

Kab Mob Lyme

Tus kab mob Lyme yog dabtsi?

Tus kab mob Lyme yog ib hom ntawm ntau hom kab mob ncau los ntawm cov kab zuam nyob hauv Minnesota. Yog ib hom kab mob zuam tom muaj tshwm sim ntau tshaj nyob hauv Minnesota thiab hauv Tebchaws Asmeslikas. Yuav muaj ntau yam tsos mob rau tus kab mob no thiab yuav cuam tshuam lub cev rau ntau qhov. Nws hu ua tus kab mob Lyme vim nrhiav pom nyob rau hauv lub zos Lyme, xeev Connecticut xyoo 1975.

Tibneeg kis tau tus kab mob Lyme los li cas?

Tibneeg kis tau tus kab mob Lyme los thaum mag kab zuam ceg dub (zuam mos lwj) tom uas twb muaj kab mob *Borrelia burgdorferi* lawm. Tsis yog txhua tus kab zuam ceg dub muaj tus mob no thiab tsis yog txhua tus neeg raug tom los ntawm tus kab zuam ceg dub no yuav kis tau mob. Ib tug kab zuam yuav tsum tom dhos nkaus ntawm ib tug neeg ntev li 24-48 xaub moos ua ntej nws yuav kis tau tus kab mob npes taws lias Lyme.

Cov kab zuam ceg dub nyob rau pem teb ntawm tej ntoo lossis tej chaw nroj tshuag fab fab. Cov kab zuam nrhiav ib tus los tom nyob ze hauv av cem mam txhos nkaus tom ib tus neeg lossis tsiaj twg uas dhau kev mus. Cov kab zuam tsis txawj dhia, ya, lossis poob los ntawm tej ntoo.

Nyob hauv xeev Minnesota, lub Plaub Hlis Ntuj txog lub Rau Hli Ntuj thiab lub Cuaj Hlis Ntuj txog lub Kaum Hli Ntuj yog ib lub sijhawm uas tibneeg raug cov kab zuam ceg dub tom ntau tshaj. Txhua xyoo, ceev faj lub sijhawm Rau Hli Ntuj lossis Xya Hli Ntuj vim muaj cov kab zuam tom heev tshaj. Cov kab zuam ceg dub me me xwb, cov hlob tiav lawm tsuas loj li noob hnav (sesame) thiab cov menyuam kab zuam ceg dub tsuas loj li noob yeeb. Vim lawv me heev, cov tibneeg uas raug tom thiaj li tsis paub tias lawv mag tom.

Cov tsos mob ntawm tus kab mob Lyme zoo li cas?

Cov tsos mob ntawm tus kab mob Lyme xub tshwm sim mob rau hauv lub sijhawm 30 hnuv tom qab kab zuam tom tag. Feem ntau yog ua pob xoo liab thiab qee zaus khaus ua pob xoo liab loj zuj zus kiag thaum raug kab zuam tom tag. Qhov khaus no vim los ntawm tus kab zuam cov qaub ncaug thiab tsis yog tus yeeb yam mob ntawm tus kab mob Lyme. Txawm li cas los xij, hu rau koj tus kws kho mob yog koj pom muaj cov tsos mob nram qab no:

- **Nqaij ua pob xoo**
 - Zoo li lub qhov muag twm, lossis ua ib pob xoo liab nrog rau ib tee dawb kaj nyob hauv nruab nrab thiab dav txog li ob peb yas tes.
 - Tej zaum yuav tsis khaus lossis tsis mob
 - Tsis yog txhua tus neeg yuav ua pob xoo liab lossis yuav pom ib lub pob xoo liab thiab tsis yog txhua lub pob xoo liab yuav zoo li lub qhov muag twm
- **Ua npaws lossis tshee**
- **Mob thooj leeg nqaij lossis mob pob qij txha**
- **Mob taubhau**
- **Sab heev lossis tsis muaj zog**

Yog tsis kho rau thaum ntxov, tom qab ib lossis ntau lub lim tiam lossis ntau lub hlis yuav pom tshwm sim cov tsos mob nram qab no: ua pob xoo liab ntau, ua rau ib sab ntsej muag tuag, nkees heev lossis loog rau txhais tes lossis txhais ceg, plawv dhia tsis xws yeem, lossis o rau ntawm ib lossis ntau lub pob qij txha.

Yuav tshuaj xyuas tus kab mob Lyme cas?

Yog tias ib tug twg txhawj tias tau tus kab mob Lyme, lawv yuav tsum mus xyuas ib tus kws kho mob kom sai li sai tau thiaj kuaj tau tus mob thiab kho tau. Kev kuaj tus kab mob Lyme yog nyob ntawm keeb kwm mus raugkab zuam, kev kuaj ntsuas ib ce, thiab kuaj ntshav los mus nrhiav pom

tus mob. Tej zaum yuav tau kuaj ntshav thiaj li paub tseeb.

Yuav kho tus kab mob Lyme li cas?

Siv tshuaj tua kab mob kho tus kab mob Lyme. Kev tua tus kab mob tau zoo tshaj plaws yog kho thaum ntxov. Yog tias cia ntev mus mam li nrhiav pom muaj tus kab mob Lyme ces yeej tseem siv tshuaj tua kab mob los kho tau, tiamsis yuav siv sijhawm ntev dua thiaj li yuav ua rau cov tsos mob ploj mus, txawm tias twb siv cov tshuaj tua tus kab mob Lyme lawm. Feem ntau cov tsos mob no yuav ploj mus tom qab kho tas. Koj muaj feem tau tus kab mob Lyme ntau tshaj ib zaug yog li ntawd, tiv thaiv koj tus kheej los ntawm kab zuam tom thiab tiv tauj koj tus kws kho mob yog tias koj txhawj tias koj muaj tej tsos mob Lyme.

Kuv yuav txo qhov raug tus mob no li cas?

Tam sim no tseem tsis tau muaj koob tshuaj txhaj tiv thaiv tus kab mob Lyme rau tibneeg. Txo qhov mus nyob ze tej kab zuam yog yam kev tiv thaiv zoo tshaj ntawm kab mob zuam tom:

Tiv thaiv koj tus kheej ntawm kab zuam tom:

- Paub qhov chaw kab zuam nyob thiab thaum twg lawv tawm.
 - Kab zuam ceg dub nyob tej ntoo thiab hav nroj tsuag fab fab.
 - Nyob hauv Minnesota, cov kab zuam ceg dub tawm tuaj ntau tshaj rau lub Plaub Hlis Ntuj txog lub Xya Hli Ntuj thiab lub Cuaj Hlis Ntuj txog lub Kaum Hli Ntuj.
- Siv cov tshuaj tiv thaiv kab zuam yog tias koj mus ze tej chaw kab zuam nyob. Ua raws li taub tshuaj hais thiab rov pleev tshuaj raws li taub tshuaj qhia.
 - Siv cov tshuaj **DEET** tiv thaiv (txog li 30%) rau nqaij tawv lossis khaub ncaws. Tsis txhob siv tshuaj DEET rau cov mos liab hnuv nyoog ob hlis rov hauv.
 - Siv cov tshuaj tiv thaiv uas muaj **permethrin** nyob hauv los tso rau tej khaub ncaws thiab khoom siv tawm rooj

kom thiaj pab tiv thaiv kab zuam tom li ntawm 2 lub lim tiam yam tsis tas siv tshuaj rov pleev dua. Tsis txhob pleev cov tshuaj permethrin rau koj daim nqaij tawv.

- Hnav tej ris tsho xim kom sib thiaj yooj yim nrhiav pom muaj kab zuam. Hnav cov tsho npab ntev thiab ris ntev los npog tawv nqaij.
- Tom qab mus ze tej chaw muaj kab zuam nyob, koj yuav tau muab koj tej khaub ncaws thiab khoom siv coj mus rau ciav ziab khaub ncaws kom kub siab, ntev txog li 60 feeb.
- Nrog koj tus kws kho tsiaj mob txog tej tshuaj zoo siv tiv thaiv koj tus tsiaj yug saib (pet).

Yog mus ze tej chaw muaj kab zuam nyob ces yuav tsum kuaj ib ce li ntawm ib zaug tauj ib hnuv twg:

- Siv ib daim iav lo kuaj xyuas tag nrho koj lub cev, tshwj xeeb yog puab tais thiab qhov tsos.
- Muab tus kab zuam uas koj nrhiav tau tshem tawm kiag tam sid.
- Siv ciaj zuaj lossis koj cov ntv tes los mus tsuab de tus kab zuam ze ntawm nws lub qhov ncauj. Maj mam rub tus kab zuam tawm mus. Siv xab npum thiab dej ntxuav thaj chaw ntawd kom huv si.
- Kuaj xyuas koj cov thom khwm thiab cov tsiaj yug seb puas pom muaj kab zuam.

Tswj xyuas tej chaw muaj kab zuam nyob:

- Nquag txiav nyom thiab tu txoj kev taug tas li.
- Tshem tej nplooj ntoos thiab nroj tshuag tawm.
- Siv nplaim ntoo lossis pob zeb los kem cov nyom raug txiav thiab cov ntoo.

Minnesota Department of Health
 Vectorborne Diseases Unit
 PO Box 64975
 St. Paul, MN 55164
 651-201-5414
www.health.state.mn.us

Lyme Disease – Hmong (4/11/19)

Yog xav tau tej ntaub ntawv no uas lwm yam, hu rau: 651-201-5414. Luam tawm los ntawm cov ntawv raug tsim rov qab los siv dua.