ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးကြီးကြပ်(၂) သင်တန်း

စိတ်ကျန်းမာရေးစီမံချက်

အခန်း (၁)

လူနာ/လူနာမိသားစုများနှင့် ကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေးတည်ဆောက်ခြင်း

အခြေခံအချက်များ

(၁) စိတ်သက်တောင့်သက်သာဖြင့် စကားပြောနိုင်စေသောအခြေအနေကို ဖန်တီးပေးပါ။

(၂) နှုတ်ဆက်ခြင်းဖြင့် စတင်ပါ။

(၃) လူနာအား ကုသမှု၊ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုတို့တွင်ပါဝင်ပါစေ။

(၄)လူနာအားလေးစားခြင်း၊အပြစ်မပြောခြင်းနှင့်မည်သို့ကူညီရမည်ဆိုသည့်အမြင်မျိုးဖြင့်အစဉ်ဆက်ဆံပါ။

(၅) ပြောဆိုဆက်ဆံမှုနည်းပညာ ကောင်းမွန်ပါစေ။

(၆)လူနာနှင့်မိသားစုတို့၏အရေးရာကိစ္စများကိုမပေါက်ကြားအောင်သတိပြုပါ၊လျှို့ဝှက်အပ်သည်များကိုမပေါက်

ကြားအောင်စောင့်ထိမ်းမည်ဆိုသည်ကိုလူနာအားအသိပေးပါ၊

(၇)လူနာနှင့်အိမ်ရှင်များ၏စိတ်ခံစားချက်နှင့်သူတို့၏အမြင်များဓလေ့ထုံးစံများ ကိုနားလည် အောင် ကြိုးစားပါ

(၁) စိတ်သက်တောင့်သက်သာဖြင့် စကားပြောနိုင်စေသောအခြေအနေကို ဖန်တီးပေးပါ။

- လူနာအားလိုလားစွာ လက်ခံတွေ့ဆုံပါ။ နှုတ်ဆက်စကားပြောပါ။
- လူနာပြောသောစကားများအား စိတ်ဝင်စားစွာ နားထောင်ပေးပါ။ ထိုသို့နားထောင်ခြင်းက လူနာ၏ယုံကြည်မှုကို တိုးစေသည်။
- လူနာအားစောင့်ရှောက်မှုပေးစဉ် တွေ့မြင်ကြားသိရသမျှအချက်များအား လျှို့ဝှက်ထားပေးမည်ဖြစ်ကြောင်းရှင်းပြပါ။
- လူနာမိသားစုဝင်များရှေ့တွင် လူနာမှပြောရခက်နေပါက အိမ်ရှင်များမပါဘဲ လူနာအား သီးသန့်ဆွေးနွေးပါ။
- လူနာမှာ အမျိုးသမီးငယ်ဖြစ်ပါက လူနာကြည့်စဉ်တွင် အမျိုးသမီးဝန်ထမ်း /လူနာမိသားစုဝင် တစ်ဦးအား အနားတွင်ရှိနေပါစေ။

(၂) နားထောင်ပေးခြင်းဖြင့် စတင်ပါ။

- လူနာပြောသောစကားများအား စိတ်ဝင်စားစွာ နားထောင်ပေးပါ။ စာနာမှုဖြင့် နားထောင်ပါ။ ခံစားနေရသည်ကို နားလည်ပေးပါ။ စိတ်ပါဝင်စားစွာ နားထောင်နေကြောင်း လူနာသိအောင်ပြပါ။
- လူနာစကားပြောနေပါက တတ်နိုင်သမျှကြားဖြတ်ပြောကြားခြင်းမပြုပါနှင့်။
- ရောဂါရာဇဝင်အားရှင်းလင်းစွာသိနိုင်ရန် လိုအပ်သည်များကိုထပ်မေးပါ။
- ကလေးလူနာများအားငှင်းတို့အသက်အရွယ်နားလည်နိုင်လောက်အောင် လွယ်ကူသောစကားများဖြင့် ပြောဆိုမေးမြန်းပါ။
- မီးကောင်ပေါက်အရွယ်လူနာများအား ၄င်းတို့၏ခံစားချက်များ ၊ အခြေအနေများအား နားလည်ကြောင်းပြရန်လိုအပ်ပါသည်။

(၃) လူနာအား ကုသမှု ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုတို့တွင်ပါဝင်ပါစေ။

➢ လူနာအား ၎င်း၏ရောဂါစစ်ဆေးမှု ၊ ကုသမှုစသည့် ဆုံးဖြတ်ချက်ချရမည့် လုပ်ငန်းတိုင်း၌ များနိုင်သမျှများများ ပါဝင်ပါစေ။ ကလေးများ ၊ လူငယ်များ နှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများလည်း ဤကိစ္စ၌ အကျုံးဝင်ပါသည်။

(၄)လူနာအားလေးစားခြင်း၊အပြစ်မပြောခြင်းနှင့်မည်သို့ကူညီရမည်ဆိုသည့် အမြင်မျိုးဖြင့်အစဉ်ဆက်ဆံပါ။

- လူနာအား လေးစားသမှုရှိပါ။
- လူနာ၏ အပြုအမူ ၊ အသွင်အပြင်၊ လူနာ၏လက်ရှိအခြေနေတို့ကိုဝေဖန်ပစ်တင်ခြင်းမပြုသင့်ပါ။
- ထိုအခြေနေကိုလက်ခံပြီးဘယ်လိုကောင်းအောင် ကူညီမည်ဆိုသည့်အမြင်ဖြင့်အခက်ခဲများကို ချဉ်းကပ်ပါ
- တည်ငြိမ်ပါ။ စိတ်ရှည်ပါ။
- လူနာမှားနေပါကလည်း ဆန့်ကျင်ငြင်းခုံနေမည့်အစားရှင်းလင်းပြောကြားဆွေးနွေးပေးပါ။

(၅) ပြောဆိုဆက်ဆံမှုနည်းပညာ ကောင်းမွန်ပါစေ။

- လွယ်ကူစွာနားလည်နိုင်သော ဘာသာစကားကိုသုံးပါ။ ရှင်းလင်းမှု ၊ တိကျမှုရှိပါစေ။
- ဟုတ်ပါသည်/မဟုတ်ပါဟူသော အဖြေထက်ပိုရမည့် မေးခွန်းများကိုသုံးပါ။ (ဥပမာ – 'ခင်ဗျားဖျားနေသလား' ဟုမမေးဘဲ 'ခင်ဗျားဘာဝေဒနာတွေခံစားနေရသလဲ' ဟုမေးပါက လူနာအကြောင်း ပိုမို၍ကျယ်ပြန့်စွာနားလည်နိုင်ပါမည်)
- ပြောကြားခဲ့သောအကြောင်းအရာ၏အနှစ်ချုပ်ကိုပြန်ပြောပြီး လိုအပ်မှုများကို ဖြည့်စွက်ပြင်ဆင်ပါ။
- လူနာမှ နားမလည်သည်များကို ပြန်မေးခွင့်ပြုပါ။

(၆)လူနာနှင့်မိသားစုတို့၏အရေးရာကိစ္စများကိုမပေါက်ကြားအောင်သတိပြုပါ။ လျှို့ဝှက်အပ်သည်များကိုမပေါက်ကြားအောင်စောင့်ထိန်းမည်ဆိုသည်ကိုလူနာအားအသိပေးပါ။

- လူနာနှင့်မိသားစုတို့၏ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စအချက်လက်များကိုလုံခြုံမှုရှိရေးသည်အရေးကြီးပါသည်။
- လူနာသည်စိတ်ချယုံကြည်ရမှဖွင့်ပြောမည်ဖြစ်ပါသည်။
- လူနာမှ ဖွင့်ဟရန်ခက်သည့်ကိစ္စများအား ပြောပြလာပါက စိတ်ဝင်စားစွာ ၊ စာနာနားလည်စွာနားထောင်ပေးပါ။ (ဥပမာ – လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာအနိုင်ကျင့်ခံရခြင်း ၊ အကြမ်းဖက်ခံရခြင်း ၊ မိမိကိုယ်ကို အန္တရာယ်ပြုမိခြင်း စသည်)
- ယခုကဲ့သို့ဖွင့်ပြောရခြင်းသည် ခက်ခဲသောအလုပ်ဖြစ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုစကားပြောပေးပါ။
- လူနာအားစောင့်ရှောက်မှုပေးစဉ်တွေ့မြင်ကြားသိရသမျှအချက်များအားလျှို့ဝှက်ထားပေးမည်ဖြစ် ကြောင်း ထပ်လောင်းရှင်းပြပါ။

(၇) လူနာနှင့်အိမ်ရှင်များ၏စိတ်ခံစားချက်နှင့်သူတို့၏အမြင်များဓလေ့ထုံးစံများ ကိုနားလည် အောင် ကြိုးစားပါ။

- လူနာသို့မဟုတ်မိသားစုများ၏စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာခံစားချက်များကိုနားလည်ရန်နှင့် နားလည်အောင်ကြိုး စားရန်အရေးကြီးပါသည်။
- ထိုသို့နားလည်မှ ၎င်းတို့၏နေရာမှ ခံစားတွေးခေါ်ပြီးကူညီပေးနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။
- ထိုသို့နားလည်မှသာဆက်ဆံရေးပိုမိုကောင်းမွန်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ မလိုလားသောပြဿနာများကိုရှောင်နိုင်သလို အချို့ပြဿနာများကိုဖြေရှင်းနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်
- လူနာနှင့်မိသားစုများ၏ ရိုးရာဓလေ့ထုံးစံ ယဉ်ကျေးမှုအယူအဆများကို နားလည်ပြီး လိုက်လျော ညီထွေပြောဆိုဆက်ဆံရန်လည်းအရေးကြီးပါသည်။

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးကြီးကြပ်(၂) များအနေဖြင့် ဆောင်ရွက်ရန်

- ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးကြီးကြပ်(၂)များအနေဖြင့် လူနာနှင့် ကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ခြင်း၊ လူနာ၏ မိသားစုနှင့် ကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ခြင်းများနှင့် ပတ်သက်၍ လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် အခြေခံ အချက်များကို သိရှိထားရမည် ဖြစ်ပြီး လိုအပ်ပါက လူနာအား ပြုစုကုသရာတွင်လည်းကောင်း၊ အထက်အဆင့် ကျန်းမာရေး ဌာနများသို့ ညွှန်းပို့ရာတွင် လည်းကောင်း ပံ့ပိုးကူညီဆောင်ရွက်ပေးရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ကျေးဇူးတင်ပါသည်။