နေကြောင်းတွေ့ရှိရတတ်သည်။ ထို့ပြင် အချို့လူများတွင် ကိုဗစ် - ၁၉ ကူးစက်နေသော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာများမပြသေးဘဲ ကိုဗစ် - ၁၉ အတည်ပြုစစ်ဆေးတွေ့ရှိအပြီး ရက်အနည်းငယ် အကြာတွင်မှသာ ရောဂါလက္ခဏာများ (presymptomatic) စတင်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

လေ့လာသုံးသပ်ချက်များအရ ရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားမှု အများစုသည် ကိုဗစ်ပိုးကူးစက်ပြီး ရောဂါလက္ခဏာ မဖြစ်ပေါ်သေးသည့်လူများ (presymptomatic) ထံမှ အများဆုံးကူးစက်စေခြင်း ဖြစ်သည်။

၄။ ကိုဗစ် - ၁၉ ၏ ရောဂါလက္ခဏာများ (သို့) ကိုဗစ်ရောဂါ ကူးစက်ခံရလျှင် ဖြစ်တတ်သည့် လက္ခဏာများကို သိလိုပါသည်။

အဖြစ်များသော ရောဂါလက္ခဏာများ -

- ဖျားခြင်း (ကိုယ်အပူချိန်တိုင်းကိရိယာ - သာမိုမီတာဖြင့် တိုင်းတာပါက အပူချိန် ၉၉.၅ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက် သို့ ၃၇.၅ ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ် နှင့်အထက်ရှိခြင်း)
- ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်း
- မောပန်းနွမ်းလျခြင်း၊ အားအင်ကုန်ခမ်းခြင်း

ဖြစ်တတ်သော ရောဂါလက္ခဏာများ -

- အနံ့ (သို့) အရသာပျောက်ဆုံးခြင်း
- နှာခေါင်းပိတ်၊ နှာစေးခြင်း
- မျက်စိနာခြင်း/မျက်စိနီခြင်း

- လည်ချောင်းနာခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- ကြွက်သား (သို့) အရိုးဆစ်များနာခြင်း
- အရေပြားတွင် အနီကွက်ပေါ်ခြင်း
- ပျို့အန်ခြင်း
- ဝမ်းလျှောခြင်း
- ချမ်းတုန်ခြင်း (သို့) မူးဝေခြင်း

ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများ -

- အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်း (အသက်ရှူနှုန်း တစ်မိနစ်လျှင် ၁၈ကြိမ်ထက် များခြင်း)
- ရင်ဘတ်အောင့်မှုကြာရှည်လာခြင်း (သို့) ရင်ဘတ်ပေါ်တွင် အလေးဖိထားသည်ဟု ခံစားရခြင်း
- စကားမပြောနိုင်ခြင်း (သို့) လှုပ်ရှားမှုမရှိခြင်း
- စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်း

အအေးမိတုပ်ကွေး နှင့် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါလက္ခဏာများမှာ အများစု တူညီ၍ ဖြစ်ကာစတွင် ခွဲခြားရန် အလွန်ခက်ပါသည်။ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါတွင် အဖျားကြီးခြင်း၊ ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်း နှင့် အသက်ရှူကြပ်ခြင်း လက္ခဏာများမှာ ပိုမိုတွေ့ရှိရပါသည်။ အသက်အရွယ်၊ ကိုယ်ခံအား အခြေ အနေ၊ အခြားရောဂါအခံများရှိမရှိ၊ ရောဂါပိုးဝင်ရောက်မှု အခြေအနေတို့ပေါ်တွင် မူတည်၍ ခံစား ရသော လက္ခဏာများ ကွာခြားနိုင်ပါသည်။ ကိုဗစ်-၁၉ ဟုတ်၊ မဟုတ် သေချာစွာ သိနိုင်ရန် နှာခေါင်းတို့ဖတ်၊ အာခေါင် တို့ဖတ်တို့ကို ဓာတ်ခွဲစစ်ဆေးမှ သိနိုင်ပါမည်။

၅။ ကလေးတွေမှာ ကိုဗစ်ကူးစက်ရင် အသက်ဆုံးရှုံးနိုင်ပါလား။ မည်သို့သော ရောဂါလက္ခဏာ များ ပြ၍ မည်ကဲ့သို့ စောင့်ရှောက်ကုသမှုလုပ်သင့်ပါသလဲ။

အများအားဖြင့် ကလေးများမှာ လူကြီးများကဲ့သို့ ကိုဗစ်ရောဂါပိုး ကူးစက်ခံရနိုင်သော်လည်း ရောဂါပြင်းထန်စွာ ခံစားရနိုင်ခြေ နည်းပါသည်။ အနည်းငယ်သော ကလေးအချို့တွင် ရောဂါ လက္ခဏာများ ပြင်းထန်နိုင်ပါသည်။ ကလေးအများစုမှာ ရောဂါလက္ခဏာ မပြကြဘဲ

ရောဂါပိုးသယ်ဆောင်သူများ ဖြစ်နိုင်ကြပြီး အခြားသူများထံသို့ ရောဂါပိုးကူးစက်စေနိုင်ပါသည်။ လူကြီးများတွင် ခံစားရသော ရောဂါလက္ခဏာများနှင့် ယေဘုယျအားဖြင့် တူညီပါတယ်။ ခံစားရသော ရောဂါလက္ခဏာများအလိုက် (ဥပမာ - အဖျားကြီးပါက ရေပတ်တိုက်ခြင်း၊ ပါရာစီတမော ဆေးတိုက်ခြင်း၊ နှာစေးပါက နှာစေးပျောက်ဆေးတိုက်ခြင်း စသည်) ကလေးအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန်လိုအပ်ပါသည်။

အကယ်၍ အောက်ပါလက္ခဏာများ ခံစားရပါက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းနှင့် အမြန်ဆုံးပြသရန် လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ

- အသက်ရှူခက်ခဲခြင်း (ရင်ဘတ်ရှိ နံရိုးကြားနေရာများ ချိုင့်ဝင်ခြင်း၊ နှာခေါင်းဝ ကျယ်၍ အားစိုက်ရှူနေခြင်း)၊
- အလွန်အမင်း မိုန်းခြင်း (သို့) အသိစိတ်ကင်းမဲ့ခြင်း၊
- ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊
- အရေပြားများ ဖျော့တော့၍ အေးစက်နေခြင်း၊
- မူးဝေခြင်း၊
- အလွန်အမင်း ဗိုက်နာခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၆။ ကိုဗစ်ပိုး ဒယ်လ်တာမျိုးကွဲအသစ် ရဲ့ လက္ခဏာတွေကို သိချင်ပါတယ်။

လေ့လာမှုများအရ လက်ရှိမျိုးကွဲ Delta variantမှာ ယခင်မျိုးကွဲများထက် ၆၀ ရာခိုင်နှုန်း ကူးစက်မှုနှုန်း ပိုမိုများတာ တွေ့ရပါတယ်။ အများစု ရောဂါလက္ခဏာများမှာ တူညီပါတယ်။ အချို့လေ့လာမှုများတွင် နှာရည်ကျခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်းများ ပိုမိုခံစားရကြောင်း တွေ့ရသည်ဟု ဆိုပါတယ်။

၇။ ကိုဗစ်-၁၉ ဖြစ်ပွားပါက မည်သည့်အတွက်ကြောင့် အနံ့ပျောက်ခြင်း ဖြစ်ပေါ်တာလဲ။

ကိုဗစ်ရောဂါဖြစ်ပွားပါက တချို့သောသူများမှာ အနံ့ပျောက်ခြင်း ယာယီခံစားရပါတယ်။ ကိုဗစ် - ၁၉ ပိုးဆဲလ်များရှိချိတ်သည် လူ၏ အနံ့အာရုံခံဆဲလ်များ လုပ်ဆောင်မှု/ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည့် နှာခေါင်း၏ အပေါ်ဘက်အတွင်းရှိ အာရုံခံအထောက်အကူပြု

ဆဲလ်များကို နှာခေါင်း၏ အခြားအစိတ်အပိုင်း နှင့် အဆုတ်သို့သွားသော လေပြွန်ရှိ ဆဲလ်များထက် အဆ ၇၀၀ ပိုတွယ်ကပ်၍ ကူးစက်စေသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

၈။ ကိုဗစ်-၁၉ ဖြစ်ပြီး အနံ့ပျောက်တာ စိုးရိမ်ရပါသလား။

အနံ့ပျောက်သော လက္ခဏာမှာ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါလက္ခဏာများထဲမှ သာမန်ခံစားရသော လက္ခဏာတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကိုဗစ်-၁၉ ဖြစ်ပါက အနံ့လုံးဝပျောက်သည်အထိဖြစ်ခြင်း (သို့) အနံ့အာရုံ လျော့သွားခြင်းများ အဖြစ်များကြပြီး အချို့မှာ ဆိုးရွားသောအနံ့များကို ခံစားရလေ့ရှိကြောင်း တွေ့ရပါတယ်။ ထိုသို့ ဆိုးရွားသောအနံ့ခံစားရသူများမှာ အခြားသူများထက် ပုံမှန်အနံ့များ ပြန်လည်ရရှိရန် အချိန်ပိုကြာတတ်ကြောင်းလည်း တွေ့ရှိ ရပါသည်။

အနံ့ပျောက်ခြင်းအတွက် မည်သည့်ဆေးမှ သောက်သုံးရန် မလိုအပ်ဘဲ ပြန်လည် သက်သာသွားတတ်ပါသည်။ အနံ့ပျောက်ခြင်း လက္ခဏာမှာ အချို့သူများတွင် လအနည်းငယ်ခန့်အထိ ကြာမြင့် တတ်သဖြင့် ၎င်းကို ပြန်လည်သက်သာလာရမည့် လက္ခဏာများတွင် ထည့်သွင်းတွက်ချက်ခြင်း မပြုပါ။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါမဟုတ်ဘဲ အခြားရောဂါများဖြစ်သည့် - အအေးမိခြင်း၊ ဓာတ်မတည့်ခြင်း၊ ထိပ်ကပ်နာဖြစ်ခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်လေထုညစ်ညမ်းခြင်း တို့အပြင် နှာခေါင်းထဲတွင် အသားပိုများ ဖြစ် ခြင်း၊ နှာခေါင်းနှင့် အနံ့ခံအာရုံကြောများ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း - တို့တွင်လည်း အနံ့ပျောက်လက္ခဏာ ခံစားရတတ်ပါသည်။ သို့သော် ယခုလို ကိုဗစ်-၁၉ ကပ်ရောဂါဖြစ်ပွားနေသောအချိန်၌ အနံ့ ပျောက်ခြင်းလက္ခဏာ ခံစားရပါက ကိုဗစ်ရောဂါသံသယဖြင့် အထူးဂရုပြုနေထိုင်ကြရမည် ဖြစ်ပါ သည်။

၉။ ကိုဗစ်ဖြစ်၍ အနံ့ပျောက်ပါက ဘယ်နှရက်လောက် ဖြစ်တတ်ပါသလဲ။

လေ့လာတွေ့ရှိမှုတစ်ခုအရ ကိုဗစ်ကြောင့်ဖြစ်သော အနံ့မရခြင်း၊ အရသာမခံစားနိုင်ခြင်း လက္ခဏာများမှာ အကြမ်းအားဖြင့် ၈-၉ ရက် ကြာတတ်သည်ဟု ဆိုထားပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများနှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာမှုများပြုလုပ်နေဆဲဖြစ်သည်။

၁၀။ ကိုဗစ်ရောဂါဖြစ်ပွားချိန်တွင် အခြားမည်သည့်ဘာလက္ခဏာမှ မပြဘဲ အနံ့ပျောက်တာ တခုဘဲ ဖြစ်တတ်ပါသလား။ သူတပါးကို မကူးစက်အောင် ဘယ်လိုနည်းလမ်းနဲ့ ကာကွယ်လို့ ရမလဲ။

ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ပါးစပ်နာခေါင်းစည်း စနစ်တကျ တပ်ခြင်း၊ လက်ကို စနစ်တကျ မကြာခဏဆေးခြင်း၊ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းများနဲ့ ကာကွယ်လို့ ရပါတယ်။

၁၁။ အချို့သော ကိုဗစ်ပိုးကူးစက်သူများသည် အနံ့ပျောက်ခြင်းသာ ခံစားရသည့်အတွက် သီးသန့် ခွဲနေရန် မည်ကဲ့သို့ အကြံပြုသင့်ပါသနည်း။

ရောဂါလက္ခဏာမပြမီ ၁-၂ ရက်မှ စတင်ကူးစက်နိုင်ကြောင်း၊ အနည်းဆုံး တစ်ပတ်မှ အချို့ ပြင်းထန်လျှင် ၂ ပတ်ထိ ကူးစက်နိုင်ပါတယ်။ ရောဂါလက္ခဏာပြသူတွင် အနည်းဆုံး ၁၀ ရက် အပြင် ရောဂါလက္ခဏာများ သက်သာခြင်း၊ အဖျားမရှိခြင်း (ဆေးသောက်၍ အဖျားကျတာ မဖြစ်ရပါ) အနည်းဆုံး ၂၄ နာရီအကြာမှသာ အခြားသူများနှင့် ပုံမှန်အတိုင်း ထိတွေ့နိုင်ပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာရှိသူတွင် ပထမဆုံး ရောဂါလက္ခဏာပေါ်သည့်ရက်မှ စတင်ရပါမည်။ ရောဂါ လက္ခဏာမရှိသူတွင် ကိုဗစ်ရောဂါပိုး ရှိ၊ မရှိကို စစ်ဆေးသည့် ပိုးတွေ့(positive) ထွက် သည့်ရက်မှ စ၍ တွက်ရပါမည်။ ပိုးတွေ့(positive) ရှိပြီးနောက် ရောဂါလက္ခဏာ ပေါ်လာပါက ထိုရောဂါလက္ခဏာ စပေါ်သည့်ရက်မှ ပြန်၍ တွက်ယူရပါမည်။

အနံ့ပျောက်ခြင်းသည်လည်း ကိုဗစ်ရောဂါလက္ခဏာထဲတွင် ပါဝင်ပါသည်။ အနံ့ပျောက်ခြင်း သည် လူတစ်ချို့တွင် အချိန်အတော်ကြာသည်အထိ ရှိနေတတ်သောကြောင့် အနံ့ပြန်ရသည် အထိ သီးသန့်နေရန် မလိုအပ်ပါ။ အထက်တွင် ဖော်ပြထားသော အချက်များနှင့်ပြည့်စုံပါက ပုံမှန် အတိုင်း နေထိုင်နိုင်ကြောင်း အမေရိကန် ကူးစက်ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးအဖွဲ့ (CDC) မှ အကြံပြု ထားပါသည်။

၁၂။ ကိုဗစ်ကူးစက်မှုတွင် အခြားလက္ခဏာများ မခံစားရဘဲ အနံ့ပျောက်ခြင်းသာဖြစ်ပါက ကိုဗစ်မှ ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာပြီ (Recovery stage) ဟု ပြောနိုင်ပါသလား။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါတွင် အနံ့ပျောက်ခြင်း လက္ခဏာကို နှလန်ထစအချိန်တွင် စဖြစ်သည်ဟု မပြော နိုင်ပါ။ အချို့လူနာများတွင် အနံ့ပျောက်ခြင်းကို အခြားလက္ခဏာများ

မတိုင်မီတွင်လည်း ခံစားရတတ်ပါသည်။ လေ့လာမှုတချို့အရ အနံ့ပျောက်ခြင်း လက္ခဏာရှိသူ အများစုသည် ပြင်းထန်သောရောဂါများ ခံစားရခြင်း နည်းပါးကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။ သို့သော် ထိုသို့ ကောက် ချက်ဆွဲရန်အတွက် ခိုင်မာသော သုတေသနများ မရှိသေးပါ။

၁၃။ ကိုဗစ်ရောဂါခံစားနေရချိန်တွင် အနံ့မပျောက်သော်လည်း အရသာပျောက်၊ ပါးစပ်/လျှာ ခါး ဖြစ်တတ်ပါသလား။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါတွင် အရသာအာရုံ ခံစားသော အာရုံခံနစ်ကြောများအား ထိခိုက်စေ တတ်သဖြင့် အရသာခံစားမှု ပြောင်းလဲခြင်း၊ ပျောက်ဆုံးခြင်းများ ခံစားရနိုင်ပါသည်။ အများ အားဖြင့် ရက်အနည်းငယ်အကြာတွင် ပြန်လည်သက်သာနိုင်ပါသည်။

၁၄။ ကိုဗစ် - ၁၉ ဖြစ်ပွားရာတွင် အနံ့ပျောက်ခြင်း နှင့် အောက်ဆီဂျင်ကျခြင်းက အဆက်အစပ် ရှိပါ သလား။

ကိုဗစ်ရောဂါတွင် ရောဂါလက္ခဏာခံစားရပုံများမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တူညီမှု မရှိပါ။ အနံ့ ပျောက်ခြင်းနှင့် အောက်ဆီဂျင်ကျခြင်းတို့ ဆက်စပ်မှု ရှိမရှိနှင့် ပတ်သက်၍ လေ့လာတွေ့ရှိချက် များ မရှိသေးပါ။ သို့ရာတွင် လေ့လာမှုတချို့အရ အနံ့ပျောက်ခြင်း လက္ခဏာရှိသူ အများစုသည် ပြင်းထန်သောရောဂါများ ခံစားရခြင်း နည်းပါးကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။ သို့သော်လည်း ထိုသို့ တထစ်ချ ကောက်ချက်ဆွဲရန်အတွက် သုတေသနအချက် အလက်များ ခိုင်ခိုင်မာမာ မရှိသေးပေ။

၁၅။ ကိုဗစ် - ၁၉ တွင် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း (မောခြင်း) ဖြစ်ရပါ သလဲ။

ကိုဗစ် - ၁၉ သည် အဆုတ်ကို ပျက်စီးစေသည့်အတွက် လေထဲမှ အောက်ဆီဂျင်ထုတ်နိုင် စွမ်းကို အဟန့်အတားဖြစ်စေသောကြောင့် ကိုဗစ်လူနာများတွင် ပြင်းထန်အသက်ရှူလမ်း ကြောင်း ဆိုင်ရာ ထိခိုက်သည့်ရောဂါလက္ခဏာစု ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

၁၆။ ကိုဗစ်ဖြစ်ပြီး အောက်ဆီဂျင်ကျရင် ဘယ်လိုလက္ခဏာတွေ ဖြစ်တတ်ပါသလဲ။

ပုံမှန်အားဖြင့် သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင် ကျဆင်းလာသည့်အခါ - အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ အသက် ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ စိတ်ရှုပ်ထွေး ခြင်းနှင့် ဂဏှာမငြိမ်ဖြစ်ခြင်း - စသည့်လက္ခဏာများ ခံစားရလေ့ရှိပါသည်။ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ၏

ထူးခြားသောလက္ခဏာတစ်ခုမှာ သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင်ကျဆင်းနေသော်လည်း လက္ခဏာ တစ်စုံတစ်ရာ မပြသခြင်း (Silent Hypoxia) ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အောက်ဆီဂျင် လျော့ နည်းနေခြင်းကို အချိန်လွန်မှ သတိထားမိခြင်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။

၁၇။ ကိုဗစ်ကြောင့် အောက်ဆီဂျင် (Oxygen) ကျသည့် အခြေအနေမျိုးသည် ဘယ်နှရက် အတွင်းမှာ ဖြစ်တတ်ပါသလဲ။ ရောဂါဖြစ်တာ ဘယ်နှရက်လောက်ဆို စိတ်ချရပါပြီလဲ။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရသူတိုင်းဟာ သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင်ကျခြင်းကို မခံစား ကြရပါ။ လေ့လာတွေ့ရှိချက်များအရ ပိုးကူးစက်ခံရသူအများစု (၈၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်) မှာ မပြင်း ထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများပြပြီး ပထမတစ်ပတ်နှင့် ဒုတိယတစ်ပတ်အတွင်း တဖြည်းဖြည်း နှင့် သက်သာသွားသည်ကို တွေ့ရပါတယ်။

၁၅ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သော ကိုဗစ်ကူးစက်ခံရသူများကတော့ ရောဂါလက္ခဏာပြပြီး (၅ ရက်မှ ၈ ရက် ကြား) ဒုတိယအပတ်မှ စ၍ ရောဂါလက္ခဏာများ ပိုမိုဆိုးရွားစွာ ခံစားရလေ့ရှိပြီး သွေးတွင်း အောက်ဆီဂျင် (SpO2) ၉၂% အောက်ကို ကျလာလေ့ရှိကာ ကုသမှုခံယူရလေ့ရှိပါတယ်။ အချို့ သူများမှာ ရောဂါလက္ခဏာစတင်ခံစားရပြီး ၁၄ ရက်အတွင်းတွင် ပြန်လည်သက်သာသွားလေ့ ရှိပါတယ်။

ကျန်သည့် ၅ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သော ကူးစက်ခံရသူများသာ ပိုမိုပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရလေ့ရှိပါသည်။ ၁၄ ရက်ကျော် ကြာသည်အထိ ဝေဒနာများခံစားရလေ့ရှိကာ လေဖြန်ထဲသို့ အသက်ရှူပိုက်ထည့်သွင်းရသည့် ကုထုံးများဖြင့် ကုသမှု ခံယူရတတ်ပြီး အသက်အန္တရာယ်နှင့် လည်း ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါတယ်။

၁၈။ ကိုဗစ် - ၁၉ က နှလုံးကို ထိခိုက်နိုင်ပါသလား။

ကိုဗစ် - ၁၉ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး အဆုတ်ထဲသို့ဝင်ရောက်ရာတွင် အသုံးပြုသော အေစီအီး ၂ လက်ခံ(ACE2 receptors) ယန္တရားသည် နှလုံးတွင်လည်း ရှိသည့်အတွက် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး နှလုံးထဲ သို့ ရောက်ရှိသွားသောအခါ ပိုးကြောင့် နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းခြင်း၊ အဆုတ်သွေးခဲခြင်း (သို့) သွေး လွှတ်ကြောများအတွင်းသွေးခဲခြင်းကိုဖြစ်စေပြီး နှလုံးကို ထိခိုက်စေပါသည်။

၁၉။ ကိုဗစ် - ၁၉ ဖြစ်လျှင် သွေးခဲသည့် လက္ခဏာများက ဘယ်လိုပါလဲ။

သွေးခဲခြင်းလက္ခဏာများအနေဖြင့်

- ခြေထောက်အတွင်းပိုင်းသွေးပြန်ကြောများတွင် သွေးခဲခြင်းဖြစ်ပါက ခြေသလုံးများ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း
- အဆုတ်သွေးကြောများတွင် သွေးခဲခြင်းဖြစ်ပါက အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ မောခြင်း၊ သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင်ကျဆင်းခြင်း၊
- နှလုံးသွေးကြောတွင် ဖြစ်ပွားပါက ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်မမှန်ခြင်း၊
- ဦးနှောက်သွေးကြောတွင် ဖြစ်ပွားပါက လေဖြတ်ခြင်း တို့ခံစားရနိုင်ပါတယ်။

ကိုဗစ်ရောဂါ၏ နောက်ဆက်တွဲလက္ခဏာများတွင်လည်း ခေါင်းကိုက်ခြင်းများ ခံစားရနိုင်ပါတယ်။ နောက်ဆက်တွဲလက္ခဏာများနှင့် ပတ်သက်၍ မေးခွန်းနံပါတ် - ၂၈ တွင် ဖတ်နိုင်ပါသည်။

၂၀။ ကိုဗစ် ဖြစ်ပြီး ဘယ်နှရက်လောက်ထိ သွေးခဲခြင်းအတွက် စိုးရိမ်ရပါသလဲ။

ကိုဗစ်ရောဂါတွင် ရောဂါလက္ခဏာခံစားရပုံများမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တူညီမှု မရှိပါ။ ပိုးကူးစက်ခံရသူများ၏ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သည် မပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများပြုပြီး ပထမတစ်ပတ် ကျော်လွန်ပါက တဖြည်းဖြည်းနဲ့ သက်သာသွားသည်ကို တွေ့ရပါတယ်။ ၁၅ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သည် ရောဂါလက္ခဏာများ စတင်ခံစားရပြီး ဒုတိယအပတ်တွင် အောက်ဆီဂျင် ကျဆင်းခြင်း၊ အသက်ရှူခက်ခဲခြင်းစသည့် ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများကို ခံစားရလေ့ ရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်နေရာအနှံ့ သွေးကြောများအတွင်း သွေးခဲခြင်း၊ သွေးပြန်ကြောများတွင် သွေးခဲခြင်း နှင့် အဆုတ်သွေးကြောများတွင် သွေးခဲခြင်း အန္တရာယ်များ ရှိပါသည်။ ၅ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သော ကူးစက်ခံရသူများမှာ ဒုတိယပတ်ကျော်သည်အထိ ထို့ထက်ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာ များကို ဆက်လက်ခံစားရပြီး အသက်အန္တရာယ်ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင် ကိုဗစ်မှ သက်သာလာသူအချို့တွင်လည်း နောက်ဆက်တွဲ သွေးခဲခြင်းပြဿနာများကို လအနည်းငယ် ကြာသည်အထိ ကြုံတွေ့ရနိုင်ပါသေးသည်။

၂၁။ အရေပြားတွင် အနီစက်ထွက်ပြီး ယားယံခြင်းဖြစ်ပါက ကိုဗစ်ရောဂါလက္ခဏာ ဟုတ်ပါ သလား။

ယခု နောက်ဆုံးတွေ့ရှိချက်များအရ ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါ ခံစားရသူအချို့တွင် အရေပြား ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရလေ့ရှိသည်ကို တွေ့ရပါတယ်။ ၎င်းအရေပြားလက္ခဏာများမှာ

အခြားလက္ခဏာများ မဖြစ်ပေါ်မီ (သို့မဟုတ်) အခြားလက္ခဏာများနှင့်တွဲ၍ (သို့မဟုတ်) အခြားလက္ခဏာများ ခံစားရပြီးနောက်တွင် ဖြစ်ပေါ်တတ်လေ့ရှိပါတယ်။

အရေပြားလက္ခဏာများအနေဖြင့် -

- ခြေချောင်း လက်ချောင်းထိပ်များတွင် အရောင်ပြောင်းခြင်း၊
- နှင်းခုတ်သို့ အရေပြား ပြောင်းလဲခြင်း၊
- နှုတ်ခမ်း နီရဲခြင်း၊
- အရေပြားတွင် အနီစက်နှင့် အရည်ကြည်ဖုများထခြင်း၊
- သွေးခြေဥသကဲ့သို့ အရေပြား ပြောင်းလဲခြင်း၊
- အင်ပြင်ကဲ့သို့ ယားယံသော အနီကွက်များ ထခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါတယ်။

၎င်းတို့မှာ ရက်အနည်းငယ်အကြာတွင် သက်သာသွားလေ့ရှိပြီး အချို့သူများတွင် တစ်ခါတစ်ရံ ပေါ်လိုက်ပျောက်လိုက်ဖြင့် လအနည်းငယ်ကြာ ခံစားရလေ့ရှိကြောင်း တွေ့ရှိရပါတယ်။

၂၂။ ကိုဗစ် - ၁၉ ကူးစက်ခံရလျှင် မျက်စိနာတတ်ပါသလား။

ကိုဗစ်-၁၉ ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်သော မျက်စိနာခြင်းသည် အခြားရောဂါလက္ခဏာများနှင့် တွဲ၍ အများဆုံးဖြစ်တတ်ပြီး အချို့တွင် ကနဦးအစတွင် ဖြစ်တတ်ကြောင်း တွေ့ရပါတယ်။ အများအားဖြင့် ၅ ရက်မှ ၇ ရက်အတွင်းတွင် ပြန်လည်ကောင်းမွန်သွားလေ့ရှိကြောင်း တွေ့ရှိရပါတယ်။ သို့ရာတွင် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ၏ နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများကို အတိအကျ မသိနိုင်သေးသဖြင့် ကျွမ်းကျင်သော မျက်စိအထူးကုဆရာဝန်များနှင့် တိုင်ပင်ပြသရန် အကြံပေးလိုပါတယ်။

၂၃။ ကိုဗစ် ဖြစ်ပြီးရင် နောက်ဆက်တွဲအနေနဲ့ မျက်လုံးကို ထိခိုက်မှုတွေ ဘာရှိနိုင်လဲ။

လေ့လာမှုများအရ မျက်စိအပေါ်ယံအမြှေးပါးအလွှာ ခြောက်သွေ့ခြင်းပြဿနာကို ကြုံတွေ့ရနိုင်ကြောင်း ဆိုပါတယ်။ ၎င်း၌ မျက်စိယားယံခြင်း၊ ခိုးလို့ခုလု ခံစားရခြင်း၊ မျက်စိနီရဲခြင်း၊ အလင်းရောင်ကို မခံနိုင်ခြင်း တို့ ခံစားရတတ်ပါတယ်။

ရောဂါပြင်းထန်စွာ ခံစားခဲ့ရပြီး စတိုးရွိုက်ဆေးများဖြင့် ကုသမှုခံယူခဲ့ရသူများတွင် ရောဂါမှ သက်သာပြီး ၁၂ ရက်မှ ၁၅ ရက်အကြာ၌ မျက်စိ၊ နှာခေါင်းနှင့် နားအတွင်းတို့၌ ရှားပါးမှုစွဲသည်

ရောဂါ ခံစားရတတ်ကြောင်း အိန္ဒိယရှိ လေ့လာမှုတစ်ခုက ဆိုပါတယ်။ ၎င်း၌ နှာခေါင်းပိတ်ခြင်း၊ နှာခေါင်း သွေးလျှံခြင်း၊ မျက်လုံး ရောင်ခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ အပေါ်ဘက်မျက်ခွံတွဲကျခြင်း၊ အမြင်မှုန်ဝါးခြင်း၊ မျက်စိကွယ်ခြင်းတို့ ခံစားရတတ်ပါတယ်။

အချို့သူများတွင် မျက်လုံးအမြင်လွှာသို့ ထောက်ပံ့သော သွေးကြောမွှာလေးအတွင်း သွေးခဲမှု ကြောင့် အမြင်အာရုံဆုံးရှုံးမှု ဖြစ်နိုင်ကြောင်းလည်း တွေ့ရှိရပါတယ်။

၂၄။ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါရှိသူများ ကိုဗစ် - ၁၉ ဖြစ်ပွားပါက အခြေအနေ ပိုဆိုး နိုင်ပါသလား။

ယခင်က အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါရှိသူများသည် ကိုဗစ်ရောဂါကူးစက်ခံရ ပါက ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရလေ့ရှိကြောင်း တွေ့ရပါတယ်။ ထိုသို့သောသူ များတွင် ရောဂါဖြစ်ပွားပါက သာမန်လူများထက် အသက်ရှူကြပ်ခြင်း၊ မောခြင်း၊ သွေးတွင်း အောက်ဆီဂျင် ကျဆင်းခြင်းစသည့် ရောဂါလက္ခဏာများကို ပိုမိုကြုံတွေ့ရနိုင်ပါတယ်။

၂၅။ ကိုဗစ်ဖြစ်ပွားသူတစ်ယောက်အနေဖြင့် မည်သည့်စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်မှုများ ဖြစ်နိုင် သနည်း။

ကိုဗစ်နောက်ဆက်တွဲ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်မှုတွေအနေနဲ့ မှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းခြင်း၊ အာရုံမစူးစိုက်နိုင်ခြင်း၊ အိပ်မပျော်ခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများခြင်းတို့ ခံစားရ နိုင်ပါတယ်။

၂၆။ ဓမ္မတာ (ရာသီသွေး) ပေါ်မည့်အချိန်တွင် ကိုဗစ် - ၁၉ပိုးကူးစက်ခံရပါက ဓမ္မတာ မပေါ်ခြင်းမျိုး ဖြစ်တတ်ပါသလား။

ရောဂါပိုးကူးစက်ခြင်း အပါအဝင် ခန္ဓာကိုယ်တွင် ကြီးမားသော စိတ်ဖိစီးမှုများ ဖြစ်ပွား သည့်အခါ ဟော်မုန်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပြီး ဓမ္မတာ (ရာသီသွေး) အပြောင်း အလဲများ ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။

၂၇။ ကိုဗစ်ပိုးကူးစက်ခံရချိန်တွင် ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်နိုင်ပါသလား။

ကိုဗစ်ရောဂါနှင့် ငှက်ဖျားရောဂါတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်သော ရောဂါပိုးများနှင့် ရောဂါကူးစက်မှုကို ဖြစ်စေနိုင်သော နည်းလမ်းများမှာ ကွာခြားသော်လည်း အောက်ဖော်ပြပါ ရောဂါကူးစက်စေနိုင်သောအခြေအနေများတွင် ရှိပါက ကိုဗစ်ရောဂါ နှင့် ငှက်ဖျားရောဂါတို့မှာ အတူတကွ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါတယ်။

ကိုဗစ် - ၁၉ ဟာ SARS-CoV-2 ဟုခေါ်သော ကိုဗစ်ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါဖြစ်ပြီး ကိုဗစ်ရောဂါပိုးရှိသူမှ နှာချေချောင်းဆိုးခြင်း၊ ကျယ်လောင်စွာစကားပြောဆိုခြင်း၊ သီချင်းဆိုခြင်းတို့မှ ထွက်လာသော အမှုန်အမွှားများမှတစ်ဆင့် ကူးစက်နိုင်ပါတယ်။ လေ့လာတွေ့ရှိချက်များအရ ရောဂါပိုးရှိသူနှင့်အနီးကပ်ထိတွေ့ခြင်း (နှစ်မီတာအတွင်း) မှတစ်ဆင့် အဓိကကူးစက်နိုင်ပြီး ရောဂါပိုးပါသော အမှုန်အမွှားများကို ရှူမိခြင်း၊ ရောဂါပိုးရှိသောလက်ဖြင့် မျက်စိ၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်တို့ကို ကိုင်မိခြင်းတို့မှတစ်ဆင့်လည်း ကူးစက်နိုင်ပါတယ်။ ထို့အပြင် ရောဂါပိုးရှိနေနိုင်သော လေဝင်လေထွက်မကောင်းသောနေရာများ၊ လူထူထပ်သောအဆောက်အအုံများတွင် အချိန်ကြာမြင့်စွာ နေထိုင်ခြင်းမှလည်း ကူးစက်နိုင်ပါတယ်။

ငှက်ဖျားရောဂါမှာမူ ငှက်ဖျားပိုး ပလက်စ်မိုးဒီးယမ်း (Plasmodium) ပါရာဆိုက်ကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါဖြစ်ပြီး ၎င်းကို သယ်ဆောင်သော အနောဖလီ (Anopheles) ခြင်္သေ့ကောင်မှတစ်ဆင့် ရောဂါကူးစက်စေနိုင်ပါတယ်။ ရောဂါပိုးရှိသောသူကို ကိုက်ထားသောခြင်သည် ပလက်စ်မိုးဒီးယမ်းရောဂါပိုး သယ်ဆောင်သူဖြစ်လာပြီး ၎င်းမှတစ်ဆင့် အခြားသူများကို ကိုက်ခြင်းဖြင့် ငှက်ဖျားရောဂါကူးစက်စေပါတယ်။

၂၈။ ကိုဗစ်-၁၉ ၏ နောက်ဆက်တွဲ လက္ခဏာများ၊ ရောဂါများအကြောင်း သိချင်ပါသည်။

ကိုဗစ်ရောဂါ ခံစားရသူအများစုမှာ သီတင်းပတ် အနည်းငယ်အတွင်း သက်သာသွားလေ့ရှိပါတယ်။ နောက်ဆက်တွဲရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရနိုင်မှုကာလမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူကွဲပြားပါတယ်။ အချို့မှာ ၃ လခန့်တွင် သက်သာသွားလေ့ရှိပြီး အခြားသူများမှာ ထို့ထက်ပို၍ ကြာနိုင်ပါတယ်။ နိုင်ငံတကာမှ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များမှ ၎င်းတို့နှင့် ပတ်သက်၍ ဆက်လက်လေ့လာနေဆဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုဗစ်ရောဂါမှ သက်သာလာသော်လည်း အောက်ပါလက္ခဏာများကို တစ်လနှင့်အထက် ခံစားရပါက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် တိုင်ပင်ပြသသင့်ပါတယ်။

ကိုဗစ် - ၁၉၏ နောက်ဆက်တွဲ ခံစားရသော လက္ခဏာများအနေဖြင့် -

- အလွန်အမင်း နွမ်းနယ်ခြင်း၊ မောခြင်း၊ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း သို့မဟုတ် တင်းကြပ်ခြင်း၊
- မှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းခြင်း၊ အာရုံမစူးစိုက်နိုင်ခြင်း၊ အိပ်မပျော်ခြင်း၊
- ရင်တုန်ခြင်း၊ ခေါင်းမူးခြင်း၊
- ခြေလက်များ ကျဉ်ခြင်း၊ အဆစ်အမြစ်များ ကိုက်ခဲခြင်း၊
- စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများခြင်း၊
- နားထဲမှ လေထွက်ခြင်း၊ နားကိုက်ခြင်း၊
- မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ ဝမ်းပျက်ခြင်း၊ ဗိုက်နာခြင်း၊
- အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊ အနံ့နှင့်အရသာ ခံစားမှု ပြောင်းလဲခြင်း၊
- ကိုယ်ပူတက်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ လည်ချောင်း နာခြင်း၊
- အရေပြားတွင် အနီကွက်များထခြင်းနှင့်
- အမျိုးသမီးများတွင် ဓမ္မတာရာသီစက်ဝန်းပြောင်းလဲခြင်းတို့ ခံစားရနိုင်ပါတယ်။

ရောဂါပြင်းထန်စွာ ခံစားခဲ့ရသူတချို့တွင် နှလုံး၊ အဆုတ်၊ ကျောက်ကပ်၊ အရေပြားနှင့် ဦးနှောက် စသည့် ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါများစွာ ထိခိုက်ခြင်း နှင့် မိမိကိုယ်ခံအားကြောင့် မိမိအား တန်ပြန်ထိခိုက် ခံရခြင်းရောဂါများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့သော အခြေအနေများကြောင့် ယခင်က မဖြစ်ဖူး ခဲ့သော နှလုံး၊ သွေးတိုး၊ ဆီးချို စသည့်ရောဂါများ ခံစားလာရနိုင်ပါသည်။

၂၉။ ကိုဗစ်- ၁၉ ပိုးကူးစက်ခံထားရသော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာမပြဘဲ ရုတ်တရက် သေဆုံးမှု များရှိခြင်းကြောင့် ကိုဗစ် - ၁၉ဖြစ်နေကြောင်း မည်ကဲ့သို့ သိနိုင်မည်နည်း။

ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရပုံခြင်းမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တူညီမှုမရှိပါ။ ထို့ပြင် ရောဂါ လက္ခဏာများ ပြင်းထန်မှု၊ မပြင်းထန်မှုမှာလည်း တသမတ်တည်းမရှိဘဲ အချိန်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲနေနိုင်ပါသည်။ အများစုမှာ သာမန်လက္ခဏာများ ခံစားရပြီး ရက်အနည်းငယ်အကြာ တွင် သက်သာသွားတတ်ပါသည်။ အချို့မှာမူ သာမန်လက္ခဏာ အနည်းငယ် ခံစားရပြီးနောက် တွင် ရုတ်တရက် ရောဂါပြင်းထန်လာခြင်းမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အချို့လူနာများတွင် သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင် ကျဆင်းခြင်းများ ရှိနေသော်လည်း ၎င်းနှင့်ဆက်စပ်သည့် လက္ခဏာ များဖြစ်သော အသက်ရှူမြန်ခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း၊ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်းနှင့် ဂဏှာမငြိမ်ဖြစ်ခြင်း စသည်တို့

ခံစားရခြင်းများ မရှိဘဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ ၎င်းကို အောက်ဆီဂျင် တိတ်တဆိတ်ကျဆင်းခြင်း (Silent Hypoxia) ဟု ခေါ်ပြီး ကိုဗစ် - ၁၉ ရောဂါ၏ ထူးခြားသော ဝိသေသတစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့သော အခြေအနေမျိုးတွင် အချိန်လွန်မှ သတိထားမိခြင်းမျိုးများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး အသက်ဆုံးရှုံးသည် အထိ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။

၃၀။ ကိုဗစ် - ၁၉ ကူးစက်ပိုး ရက်အကန့်အသတ်ဘယ်လောက်တွင် ကျန်းမာရေး စိတ်ချရသူ တယောက် ပြန်ဖြစ်နိုင်ပါသလဲ။ ဥပမာ သွေးခဲခြင်းကဲ့သို့ နောက်ဆက်တွဲရောဂါကြောင့် အသက်အန္တရာယ် မဖြစ်နိုင်တော့ဟု ဆိုနိုင်ပါသလဲ။

ကိုဗစ်ရောဂါ ခံစားရသူအများစုမှာ သီတင်းပတ် အနည်းငယ်အတွင်း သက်သာသွားလေ့ရှိပါတယ်။ နောက်ဆက်တွဲရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရနိုင်မှုကာလမှာ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး မတူကွဲပြား နိုင်သဖြင့် အတိအကျမပြောနိုင်ပါ။ အချို့မှာ ၃ လခန့်တွင် သက်သာသွားလေ့ရှိပြီး အခြားသူများ မှာ ထို့ထက်ပို၍ ကြာနိုင်ပါတယ်။ ထို့ပြင် ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရပုံခြင်းမှာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တူညီမှု မရှိသကဲ့သို့ နောက်ဆက်တွဲဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့် ရောဂါလက္ခဏာများမှာလည်း အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပွားနိုင်ပြီး ၎င်းတို့ကို လေ့လာနေဆဲဖြစ်ပါတယ်။ သွေးခဲခြင်းကဲ့သို့ နောက်ဆက်တွဲရောဂါများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်း ရှိ၊ မရှိ ဆိုသည်မှာ သွေးခဲခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်သော ယခင်ရောဂါအခံများရှိ/မရှိ၊ ယခုခံစားရသော ကိုဗစ်ရောဂါကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင် ထိခိုက်မှု အတိုင်းအတာ၊ သွားလာနေထိုင် မှု အကျင့်စရိုက်စသည်တို့ပေါ်တွင် မူတည်နိုင်မည်ဟု ယူဆရပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ နောက်ဆက်တွဲ ရောဂါများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်း ရှိ၊ မရှိ ကို တတ်ကျွမ်းနားလည်သည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေး သူနှင့် ပြသကာ လိုအပ်သော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ပြီးမှသာ သိရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါသည်။

၃၁။ ကိုဗစ်ရောဂါဖြစ်ပြီး ၂၁ ရက်အကြာတွင် ကိုဗစ်ပိုး နောက်တစ်ကြိမ် ကူးစက်ပါက ပဋိပစ္စည်း (Antibody) ထွက်ပြီးသားဖြစ်၍ ရောဂါပြင်းထန်စွာ ထပ်မံခံစားရနိုင်ပါသလား။

ကိုဗစ်နောက်ဆက်တွဲ လက္ခဏာများ ခံစားရခြင်းကို ကိုဗစ်ပိုး ထပ်မံကူးစက်ခံရသည်ဟု ထင်မြင်မိခြင်း ဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ မတူကွဲပြားသော ဗိုင်းရပ်စ်မျိုးကွဲ ကူးစက်ခံရခြင်းလည်း ဖြစ်နိုင်ပါ သည်။ ကိုဗစ်နောက်ဆက်တွဲ လက္ခဏာများကို မေးခွန်း နံပါတ် - ၂၈ တွင် ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ဗိုင်းရပ်စ်မျိုးကွဲတစ်ခု ထပ်မံကူးစက်ခံရခြင်းဖြစ်ပါက

ရောဂါပြင်းထန်မှုသည် ပဋိပစ္စည်း ထွက်ပြီးသားဖြစ်ခြင်းနှင့် မသက်ဆိုင်ဘဲ ကိုယ်ခံအားအခြေအနေ၊ ရောဂါအခံ ရှိ/မရှိ၊ ဗိုင်းရပ်စ် မျိုးကွဲ၏ ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်သက်ရောက်မှု အတိုင်းအတာတို့ပေါ်တွင် မူတည်ပါသည်။

၃၂။ ကိုဗစ်မဟုတ်ဘဲ မည်သည့်ရောဂါများကြောင့် အောက်ဆီဂျင်ကျတတ်ပါသလဲ။

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ ဆဲလ်များနှင့်တစ်ရှူးများ အောက်ဆီဂျင်ကောင်းစွာရရန် အဓိကအားဖြင့် အောက်ပါအချက်တို့ပေါ် မူတည်ပါတယ်။ ရှူသွင်းလိုက်သောလေတွင် လုံလောက်သော အောက်ဆီဂျင်ရှိခြင်း၊ အဆုတ်သည် အောက်ဆီဂျင်ပါသောလေကို ရှူသွင်းနိုင်စွမ်းရှိခြင်းနှင့် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်ဓာတ်ကို ရှူထုတ်နိုင်စွမ်းရှိခြင်း၊ သွေးကြောအတွင်းရှိသွေးများ၊ သွေးနီဥများသည် အဆုတ်သို့ ရောက်ရှိပြီး အောက်ဆီဂျင်ကို သယ်ဆောင်လျက် ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့သို့ ပြန်လည် ဖြန့်ဝေပေးနိုင်စွမ်းရှိခြင်းတို့ပေါ် မူတည်ပါတယ်။ ၎င်းအချက်များတစ်ခုခုတွင် ချို့ယွင်းခြင်း ဖြစ်ပေါ်ပါက သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင်ကျဆင်းခြင်း ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါတယ်။ အောက်ဆီဂျင်ကျ ဆင်းစေသော အဖြစ်များသည့် ရောဂါများမှာ သွေးအားနည်းရောဂါ၊ ရုတ်တရက် အသက်ရှူလမ်း ကြောင်းပျက်စီးသောရောဂါ၊ ပန်းနာရင်ကြပ်ရောဂါ၊ အဆုတ်ပွရောဂါ၊ မွေးရာပါနှလုံးရောဂါ၊ နာတာရှည်အဆုတ်ရောင်ရောဂါ၊ အဆုတ်ထိခိုက်သော ရောဂါ၊ နမိုးနီးယားအဆုတ်ရောင်ရောဂါ၊ အဆုတ်အပြင်ဘက်အမြှေးပါးအတွင်း လေဝင်ခြင်း၊ အဆုတ်ရေလွှမ်းခြင်း၊ အဆုတ်သွေးကြော များအတွင်း သွေးခဲပိတ်ဆို့ခြင်း၊ အဆုတ်တစ်ရှူးများပျက်စီး၍ အမာရွတ်ထင်ကျန်ရစ်ခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ကိုးကား။ ။

World Health Organization: COVID – 19 Questions and answers hub

Centers for Disease Control and Prevention (CDC): FAQ of COVID – 19 and quarantine

UNICEF: Novel coronavirus 2019 frequently asked questions

John Hopkins Medicine: Coronavirus frequently asked questions