

မြေကိုက်ရောဂါကာကွယ်ရေး (သင်ကြားချိန် စုစုပေါင်း ၂ နာရီ ၃၀ မိနစ်)

မြေကိုက်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ PHS2 များ သိရှိရန် နှင့် ပညာပေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန်

- မြေကိုက်ရောဂါ၏လက်ရှိအခြေအနေ
- မြန်မာနိုင်ငံရှိ အရေးကြီးသော အဆိပ်ပြင်းမြေများ
- အဆိပ်သင့်လက္ခဏာများ
- မြေကိုက်မခံရအောင် လုပ်ဆောင်ရမည့်နည်းလမ်းများ
- အယူအဆမှားများ

(သင်ကြားချိန်-၁ နာရီ)

မြေကိုက်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ PHS2 များ ဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ငန်းများ

- မြေကိုက်လူနာ ရှေးဦးသူနာပြုစုခြင်း
- မြေကိုက်လူနာလွှဲပြောင်းခြင်း

မြေကိုက်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ PHS2 များ ဆက်လက်လေ့လာနိုင်ရန် Tablet အတွင်း ထည့်သွင်းထား သော Guideline များ၊ Pamphlet များ ရှင်းလင်းခြင်း

(သင်ကြားချိန်-၁ နာရီ)

- အထွေထွေ ဆွေးနွေးခြင်း - ၃၀ မိနစ်

မြေကိုက်ရောဂါ၏လက်ရှိအခြေအနေ

- မြန်မာနိုင်ငံတွင် တစ်နှစ်လျှင် မြေကိုက်ခံရသူဦးရေ နှစ်စဉ် ပျမ်းမျှ (၈,၀၀၀) မှ (၁၀,၀၀၀) ခန့်ရှိပြီး မြေဆိပ်သင့်ခြင်းကြောင့် သေဆုံးသူဦးရေမှာ တစ်နှစ်လျှင် (၇၀၀) မှ (၁၀၀၀) ဦးခန့်ရှိပါသည်။
- မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူကို အသက်အန္တရာယ်ပေးနိုင်သော အဆိပ်ရှိ မြေများမှာ မြေပွေး၊ မြေဟောက်၊ ငန်းငုပ်၊ ငန်းတော်ကြား၊ ဂျပ်မြေ၊ မြေစိမ်းမြီးခြောက်များ ဖြစ်ကြပါသည်။
- မြေကိုက်ခံရခြင်းကြောင့် သေဆုံးသူဦးရေ၏ (၉၀%) သည် မြေပွေးကိုက်ခံရခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။
- မြေကိုက်ခံရမှုအဖြစ်များသော ဒေသများမှာ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်း ဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ဧရာဝတီတိုင်း ဒေသကြီးနှင့် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးတို့ ဖြစ်ပါသည်။
- မြေကိုက်ခံရသူအများစုမှာ လယ်သမားများနှင့် တောင်ယာလုပ်ကိုင်သူများဖြစ်ပြီး အသက် အပိုင်းအခြားအားဖြင့် (၂၀)နှစ်မှ (၄၅)နှစ်အတွင်း ကျန်းမာသန်စွမ်း၍ အလုပ်လုပ်နိုင်သော

အရွယ်များ ဖြစ်ကြခြင်းကြောင့် မိသားစုအတွက်သာမက တိုင်းပြည် အတွက် ကြီးမားသော လုပ်အားများ ဆုံးရှုံးမှုကို ဖြစ်စေပါသည်။

- မြေကိုက်ခံရသူများ၏ အများစု (၈၀%)သည် လယ်ယာလုပ်ငန်းခွင်တွင် လုပ်ကိုင်နေကြ သော တောင်သူလယ်သမားများ ဖြစ်ကြပါသည်။
- မြေကိုက်ခံရပါက လိုက်နာရမည့် အချက်အလက်များအား မြေကိုက်ခံရမှုများပြားသော ဒေသများ တွင် ပြည်သူများ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် သိရှိနားလည်နိုင်ရေး ဆောင်ရွက်ရန်မှာ အရေးကြီးလှပါသည်။
- ဆေးရုံများ၌ တက်ရောက်ကုသခဲ့သော မြေကိုက်လူနာများထဲမှ မြေပွေးကိုက် လူနာများကို စမ်းစစ်ခဲ့ရာ မြေပွေးကိုက်ပြီးချိန်မှ မြေဆိပ်ဖြေဆေး စတင်ရရှိရန် ကြာမြင့်လာသည်နှင့်အမျှ ကျောက်ကပ် ပျက်စီးမှုမှာ မြင့်တက်လာကြောင်း၊ ထို့အပြင် ကျောက်ကပ်မပျက်စီးသော မြေကိုက်လူနာများတွင် လူနာသေဆုံးမှုနှုန်းသည် ကျောက်ကပ်မပျက်စီးသော မြေကိုက်လူနာများထက် (၄)ဆခန့် မြင့်မားကြောင်း တွေ့ရှိ ရသောကြောင့် မြေကိုက်လူနာများ၏ အသက်သေဆုံးမှု လျော့ချနိုင်ရန်အတွက် မြေဆိပ်ဖြေဆေး ကို စောနိုင်သမျှ စောလျင်စွာ ပေးခြင်းသည် လွန်စွာအရေးကြီး လှပါသည်။
- ထိုသို့ စောလျင်စွာပေးနိုင်ရန် အတွက် မြေကိုက်ခံရမှုအများဆုံးဖြစ်ပွားသော ကျေးလက် ဒေသရှိ လယ်ယာလုပ်ငန်းများနှင့် အနီးစပ်ဆုံး ကျန်းမာရေးဌာနဖြစ်သည့် ကျေးလက် ကျန်းမာရေးဌာနများတွင် ကျန်းမာရေးမှူးများမှ မြေဆိပ်ဖြေဆေး ထိုးနှံပေး နိုင်ရန် ဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူကို အန္တရာယ်ပြုသည့် အဓိက အဆိပ်ပြင်းမြေအမျိုးအစားများမှာ

- (က) မြေပွေး
- (ခ) မြေဟောက်
- (ဂ) ငန်းတော်ကျားနှင့် အမျိုးအနွယ်သံကွင်းစွပ်မြေများ
- (ဃ) ဂျပ်မြေ
- (င) မြေစိမ်းမြီးခြောက် တို့ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံရှိ အရေးကြီးသော အဆိပ်ပြင်းမြွေများ



မြွေပွေး

မြွေဆိုးကိုက်မှု၏ ၉၀% သည် မြွေပွေးကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဦးခေါင်းသုံးမြှောင့်ဖြစ်သည်။ ခေါင်းမှ အမြီးအထိ ပွေးကွက်လို အတန်း (၃) တန်း ရှိပြီး အလယ်တန်းရှိအကွက်များသည် အကြီးဆုံးဖြစ်သည်။ ထိုအကွက်များသည် အညှိပုံနီးပြီး အဖြူ အဝါများနှင့် ကွင်းထားသဖြင့် ပွေးကွက်များနှင့် တူသည်။ ဝမ်းဗိုက်တစ်ခုလုံး အညို၊ အနက် (သို့မဟုတ်) မီးခိုးရောင် လခြမ်းကွက်များ ရှိသည်။ အပြီးသည် တိုပြီး ရုတ်တရက်သိမ်သွားသည်။ အစွယ်များရှိပြီး အထက်မေးရိုးတွင် ခေါက်ထားသည်။ မှုတ်သော အသံများ ပြုလုပ်တတ်သည်။ (၄)ပေအထိ ရှည်တတ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်း၊ အထက်ပိုင်းနှင့်အောက်ပိုင်း တွင် တွေ့ရှိနိုင်သည်။ အကိုက်ခံရသူသည် သွေးများယိုစိမ့်၊ ကျောက်ကပ် ပျက်စီးပြီး သေဆုံးနိုင်သည်။



မြွေဟောက်

မြွေဆိုးကိုက်မှု၏ ၁၀% သည် မြွေဟောက်ကြောင့် ဖြစ်သည်။ ဦးခေါင်း၊ လည်ပင်းနောက်တွင် (၀) ပုံသဏ္ဍန်အမှတ်အသား ရှိလေ့ရှိသည်။ မှုတ်သော မြွေဟောက်တွင် မည်သည့်အမှတ်အသားမျှ မရှိဘဲ တစ်ခါတစ်ရံ ပြောင်ရွက်ရေးရေးသာ ရှိတတ်သည်။ လည်ပင်းရှေ့တွင် အမည်းစင်းများ တစ်ခုခု သုံးခုအထိ ရှိတတ်သည်။ ပါးပျဉ်းထောင်တတ်သည်။ အစွယ်များ တိုပြီး အထက်မေးရိုးအရှေ့တွင် တည်ရှိသည်။ မှုတ်သော အသံများ ပြုလုပ်တတ်သည်။ မှုတ်သော မြွေဟောက်သည် မှုတ်သောအခါ အဆိပ်သည် (၄)ပေခန့်တွင် ရှိသော လူ၏ မျက်လုံးထဲသို့ တည့်တည့်မတ်မတ် ဝင်တတ်သည်။ (၉)ပေအထိ ရောက်နိုင်သည်။ မြွေဟောက်အဆိပ်သည် အာရုံကြောများကို ထိခိုက်ပြီး အသက်ရှုရပ်တတ်သည်။ မြန်မာပြည်အလယ်ပိုင်း၊ အထက်ပိုင်း တွင် အတွေ့ရများပြီး နေရာဒေသမရွေး ရှိနိုင်သည်။



တောကြီးမြွေဟောက်/ငန်းပုပ်

(၁၈)ပေအထိ ရှည်နိုင်သည်။ ဦးခေါင်းငယ်သည်။ မီးခိုးရောင် (သို့မဟုတ်) အဝါနု (သို့မဟုတ်) အမည်းရောင်ရှိပြီး ကန်လန်ခြတ်အနက်ရောင်အစွေလှိုင်းများ ရှိတတ်သည်။ ဝမ်းဗိုက်အရောင် ဖျော့သည်။ တောထဲတွင် နေထိုင်လေ့ရှိသည်။ အကိုက်ခံရသူသည် အသက်ရှုရပ်၍ သေဆုံးတတ်သည်။



ဂျပ်မြွေ အပြီးပြားသည်။ ကျောတွင် အနက်ရောင် ကန်လန်စင်းရှိသည်။ အရောင်မျိုးစုံရှိသည်။ အကိုက်ခံရသူသည် အသက်ရှုရပ်၊ ကျောက်ကပ် ပျက်စီး၍ သေဆုံးနိုင်သည်။ မြစ်ကမ်းစပ်နှင့် ကမ်းရိုးဒေသ တစ်လျှောက်တွင် တွေ့ရှိနိုင်သည်။



မြွေစိမ်းမြီးခြောက်

အစိမ်းရောင်ရှိပြီး အပြီးညို နေတတ်သည်။ ဦးခေါင်းမှ အပြီးအထိ အဖြူလှိုင်းများ ရှိတတ်သည်။ ဦးခေါင်းအကြေးခွံတို့သည် သေးသည်။ နှာခေါင်းနှင့် မျက်လုံးကြားတွင် အပူထောက်လှမ်းနိုင်သော အချိုင့်ရှိသည်။ အစွယ်များသည် ရှည်သည်။ နှာကျင်ရောင်ရမ်းပြီး သွေးမခဲပါ။ မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ရှိသည်။



သံကွင်းစွပ်

အရှည် (၃) ပေရှိသည်။ တစ်ကိုယ်လုံးမည်းပြီး ကန်လန်ခြတ် အဖြူလှိုင်းရှိသည်။ ခေါင်းပိုင်းကျောရိုး တွင် အဖြူကော်များရှိတတ်သည်။ ဝမ်းဗိုက်ဖြူသည်။ အကိုက်ခံရသူသည် အသက်ရှုရပ်၍ သေဆုံးတတ်သည်။ နေရာဒေသမရွေး ရှိနိုင်သည်။

ငန်းတော်ကျား



(၅) ပေခန့်ရှည်နိုင်သည်။ နွန့်သော ကျောရိုးတစ်လျှောက်ရှိ အကြေးခွံများသည် ခြောက်ထောင့်ကွက်ကြီးများ ဖြစ်သည်။ ကိုယ်ထည်သည် သုံးမြှောင့်ရှိပြီး အဝါတစ်ကန် အမည်းတစ်ကန် ဖြစ်သည်။ အပြီးတုံးသည်။ အကိုက်ခံရသူသည် အသက်ရှုရပ်၍ သေဆုံးတတ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝှမ်းတွင် တွေ့မြင်ရသည်။

အဆိပ်သင့်လက္ခဏာများ

- မြွေကိုက်သောအခါ မြွေ၏ မေးရိုးရှိ ကြွက်သားများက အဆိပ်အိတ်ကို ဖိနှိပ်သဖြင့် ဆေးထိုးအပ်ဖြင့် ထိုးသွင်းသကဲ့သို့ အဆိပ်များသည် ကိုက်သည့် နေရာအတွင်းသို့ ဝင်သွားပါသည်။
- ကြွက်သား ဖိအားဖြင့် ထိုးသွင်းခံရသော အဆိပ်ကို ပြန်ထုတ်ယူရန် မလွယ်ပါ။

မြွေပွေး

- (၁) သွေးမခဲခြင်း၊ သွေးမတိတ်ခြင်း
- (၂) နှာခေါင်းသွေးယိုခြင်း၊
- (၃) အစာအိမ်သွေးယိုခြင်း
- (၄) ခန္ဓာကိုယ်မှ သွေးယိုစိမ့်ခြင်း
- (၅) သွေးပေါင်ကျခြင်း၊ နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း
- (၆) ဆီးတွင် သွေးပါခြင်း
- (၇) ဆီးနည်းခြင်း (သို့မဟုတ်) ဆီးမထွက်ခြင်း
- (၈) ဆီးထဲတွင် အသားဓာတ်ပါဝင်မှုများခြင်း
- (၉) ချိုင်း/ပေါင်ခြံတို့တွင် အကြိတ်များကြီးလာခြင်း

မြွေဟောက်

- (၁) မျက်ခွံလေးခြင်း၊ အာလေးလျှာလေးဖြစ်ခြင်း
- (၂) အပေါ်မျက်ခွံနှစ်ဖက်တွဲကျခြင်း
- (၃) အမြင်အာရုံဝေဝါးအားနည်းခြင်း
- (၄) စကားပြော ခက်ခဲ/လေးလာခြင်း
- (၅) ခန္ဓာကိုယ်ကြွက်သားများ အားနည်းခြင်း
- (၆) အသက်ရှူခဲယဉ်းရာမှ လုံးဝရပ်ခြင်း
- (၇) ကိုယ်ခန္ဓာပြာနှမ်းပြီး သတိလစ်၍ သေဆုံးခြင်း

မြွေကိုက်ခံရသော်လည်း အဆိပ်သင့်လက္ခဏာမပေါ်ပေါက်နိုင်သော အခြေအနေ (ကိုက် သော မြွေမှာ အဆိပ်ထိုးသွင်းရာ၌ အဆိပ်မပါသွားခြင်း - Dry Bite) များ လည်းရှိနိုင် ပါသည်။

မြွေကိုက်မခံရအောင် ဆောင်ရွက်ရမည့် နည်းလမ်းများ

- (က) လုပ်ငန်းခွင်သို့ သွားလာရာတွင် အထူးသဖြင့် နံနက်စောစောနှင့် ညနေနေဝင်ရီ တရော အချိန်များတွင် တုတ်နှင့် ခြောက်လှန့်ခြင်း၊ ခြေသံပေးခြင်း များ ပြုလုပ်ရန်။

- (ခ) ကောက်ရိတ်ခြင်းနှင့် ကောက်လှိုင်း၊ ချုံနွယ်၊ သစ်ပုံ၊ ဝါးပုံ စသည်တို့ကို ကိုင်တွယ်ရွှေ့ပြောင်းလျှင်ဦးစွာရိုက်ပုတ်အသံပေး စစ်ဆေးပြီးမှ ကိုင်တွယ်ခြင်း ပြုလုပ်ရန် (မှတ်ချက်) မြွေသည် နားမရှိသော်လည်း ကျယ်သောအသံ၊ လူသံ၊ ခြေရင်းသံများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော တုန်ခါနှုန်း များကို ခံစားရ၍ ကြောက်တတ်သည်။
- (ဂ) သွားလာရာတွင် လည်ရှည်ဖိနပ်ကို စီးနင်းအသုံးပြုရန်။
- (ဃ) ညအချိန်တွင် သွားလာရာ၌ လွယ်ကူစွာ မြင်နိုင်ရန် ဓါတ်မီး (မီးတုတ်) သို့မဟုတ် မီးအိမ်ကို အသုံးပြုရန်။
- (င) တွင်းများနှင့် သစ်ခေါင်းစသည်တို့ကို လက်နှင့် ရမ်းနှိုက်ခြင်း မပြုလုပ်ရန်။
- (စ) နေအိမ်နှင့်ခြံဝင်းအတွင်း မြွေများမခိုအောင်းနိုင်စေရန်အတွက် ချုံပုတ်နှင့်အမှိုက်သရိုက်များကို ရှင်းလင်းထားရန်။
- (ဆ) မြွေများ အိမ်ပေါ်တက်တတ်၍ အိပ်ရာဝင်ချိန်တွင် အိပ်ရာကို ဂရုပြုစစ်ဆေးရန်၊ ခြင်ထောင်ထောင် အိပ်ရန်၊ အိမ်အတွင်းရှိ အိုးခွက်အဟောင်းများအတွင်း မြွေများမခိုအောင်းနိုင်ရန် ဖုံးအုပ်ထားခြင်း၊ မှောက်ထားခြင်းများ ပြုလုပ်ရန်။
- (ဇ) အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များဖြစ်သော ခွေး၊ ကြောင်၊ ငန်းစသည်တို့၏ အော်သံနှင့် အမှုအရာကို ကြည့်ခြင်း အားဖြင့် မြွေရှိနေခြင်းကို သိနိုင်၍ ၎င်းသတ္တဝါများကိုမွေး၍ မြွေဆိုးအန္တရာယ် မှကာကွယ်ရန်။
- (ဈ) အဆိပ်မရှိသောမြွေများကိုဘေးမဲ့ပေးရန်၊ မြွေ၏သဘာဝရန်သူများဖြစ်သော သိန်းငှက်၊ ဇီးကွက်၊ မြွေပါ၊ ဒေါင်းငှက်များကို ဘေးမဲ့ပေးရန်။
- (ည) မြွေ၏အစာဖြစ်သော ကြွက်၊ ကြက်၊ ခိုစသည်တို့အား အိမ်အနီးဝန်းကျင်တွင်မထားရှိရန်။
- (ဋ) မြွေနှင့် ရင်ဆိုင်တွေ့ပါက ဒေါသထွက်အောင် ရန်ပြုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရန်။
- (ဌ) မြွေအသေကို ကိုင်တွယ်ရာတွင်လည်း သတိထားရှိရန်(အစွယ်များနှင့် မတော်တဆ ထိမိရာမှလည်း အဆိပ်ဝင်နိုင်ပါသည်။)
- (ဍ) မြွေအသေနှင့် အခြားသူများကို စနောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရန် (မြွေမှာ မသေသေးဘဲ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။)
- (ဎ) ညအိပ်သည့်အခါ ခြင်ထောင်ကြီးကြီး၏ အလယ်တွင် အိပ်ပါ။ အိပ်နေစဉ် မြွေကိုက် ခံရတတ်ပါသည်။

အယူအဆမှားများ

- ၁။ မြွေဆိပ်ကို ပိုမို ပျံ့နှံ့စေပြီး အသက်အန္တရာယ် ရှိစေနိုင်သော အယူအဆများမှာ
 - (က) မြွေကိုက်ဒဏ်ရာကို ဓားနှင့် ခွဲခြင်း
 - (ခ) မြွေကိုက်ဒဏ်ရာကို မီးဖြင့် ထိုးခြင်း
 - (ဂ) မြွေကိုက်ဒဏ်ရာကို စုတ်ဖြင့် ထိုးခြင်း

(မြေကိုက်ဒဏ်ရာ တစ်ဝိုက်ကို သွေးအသွားအလာ ပိုမိုများစေပြီးအဆိပ်ကို ပိုမို လျင်မြန်စွာ ပျံ့နှံ့စေပါသည်။)

- (ဃ) မြေကိုက်ခံရသူအား အရက်တိုက်ခြင်း
(အရက်သည် သွေးကြောကို ကျယ်စေသောကြောင့်အဆိပ်ကို ပိုမိုပျံ့နှံ့စေပါသည်။)

၂။ မှန်ကန်သော ကုသမှု ရရှိရန် နှောင့်နှေးစေသော အယူအဆများ

- (က) မန်းမှုတ်ခြင်း
(ခ) မြေမြီးကို ဖြတ်၍ မျိုချခြင်း

၃။ အခြားအယူအဆမှားများ

- (က) ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကို မြေကိုက်လျှင် မြေဆိပ်မတက်ပဲ ကလေးမွေးပြီးမှ မြေဆိပ် တက်သည် ဟု ယူဆခြင်း
(ခ) မြေဆိပ်ပြီးစေသည့် ဆေးမင်ကြောင်များ ထိုးထားခြင်းဖြင့် မြေကိုက်ပါက အဆိပ်ပြီး သည်ဟု ယူဆခြင်း။
(ဂ) ပထမအကြိမ် မြေကိုက်ခံရစဉ်က အဆိပ်မတက်သူသည်နောက်ထပ် မြေကိုက်ခံ ရပါကလည်း မြေဆိပ်မတက်နိုင် ဟုယူဆခြင်း။
(ဃ) လယ်ယာလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်စဉ် လည်ရှည်ဖိနပ်ကို စီးလျှင် ကွင်းပိုင်မကြိုက် သဖြင့် ဒုက္ခရောက်နိုင်သည် ဟု ယူဆခြင်း။
(င) မြေကိုက်ခံရပြီး ဆီးအထွက်သူများအား ရေများများ သောက်ခိုင်းခြင်း၊ အုန်းရည် တိုက်ခြင်း (ဆီးအထွက်များမှသာ အုန်းရည်တိုက်ခြင်း၊ ရေများများ သောက်ခြင်းပြုလုပ် ရပါမည်။)
(စ) မြေကိုက်ဒဏ်ရာကို ပါးစပ်နှင့်စုပ်ခြင်းဖြင့် မြေဆိပ်များကို ပြန်လည်စုပ်ထုတ်ယူနိုင် သည်ဟု ယူဆခြင်း။
(မြေ၏အစွယ်မှအဆိပ်များသည် ခန္ဓာကိုယ်ထဲသို့ ဆေးထိုးပြန်ဖြင့် ထိုးသွင်းသကဲ့သို့ ဝင်ရောက်သွားပြီး ဖြစ်သဖြင့် ပါးစပ်ဖြင့် အဆိပ်ကို စုပ်ယူရန် ကြိုးစားခြင်းသည် ထိရောက်မှု မရှိပါ။)
(ဆ) မြေကိုက်ခံသူအား ငရုတ်သီးကျွေးပြီး စပ်ပါက မြေဆိပ်မတက်ဟုယူဆခြင်း။

မြေကိုက်လူနာ ရှေးဦးသူနာပြုစုခြင်း

- (၁) မြေကိုက်ခံရသည့်နေရာကို သန့်ရှင်းသော အဝတ်ဖြင့် ခပ်ဖွဖွသုတ်ပါ။ အား ဖြင့် ဖိမပွတ်ရ။

- (၂) အလျား (၃) လက်မ၊ အနံ (၃) လက်မ၊ အထူတစ်လက်မခွဲအရွယ် သန့်ရှင်းသော အဝတ်ကို ထူထူခေါက်၍ သော်လည်းကောင်း၊ ပတ်တီးခေါက် တစ်ခုကိုသော်လည်းကောင်း၊ ဒဏ်ရာပေါ်တွင် တင်ပါ။
- (၃) လက်ဖမိုး ခြေချောင်းများတွင် မြွေကိုက်ခံရပါက အဝတ်ခေါက်ကို သင့်လျော်ရာ အရွယ်ပြု လုပ်၍ ဒဏ်ရာပေါ်တင်ပါ။
- (၄) အဝတ်ခေါက်၏ အပေါ်တွင် ပတ်တီး (သို့မဟုတ်) အဝတ်စကို မြဲရုံ တင်းရုံ (ခြေဆစ်လက်ဆစ်များ နာကျင်သည့်အခါတွင် စည်းနှောင် သလောက်သာ) စည်းပါ။
- (၅) ဒဏ်ရာကို ပတ်တီးစည်းပြီးပါက ဝါးခြမ်း (သို့မဟုတ်) တုတ်ချောင်းရှည်ဖြင့် မြွေကိုက်ခံရသော ခြေ (သို့မဟုတ်) လက် တစ်ချောင်းလုံးကို ကပ်၍ ကြပ်စည်းပါ။ ခြေဆစ်၊ လက်ဆစ် ၏ အထက်နှင့် အောက်တို့တွင် ကြိုး (သို့မဟုတ်) ပတ်တီးဖြင့် ချည်နှောင်ရမည်။
- (၆) ခြေလက်တစ်ချောင်းလုံး အရှည်ရှိသော တုတ်ချောင်းမရနိုင်ပါက ဝါးခြမ်းနှစ်ခု၊ သုံးခုကို သင့်လျော်သလို ဆက်၍ သုံးပါ။
- (၇) လူနာကို လှုပ်ရှားမှု လုံးဝမပြုလုပ်စေဘဲ နီးစပ်ရာ ဆေးရုံဆေးပေးခန်းသို့ အမြန်ဆုံး ပို့ဆောင်ရမည်။
- (၈) ဖြစ်နိုင်ပါက မြွေသေကို တစ်ပါတည်းယူဆောင်လာပါ။ ကိုက်သော မြွေကို သိရှိပါက မှန်ကန်တိကျသော မြွေဆိပ်ဖြေဆေးကို အချိန်မီထိုးနိုင်ရန် အထောက်အကူ ပြုသည်။

သတိပြုရန်မှာ မြွေဟောက်၊ ငန်းပုပ်၊ ငန်းတော်ကျား၊ သံကွင်းစွပ် စသော အသက်ရှူကြွက်သား များအား ထိခိုက်စေသော မြွေကိုက်ခံရပါက အထက်ပါ ပြုစုမှုများအပြင် အကိုက်ခံရသော နေရာမှ ဆေးရုံသို့ သယ်ဆောင်လာစဉ်အတွင်း အသက်ရှူအထောက်အကူ ပြုနိုင်သည့် ရှေးဦးသူနာပြုစုနည်းဖြင့် ပြုစုပေးရပါမည်။

မြွေကိုက်လူနာလွှဲပြောင်းခြင်း

(ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာနများတွင် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော မြွေကိုက်လူနာ လွှဲပြောင်းခြင်း လုပ်ငန်းများကို သိရှိစေရန် နှင့် ကူညီဆောင်ရွက်ရန်ဖြစ်ပါသည်။)

လူနာများကို လွှဲရာတွင် အောက်ပါအတိုင်း ဆောင်ရွက်ပါ။

- ၁။ လုံလောက်သော မြွေဆိပ်ဖြေဆေးပမာဏကို ထိုးပေးပါ။(သိရှိရန်)
- ၂။ Vital Sign (သွေးပေါင်ချိန်၊ နှလုံးခုန်နှုန်း၊ အသက်ရှူနှုန်း)များ ကောင်းမွန်စေရန် လိုအပ်သည်များ ဆောင်ရွက်ပါ။(သိရှိရန်)

- ၃။ လွှဲပြောင်းရာတွင် မြွေဆိပ်မပြန့်စေရန် လှုပ်ရှားမှု အနည်းဆုံးဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။
- ၄။ ပြည့်စုံစွာ ဖြည့်စွက်ထားသော လွှဲစာနှင့်အတူ လွှဲပါ။
- ၅။ ဆေးရုံသို့ အမြန်ရောက်ရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပါ။

မြွေစိမ်းမြီးခြောက်ကိုက်ခံရခြင်း

- မြွေဆိပ်မြီးခြောက် မြွေဆိပ်ဖြေဆေး မရှိသေးပါ။
- 20 WBCT တွင် သွေးမခဲဘဲ ဖြစ်နေနိုင် သည်။
- လူနာကို အနီးကပ်စောင့်ရှောက်ရန် လိုအပ်သောကြောင့် နီးစပ်ရာ ဆေးရုံ သို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။
-

ငန်းတော်ကြားမြွေကိုက်ခံရခြင်း

- ငန်းတော်ကြား မြွေဆိပ်ဖြေဆေးမရှိပါ။
- ဖြန့်ထည့်ပြီး အသက်ရှူစက်နှင့် ထား၍ ကုသရန် လိုအပ်နိုင်သောကြောင့် သက်ဆိုင်ရာမြို့နယ်၊ ပြည်နယ်၊ တိုင်းဒေသကြီးဆေးရုံသို့ ပို့ဆောင် ရမည်။
- ပို့ဆောင်စဉ်တွင် လိုအပ်လျှင် အသက်ရှူအထောက်အကူပြုနိုင်သည့် ရှေးဦးသူနာပြုစု နည်းကို အသုံးပြုရမည်။
-

******* ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာနများတွင် ထားရှိရမည့်**

- မြွေကိုက်လူနာပြုစုကုသနည်း လမ်းညွှန်
- မြွေဆိပ်ဖြေဆေးလမ်းညွှန်
- 20 minute whole blood clotting test (20WBCT) လုပ်ဆောင်ပုံ အဆင့်ဆင့်
- ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာနမှ ဆေးရုံသို့ မြွေကိုက်လူနာ လွှဲပြောင်း ပေးပို့ရမည့် ပုံစံ
- မြွေကိုက်ရောဂါ အတွက် ထုတ်ဝေထားသော လက်ကမ်းစာစောင်များအား
Mobile Tablet များ အတွင်း ထည့်သွင်းထားပြီးဖြစ်ပါသည်။