

တီဘီဆုတ်ကိုင်ဆောင်ရန်အတွက်
စိတ်မိတ်ခွင်အား ချဉ်နှိပ်ရက်များနှင့်
အတီထွက်ဆောင်ရန်

ဤအုပ်ချုပ်မှု မိမိတို့နှင့် ချဉ်နှိပ်ရက်၊ စိတ်မိတ်ခွင်၊
ပြန်လှောင်ကန်၊ ပြုစုရေးဆောက်ခြင်း၊ အသုံးပြုခြင်း၊ အစားအသောက်
တီဘီဆုတ်အဖွဲ့အစည်း၊ အစည်းအဝေး၊ အစည်းအဝေး၊
ချဉ်နှိပ်ရက်အား အုပ်ချုပ်ခြင်းသည်

- တီဘီဆုတ်ကိုင်ဆောင်သူများ
- အင်္ဂလိပ်ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်း တီဘီဆုတ်ကိုင်ဆောင်ခြင်း
- အင်္ဂလိပ်ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်း တီဘီဆုတ်ကိုင်ဆောင်ခြင်း
- တီဘီဆုတ်ချဉ်နှိပ် ပြုစုရေးဆောက်ခြင်း
- အသုံးပြုခြင်းစိတ်မိတ်ခွင်

စိတ်မိတ်ခွင်အား ၊ ချဉ်နှိပ် ပြုစုရေးဆောက်ခြင်း



တီဘီဆုတ်ကိုင်ဆောင်ရန်အတွက်
စိတ်မိတ်ခွင်အား ချဉ်နှိပ်ရက်များနှင့်
အတီထွက်ဆောင်ရန်



ထုတ်ဝေသော
တီဘီဆုတ်နှင့်အင်္ဂလိပ်ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများ
ချဉ်နှိပ်ရက် တီဘီဆုတ်ကိုင်ဆောင်ရန်အဖွဲ့အစည်း

ISBN 974-92318-5-6
ထုတ်ဝေသော : တီဘီရောဂါနှင့်အက်စ်ရောဂါစမ်းသပ်သောအဖွဲ့အစည်းနှင့်
ဂျပန်နိုင်ငံရှိ တီဘီရောဂါစမ်းသပ်စစ်ဆေးသောဌာန (RIT)
ကူညီထောက်ပံ့သော : ဂျပန်နိုင်ငံရှိ တီဘီရောဂါစမ်းသပ်စစ်ဆေးသောအဖွဲ့အစည်း (JFAP)
ကူညီထောက်ပံ့သောသိပ္ပံပညာရှင်များ :

သပ္ပံပညာရှင်ဒေါက်တာချိုဝစ် နွတ်ပရယွန် (ကြက်ခြေနီအသင်ဖွဲ့နှင့်ထိုင်းနိုင်ငံ
တီဘီရောဂါတိုက်ဖျက်ရန်ရန်ပုံငွေအဖွဲ့
ဒေါက်တာဝေါတ် ဥထိုင်ဝွန်ဝစ် (ချင်လိုင်ဆေးရုံမှ အများအတွက်သက်သာချောင်ချိရေးအဖွဲ့)
ဒေါက်တာမဖက်ချရီ ခမ်းတိဖွန် (ချင်လိုင်ဆေးရုံမှ အများအတွက်သက်သာချောင်ချိရေးအဖွဲ့)
ဒေါက်တာချရီနီ ချူချိုတ်ထာဝွန် (ရင်ဘက်ဆိုင်ရာကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန)
ဒေါက်တာစီဂိုဦးတဖာ နယ်တရန်ယွမ်း (တီဘီရောဂါ ထိန်းသိမ်းရန် ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန)
ဒေါက်တာ ပထွန် စုဝမ်ပန်ရာလိပုံ (သိပ္ပံပညာရှင်များရှိရာကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန)

Dr.TakaShi Yoshiyama (RIT) Dr.Hideki Yanai (RIT)
Dr. Norio Yamsda (RIT) Dr. Kunihiko Ito (RIT)

အယ်ဒီတာ : ဒေါက်တာ ကျန်တနာ ငမ်းဝိထရာဖွန် - ရာနိုင်
အယ်ဒီတာအမှုဆောင် : ထရမ်ပိုင် ဟလွန်ကျင်နာ၊ အမ်ရတ် ပိရိယးပရစ္စတ်ချိုတ်
မူပိုင် : ဒေါက်တာအော်စရီ ငမ်းဝိထရာဖွန်
ထုတ်လုပ်မှုဆက်သွယ်ရေး : အထွေထွေစီမံခန့်ခွဲမှုဌာန ဖုန်း ၊ ဖက်(စ်) 02-433-3752
နှစ်ကြိမ်မြောက် : တဆောင်မုန်းလ ၂၅၅၀ အုပ်ရည် ၂၀၀၀
အတွင်း ဖလင် : ဗုဒ္ဓိ မိရမ်ဖွန်
မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း : ထပ်ဖွန် ထော့ခမ်းဘိုင်
ပန်းချီ : ထာမ္မဇက် ဇစ်ထိဖွန်စုတ်
ထုတ်လုပ်သောနေရာ : ဘူလီတင်ကုမ္ပဏီမှထုတ်လုပ်သည်
ဖုံး : (၆၆၂) ၆၉၀-၃၀၈၈ လက်ကိုင်ဖုံး : (၆၆၈)၇၀၄၁-၈၆၅၃

စုပေါင်းထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း : ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အချက်အလက်နှင့်
ဓါတ်ပုံတင်ပြချက်များကို ကောက်နုတ်ပြီး အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါစမ်းသပ်သောအဖွဲ့အစည်းမှ
စာလုံးများမှန်ကန်စွာစစ်ဆေးပြီး ထုတ်လုပ်ခွင့်ရရှိခဲ့ပါသည်။ ခွင့်ပြုချက်အမှတ် 1050/2
စတာန်ဖရာဘန်လမ်း ချင်လိုင်မြို့၊ ချင်လိုင်ခရိုင် 57000 ဖုန်း 053-752-162 ဖက်(စ်) 053-752-448
Email :thrf@tbhiv.org

“ The Chief Editor certifies that the translation of the book from Thai to English is accurate. Although the translated text to other languages has been verified by the medical personnel whose mother tongues are those languages, the Chief Editor can not certify the accuracy of translation to languages other than English.”

အသိပညာအပိုင်း

အက်စ်နှင့်တီဘီရောဂါဖြစ်သော်လည်းရည်မှန်းချက်ရှိသေးသည်။

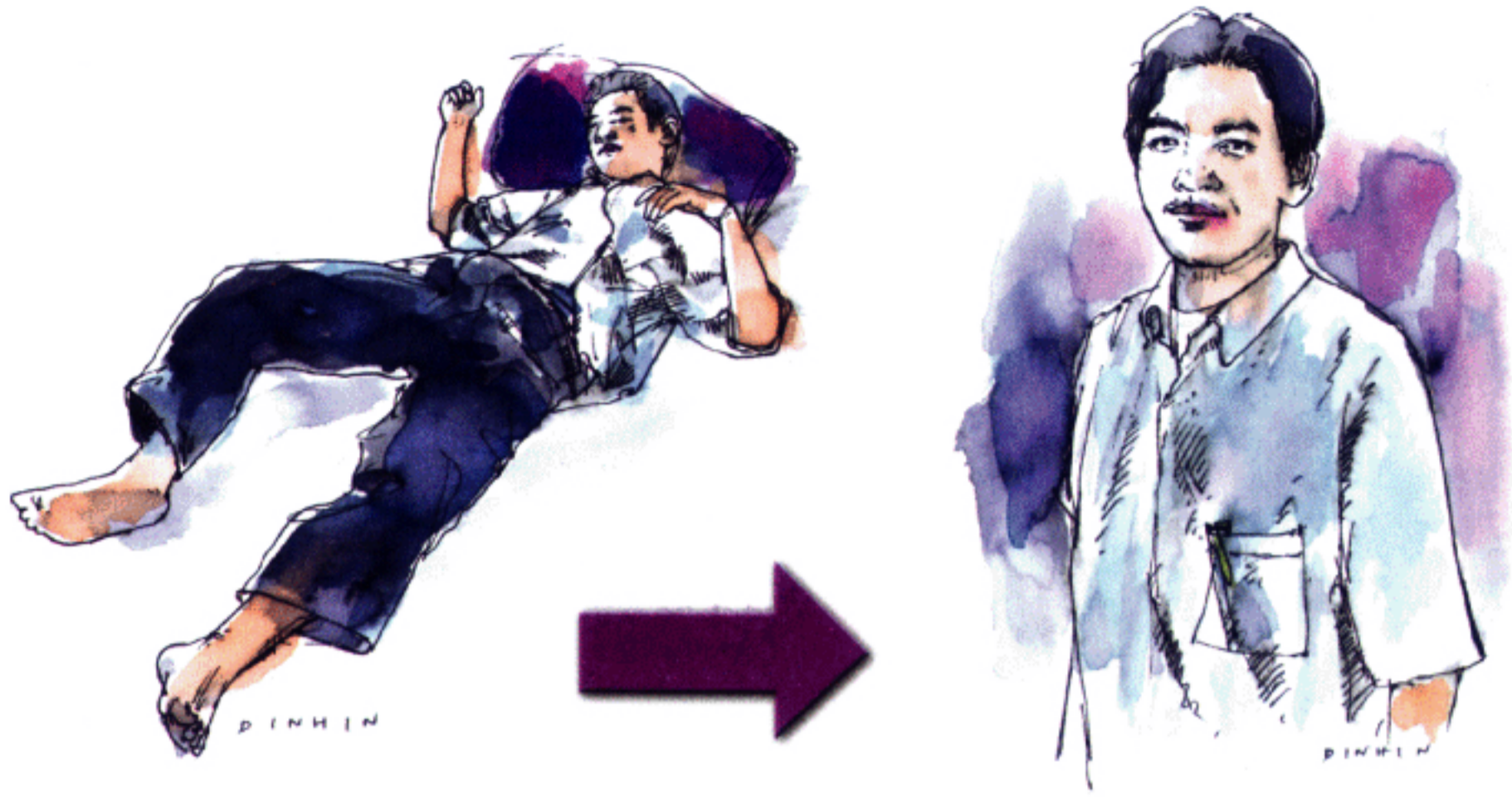
ကမ္ဘာ့ဆေးဝါးထုပ်လုပ်သောအဖွဲ့အစည်းသည်အက်စ်ရောဂါကြောင့်ခံစားရသောရောဂါဝေဒနာရှင်များအတွက် အဖွဲ့အစည်း၏ ကျိုးစားအားထုပ်သောကြောင့် ဆေးဝါးများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ရသည်။ အက်စ်ရောဂါဝေဒနာရှင်များကိုလည်းကူညီခဲ့ရသည်။ ထိုလူနာ၏စိတ်အားနှင့် ရည်မှန်းချက်များတိုးမြှင့်စေသည်။

အရင်တုန်းက အက်စ်ရောဂါကူးစက်သောလူနာများသည် ထိုလူနာ၏ရည်မှန်းချက်ကုန်ဆုံးသောလူနာဖြစ်သည်။သေရမည်ဖြစ်ပြီး သေရမည့်ရက်ကို စောင့်မျှော်နေရသော လူနာဖြစ်သည်။ ဘယ်လိုမှ အသက်ကြာကြာနေမရပါ။

ယက္ခယက္ခအချိန်တွင် အက်စ်ရောဂါဝေဒရှင်များသည် ကျန်းမာရေးဂရုစိုက်ခြင်းကြောင့် အသက်ရှည်စွာဖြင့်နေထိုင်နိုင်သည်။ လူနာများသည် ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်အရ အကျိုးစွမ်းအားရှိသော အစားအစာစားခြင်း၊ လေကျင့်ခန်းကစားခြင်း၊ တို့ကိုပြုလုပ်ရမည်။ အနည်ငယ်ဖျားခြင်းဖြစ်စေ၊ ဝမ်းသွားခြင်းဖြစ်စေ၊ ပြင်းထန်သောတီဘီရောဂါဖြစ်စေ ပျောက်ကင်းအောင်ကုသနိုင်သည်။



ရှုပ်ပုံ၏ ဘဝအဖြစ်စဉ်များကိုစိတ်စွမ်းအားတိုးမြှင့်စေရန်ဖက်ရှုနိုင်သည်။



အရင်တုန်းက အက်စ်ရောဂါ ကူးစက်နေသောသူသည် အသက် တိုပြီး ရောဂါဝေဒနာ အလွန်ဆိုးရွား စွာခံစားရသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် ဗိုင်းရပ်စ်ဟန့်တားဆေး မရှိသောကြောင့် ပြင်ပမှဝင်ရောက် လာသောရောဂါပိုးမွှားများသည် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ သွေးဖြူဥများ ဝင်ရောက်ဖျတ်ဆီးသည်။ တဖန် ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့သော အိတ်ချ်အိုင်စီ ဗိုင်းရပ်စ်ဟန့်တားဆေးကို အလွန်ပင်တန်ဖိုးကြီးသည်။ ဆင်းရဲသာများ မဝယ်သောက်နိုင်ပါ။

ယူအချိန် တဖန်ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ သော အိတ်ချ်အိုင်စီဗိုင်းရပ်စ်ဟန့် တားဆေးများလာသောအခါ ဗိုင်းရပ်စ်ဆေးရှာဖွေရာရပ်တန့်ခြင်း မရှိသောကြောင့် ဗိုင်းရပ်စ်ဟန့်တား ဆေးများပြားလာသည်။ ဆေး၏ တန်ဖိုးသည်ဈေးသက်သာလာသည်။

ယူလက်ရှိအချိန်တွင် ဆင်းရဲသား လည်းဝယ်ယူသောက်သုံးနိုင်သည်။

အရင်တုန်းက အက်စ်ရောဂါဖြစ် သောသူတိုင်းသည် အသက်ဆုံးရှုံး ရသည်။ အသက်ရှင်နိုင်သောသူမရှိပါ။

ယူအချိန် ဆေးထုပ်လုပ်သောဌာနမှ အက်စ်ရောဂါသည် ပြင်းထန်သော ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်ပေမဲ့ ပပျောက် အောင်ကုသမရနိုင်သော်လည်း လူနာ ၏အသက် သာမာန်လူတိုင်းနေနိုင် အောင်ဟန့်တားနိုင်သည်။ ဖြစ်ပြီးသေ ရမည်မဟုတ်ပါ။ အက်စ်ရောဂါကူးစက် သောလူနာသည် ယူအချိန်တွင် ရောဂါ ဖြစ်ပြီး ရည်မှန်းချက်ကုန်ဆုံးမည် မဟုတ်ပါ။ အကယ်၍ဖြစ်ပြီး သိမြန်လျှင် ဝင်ရောက်သောရောဂါပိုးမွှားများကို လည်းများသလောက် ဗိုင်းရပ်စ်ဆေးကို မှီဝဲသုံးစွဲပါက မိမိလည်း သာမာန်တိုင်း နေထိုင်နိုင်မည်။



တီဘီရောဂါ အက်စ်ရောဂါကူးစက် သောသူများအတွက် အန္တရာယ် တစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။ အက်စ်ရောဂါ ကူးစက်သောသူများသည် ၃ ပုံ ၁ ပုံ တီဘီရောဂါကြောင့် သေဆုံးသွားသည်။ တီဘီရောဂါပပျောက်အောင် ကုသ နိုင်သော်လည်း အကယ်၍ မိမိနာလည် သဘောပေါက်ပြီးကုသလျှင် မိမိအတွက် အကျိုးရှိပါသည်။ ဤစာအုပ်သည်စံနမူနာဖြင့် ထုပ်ဝေ ပေးသည်။

တီဘီရောဂါအန္တရာယ်မှကင်းဝေးခြင်း



တီဘီရောဂါဆိုတာဘာလဲ ?

ခန္ဓာကိုယ်၌ မည်သည့်အပိုင်းအစမှ ဘယ်လိုဖြစ်လာနိုင်သလဲ

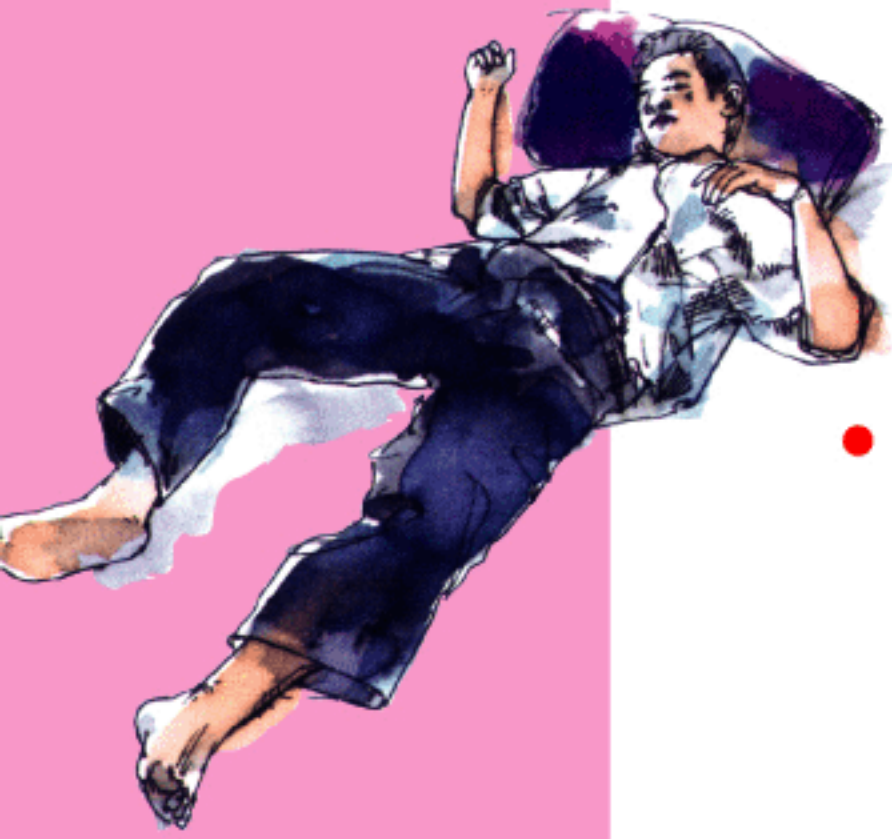
- တီဘီရောဂါသည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် တစ်ယောက်မှ တစ်ယောက်ကူးစက်နိုင်သည်။ တီဘီရောဂါသည် ဘက်တီရီးယားပိုး တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ တီဘီရောဂါသည် ရင်ကြပ်ရောဂါ၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါ၊ မှုကူးစက်တတ်သည်။ မျိုးပွားကူးစက်မှုမှဖြစ်ပွားတတ်သော ရောဂါမဟုတ်ပါ။
- တီဘီရောဂါသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ မည်သည့်အပိုင်းအစမဆို ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ များသောအားဖြင့် တပိုးသူမှ ကူးစက်လာနိုင်သော တီဘီရောဂါသည် အဆုတ်တီဘီဖြစ်ပါသည်။

တီဘီရောဂါပိုးဘယ်နေရာမှာရှိသလဲ ?

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ဘယ်လိုဝင်လာသလဲ



- တီဘီရောဂါပိုးသည် အလွန်သေးငယ်သော ရောဂါပိုးဖြစ်ပါသည်။ သာမန်မျက်စိဖြင့်မတွေ့မြင်နိုင်ပါ။ လေပေါ်မှာကြာရှည်စွာပြန်ဝဲနေသော ကြောင့် လှောင်သောနေရာ ဥပမာ အဲယားကွန် (သို့) လှောင်ပိတ်ထားသော တံခါ၊ ပြတင်းပေါက်များနေရာတွင် အမြဲတမ်းနေလေ့ရှိသည်။
- တီဘီရောဂါရှိသောသူ ကုသမှုမရရှိသေးသောလူနာသည် တီဘီရောဂါပိုးများကို ချောင်းဆိုးသောအခါ သက်ရှူလမ်းကြောင်း သလိပ်အော့ထုပ် လိုက်သောအခါ စကားပြော (သို့)ရယ်သောအခါတွင် ရောဂါပိုးများကူးစက်ပြန့်ပွားနိုင်သည်။



- အသက်ရှူသောအခါ တီဘီရောဂါ ပိုးမွှားများ လေနှင့်ရောနှောပြီးဝင်လာနိုင်သည်။ တီဘီရောဂါပိုးသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ဝင်ရောက်ပြီးခန္ဓာအတွင်းတွင် ပုန်းအောင်းနေသည်။ ထိုသူသည် တီဘီရောဂါကူးစက်ခြင်းဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ခန္ဓာကိုယ်စွမ်းအားကောင်းနေလျှင် ရောဂါပိုးမွှားများ တပါးသူမှ ကူးစက်ပြန့်ပွားမှုမပြုနိုင်ပါ။
- အကယ်၍ ခန္ဓာကိုယ်အင်အားကျဆင်းသောသူ ဥပမာ အက်စ်ရောဂါကူးစက်ခြင်း၊ ဆီချိုးရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ မသန်မစွမ်းသောသူများဖြစ်ခဲ့လျှင် ပုန်းအောင်းနေသော တီဘီရောဂါပိုးများကို လက္ခဏာပြလာသည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကို တိုက်ဖျက်ဖျတ်ဆီးပြီး အန္တရာယ်ပြုလာနိုင်သည်။ ထိုသူသည် တီဘီရောဂါဖြစ်ပွားသည်ဟု တပါးသူကိုလည်း ရောဂါပြန့်ပွားစေနိုင်သည်။

တီဘီရှိနေသောလူဦးရေ ၁၀၀ မှာ ၁၀ ယောက်က တီဘီရောဂါပြန့်ပွားသည်။ ကျန်သောအယောက် ၉၀ မှာတီဘီရောဂါကူးစက်ခြင်း ဒါပေမဲ့ ရောဂါလက္ခဏာ မပြဘဲ တပါးသူကိုလည်း ရောဂါပြန့်ပွားစေနိုင်သည်ဟု ဆရာဝန်ပြောခဲ့ပါသည်။

အဆုတ်တီဘီရောဂါဖြစ်သောလူနာသည် မည်သည့်လက္ခဏာမျိုးဖြစ်သနည်း။

အဆုတ်တီဘီရောဂါဖြစ်သော လူနာသည် ၃ ပတ်ကြာ အပြင်းထန်စွာ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးသောအခါ သလိပ်နှင့်အတူသွေးရောပါလာခြင်း၊ မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ ဖျားခြင်း၊ ညသန်းခေါင်းယံချွေးထွက်ခြင်း၊ ရင်ဘက်နားခြင်း၊ ရင်ပြည့်ရင်ကယ်ဖြစ်ခြင်း၊ အလေးအချိန်လျော့ကျခြင်း၊ အကယ်၍ အတိကျပြောရလျှင် တီဘီရောဂါဖြစ်သူ၏ သလိပ်ကို ဆေးရုံတွင်စမ်းစစ်ခြင်း၊ ရင်ဘက်တွင် ဓါတ်မှန်ရိုက်ခြင်းဖြင့်သိနိုင်သည်။ သာမန်အားဖြင့်ကြည့်လျှင် ရောဂါလက္ခဏာကို မသိရှိနိုင်ပေ။

အကယ်၍အက်စ်ရောဂါဖြစ်နေသောလူနာသည် တီဘီရောဂါဝင်ရောက်လာလျှင် ကုသရသလား? အကျိုးရှိနိုင်သလား (သို့) အချိန်ကုန်သလား

- ကုသရမည် အက်စ်ရောဂါသည် ပြင်းထန်သောရောဂါတစ်မျိုး ဖြစ်သော်လည်း သေရမည့်ရောဂါတစ်မျိုးမဟုတ်ပါ ပထမစာကြောင်းမှာဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း တီဘီရောဂါကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံးနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် တီဘီရောဂါကိုလည်း ပပျောက်အောင်ကုသရမည်။
- အဓိကချက်အရ ထိုတီဘီရောဂါသည် ရောဂါပိုးပြန့်ပွားမြန်သောရောဂါ ဖြစ်သောကြောင့် မိမိပတ်ဝန်းကျင်နှင့် မိမိအနီးအကပ်ပြုစု စောင့်ရှောက်သော သူတွေအား ရောဂါကူးစက်နိုင်သောကြောင့် တီဘီရောဂါကို ပပျောက်အောင်ကုသရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင်တီဘီရောဂါရှိသူသည် ဆေးသောက်ပါက ဆေး၏ အာနိသင်ကြောင့် ရောဂါပိုးမွှားများ တဆင့်မပြန့်ပွားနိုင်ဘဲ မိမိ၏ စောင့်ရှောက်သောသူများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်များကိုလည်း ရောဂါပိုးမကူးစက်နိုင်တော့ပေ။

တီဘီရောဂါ အန္တရာယ် မည်သို့ကာကွယ်နိုင်သနည်း ?



- အက်စ်ရောဂါ နှင့်တီဘီရောဂါဖြစ်နေသောသူများအတွက် တီဘီရောဂါသည် ပပျောက်အောင်ကု၍ရသည် ထို့ပြင်ဆေးသောက်ရန်အတွက် မိမိသိရှိနားလည်ရန် မိမိသက်မှတ်ချက်နှင့် မိမိစိတ်အားကိုလည်း အမြဲတမ်းတင်းမာရမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သောက်သုံးရသောဆေးသည် အမျိုးအစားများပြီး ဆေးသောက်ရသည့် အချိန်ကာလ အနည်းဆုံး ၆ လ ကြာ သောက်ရသောကြောင့် ဆေးကိုဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း သောက်ပေးမှသာလျှင် ရောဂါပကင်းနိုင်မည်။ အကယ်၍ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း မသောက်သုံးပါက ရောဂါပိုးပိုမိုရင့်ကြပ်ပြီး တဆင့်ရောဂါပိုးတိုးပွားလာသောကြောင့် ကုသရန် မလွယ်ကူနိုင်ပေ။

- အက်စ်ရောဂါဖြစ်ပြီးတီဘီရောဂါမဖြစ်သောသူများအတွက် ပြင်းထန်စွာချောင်းဆိုးနေသောလူနာသည် အနီးအကပ်ဆက်ဆံခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ပါ။ ထို့နောက် တီဘီရောဂါဖြစ်ပြီး ဆေးကုသမှု မရရှိသေးသောလူနာ(သို့) ရောဂါပိုးမွှားပြန့်ပွားသော အချိန်ကာလဖြစ်သော လူနာအားဆေးကုသပြီး ၃ လ မပြည့်ခင် လူနာရှိသောလေလှောင်အခန်းအတွင်းသို့ နီးကပ်ရောနှောသွားလာခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ပါ။
- တီဘီရောဂါကာကွယ်ဆေးကိုသောက်သုံးရန်အတွက် ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်သင့်သည်။
- တီဘီရောဂါလက္ခဏာရှိသောသူသည် အချိန်မှီစစ်ဆေးကုသရန်အတွက် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများအား တွေ့ဆုံမေးမြန်းနိုင်သည်။

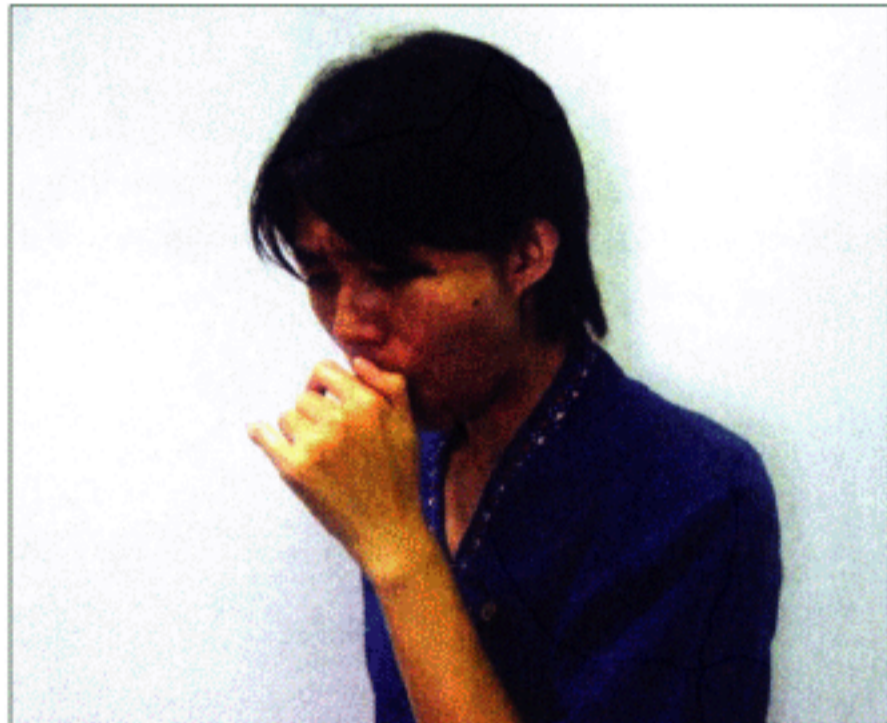
လူတိုင်းအတွက်သိရှိ နိုင်ရန် အဓိကညွှန်ကြားချက်များ



- ချောင်းဆိုးသောအခါ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်းကို မျက်နှာသုပ်ပါဝါ (သို့) စက္ကူဖြင့် လေလုံအောင်ပိတ်ပါ။ ထို့နည်းအတူ တပါးသူများကိုလည်း တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ပေးသင့်သည်။ တီဘီရောဂါကာကွယ်ရပြီး နောက်တခြားရောဂါကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်သည်။ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှ ကူးစက်နိုင်သောရောဂါများ ဥပမာ တုပ်ကွေးရောဂါ၊ ဆာ့(ပ်)ရောဂါကိုလည်းကာကွယ်နိုင်သည်။
- မိမိနေထိုင်သောနေရာတွင် နေရောင်ခြည်ရရှိပြီး လေဝင်ပေါက်လည်းရှိရမည်။ ထိုနေရောင်ခြည်သည် ရောဂါပိုးမွှားများကိုသေစေနိုင်သည်။ မိမိ၏အိပ်ယာခင်းစောင်များကိုလည်း မကြာခဏ နေလှန်းပေးရမည်။
- တီဘီရောဂါပိုးမွှားသည် နှစ်သက်တမ်းကြာရှည်စွာအသက်ရှင်နိုင်သည်။ အဲယားကွန်းလ်အခန်း မှောင်မဲသောအခန်းနှင့် လေဝင်ထွက်အပေါက် မရှိသောနေရာများ ဥပမာ ရုပ်ရှင်ရုံ ကာရာအိုကေဆိုင်မျိုး အတက်နိုင် ဆုံးရှောင်ကျဉ်ရမည်။
- ဆေးလိပ် အရက်သေဇနှင့် မူးရစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုများကို ရှောင်ကျဉ်နိုင်သည်။ ထိုအရာအားလုံးသည် ခုခံအားကျဆင်းပြီး အလွယ်တကူရောဂါကူးစက်နိုင်သော ရောဂါလက္ခဏာများဖြစ်သည်။
- ၂ ပတ်မှ ၃ ပတ်ကြာအပြင်းထန်ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးသောအခါသလိပ်နှင့် အတူသွေးရောပါလာခြင်း၊ ဖြစ်လျှင်မိမိကိုယ်တိုင် ကျန်းမာရေးဌာနသို့သွားပြီး ဆရာဝန်နှင့်တိုင်ပင်သင့်သည်။ မိမိကိုယ်တိုင်ဆေးဝယ်သောက်ခြင်း သူတပါး၏ ဆေးကို စမ်းသပ်သောက်သုံးခြင်းမပြုလုပ်သင့်ပါ။
- လူတိုင်းသိရှိနားလည်သင့်သော တီဘီရောဂါဖြစ်နေသည့်လူနာသည် ဆေး ၃ ပတ်ထက်သောက်ပြီးလျှင် ချောင်းဆိုးသက်သာလာပြီး ရောဂါပြန့်ပွား ခြင်းကိုလည်း တဖြည်းဖြည်းလျော့ နည်းလာသည်။ ထို့ကြောင့်ရောဂါဝေဒနာရှင် များကိုလည်း စက်ဆုပ်ရွံရှာမုန်းတီးရန်မလိုပါ။

နည်းလမ်းကျချောင်းဆိုးတက်လျှင် အားလုံးအတွက်ကောင်းသည်။

ချောင်းဆိုးတိုင်း သတိဆောင်ရမည်။



ဒီလိုချောင်းဆိုးလျှင် ဟန်ကျတယ် ဒါပေမဲ့ အန္တရာယ်မကင်းဘူး။
ချောင်းဆိုးသူရောဂါပိုးရှိနေလျှင် တပါးသူအားရောဂါပြန့်ပွားနိုင်သည်။



ဒီလိုချောင်းဆိုးလျှင် အန္တရာယ်ကင်းတယ်။ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်း လုံအောင်ပိတ်ပြီး
ချောင်းဆိုးလျှင် တပါးသူများလည်း ရောဂါမပြန့်ပွားနိုင်ပေ။

စမ်းသပ်ခြင်း ၊ တီဘီရောဂါနှင့် အက်စ်ရောဂါသည် ထမင်းအတူတူစားခြင်းဖြင့် ရောဂါမကူးစက်နိုင်ပါ။



မဲ့ကျန်ဆေးရုံမှ ဆရာဝန်နှင့်သူနာပြုဆရာမများအဖွဲ့ ဆရာဝန်မ စုဒါနီ၊ ဆရာဝန်မနန်ထနာ၊ ဆရာဝန်ချိုတီဖုန်နှင့် သူနာပြုဆရာမ ဝိဖာဖွန် တို့သည် အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါဝေဒနာရှင်များနှင့်အတူ စံနာမူနာအဖြင့် ထမင်းအတူတူစားကြသည်။ တီဘီရောဂါလူနာသည် ဆေးပုံမှန် ၃ ပတ် သောက်ခဲ့ပြီးနောက် ချောင်းဆိုးခြင်း သက်သာလာသဖြင့် တပါးသူ အားရောဂါမပြန့်ပွားနိုင်တော့ပေ။ ထို့ကြောင့်လူတိုင်းသည် ထိုရောဂါ ဝေဒနာ ရှင်များအား စက်ဆုပ်ရွံရှာမုန်းတီးရန်မလိုပါ။ ရောဂါ ဝေဒနာရှင်များနှင့်အတူ ထမင်းအတူတူစား၍ရသည်။

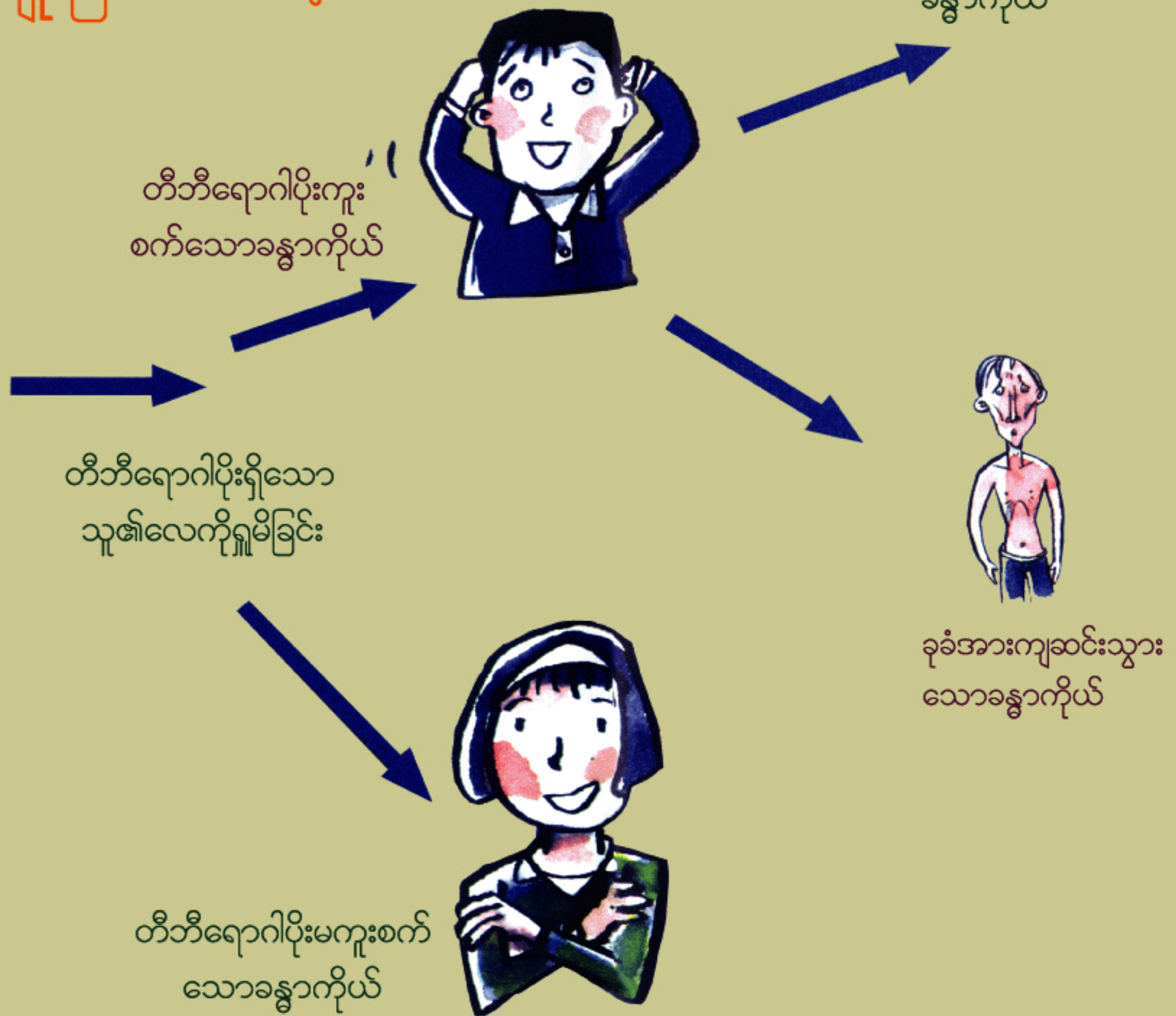
အက်စ်ရောဂါနှင့်တီဘီရောဂါသည်ထမင်းအတူတူစားခြင်းဖြင့် ရောဂါ မကူးစက်နိုင်ပါ။ တံတွေးမှကူးစက်နိုင်သောရောဂါများမှာ ပါးစပ်ရေယုန်နာ ရောဂါ ခံတွင်းအနာရောဂါ များထမင်းအတူတူစားလျှင် မိမိဇွန်းနှင့် ဟင်းခက် ဇွန်းများ ရေခွက်များတစ်ယောက်တစ်လုံးသုံးဆောင်လျှင် ရောဂါကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်သည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ခန္ဓာကိုယ်တွင် တီဘီရောဂါပိုး

ဝင်ရောက်လာပြီး ဘယ်လိုလက္ခဏာမျိုးဖြစ်သလဲ ?



တီဘီရောဂါပိုး မရှိသောသာမန်လူ



သူက တီဘီရောဂါပိုးကူးစက်ခံရ သူဖြစ်ပါက

- တီဘီရောဂါခန္ဓာကိုယ်ဝင်ရောက်ပုန်းနေ ဖြင့်ရောဂါလက္ခဏာ မပြသင့်ပေ။
- ရောဂါအခြေအနေမပြခြင်း
- တပါးသူအားရောဂါပြန့်ပွားမှုပြုမရ
- တီဘီရောဂါကာကွယ်ဆေးသောက်လျှင် (ဆေးတစ်မျိုးကို ၉ လ အချိန်ကြာ) သောက်သုံးပါက ရောဂါကူးစက်ခြင်း ကာကွယ်နိုင်သည်။

သူက တီဘီရောဂါခံရ သူဖြစ်ပါက

- အကယ်၍တီဘီရောဂါလက္ခဏာပြလာ သောအခါ လူနာအားဆေးကုသခြင်း မရပါက ရောဂါပိုးများကိုတပါး သူအား ပြန့်ပွားနိုင်သည်။
- တီဘီဆေးကိုပုံမှန်သောက်သုံးလျှင် (ဆေး ၄မျိုးကိုအနည်းဆုံး ၆ လ) သောက်ပေးမှသာလျှင်ပပျောက်နိုင်သည်။
- တီဘီရောဂါလူနာသည် ဆေးပုံမှန် ဂုဏ်သောက်ခဲ့ပြီးနောက် ဆေး၏ အာနိသင်သည် ရောဂါပိုးထိန်းသိမ်း ထားသောကြောင့်တပါးသူအားရောဂါ မပြန့်ပွားနိုင်တော့ပေ။



ဒီလိုလုပ်ရင်ဆေးသောက်ရန်အတွက် မမေ့တော့ပေ။

တီဘီရောဂါဝေဒနာရှင်များ တီဘီဆေးကို စံနစ်တကျ ပုံမှန်သောက်သုံးရသော ဆေးဖြစ်သည်။ ဆေးသောက်ရသော သက်တမ်းသည် အနည်းဆုံး ၆ လ သောက်သုံး ရသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဆေးသောက်ရန်အတွက် လူနာများမမေ့စေရန်နည်းလမ်းများကို လိုက်နာရသည်။ လူနာများနေ့တိုင်းပုံမှန်ဆေးသောက် နိုင်ရန်အတွက် သူများသူပြု ဝန်ထမ်းများ (သို့) လူနာကိုအနီးအကပ် ပြုစုစောင့်ရှောက်သောသူများ နေ့တိုင်းဆေး သောက်နိုင်ရန်နိုးဆော်ပေးရမည်။ ပြုလုပ်၍မရလျှင် လူနာများအတွက် အကျိုးဖြစ်စေ သောနည်းလမ်းသည် ဆေးကိုအလွယ် တကူမြင်နိုင်သောနေရာများ ဥပမာ ထမင်းစားစာပွဲ၊ ရေသောက်သောနေရာ၊ ဖုန်းထားသောနေရာ၊ ရေခဲသေတ္တာ အပေါ်၊ ဂျီဒီ၊ မှန်ခုံစသည့် အလွယ်တကူ တွေ့မြင်နိုင်သောနေရာမှာ စာလုံးကြီးကြီးဖြင့် ရေးထားရမည်။

အကယ်၍စိတ်ဓါတ်စွမ်းအားထက်သန်လျှင် ဘဝ၏မျှော်လင့်ချက်ရှိသည်။

တခါတလေလူအများ မယုံကြည်နိုင်ကြပေ။ အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါ အကြောင်းကိုမှန်ကန်စွာ သိရှိနားလည်ထားလျှင် လူနာ၏ဘဝအတွက် တာရှည် စွာနေထိုင်နိုင်လိမ့်မည်။ စိတ်ဓါတ်ကျသောတီဘီရောဂါဝေဒနာရှင်သည် ရောဂါဝေဒနာကို အမှန်တကယ်ခံစားရသော လူနာများ၏အကြောင်းအရာများကို ဖတ်ရှုနိုင်သည်။ (လူနာတစ်ဦး၏နာမည်ကို မရေထားဘဲ ဥပမာနာမည်ဖြစ် ကိုယ်စားထိုးပြီးရေထားသည်။ ထိုလူနာသည် တီဘီရောဂါတစ်မျိုးတည်းမဟုတ်ပါ။ အက်စ်ရောဂါကိုပါ ကူးစက်နေသော လူနာဖြစ်သည်။) တချို့လူနာများသည် ရောဂါတစ်မျိုးတည်းမဟုတ်ဘဲ တခြားရောဂါ လည်း ဝင်ရောက်ကူးစက်တက်သည်။ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသော အရာတစ်ခုမှာ အရင်တုန်းက ဗိုင်းရပ်စ်ဟန့်တားဆေး ယွှအချိန်လို မရှိသေးပါ။ တချို့လူနာများသည် ဆင်းရဲပြီး အလုပ်အကိုင်မရှိပါ။ နောက်တစ်ချို့လူနာတွေမှာလည်း အသိုင်းဝိုင်းမှ ခွဲပြီး တစ်ဦးတည်းနေထိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဒီလူနာတွေ တီဘီရောဂါပိုးကို အနိုင်ရခဲ့ပါသလဲ။

စာအုပ်ထုတ်ဝေသော သူအား ရောဂါဝေဒနာရှင် လူနာ ၆ ဦးစလုံးက မိမိ၏ အကြောင်းအရာကို ထုတ်ဖော်ရန်အခွင့်ပြုခဲ့သည်။ အကြောင်းအရာနှင့် ဓါတ်ပုံများ ထုတ်ဖော်ပြီးနောက်တွင် စိတ်ဓါတ်ကျနေသော လူနာများအတွက် စိတ်စွမ်းအားနှင့် မျှော်လင့်ချက်ရှိစေရန် မိမိတို့ခံစားရသောဝေဒနာကို အနောက်လူနာများအတွက် ကောင်းစေရန် ထောက်ပံ့ကူညီလမ်းပြခဲ့ပါသည်။

(အကယ်၍စိတ်ဓါတ်စွမ်းအားထက်သန်လျှင် ဘဝ၏မျှော်လင့်ချက်အပြည့်ရှိသည်။)

မမျိုးသမီး အေ... ဒုက္ခရောက်ပေမဲ့ တစ်ခါမျှစိတ်ဓါတ်မကျခဲ့ပေ။



ရောဂါမကုသမှီ

မမျိုးသမီး အေ (ဥပမာအမည်) အသက် ၂၈ နှစ်

နိတရာသူမသည် သူမ၏ခင်ပွန်းမှ အက်စ်ရောဂါ ကူးစက်လာသည်။ သူမ၏ခင်ပွန်းသည် သေဆုံး သွားပြီး ၅ နှစ်ကျော်ဖြစ်ပါသည်။ သူမကလေး နှစ်ယောက်နဲ့ဘဝကိုရင် ဆိုင်ခဲ့သည်။ သူမနှင့် သမီးတစ်ယောက် မိဘဆီသို့ပြန်လာခဲ့သည်။ သူမရဲ့သားသည် သူမခင်ပွန်း၏ အဆွေမျိုးအိမ် တွင်ထားခဲ့သည်။ သူမပထမဦးဆုံး ရောဂါလက္ခဏာ စပေါ်လာသည်မှာ ဖျားခြင်း၊မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ မောပန်းခြင်းနှင့် ပြင်းထန်စွာချောင်းဆိုးခြင်းတို့ကို အိပ်မရနိုင်သည်အထိ သူမခံစားခဲ့ရပါသည်။ ထို့နောက် ဆေးရုံမှာစမ်းသပ်စစ်ဆေးပြီး အဆုတ်တီဘီရောဂါဖြစ်သည်ကို သူမသိရှိပြီး ပပျောက်အောင်ကုသမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ ဆေးသောက်ပြီး 2-4 ပတ်ကြာတွင် ချောင်းဆိုး ခြင်းနှင့် မောပန်းခြင်းကိုလည်း သက်သာလာသည်။ သူမဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး ဆေးကိုနေ့တိုင်းသောက်နေ ရသောကြောင့် သတိလည်းထားရှိရသည်။ ဆေးရုံမှာ ရှိသောအချိန်ကာလတွင် တီဘီရောဂါ လူနာတစ်ဦးသည် နေ့တိုင်းဆေးထိုးနေရသည်။ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဆေးကိုပုံမှန် မသောက်သုံးပါက ရောဂါပိုးရင့်ကြပ်ပြီး အစကနေ ပြန်ကုသရမည် ဆေးလည်းထိုးရမည်ဖြစ်သည်။

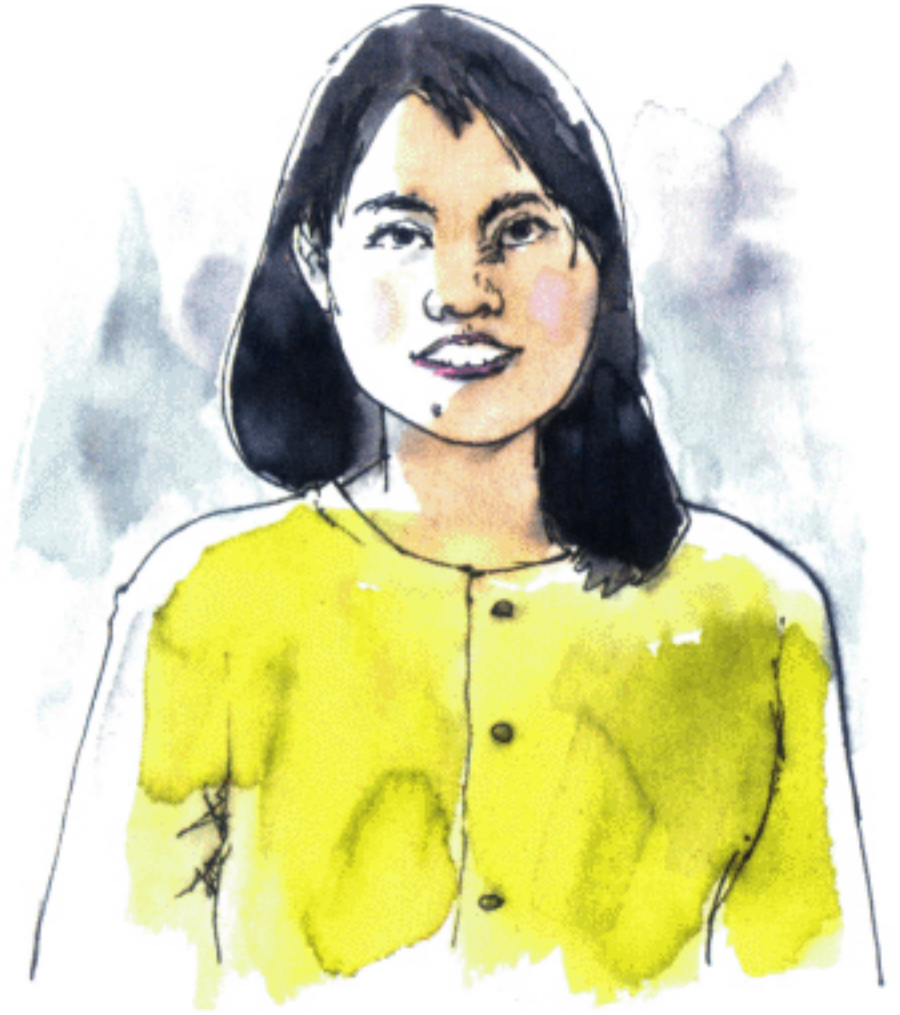


ရောဂါမကုသမှီ

နိတရာသည် အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါ ကူးစက်သောဝေဒနာ ရှင်တစ်ဦးဖြစ်သည်။ တီဘီရောဂါနှင့် ရင်ဆိုင်ခဲ့သောသူမ၏ဆေးသောက် ခြင်းကို လူနာတိုင်း စိတ်ဝင်စားလာ နိုင်အောင် စံနာမူနာဖြစ်စေသည်။ နိတရာသည် ဆေးသောက်ရန် အလွန်ပင်ပန်း ဆင်းရဲစွာဖြင့်ခံစား ခဲ့ရသည်။ ပင်ပန်းဆင်းရဲသည့် ဒဏ်ကို သူမရင်ဆိုင်ခဲ့ပြီး သူမ၏ ပါးစပ်တွင် မှိုရောဂါအဖြူကွက်များ ထွက်လာပြီး အလွန်နာသည်တခါတလေ ဆေးလည်း မျို့မရပေ။ ဆေးကိုချေဖျစ်ပြီးမှ သောက် သုံးရသည်။ ဆေးသောက်ပြီး ၄-၅လ ကြာတွင် သူမ ခေါင်းကိုက်လာခြင်း၊ မအီမသာဖြစ်ခြင်းနှင့် အော့အန်ခြင်း၊ တို့၏လက္ခဏာများ ဖြစ်လာသည်။ သူမဆေးသောက်ပြီး ချက်ချင်း အန် ထုပ်သည်။ ဆေးအသစ်ကိုပြန်သောက် သည်။ သူမစိတ်ဓါတ်မကျသေးပေ။ ထို့အနောက်ဆေးသောက်ပြီးမှတ်တမ်း စာအုပ်ဖြင့်ရေးမှတ်ထားသည်။ ဆေးသောက်ပြီး အန်ထုပ်လိုက်ပေမဲ့ သူမ၏ ပါးစပ်လည်းနာနေသည်။ အချိန်ပုံမှန်သောက်မရ သော်လည်း သူမ အမြဲတမ်းရေးသားထားသည်။

တစ်ခါတုန်းက နိတရာ ပြင်းထန်စွာဖျားသည်။ အမေ့ခိုင် ဦးနှောက်သို့ဝင်သွားပြီး နိတရာ ခေါင်းအရန်းကိုက်လာပြီး သတိ လစ်သွားသည်။ သူမဘာမှမသိ တော့ပေ။ထိုအချိန်တွင် သူမအသက် မရှင်နိုင်တော့ဟုထင်ခဲ့သည်။ သူမသည် အသက်နဲ့ရင်ဆိုင်ပြီး ဆေးကိုသောက် ခဲ့သည်။နောက်ဆုံး တီဘီရောဂါကို ပျောက်ကင်းသွားသည်။ တီဘီရောဂါ ပျောက်ကင်း သွားပြီးနောက် တခြား ရောဂါကိုလည်း သက်သာသွားသည်။ မိမိကိုယ်ကိုပြုစောင့်ရှောက်နိုင်လာ သည်။ တီဘီရောဂါကုသ၍ရသည် ထို့ကြောင့်သူမသည် တီဘီရောဂါ ဝေဒနာရှင်များအတွက် ကုသနေ သောအချိန်တွင် တီဘီရောဂါကို ပပျောက်အောင်ကုသ၍ ရသော ကြောင့် မိမိတို့အားတိုက်တွန်းနှိုး ဆော် ပေးစေခြင်းဖြစ်သည်။ သူမ၏ မိဘသည် သူမ၏ရောဂါကိုလည်း ပြုစု စောင့်ရှောက်ရန် မလိုအပ်တော့ပေ။

မမျိုးသမီး အေ... ဆေးတစ်ခါခါသောက်လျှင် နာရီနှင့်ကြာသည် ဒါလည်းသီးခံပြီး သောက်ရသည် အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မိမိချစ်သောသူများအတွက် ရောဂါအန္တရာယ်ကင်းဝေးစေအောင်



မမျိုးသမီး အေ (ဥပမာအမည်) အသက် ၃၄ နှစ်



ရောဂါမကုသမီ

သူမခင်ပွန်းသည် အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါကြောင့် သေဆုံးသွားသည်။ သူမလည်း သူမ၏ ခင်ပွန်းမှတစ်ဆင့် တီဘီရောဂါနှင့် အက်စ်ရောဂါကိုပါ ကူးစက်လာသည်။ သူမခင်ပွန်းမရှိတဲ့ အနောက်ပိုင်းတွင် သူမ၏ မိဘအိမ်ကို ပြန်လာသည်။ တစ်နေ့တွင် သူမသည် ပြင်းထန်စွာရောဂါဖြစ်လာပြီး ဆေးရုံတက် ခဲ့ရသည်။ ဆေးရုံတွင် ၄ ရက်နှင့် ၃ညအိပ် ခဲ့ရသည်။ မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာအက်စ်ရောဂါရှိ နေသဖြင့် ခုခံအားကျဆင်းလာသည်။ ခန္ဓာကိုယ်မှာခုခံအားကျဆင်းသော အချိန်ကာလတွင် အဆုတ်တီဘီရောဂါပိုး များ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းတွင် ဝင်ရောက် ဖျတ်ဆီးသည်ဟု ဆရာဝန်ပြောကြားခဲ့ပါ သည်။ တီဘီရောဂါကို ပပျောက်အောင် ကုသ၍ ရနိုင်သည်ဖြစ်သောကြောင့် တီဘီရောဂါပျောက်ကင်းပြီး ပြင်းထန်သော ဝေဒနာများကိုလည်း သက်သာလာသည်။

စုဒါ၏ပြောဆိုချက်အရ သူမသည်ပထမ ဦးဆုံး တီဘီဆေးသောက်ရန်ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ သူမဆုံးဖြတ်ပြီး စိတ်ပြောင်းလဲမှုမရှိခဲ့ပါ။ ဆေးသောက် အခါစတွင် အချိန်ကြားကြီး သုံးခဲ့ရသည်။ တစ်နေ့သောက်သောဆေး၏ အရေအတွက်ကို တစ်ခါမြို့ရန်နာရီနဲ့ကြာ သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူမ၏ ပါးစပ်နှင့် လည်ချောင်းတွင် အဖြူကွက်များ ထွက်နေသောကြောင့် မအိမ်သာဖြစ်ခြင်း၊ အစာလည်းစား၍မရပေ။ ချောင်းဆိုးလျှင် အသက်ထွက်သလိုခံစားရသည်။ ထို့အပြင် သူမစိတ်မလျှော့ဘဲ တစ်နေ့နေ့သောက်ရန် အတွက် တဖြည်းဖြည်းမျိုးချရသည်။ သူမ၏ အမေက ဆေးကိုပုံမှန်သောက်သုံးရန်အတွက် ညတိုင်းတိုက်တွန်းပေးခဲ့သည်။ ဆေးကို ၆ လ သောက်ရသော်လည်း စိတ်ဓါတ်မလျှော့ဘဲ ဆေးကိုလည်းပျက်ကွက်မှုမရှိ

အချိန်မှန်မှန်သောက် သုံးခဲ့သောကြောင့် ရောဂါအခြေအနေသက်သာလာသည်။ သက်သာလာပြီးနောက် သာမန်အတိုင်း အလုပ်လုပ်နိုင်လာသည်။ မိမိအလေးအချိန် သည် ၃၃ ကီလိုမှ ၃၉ ကီလိုအထိတက် လာသည်။ ကျန်းမာရေးကောင်းလာ သောအချိန်တွင် သူမသည်အိပ်ပျော် အစားဝင်လာပြီး တီဘီရောဂါ၏လက္ခဏာ များကိုလည်း မခံစားရတော့ပေ။ သူမသည် ခံယူချက်ပြင်းထန်စွာဖြင့် ဆေးကိုမှန်မှန်သောက်ပြီး ထိုကဲ့သို့ ခံယူချက်ပြင်းထန်ခြင်းမှာ မိမိရောဂါကို တပါးသူအား မကူးစက်ပြန့်ပွားနိုင်ရန် မိသာစု၏ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုကို ငဲ့ညှာပြီး ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်တိုင်း သောက်သုံးခဲ့သောကြောင့် ရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားရပါသည်။

မမျိုးသား ဒေါ... သည်ရောဂါကိုတိုက်ဖျတ်နိုင်၍ သာမန်ဖြင့်နေထိုင်နိုင်ပုံ



ရောဂါမကုသမှီ



ရောဂါကုသပြီး

မမျိုးသား ဒေါ (ဥပမာအမည်) အသက် ၃၄ နှစ်

စနေ့သည် မုတ်ဆိုးဖိုတစ်ဦး ဖြစ်သည်။ သူသည် အိတ်ချ်အိုင်စွဲကူးစက်ခံရသူတစ်ဦး ဖြစ်သည်။ သူသည် ရင်ကြပ်ပြီးချောင်းဆိုးခြင်း၊ မောပန်းခြင်းကြောင့် ဆေးရုံ၌ပြသ၍ ရောဂါ မပျောက်သေးဘဲအိမ်သို့ပြန်ခဲ့သည်။ ဆေးရုံမှာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးတုန်းက အဆုတ်တီဘီရောဂါ ဖြစ်နေသည်ကိုသိရှိရပါသည်။ ဆေးရုံက သူနာပြုဆရာ၊ ဆရာမများက စနေ့အား အဆုတ်တီဘီဆေးပေးပြီး အိမ်အရောက်လိုက် ပို့ခဲ့ပါသည်။ ထို့နောက် ဆေးသောက်ရန်အတွက် နည်းလမ်းများ ညွှန်ကြားပေးလိုက်ပါသည်။ သူဆေးသောက်ပြီး ကာလအနည်းငယ်တွင် အခန့်မသင့်သော လက္ခဏာများပေါ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် ဆေးကိုဆက်ပြီးမသောက်ရန် စဉ်းစားခဲ့မိသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဆေး၏ ပြင်းထန်မှုကို မခံနိုင်သည့်သဖြင့် ဆေးသောက်ပြီးနောက် မအီမသာဖြစ်ခြင်း အမြဲတမ်းအော့အန်ပြီး နောက်ဆုံးတွင် မည်သည့်အရာမှ စား၍မရတော့ပေ။

ထိုအချိန်တွင် မိမိ၏စိတ်ထဲတွင် မိမိအတွက် ဘာအကျိုးမျှမရှိသည်ဟု စိတ်ဓါတ်ကျဆင်းလာသည်။ အိပ်ရာမှ ထမနိုင်ပါ။ အိပ်ရာထဲမှမိမိ၏စိတ်ထဲတွင် စိတ်အားကျပြီး မိမိကိုယ်ကိုသေချင်သော စိတ်ဓါတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မိမိခန္ဓာ ကိုယ်တွင် အက်စ်ရောဂါရှိနေသူ ဖြစ်ပြီး တီဘီရောဂါပိုးလည်း ဝင်ရောက်လာ

သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ကျတော်သည် ကံကောင်းသဖြင့် ဆေးရုံမှသူနာပြုဝန် ထမ်းများ အိမ်သို့ရောက်လာပြီး အဖေ နှင့်အမေအား တီဘီရောဂါအကြောင်းရှင်း ပြခဲ့သည်။ တီဘီရောဂါ ကိုကုသလျှင် ပပျောက်နိုင်သည်ဟုပြောပြခဲ့သည်။ ထိုနောက်အက်စ်ရောဂါရှိသူလည်း ဘဝဆုံးမည်မဟုတ်ပါ။ အကယ်၍ ဆေးမှန်မှန်သောက်ပေးလျှင် တဖြည်း ဖြည်းကောင်းလာသည်။ အဓိကအချက် အရ တီဘီရောဂါကုသခြင်းမှာ တီဘီရောဂါပိုးမွှားများသည် တပါးသူ များသို့ မကူးစက်နိုင်ရန် အတွက်ဖြစ် သည်။ ထို့နောက်အနီးအကပ်စောင့်ရှောက် သူများအတွက်လည်း အန္တရာယ်ကင်း စေရန်ဖြစ်ပါသည်။ စနေ့သည် ရောဂါ အကြောင်းအားလုံးကို သဘောပေါက် နာလည်ပြီး ရောဂါအားလုံး တိုက်ဖျက် နိုင်ရန်အတွက် ဆေးသောက်ဖို့ဆုံးဖြတ် ခဲ့ပါသည်။ ထို့အနောက်မိသာစု အသိုင်းဝိုင်းများက စနေ့အားဆေးပုံမှန် သောက်ရန်အတွက် ကူညီစောင့်ရှောက် ပေးကြပါသည်။

ထို့နောက် စနေ့သည် မိမိဆုံးဖြတ်ချက် မှန်ကန်မှုအား သဘောပေါက်နားလည်လာသည်။ ဆေးကို ၆ လတိုင်တိုင်သောက်ပြီး နောက် တီဘီရောဂါပျောက်ကင်း

သွားပါသည်။ ကျန်းမာရေးလည်း ပိုမို ကောင်းမွန်လာပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် စနေ့သည် သုံးဘီးကားမောင်းဆွဲနိုင်ပြီး မိသာစုအတွက် ကူညီပေးနိုင်ခဲ့ပါသည်။ ထို့နောက်စနေ့သည် တီဘီရောဂါကူးစက် နေသောသူများအား မိမိကဲ့သို့ဖြစ်စေရန် ဆေးရုံသို့ပြသဖို့ တိုက်တွန်းလမ်းညွှန်ခဲ့ ပါသည်။



ကလေးမလေး အေ... မိဘမဲ့ကလေးတစ်ယောက်ဖြစ်ပေမဲ့ ဘယ်တော့မှနောက်မဆုတ်ခဲ့ပါ။

ကလေးမလေး အေ (ဥပမာအမည်) အသက် ၁၁ နှစ်



ယွလက်ရှိပုံ

ဖန်ထိဖာသည် မိဘမဲ့ကလေးတစ်ယောက် ဖြစ်သည်။ မိဘနှစ်ပါးစလုံး အက်စ်ရောဂါ ကြောင့်သေဆုံးသွားသည်။ သူမသည် ဖခင် ဘက်အဆွေမျိုးအိမ်မှာနေထိုင်သည်။ သူမ၏ မိခင်မှအက်စ်ရောဂါကူးစက်လာသည်။ သူမသည် အဆွေမျိုးများနှင့် ရွံ့ရှာမုန်းတီးမှု မရှိ မိသာစုတစ်စုလိုနေထိုင်၏။ နောက်တွင် သူမကမကြာခဏ ဖျားလာသည်။ ကိုယ်ခန္ဓာတွင် အဖုထွတ်လာခြင်း၊ မအိမသာ ဖြစ်ခြင်း၊ ရင်ပြည့်ရင်ကယ်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို တစ်လနီးပါဖြစ်ခဲ့သည်။ ဖြစ်ခဲ့ပြီးအနောက် ပိုင်းတွင် ဆေးရုံမှာသွားရောက် စမ်းသပ်ခဲ့ပါ သည်။ ဆရာဝန် စမ်းသပ်ပြီးနောက်ပိုင်းတွင် တီဘီရောဂါဖြစ်သည်ဟု ဆရာဝန်ပြောခဲ့သည်။ ထို့နောက်မှစ၍ကလေးမ နေထိုင်သော အိမ်တွင် တီဘီရောဂါကူးစက် မည်ကိုကြောက်ပြီး အစားအစာနှင့်တကွ နေရာကိုပါခွဲလိုက်သည်။ တစ်ယောက်တည်း နေရသောကြောင့် ကလေးမစိတ်အားငယ်သည်။

တစ်ယောက်တည်း ဘဝရင်ဆိုင်ခဲ့သည်။ တီဘီရောဂါကို ပပျောက်အောင်ကုသမည် တီဘီရောဂါပိုးကိုလည်းတပါးသူအား မကူးစက်နိုင်အောင်သူမဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ ဘဝနှင့်ရင်ဆိုင်ပြီးသူမ၏ ဘဝရည်မှန်ချက် ရှိသေးသည်ဟုဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ တီဘီဆေးကိုသမီးနေ့တိုင်းသောက်သုံး သည်။ သွေးဆေးသောက်ရန်အတွက် မမေ့ပါဘူး။ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း အကယ်၍ တီဘီရောဂါပျောက်ချင်လျှင် ဆေးကိုပုံမှန်သောက်သုံးရမည်။ နောက်ပြီး သမီးကိုယ်တိုင်လည်း ဆေးသောက်ရမည် ကိုသမီးအမြဲတမ်းသတိထားမိသည်။ သမီးရဲ့ အဆွေမျိုးတွေလည်းသတိပေးနေသည်။ အက်စ်ရောဂါရှိသော လူနာသည် မိမိ၏ ကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်နေလျှင် ဝင်ရောက်လာသောရောဂါကို ပပျောက် အောင်ကုသလျှင် သာမန်လူတိုင်းနေထိုင် နိုင်သည်ဟု သမီးယုံကြည်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သမီး၏ ရက်ကွက်ထဲတွင် အက်စ်ရောဂါကူးစက် နေသောအကြီးတစ်ယောက် သူ၏ ကျန်းမာရေးသည် သာမန်လူတစ် ယောက်ဖြစ် ဆေးကို ၆ လ တိုင်တိုင် ပုံမှန်သောက်သုံး၍ပျောက်ကင်းသွားသည်။ ကလေးမသည် တီဘီရောဂါဆေးကို သောက်သုံးပြီး ၃ လကြာတွင် အိတ်ချ် အိုင်ဗီဗိုင်းရပ်စ်ဟန့်တားဆေးကိုပါသောက် သုံးရမည်။ ပထမဦးဆုံး ဗိုင်းရပ်စ်ဆေး သောက်ပြီး ဗိုင်းရပ်စ်ဆေးနှင့်အခန့်မသင့်

ဖြစ်ခဲ့သည်။ ဗိုက်အောက်ခြင်း၊ အော့အန်ခြင်း တို့ကို ကလေးမအား သီးခံပြီးနောက် တဖြည်းဖြည်း အခန့်မသင့်သောအခြေအနေ များကောင်းလာသည်။ သူမကတီဘီရောဂါ နှင့်ဗိုင်းရပ်စ်ဟန့်တားဆေးကိုပါ အတူတူ သောက်ရသည်။ ယက္ခအချိန်တွင် ဖန်ထိဖာ ကိုယ်ခန္ဓာသေးငယ်သော်လည်း ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်နေသည်။ သူမ၏ အပြောအဆို လည်းသာမန်ကလေးလို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ပြောဆိုနိုင်သည်။ ယွအချိန်တွင် ကလေးမ၏ ပြုစုစောင့်လျှောက်သော အဆွေမျိုးတွေလည်း တီဘီရောဂါအကြောင်းကို နားလည်သဘော ပေါက်နိုင်သည်။ ထို့အနောက် တီဘီရောဂါ ဝေဒနာရှင်များဆေးကို ၃ ပတ်ထက်သောက် သုံးနေသောလူနာသည် ဆေး၏အာနိသင် ကြောင့်ရောဂါပိုးမွှားများ တဆင့်မပြန့်ပွား နိုင်ဘဲ၊ မိမိ၏စောင့်ရှောက်သော သူများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်များကိုလည်း ရောဂါမကူးစက် မနိုင်တော့ပေ။

မမျိုးသား အေ... ၆ လကျသလို စိတ်ထားခဲ့ပုံ



ရောဂါမကုသမှီ



ရောဂါကုသပြီး

မမျိုးသား အေ (ဥပမာအမည်) အသက် ၃၄ နှစ်

ပထမဦးဆုံးချူချိုင်အား ဆေးရုံ ပို့သည့်အချိန်တွင် ချူချိုင်အားအသက် မရှင်နိုင်တော့မည်ဟု သူ၏ အဆွေမျိုး များထင်ကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆို သော် သူ၏အခြေအနေသည် အလွန် ဆိုးရွားနေသဖြင့်မောပန်းခြင်း၊ ပြင်းထန်စွာ ချောင်းဆိုးခြင်း၊မအိမသာဖြစ်ခြင်း၊ အားလျော့နည်းခြင်းတို့ကြောင့်ဖြစ်သည်။ ချူချိုင်သည်အဆုတ်တီဘီ ရောဂါဖြစ်နေ သည်ဟု ဆရာဝန်ကပြောကြားခဲ့ပါသည်။ ထို့နောက်ချူချိုင် ကိုသွေးစစ်ကြည့်သော အခါ အိတ်ချ်အိုင်စီရောဂါဖြစ်နေသည်ကို လည်းသိရှိရပါသည်။ အကိစ္စရောဂါကူး စက်နေသော်လည်းမည်သည့် အကြောင့် အရာတခုမျှ မစဉ်းစားဘဲ တီဘီရောဂါကို ကုသမည်ဟုဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။အကိစ္စရောဂါ ဖြစ်ပြီး တီဘီရောဂါကို အဘယ်ကြောင့် ကုသရမည်ကို ချူချိုင်မစဉ်းစားဘဲ မိမိ၏ ရည်မှန်းချက်သည် အကိစ္စရောဂါဖြစ်နေ သောလူနာတိုင်းအတွက် ရည်မှန်းချက် ရှိသေးသည်ဟုသူစဉ်းစားမိသည်။

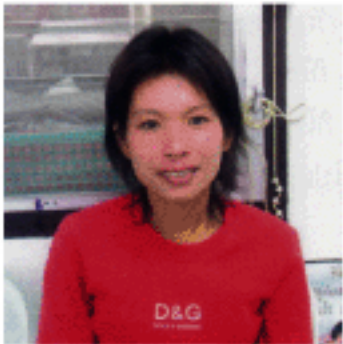
ထိုအချိန်တွင် ယူလိုပိုင်းရပ်စ် ဟန့်တားဆေးမရှိသေးပါ။ ထို့အပြင် သူ၏ရောဂါကို စိတ်အားမလျော့ဘဲ ဘဝကိုရင်ဆိုင်ခဲ့သည်။ချူချိုင်ဆေးရုံမှ တီဘီရောဂါဆေးနှင့် အတူအိမ်ပြန် လာသည်။ ဆေးသောက်ရန်မမေ့ဘဲနဲ့ ဆေးကိုစနစ်တကျ ပုံမှန်ဆေးသောက် မှသာလျှင် တီဘီရောဂါဝေဒနာကို တဖြည်းဖြည်းပျောက်ကင်းသွားနိုင် သည်ဟု ဆရာဝန်ကပြောခဲ့ပါသည်။ သူ၏စိတ်ထဲတွင် ဆေးသောက်ခြင်း သည် လွယ်ကူသောအရာမဟုတ်ပါ။ တီဘီရောဂါဆေးသောက်ပြီးသော အချိန်အနည်းငယ်တွင် ဆေးနှင့်အခန့် မသင့်သော လက္ခဏာများဖြစ်လာပြီး ခန္ဓာကိုယ် အသားဝါလာခြင်း အမြဲတမ်းအော့အန်ခြင်း မည်သည့်အရာ တခုမျှစား၍မရပါ။ ထို့နောက် ခန္ဓာကိုယ်အားကျဆင်းလာပြီးဆရာဝန် ကဆေးသောက်ရန် ၁၀ ရက်ရပ်နားခိုင်း သည်။ဆေးရပ်နားပြီးနောက်ကျန်းမာရေး အခြေအနေကောင်းလာပြီး အားရှိလာ သည်။ အော့အန်ခြင်းမဖြစ်တော့ပေ။ ထို့နောက် ဆေးကိုဆက်လက်ပြန် သောက်ရပါသည်။ ဆေးကိုရက်ကြာ ရှည်စွာ ရပ်နားလိုက်ပါက ရောဂါပိုမို ရင့်ကြပ်လာလိမ့်မည်။ ဆေးသောက်ပြီး နောက်ပိုင်းတွင် ခန္ဓာကိုယ်ယားလာခြင်း အားပျက်ခြင်းများ အမြဲတမ်းဖြစ် လာသည်။

ထို့အပြင်ခန္ဓာကိုယ်ယားသော်လည်း သီးခံပြီးဆေး သောက်သွားသည်။ ထိုအချိန်တွင် မိမိစိတ်ထဲတွင် စိတ်ဓါတ်ကျ ခဲ့ဖူးပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မိမိ စိတ်ထဲတွင် မိမိကိုယ်ကို အသက်မရှင်နိုင် တော့မည်ဟုထင်ခဲ့မိပါသည်။ ထို့အနောက် ဆေးကို ၆ လ အတွင်းစနစ်တကျပုံမှန် သောက်ရမည်ဖြစ်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ အသိုင်းအဝိုင်းနှင့် အပေါင်းသင်း သူငယ်ချင်းများက ဆေးပုံမှန်အဆက်မ ပြတ် သောက်ရန်တိုက်တွန်း အားပေး ကြပါသည်။ဆေးကိုသောက်ရသော ၆ လ ကာလသည်ထောင် ၆ လကျသလိုစိတ် ထားလိုက်ပါဟုအပေါင်းသင်းသူငယ်ချင်း များပြောခဲ့ပါသည်။ ထိုအချိန် တွင်သူသည် စိတ်အားမလျော့ဘဲဆေးကို ပုံမှန်သောက် သွားပါသည်။ ဆေးပုံမှန်သောက်ပြီးနောက် ပိုင်းတွင် ကျန်းမာရေးအခြေအနေ တဖြည်း ဖြည်းကောင်းလာသည်။ ပထမဦးဆုံး ဆေး ကုသအချိန် တွင်အလေးအချိန် ၄၀ ကီလို ဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါအခြေအနေကောင်းမွန် လာသော အချိန်တွင် ၄၅ မှ ၄၇ ကီလို အထိအလေးချိန် တက်လာပါသည်။ အလေးချိန်တက်လာပြီး နောက်တွင် ခန္ဓာကိုယ်အားလုံးဖွံ့ကောင်းမွန်လာသည်။

မမျိုးသမီး အေ... ရောဂါပပျောက်ရန်အတွက်ဘာမှမစဉ်းစားခဲ့ပါ



ရောဂါမကုသမီ



ရောဂါကုသပြီး

မမျိုးသမီး အေ (ဥပမာအားမည်) အသက် ၂၉ နှစ်

အိမ်ဖွန်သည် ရှမ်းပြည်မြောက်ပိုင်း သူပြစ်သည် သူမ၏ ခင်ပွန်းသည်ခွန်ဖွန် လှေသားဖြစ်သည်။ သူမသည်သူ၏ခင်ပွန်းမှ အက်စ်ရောဂါကူးစက်လာသည်။ တစ်နေ့ တွင် သူမ၏ အမေဆီသို့သတင်းပို့လိုက် သည်။ သူမခြေအနေ အလွန်ဆိုးရွားနေ၍ အိမ်ပြန်ရန်အတွက် ကားမေရှိသဖြင့်သူမ၏ အမေ ပိုက်ဆံပို့လာသည်။ ပိုက်ဆံရပြီး နောက်သူမ အိမ်ပြန်လာသည်။ သူမ အိမ်ရောက်ပြီး သူမ၏အမေသည် သူမကို ဆေးရုံသွားပို့လိုက်သည်။ သူမ၏ အခြေအနေသည် ဖျားခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ မောပန်းခြင်း မအီမသာဖြစ်ခြင်းနှင့် အလေးအချိန် ၇ ကီလို လျော့ကျလာ သည်။ သူမ၏ အဆုတ်ကိုခါတ်မှန်ဖြင့် စမ်းသပ်၍ သလိပ်ကိုလည်း စမ်းသပ် ခဲ့သည်။ စမ်းသပ်စစ်ဆေးပြီး သူမသည် အဆုတ် တီဘီရောဂါဖြစ်သည်ဟု ဆရာဝန်ကပြောကြားခဲ့ပါသည်။

အိမ်ဖွန်ကောင်းသည် သူမ စိတ်ဓါတ် ကျသောအရာများကိုဘာ တခုမှမစဉ်းစား ခဲ့ပေ။ အက်စ်ရောဂါကူးစက်သည့် အချိန် မှစ၍ သူမသည် ဘယ်သူကဘယ်လို ပြောပြောသူမဂရုမစိုက်ခဲ့ပေ။

အက်စ်ရောဂါကူးစက်နေသော လူနာများသည် သူမတစ်ယောက်တည်း မဟုတ်ပါ။ အက်စ်ရောဂါဖြစ် (သို့) အက်စ်ရောဂါမဖြစ်လည်း အတူတူ သေရမည်။ သူမကိုရှုရှာမှန်းတီးသော သူများ သူမသိရှိခဲ့လျှင် သူမမရော နှောခဲ့ပေ။ အကယ်၍ အက်စ်ရောဂါ အကြောင်းကို သိမြင်သောသူများသည် မိမိနှင့် ပုံမှန်ဆက်ဆံခဲ့သည်။ သူမ ဘာတခုမျှ မစဉ်းစားခဲ့သည်။ စဉ်းစား ခြင်းသည် မိမိစိတ်အားကျစေနိုင်သည်။ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်အရ တီဘီရောဂါ ဆေးကို စနစ်တကျပုံမှန် သောက်ပြီး ကုသသွားသည်။

သူမသည် ဆေးကိုအမြဲတမ်းသောက် သုံးသည်။ ပေးသောက်လျှင်သောက် သည် ဘာတစ်ခုမှမစဉ်းစားခဲ့ပေ။

လူဖြစ်လာပြီး ဘယ်သူကမြန် ဘယ်သူကနှေး အားလုံးအတူတူ သေရမည်။ ဆေးသောက်ခြင်းသည် ဘယ်တော့မှ စိတ်ဓါတ်မကျခဲ့ပေ။ တီဘီရောဂါဆေးသောက်ပြီးနောက် ရောဂါဝေဒနာများကိုလျော့နည်း လာသည်။ ဥပမာ မောပန်းခြင်း ချောင်းဆိုးခြင်းတို့ကို သက်သာလာ သည်။ သွားရာလာရာတွင်လည်း ပါဝါဖြူဖြင့် ပါးစပ်ပိတ်ပြီးမိမိ စားဝတ်နေရေးအတွက်ရုန်းကန်လျှင် ရှားရသည်။ အိမ်ဖွန်သည်အက်စ်ရောဂါ နှင့်တီဘီရောဂါကူးစက် နေသောသူ များအတွက် သူမလိုစိတ် ဓါတ်မကျ စေဘဲ တီဘီရောဂါဆေးကိုစနစ်တကျ သောက်သုံးနိုင်ရန် စံနမူနာ ယူပြီး ဆေးကိုသောက် သုံးသွားသင့်သည်။

အကယ်၍သင်လူတစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး ဒီလူတွေရဲ့ကြံမြှာနဲ့တူခြင်လျှင်စဟုသုတယူပါ။

- စိတ်ဓါတ်ခိုင်မာမှုရှိလျှင် ဘဝ၏မျှော်လင့်ချက်များစွာရှိသည်။
- ခံယူချက်နှင့် အသိပညာရှိလျှင် တီဘီရောဂါကို ပပျောက်အောင်ကုသ၍ရသည်
- အက်စ်ရောဂါသည် ပြင်းထန်သောရောဂါဖြစ်သည် ပပျောက်အောင်ကုသ၍ မရ သော်လည်း သေရမည်ရောဂါ မဟုတ်ပါ။ လူတိုင်းသည်ခံယူချက် ပြင်းထန်မှုနှင့် စိတ်အားထက်သန်မှုရှိမှသာလျှင် ထိုရောဂါအား တိုက်ဖျတ်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

ကျေးဇူးတင်လွှာ

စာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် ထောက်ပံ့ကူညီပေးသော အဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့ဝင် ပုဂ္ဂိုလ်များအားကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

- လူနာနှင့်အဆွေမျိုးများပေးခဲ့သော အကြောင်းအရာနှင့်ခါတ်ပုံများကို ကုသိုလ်စေတနာဖြင့် တခြားလူနာများ တီဘီရောဂါဆေးသောက်သောအခါ အကျိုးမြတ်နှင့် စိတ်စွမ်းအားရှိစေရန်
- ဂျပန်နိုင်ငံရှိ အက်စ်ရောဂါစမ်းသပ်စစ်ဆေးသောအဖွဲ့အစည်းသည် ပုံနှိပ်ခများ (JFAP) ထောက်ပံ့ပေးခြင်း
- ထာမ္မဇက်တက္ကသိုလ်ကျောင်းမှ ပညာရှင်အော်စီ ငမ်ဝိထရာဖွန်သည် အကြောင်းအရာနှင့် ဒီဇိုင်းများ ရေးသားတင်ပြခြင်း လူနာများနှင့်လူသားတိုင်း လွယ်ကူစွာနားလည်ဖတ်ရှုနိုင်ရန်အတွက် ရေးသားကူညီခဲ့ပါသည်။
- ပါမောက္ခဆရာဝန် ချိုဝစ် နွတ်ပရယွန်၊ ဒေါက်တာ ဝါတ် ဥထိုင်ဝမ်ဝစ်၊ ဒေါက်တာမ ဖက်ချိုရီ ခန်တီဖွန်၊ ဒေါက်တာ ချရိန် ချူချိုထာဝမ်၊ ဒေါက်တာမ စီပရဖာ နမ်တန်ယွမ်၊ ဒေါက်တာ ပထွန် စုဝမ်ပန်ရာလိမ့်၊ Dr.Takashi Yoshiyama, Dr.Hideki Yanai, Dr.Norio Yamada, လက်ရေး စာမှဖြင့် ကူညီပြီးနည်းလမ်းညွှန်ပြခဲ့ပါသည်။
- ချင်လိုင်ဆေးရုံမှ ပညာရှင်သူနာပြုဆရာမ အမ်ရရတ် ဝိရိယပရစွပ်ချိုအား တီဘီရောဂါ အကြောင်းအရာနှင့် ခါတ်ပုံများကို ကူညီထောက်ပံ့ခြင်း
- မယ်ကျန်ဆေးရုံအဖွဲ့မှ အက်စ်ရောဂါနှင့်တီဘီရောဂါကူးစက်နေသော လူနာများအား စုဆောင်းပြီး ထမ်းအတူတူစားခြင်း စာအုပ်ဖတ်ရှုနိုင်ရန်အတွက် လိုရင်းအကျဉ်းချုပ် များကိုပြောပြပေးခြင်း
- ချင်လိုင်ခရိုင် ဖန်မြို့ ထာဟောကျေးရွာ ရွာသူရွာသားများက မူကျမ်းဖတ်ရှုနိုင်ရန်အတွက် ဘတ် ၃၀၀ လှူဒါန်းခဲ့ပါသည်။ စုနန် မော်အွတ်၊ ဂျန်တာ ပန်ချိုင်း၊ စွန် ဗုန်ဂိန်၊ ဂျန်စွန် ပါစာမ်လီ၊ မွယ် ဒုချေ၊ ဖိချိုင်း ဗုန်ရွတ်နှင့် ဇုလာရတ် မန်ပေါင်တို့ကိုပုံနှိပ်ဆက်သွယ်ရန် ကူညီပေးခြင်း
- ဇောစီထွန် ဥဒွန်စပ် (ဘန်ကောက်) စီမံခန့်ခွဲမှုဌာနသို့ စာအုပ်ထုတ်ဝေရန် အထွေထွေ ဆက်သွယ်ချက်ဖြင့် ကူညီထောက်ပံ့ခြင်း
- တီဘီရောဂါစမ်းသပ်သောဝန်ထမ်းနှင့် ဂျပန်နိုင်ငံအထူးစမ်းသပ်စစ်ဆေးရန်ဌာနများသို့ လူနာများ အား ဆက်သွယ်ကူညီခဲ့သူများ ဥထမ်ဖွန် ထာပ်ထမ်ချိုင်း၊ ဖက်ချရိန်လ် ဒွန်ကဲရော့စ်၊ မာလီရတ် စွန်ဖက်ဖစ်၊ မိုင်တရီ အူငမ်း၊ ဇောယွတ် မွမ်ဖီရန်၊ ဝန်နွတ် ပရမွန်ကန်စသည်တို့ဖြစ်သည်။
- ကန်ယာန်မစ် ဆွီဒင်နိုင်ငံ လိုလင်စကာဌာနမှ အလှူငွေဘတ် 5,297.40
- Lisa Imadzu မူကျမ်းအင်္ဂလိပ်စာကို ကူညီစစ်ဆေးပေးခြင်း

ဤစာအုပ်သည် အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပုဂ္ဂိုလ်တိုင်းအား လှူဒါန်းရန် အယ်ဒီတာတစ်ဦးတည်း တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ရမည်။
ဒေါက်တာ ကျန်တနာ ငမ်ဝိထရာဖွန် - ရာခိုင်
အယ်ဒီတာ ဇွန်လ ၂၅၄၇



တီဘီရောဂါနှင့်အက်စ်ရောဂါစမ်းသပ်သောအဖွဲ့အစည်း
တီဘီရောဂါနှင့်အက်စ်ရောဂါတိုက်ဖျတ်ရေး
အဖွဲ့အစည်းမှတ်ပုံတင်အမှတ် ၈.222/2545

အဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပေါ်လာပုံ

အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါသည် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးဌာန၏ အဓိကရေးကြီးသောအရာဖြစ်သည်။ ထိုပြဿနာသည် ထိုင်းနိုင်ငံတွင်လည်းဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့်သက္ကရာဇ် ၂၅၃၅ ခုနှစ်တွင် ထိုင်းနိုင်ငံ ဝိဇ္ဇာပညာရှင်ကျောင်းသားများ ဂျပန်နိုင်ငံရှိရောဂါခွဲစိတ်စမ်းသပ်သောဌာနဆိုင်ရာများနှင့် ပူးပေါင်းပြီး အက်စ်ရောဂါနှင့်တီဘီရောဂါ တိုက်ဖျတ်ရေးအတွက် ချင်လိုင်ခရိုင်တွင် စမ်းသပ်ခွဲစိတ် ရန်အတွက် ဌာနများဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုဌာနတွင် တီဘီရောဂါနှင့် အက်စ်ရောဂါ ရှိသောသူများ ကိုနားလည် သဘောပေါက်ရန် အဓိကအကောင် အထည်ဖော်သည်။ ရောဂါဆက်လက်ပြန့်ပွားမှု မရှိရန်အတွက် လေ့လာသူများအားအဆက်မပြတ် စမ်းသပ်ခွဲစိတ်ခဲ့သည်။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအတွေ့ကြုံ များကိုလည်း ယှဉ်ပြိုင်စမ်းသပ်ခဲ့သည်။ စုပေါင်းကောက်နုတ်ချက်များ ထုတ်ပြီး တီဘီရောဂါနှင့် အက်စ်ရောဂါ၏ပြဿနာကို ဖြေရှင်းနိုင်ရန်နီးနှောဖလှယ်ပွဲများကျင်းပခဲ့ပါသည်။ ထို့နောက် ဆက်လက်ပြီး ကူညီထောက်ပံ့နိုင်ရန် သင်တန်းများဖွင့်လှစ်ပေးခြင်း ထိုသင်တန်းအား လူသားတိုင်း မရွေးတက်ခွင့်ရှိသည်။ သိပ္ပံပညာရှင်များနှင့် ပြည်တွင်း ပြည်ပနိုင်ငံသားများအားလည်း သင်တန်း တက်ခွင့်ရှိသည်။

အဖွဲ့အစည်းဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အက်စ်ရောဂါနှင့်တီဘီရောဂါကို စမ်းသပ်လျှပ်ရှားမှုအဖြင့် ကူညီထောက်ပံ့မှုရရှိခဲ့ပါသည်။ အလုပ်လုပ်ရန်စမ်းသပ်ခြင်းနှင့်အတူတကွပူးပေါင်း လက်တွဲပြီး တီဘီရောဂါနှင့်အက်စ်ရောဂါ တိုက်ဖျတ်ရေးအတွက် လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါသည်။ တရားဝင်သောပုဂ္ဂလိက အဖွဲ့အစည်းဖြင့် ၂၅၄၅ ခုနှစ် ဇွန်လတွင်ရရှိခဲ့ပါသည်။ အဓိကအားဖြင့် စေတနာကို အရင်းခံပြီး အကျိုးအမြတ်တစ်ခုတည်းအတွက် ဖွဲ့စည်းထားခြင်းမဟုတ်ပါ။ ပြုလုပ်ခြင်း၏ ရည်မှန်ချက်မှာ သိပ္ပံပညာရှင်များပူးပေါင်းပြီး အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါ အကြောင်းကို လေ့လာစမ်းသပ်ပြီး ဖွင့်ဟထောက်ဖော်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့နောက်ကျန်းမာရေးဌာနများနှင့်ပတ်သတ်သော ရောဂါ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းပေးခြင်းဖြင့် သင်တန်းပေးရန် ကူညီထောက်ပံ့ပေးသည်။ အက်စ်ရောဂါနှင့် တီဘီရောဂါများတွက် နည်းလမ်းကျကျကျန်းမာရေး ဌာနကိုလူတိုင်း အမြဲတမ်း သွားလာနိုင်ရန် သိပ္ပံပညာရှင်များက လမ်းညွှန်ဌာနများကို ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါသည်။

အဖွဲ့အစည်းအမှူးဆောင်စီမံခန့်ခွဲမှုကော်မတီ	
သဘာပတိ	ဒေါက်တာ ကျင်တနာ ငမ်ဝိထရာဖွန်၊ ယာခိုင် ဘွဲ့ Ph.D
ဒုသဘာပတိ	ဒေါက်တာ ပထွန် စုဝမ်ပန်ရာလိမ့် ဘွဲ့ Dr. P.H
ကော်မတီ	ဒါရစ် ချူစိ ဘွဲ့ M.P.H
ကော်မတီအဖွဲ့ဝင်နှင့်	ဘဏ္ဍာရေးမှူး ပီယနွတ် ချိုဝရတ် ဇ ဗ ၈.11
ကော်မတီအဖွဲ့ဝင်နှင့်	အတွင်းရေးမှူး ဖိုင်ရွတ် မျိုင်ဖစ် ဘွဲ့ M.P.H