មាតាបិតា និង អ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំក្មេង :
តើអ្នកបានដឹងឬទេ???

ច្បាប់ និងបញ្ញត្តិថ្មីៗ ស្តីអំពីផ្សែងបារីពីអ្នកដទៃ

- **ចាប់ពីថ្ងៃទី 1 ខែមករា 2008 ទៅ ការជក់បារីនៅក្នុងឡានរបស់អ្នក កាលណាមាន មនុស្សក្រោមអាយុ 18 នៅក្នុងឡាននោះ គឺក្លាយជាការខុសច្បាប់**

- **នៅ Oakland, Emeryville និង Pleasanton ឥឡូវនេះជំរូវថា ផ្ទះដែលប្រើធ្វើជាកន្លែង មើលថែទាំក្មេង ត្រូវតែឥតជក់បារីជានិច្ច ទោះបើពុំមានក្មេងនៅទីនោះក៏ដោយ ។**

សំរាប់សុខភាព និងសវត្ថិភាពនៃមនុស្សគ្រប់ៗរូប សមាគមរោគសួតអាមេរិក នៃកាលីហ្វ័រនីញ៉ា (American Lung Association of California) ឲ្យយោបល់ថា ផ្ទះនិងឡានទាំងអស់ ត្រូវតែរក្សាឥតជក់បារីជានិច្ច ជាពិសេសគឺផ្ទះ ដែលមានក្មេងៗ និងផ្ទះដែលផ្តល់ការមើលថែទាំក្មេង ។

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែមស្តីពីការហ្វឹកហ្វឺន អំពីផ្សែងបារីពីអ្នកដទៃ និងការចាត់ចែងរោគហឺត សំរាប់មត្តេយ្យសាលា សូមទាក់ទង Liz Gregor នៅសមាគម រោគសួតអាមេរិក នៃកាលីហ្វ័រនីញ៉ា តាមអ៊ីមេល lgregor@alac.org ឬទូរស័ព្ទលេខ 510-893-5474 ។

Secondhand Smoke Flyer
(Khmer)

AMERICAN LUNG ASSOCIATION® of California

ហេតុការណ៍ពិត

ផ្សែងបារីពីអ្នកដទៃ និង ក្មេងៗ

ភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (Environmental Protection Agency - EPA) បានផ្តល់យោបល់ជាដាច់ខាតថា ក្មេងៗត្រូវតែបានការពារអំពីការប៉ះត្រូវនឹងផ្សែងបារីពីអ្នកដទៃ ។ EPA បានរកឃើញថា ផ្សែងបារីពីអ្នកដទៃ បណ្តាលឲ្យមានបញ្ហានៅខាងក្រោមជារៀងរាល់ឆ្នាំ នៅក្នុងចំណោមកូនក្មេង ៖

ជំងឺបង្កដោយមេរោគ – រហូតដល់ទៅ 300,000 នាក់ មានជំងឺបង្កដោយមេរោគនៅផ្នែកខាងក្រោមនៃប្រព័ន្ធការដកដង្ហើម រួមមានរោគហើមសួត រោគរលាកសួត និងរោគរលាកទងសួត

រោគហឺត – រហូតដល់ទៅ 1,000,000 នាក់ មានការដង្ហក់ហឺត ហើយមាន 26,000 ករណីថ្មីនៃរោគហឺត

- ♦ ដំបៅត្រចៀកបានកើនឡើង
- ♦ មានរោគផ្តាសាយ/ផ្តាសាយធំ ច្រើនឡើងៗ និងមិនងាយជាសះស្បើយ
- ♦ បានបន្ថយដំណើរការនៃសួតយ៉ាងខ្លាំង
- ♦ មានធ្មេញដង្កូវស៊ី ច្រើនឡើងៗ
- ♦ ជាង 60 ភាគរយនៃការស្លាប់ដោយ SIDS (អាការរោគប្រល័យជីវិតទារកភ្លាមៗក្នុងពេលគេង) បានបណ្តាលដោយសារឪពុកម្តាយជក់បារី

- ♦ ក្មេងៗដែលធំឡើង ដកដង្ហើមហឺតផ្សែងបារីពីអ្នកដទៃ ទំនងនឹងមានរោគមហារីកសួតលើសពី 3 ដង ជាងក្មេងៗនៅក្នុងផ្ទះដែលឥតជក់បារី នៅពេលគេធំឡើង ។

ផ្សែងបារីពីអ្នកដទៃ និង ការមានខ្យល់ចេញចូល

- ♦ ខ្យល់កខ្វក់ក្នុងផ្ទះ នៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នកជក់បារី គឺ 120 ដងខ្លាំងជាងផ្ទះដែលឥតជក់បារី ។
- ♦ ការជក់បារីមិនគួរកើតមាននៅក្នុងផ្ទះដែលក្មេងៗរស់នៅ ឬចំណាយពេលវេលាសោះឡើយ សូម្បីតែបើក្មេងៗមិននៅទីនោះក៏ដោយ ។ កំទេចជាតិពុលចេញពីថ្នាំជក់ តោងស្អិតជាប់នៅនឹងកំរាលព្រំ ក្រណាត់ និងសំលៀកបំពាក់ ។
- ♦ សំលៀកបំពាក់ដែលជាប់ផ្សែងបារី មិនត្រូវបានទុកនៅក្នុងបន្ទប់ដែលក្មេងៗនៅឡើយ ។
- ♦ បើសិនជាក្មេងត្រូវចូលមកផ្ទះដែលបានជក់បារី ផ្ទះនោះគួរតែបានបញ្ចេញខ្យល់ជាច្រើនម៉ោង ព្រមទាំងបើកបង្អួច និងបើកដង្ហាល់ - ប្រយោជន៍ដើម្បីបន្ថយកំរិតនៃជាតិពុល ។

ត្រូវចាត់ទុកផ្សែបារីពីអ្នកដទៃ បីដូចជាការបាញ់ថ្នាំសំឡាប់សត្វល្អិត អញ្ចឹងណា!!!

សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទាក់ទង សមាគមរោគសួតអាមេរិក នៃកាលីហ្វ័រនីញ៉ា តាមលេខ (510) 893-5474 ។

Secondhand Smoke Flyer
(Khmer)