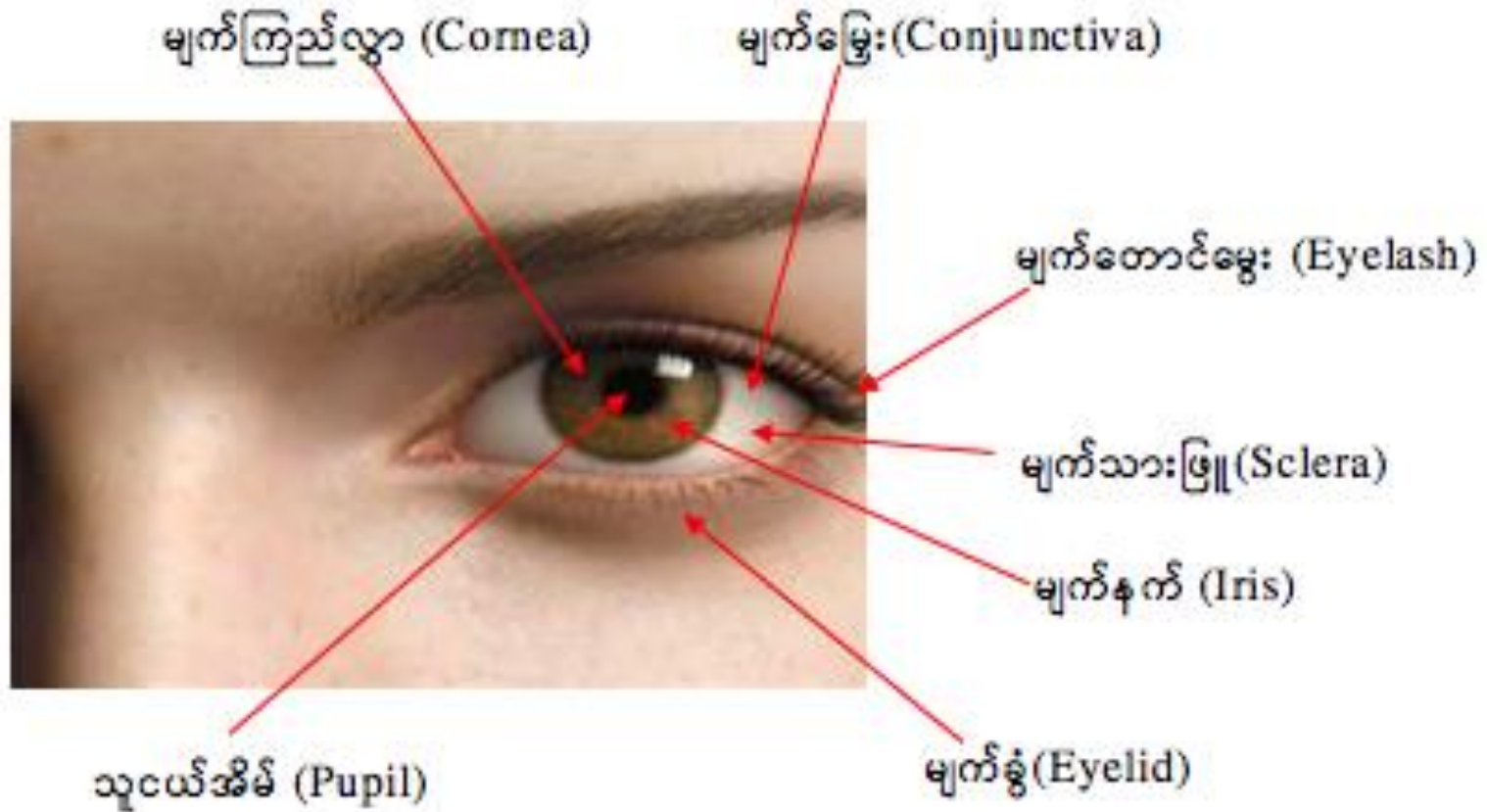
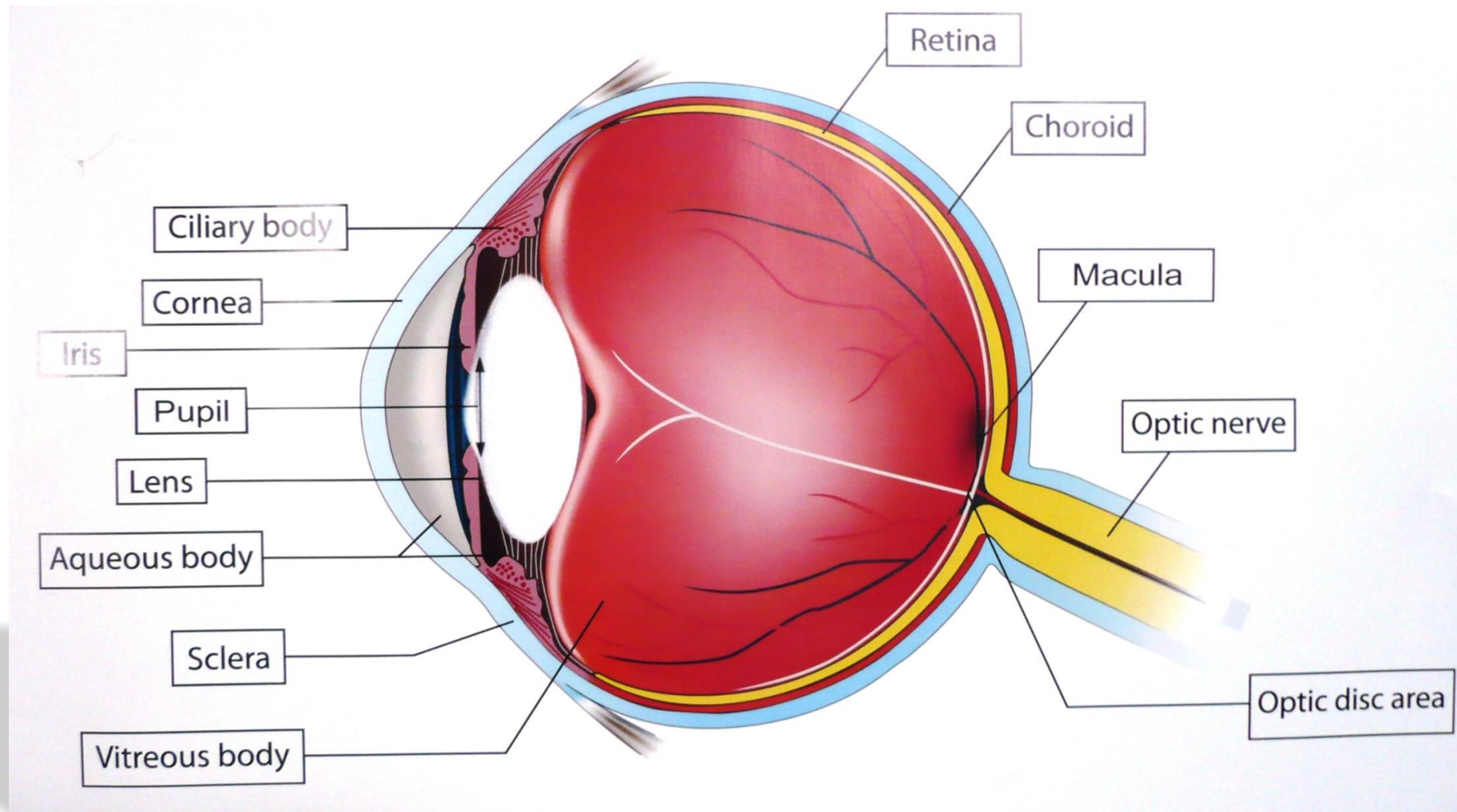


# PRIMARY EYE CARE

DR MG MG MYO WYNN  
Consultant Ophthalmologist  
Programme Manager  
TC & PBL Programme  
Naypyitaw, Myanmar

# အခန်း - (၁) မျက်စိအကြောင်း (Structure and Function)





## မျက်ခွံ (Eyelid)

- ပြင်ပပစ္စည်းများ (Foreign Bodies) မဝင်ရောက်အောင်ကာကွယ်ပေးခြင်း

## မျက်တောင်မွှေး (Eyelash)

- ပြင်ပပစ္စည်းများမဝင်ရောက်အောင် ကာကွယ်ပေးခြင်း

## မျက်မြှေး (Conjunctiva)

- မျက်စိစိုစွတ်စေရန် အားပေးခြင်း
- ရောဂါပိုးမွှားများ မဝင်ရောက်အောင် တားဆီးပေးခြင်း

## မျက်သားဖြူ (Sclera)

- မျက်စိ၏ အတွင်းအစိတ်အပိုင်းများကို ကာကွယ်ပေးခြင်း
- မျက်စိအား လုံးဝန်းနေစေရန် အထောက်အပံ့ပေးခြင်း

## မျက်ကြည်လွှာ (Cornea)

- မျက်စိထဲသို့ အလင်းတန်း ဝင်ရောက်မှုကို ထိန်းညှိပေးခြင်း
- အန္တရာယ်ရှိသည့် ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်များ မဝင်ရောက်နိုင်အောင် တားဆီးပေးခြင်း

## မျက်နှာ (Iris)

- သူငယ်အိမ် အကျဉ်းအကျယ်အားထိန်းချုပ်ပေးခြင်း

## သူငယ်အိမ် (Pupil)

- မျက်စိထဲသို့ အလင်းရောင် ဝင်ရောက်မှုကို ထိန်းညှိပေးခြင်း

## သဘာဝမှန်ဘီလူး (Lens)

- မျက်စိထဲသို့ အလင်းတန်းဝင်ရောက်မှုကို ထိန်းညှိပေးခြင်း

## မျက်စိရှေ့ခန်းနှင့်နောက်ခန်း (Anterior Chamber & Posterior Chamber)

- မျက်စိအတွင်းရှိ ရေဖိအားကိုထိန်းညှိပေးခြင်း

## မျက်စိအမြင်လွှာ (Retina)

- ပြင်ပမှဝင်ရောက်လာသည့် အလင်းတန်းနှင့် အမြင်နှင့်ဆိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို လက်ခံ၍ ဦးနှောက်ဆီသို့ ပေးပို့ခြင်း

## မျက်စိနှင့်ဆိုင်သောအာရုံကြောမ (Optic Nerve)

- အမြင်နှင့်ဆိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို ဦးနှောက်ဆီသို့ ပေးပို့ခြင်း

## မျက်ရည်ဂလင်း (Lacrimal Gland)

- မျက်ရည်များကိုထုတ်လုပ်ပေးခြင်း

## မျက်စိကြွက်သားများ (Extraocular Muscles)

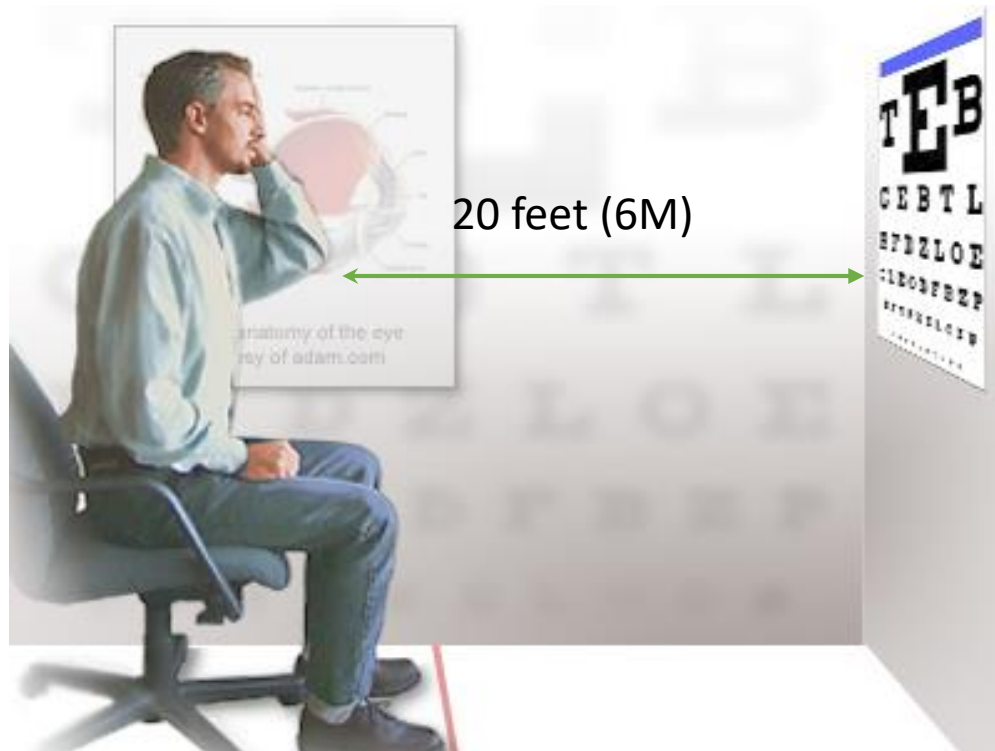
- မျက်စိလှုပ်ရှားမှုများ (အပေါ်၊ အောက်၊ ဝဲ၊ ယာ) ကို ပြုလုပ်ပေးခြင်း



Trachoma control & Prevention of blindness programme, NPT.  
© Dr3MW

အခန်း - (၂) မျက်စိစမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း

အဝေးမြင်နိုင်စွမ်း စမ်းသပ်ခြင်း





Trachoma control & Prevention of blindness programme, NPT.  
© Dr3MW





Google Play



Snellen Chart

João Meneses Medical

3+

★★★★★ 83

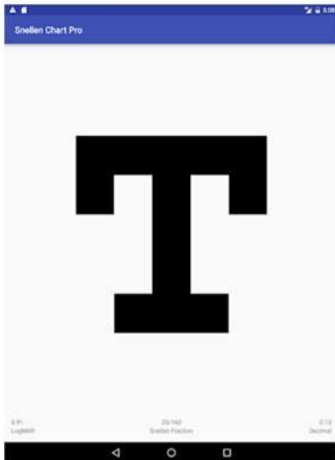
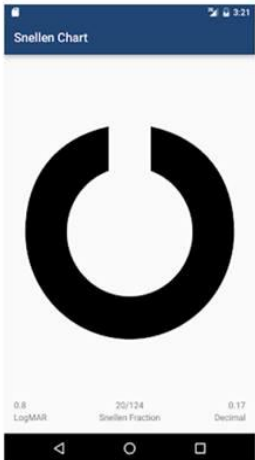
Install



Add to Wishlist



You don't have any devices.



Snellen Chart



Snellen Chart



## Units

Input Unit System

Imperial



Snellen Fraction Denominator

6/6



## User

Distance from User to Display

20 feet



## Display (Portrait Position)

Screen Diagonal Size

4.98 inches

Horizontal Resolution

720.0 pixels

## Chart

Selected Optotype Display Mode

Single

Selected Optotype

Landolt C



Contrast

255

Set Custom Acuity Limits



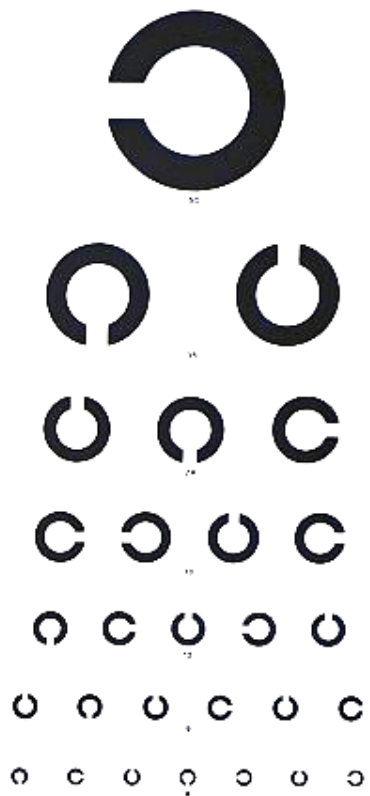
Set Upper Acuity Limit

Set Lower Acuity Limit

Low Color Mode

Low Color Mode

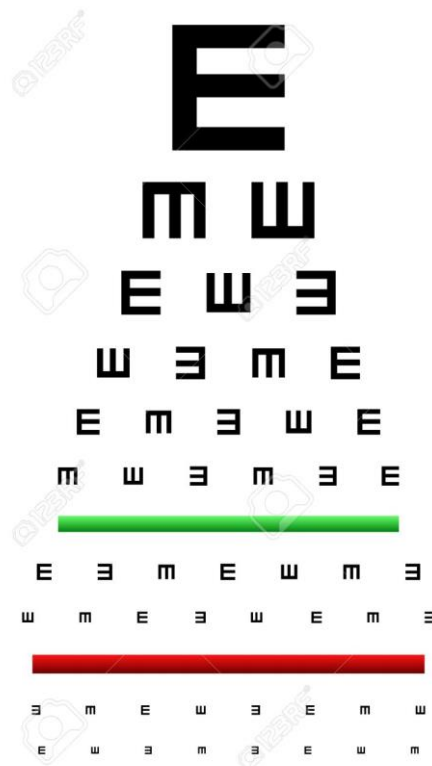
- အမြင်တိုင်းကားချပ်ဘေးတွင်ရပ်၍ ၆/၆၀ (အကြီးဆုံး) အကွာရာမှစတင်၍ အကွာ တစ်ခုချင်းစီကိုထောက်ပြပြီး မည်သည့်ဘက်သို့ စာလုံးအပေါက်ပွင့်နေကြောင်း ပြော ခိုင်းပါ။
- ထောက်ပြသော (C Ring Chart) ၏ အကွာကို မှန်ကန်စွာ ဖြေဆိုနိုင်ပါက နောက်တစ်ဆင့်ချင်း ပို၍သေးသော စာလုံးများဘက်သို့သွားပါ။
- လူနာ၏ မြင်နိုင်သည့်အကောင်းဆုံးအမြင်အားကို မှတ်တမ်းတင်ပါ။ ဥပမာ - ၆/၆၊ ၆/၁၂ စသည်ဖြင့်။
- လူနာ၏ပိုမိုကောင်းမွန်သော မျက်စိသည် ၁၀ပေအကွာရှိ အမြင်တိုင်းကားချပ် (C Ring Chart)၏ မည်သည့်အကွာကိုမျှ စာလုံးအပေါက်ပွင့်သည့်ဘက်ကို မှန်ကန်အောင်ပြောဆိုနိုင်ခြင်းမရှိပါက၎င်းကိုမျက်စိကွယ်နေသူအဖြစ်မှတ်တမ်းတင်ပါ။




Top line is 6/60


6/12 - at this level of vision, many social activities are possible

6/6 - 'normal' eyesight, also known as '20/20 vision'



  $\frac{6}{60}$   
 $\frac{6}{12}$  } U.A

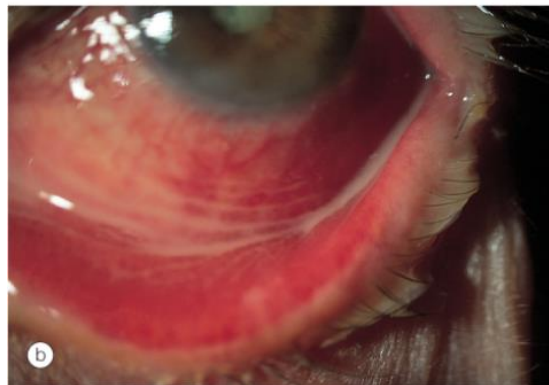
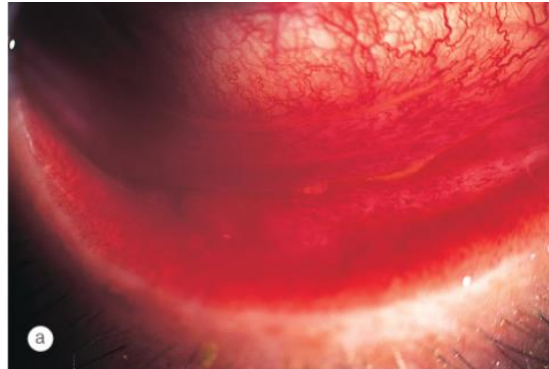
Pt's distance/ Normal  
distance

  $\frac{6}{36}$   
 $\frac{3}{60}$  } U.A

အခန်း - (၃) မျက်စိရောဂါများ  
အပိုင်း - (၁) ပဏာမမျက်စိကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေးသူများက  
ကုသမှုပေးနိုင်သော မျက်စိရောဂါများ

(၁) မျက်မြှေးရောင်ရမ်းခြင်းနှင့် မျက်ခွံတွင် ဖြစ်တတ်သော ရောဂါများ

(၁-၁) ရုတ်တရက်မျက်မြှေးရောင်ရမ်းခြင်း



- **ရောဂါလက္ခဏာများ**

- Bacteria - ရုတ်တရက်မျက်စိနီ၍နာခြင်း၊ စီးကပ်ပျစ်ချဲ့သည့်မျက်ဝတ်များ ထွက်ခြင်း။
- Virus - ရုတ်တရက် မျက်စိနီ၍နာခြင်း ၊ အလင်းရောင်စူးခြင်း ၊ မျက်ရည် ကြည်ကျခြင်း။
- Allergy - ရုတ်တရက် မျက်စိယားယံ၍နီခြင်း ၊ မျက်ရည်ကြည်ကျခြင်း အရာဝတ္ထုပစ္စည်းများနှင့် ဓာတ်မတည့်မှု ရှိခြင်း။
- Toxicity - ဓာတ်မတည့်သော ဆေးသုံးစွဲခြင်း ၊  
(ဥပမာ-Gentamycin Eye Drop)

(၁-၂) မွေးကင်းစအရွယ်တွင် မျက်စိပြင်းထန်စွာနာခြင်း  
(Ophthalmia Neonatorum)

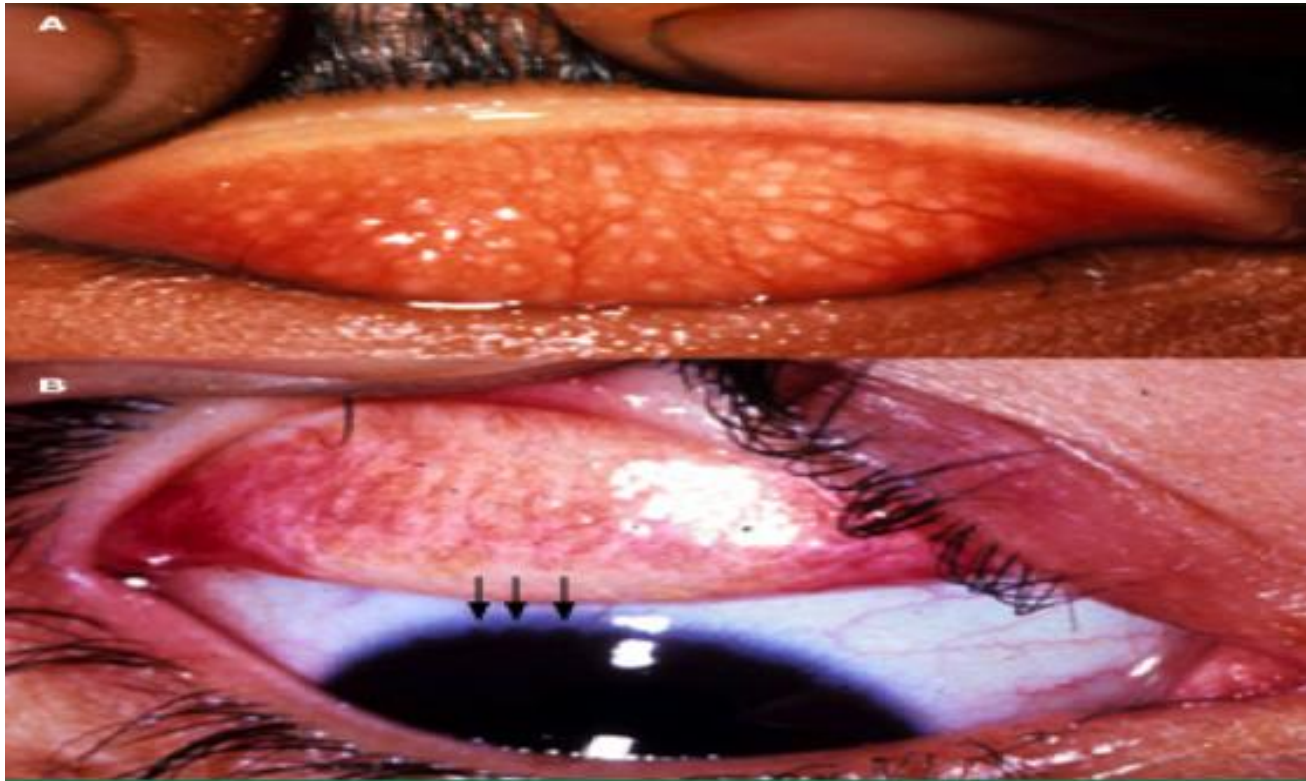


## ရောဂါလက္ခဏာများ

- မွေးဖွားပြီး ရက်အနည်းငယ်အတွင်း ကလေး၏ မျက်စိနီရဲရောင်ကိုင်းပြီး မျက်ဝတ်များထွက်ခြင်း။
- မျက်စိကွယ်သွားနိုင်သဖြင့် အလျင်အမြန်ကုသပေးရန် အရေးကြီးပါသည်။



## (၁-၃) မျက်ခမ်းစပ်ရောဂါ (Trachoma)



- အသက် (၁၀) နှစ်အောက် ကလေးငယ်အရွယ်တွင် အဖြစ်များသော်လည်း မည်သည့် အသက်အရွယ် မဆို ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
- **ရောဂါလက္ခဏာများ**
- လူနာအနေနှင့်မျက်စိနီရဲ၍နာနေသည်ဟုပြောတတ်ပြီး၊ မျက်စိကိုစစ်ဆေးကြည့်ပါက မျက်မြှေးများနီရဲခြင်း၊ ခိုးလို့ခုလုဖြစ်ခြင်း၊ မျက်ဝတ်များ ထွက်ခြင်း။
- အပေါ်မျက်ခွံတွင် သာကူစေ့သဏ္ဌာန် မျက်မှေးကြာဆူး (၅) ခုနှင့်အထက်ရှိခြင်း။
- (မျက်ကြည်လွှာမှာ ကြည်လင်၍ အမြင်ထိခိုက်ခြင်းမရှိပါ။)

- အမြင်မှန်မဲ့လျှင်သော်လည်းကောင်း၊ မျက်ခမ်းစပ်ရောဂါကြောင့် နောက်ဆက်တွဲဖြစ်သောမျက်တောင်မွှေးစိုက်လျှင်သော်လည်းကောင်း မျက်စိကုဌာန များသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။
- ရေကောင်းရေသန့်ရရှိရန်နှင့်ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရန်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ပေးခြင်းတို့ဖြင့် ရောဂါကူးစက် ပြန့်ပွားမှုကို ထိန်းချုပ်ဟန့်တားပါ။



# Risk factors

- Dry
- Dusty
- Dirty
- Dung
- Discharge
- Density (overcrowding in the home)

❑ Factors which influence *transmission* of infection

- Flies

- Faeces







- Faces

- Fingers

- Fomites (contaminated material or objects such as clothing or towels)

# WHO TRACHOMA GRADING SYSTEM

- ◆ TF- Trachomatous Inflammation – Follicular
- ◆ TI – Trachomatous Inflammation – Intense
- ◆ TS –Trachomatous Scarring
- ◆ TT – Trachomatous Trichiasis
- ◆ CO –Corneal Opacity

	<b>Stage</b>	<b>Description</b>
	<b>N:</b> Normal Tarsal Conjunctiva	For examination, the upper eyelid is turned over (everted).  Notice the large deep-lying blood vessels that mainly run vertically.
	<b>TF:</b> Trachomatous inflammation – Follicular	Presence of 5 or more follicles in the upper tarsal conjunctiva, each at least 0.5 mm in size.
	<b>TI:</b> Trachomatous inflammation – Intense	Pronounced inflammatory thickening of the upper tarsal conjunctiva, which obscures more than one half of the normal tarsal vessels.
	<b>TS:</b> Trachomatous Scarring	The presence of easily visible white lines, bands, or sheets in the tarsal conjunctiva. Scarring may obscure the tarsal vessels.
	<b>TT:</b> Trachomatous Trichiasis	At least 1 eyelash that rubs the globe or evidence of recently removed in-turned lash ( <i>epilation</i> ).
	<b>CO:</b> Corneal Opacity	The presence of an easily visible corneal opacity that obscures at least part of the pupillary margin



## **S**urgery

for intumed  
eyelids



## **A**ntibiotics

Pfizer-donated  
Zithromax® to treat  
and prevent active  
infection



## **F**acial cleanliness

to prevent disease  
transmission



## **E**nvironmental change

to increase access  
to water and  
sanitation



## (၁-၄) မျက်ခွံတွင်ဖြစ်သော ရောဂါများ

- မျက်စိစွန်ခြင်း(Stye)



မျက်တောင်မွေးညှင်းအိတ်တွင် ရုတ်တရက်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။

## ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်ခွံတွင် နာကျင်၊ ရောင်ရမ်း၊ နီရဲ၍ အဖုထွက်ခြင်း

## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- မျက်ခွံပေါ်သို့ ရေနှေးဖတ်ကပ်ပေးပါ။
- ပဋိဇီဝသောက်ဆေး/မျက်စဉ်းဆေးပေးပါ။

# (၂) မျက်စိထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း

(၂-၁) မျက်မြှေးအောက် သွေးယိုခြင်း (Subconjunctival Haemorrhage)



တုံးသောအရာဝတ္ထုများနှင့်ထိခိုက်မိခြင်း၊ အဆက်မပြတ်ချောင်းဆိုးခြင်း၊  
သွေးတိုးရောဂါ၊ သွေးထွက်လွယ်သော ရောဂါများရှိခြင်း၊  
သွေးကျစေသောဆေးများ သောက်သုံးခြင်း များကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်။

## ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်လုံးနီရဲခြင်း။
- များသောအားဖြင့် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုမရှိပါ။

# (၂-၂) ပြင်ပပစ္စည်း(Foreign Body)ဝင်ခြင်း

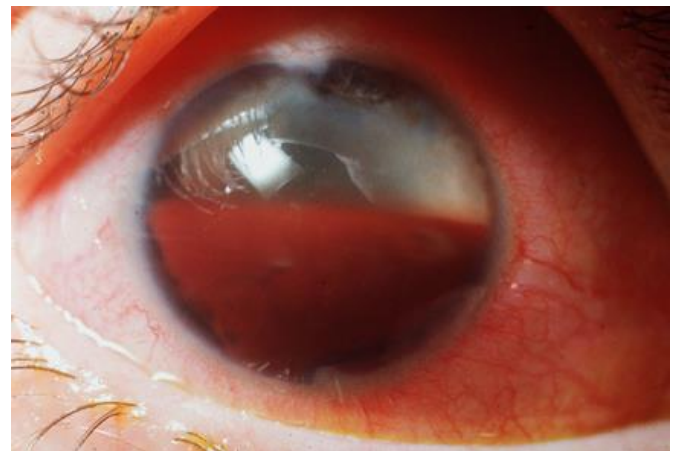
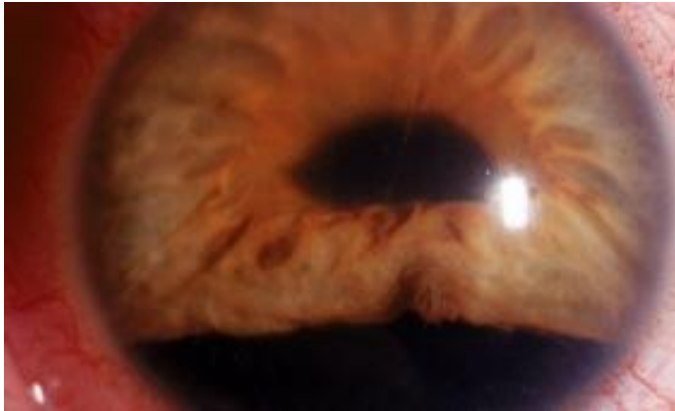


ဖုန်၊ သဲ၊ ခဲ၊ ဖွဲကြမ်း၊ မီးသွေးမှုန့်၊ သတ္တုစမှုန့်၊ သစ်စဝါးစ၊ မျက်တောင် မွေး၊  
ပိုးမွှားများဝင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။

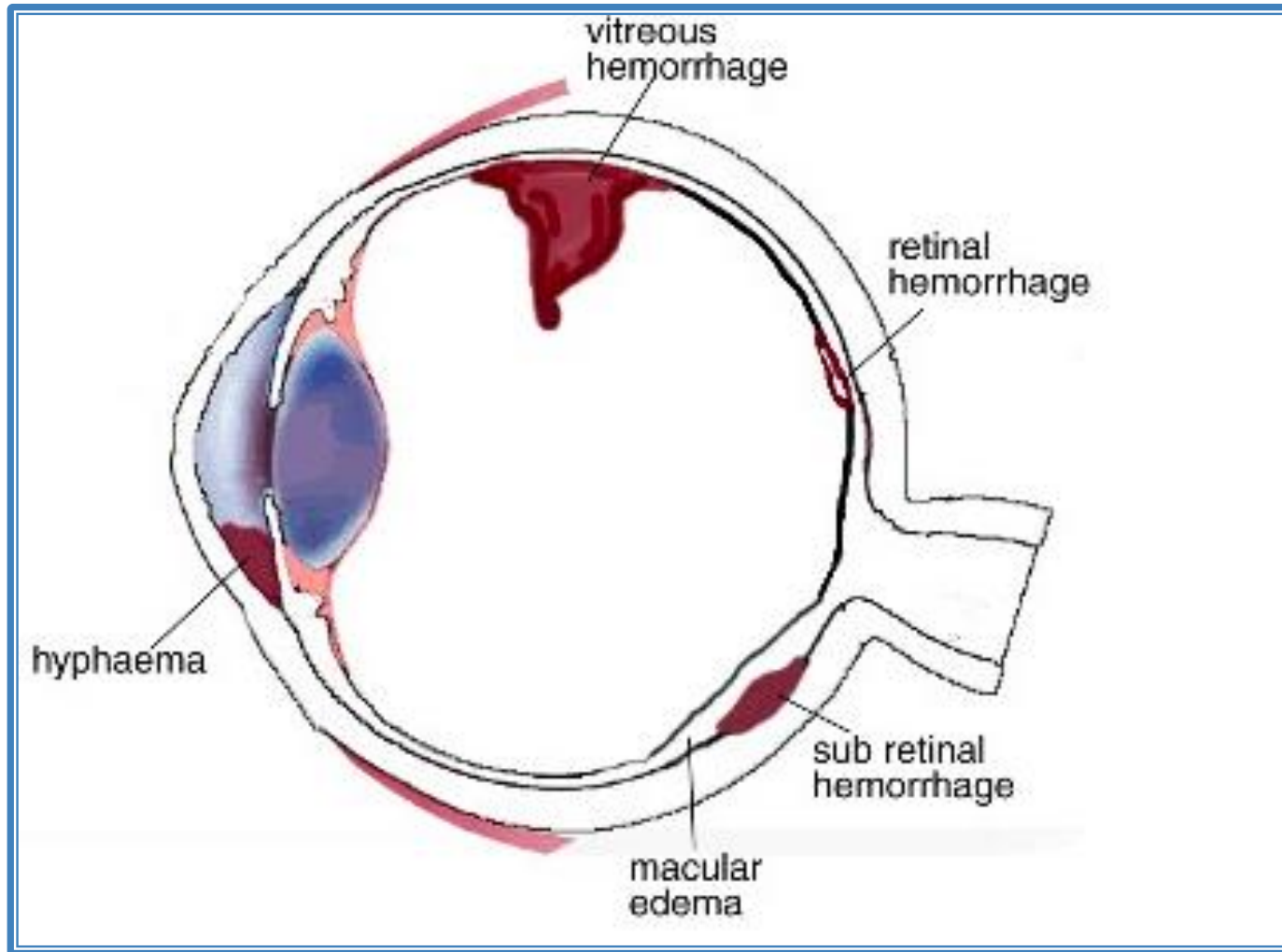
ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်လုံးခိုးလို့ခုလုဖြစ်ခြင်း၊
- မျက်စိနာခြင်း၊နီရဲခြင်း၊
- မျက်ရည်ယိုခြင်း။

## (၂-၃) တုံးသောလက်နက်ဖြင့် ထိခိုက်ခြင်း (မျက်စိအရှေ့ခန်းသွေးဝင်ခြင်း)



# BLUNT INJURY OF THE EYE



တုံးသောလက်နက်ဖြင့် ထိခိုက်မိခြင်းကြောင့် မျက်စိရှေ့ခန်းအတွင်းတွင်  
သွေးဝင်နေ ခြင်းဖြစ်သည်။

## **ရောဂါလက္ခဏာများ**

- မျက်စိရှေ့ခန်းအတွင်းတွင် သွေးဝင်ခြင်းကြောင့် နီရဲနေခြင်း။

## **စီမံဆောင်ရွက်ရန်**

- လှုပ်ရှားမှုမလုပ်ဘဲ အနားယူခိုင်းပါ။
- ပဋိဇီဝမျက်စဉ်းဆေးထည့်၍ ဂွမ်းဖတ်ဖြင့် ခပ်တင်းတင်းအုပ်ထားပါ။
- နှစ်ရက်ကျော်ပြီးနောက် မျက်စိကိုက်ခြင်း၊ မှုန်ခြင်းခံစားရပါက  
မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။



## (၃) အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းကြောင့်မျက်စိကွယ်ခြင်း(ဗီတာမင်အေဓာတ်ချို့တဲ့ခြင်း)

### ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်ရည်ခြောက်သွေ့ခြင်း (မျက်သားနှင့်မျက်ကြည်လွှာခြောက်ခြင်း)၊
- ညဘက်မျက်စိမမြင်ရခြင်း၊
- မျက်စိအာရုံကြောအားနည်းခြင်း၊
- မျက်သားပေါ်တွင်ရေမြှုပ်ကဲ့သို့အဖြူအခြောက်ကွက်များဖြစ်ပေါ်ခြင်း
- (Bitot's Spot)၊



- မျက်ကြည်လွှာအနာဖြစ်ခြင်း၊
- မျက်ကြည်လွှာအရည်ပျော်ခြင်း (Liquefactive Cornea Necrosis)၊



## ရောဂါကာကွယ်ခြင်း

- ဗီတာမင်အေကြွယ်ဝသော အစာများ စားသုံးစေခြင်း(ဥပမာ- အသည်းအမျိုးမျိုး၊ ဥအမျိုးမျိုး၊ နို့၊ သရက်သီးမှည့်၊ မုန်လာဥနီ၊ သဘောသီး၊ အစိမ်းရင့်ရောင် ဟင်းရွက်များ)
- အင်အားဖြည့် ဗီတာမင်အေဆေး (Retinol) တိုက်ကျွေးခြင်း
  - နို့တိုက်မိခင်အား မွေးပြီးတစ်လအတွင်း ဗီတာမင်အေယူနစ် (၂)သိန်းအား တစ်ကြိမ်
  - အသက်(၆)လမှ (၁)နှစ်အတွင်းကလေးအား ဗီတာမင်အေ ယူနစ် (၁)သိန်းအား တစ်ကြိမ်
  - အသက်(၁)နှစ်မှ(၅)နှစ်အတွင်းကလေးအားဗီတာမင်အေယူနစ်(၂)သိန်းအား ကို (၆)လတစ်ကြိမ် တိုက်ကျွေးနိုင်ပါသည်။
- အာဟာရချို့တဲ့သူများတွင် ဝက်သက်ရောဂါဖြစ်ပါကလည်း ဖြည့်စွက်ဗီတာမင်အေ တိုက်ကျွေးပါ။



Trachoma control & Prevention of blindness programme, NPT.  
© Br3MW



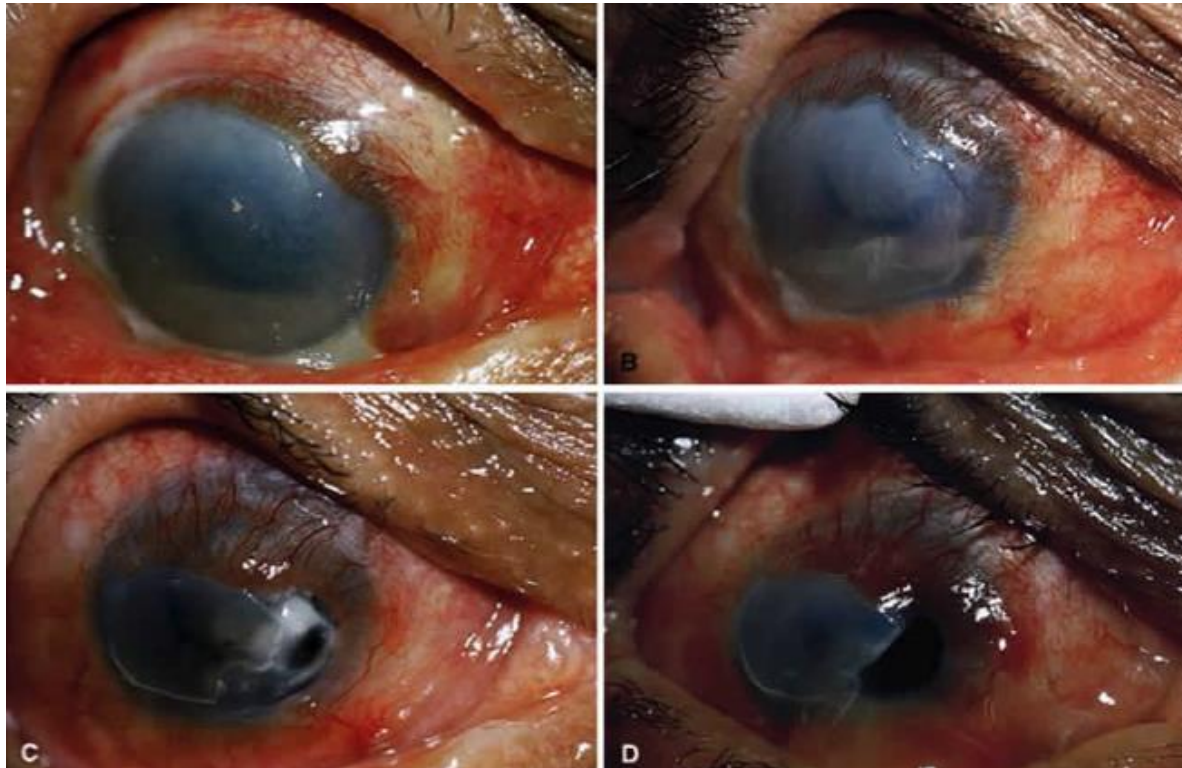
## ရောဂါကုသခြင်း

- ရောဂါတွေ့လျင်တွေ့ခြင်း ဗီတာမင်အေ ယူနစ် (၂)သိန်းကို တိုက်ပါ။
- ဒုတိယနေ့တွင် ဗီတာမင်အေ ယူနစ် (၂)သိန်းကို ဒုတိယအကြိမ် တိုက်ပါ။
- ရက်သတ္တပတ် ၂ ပတ် ကြာလျှင် ဗီတာမင်အေယူနစ် (၂)သိန်းကို တတိယအကြိမ် တိုက်ကျွေးပါ။
- တစ်နှစ်အောက်ကလေးများတွင် အထက်ပါ အစီအစဉ်အတိုင်း ဗီတာမင်အေယူနစ် (၁)သိန်းအား တိုက်ပါ။

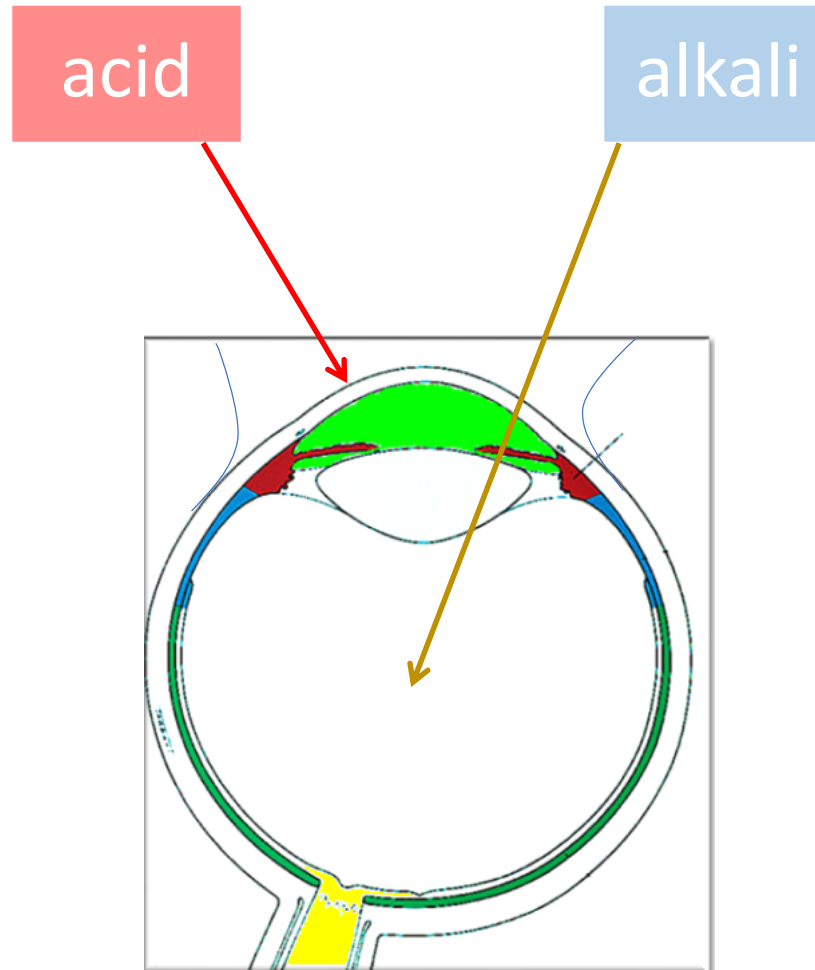


အပိုင်း - (၂) ပဏာမမျက်စိကျန်းမာရေး  
စောင့်ရှောက်ပေးသူများက ရှေးဦးပြုစုပေးပြီးနောက်  
မျက်စိရောဂါကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးရမည့် မျက်စိရောဂါများ

(၁) ဓာတုဆေးရည် လောင်ကျွမ်းခြင်း (Alkali or Acid Burn)

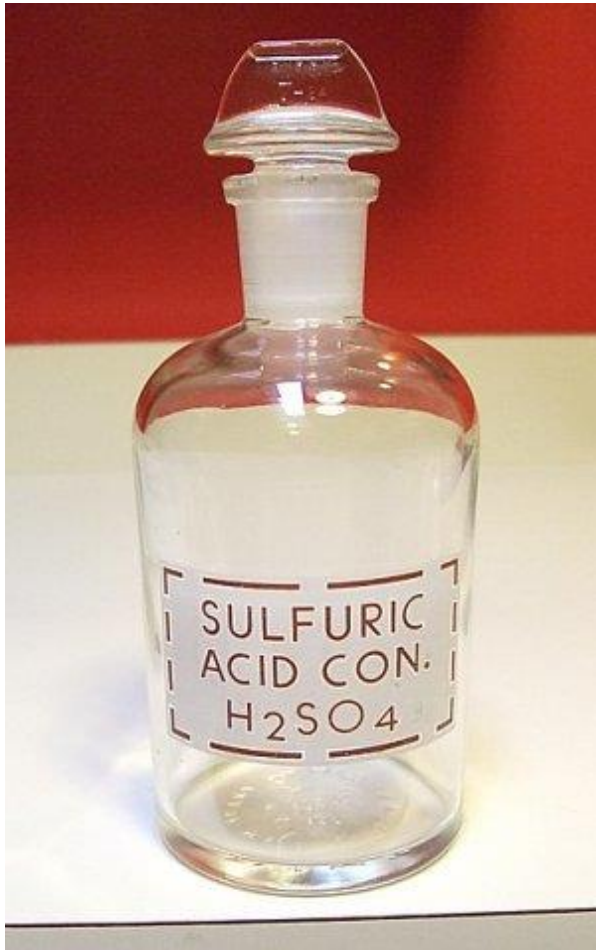


# Chemical Injury



Trachoma control & Prevention of blindness programme, NPT.

© Dr3MW







## ရောဂါလက္ခဏာများ

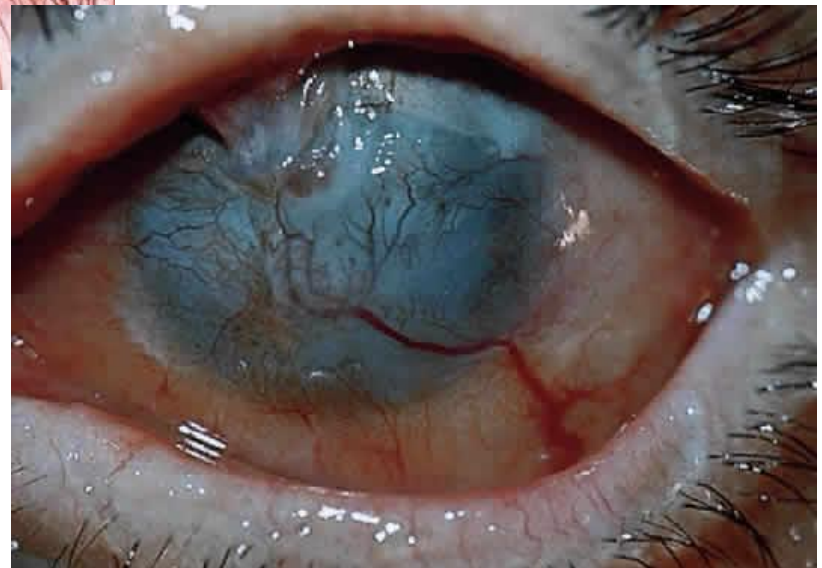
- Alkali (သို့မဟုတ်) Acid မျက်စိတွင်း ဝင်ခြင်းကြောင့် မျက်စိနီရဲခြင်း၊ မျက်စိစပ်ခြင်း၊ မျက်စိခိုးလို့ခူလူဖြစ်ခြင်း၊ မျက်ရည်ကျခြင်း။

## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

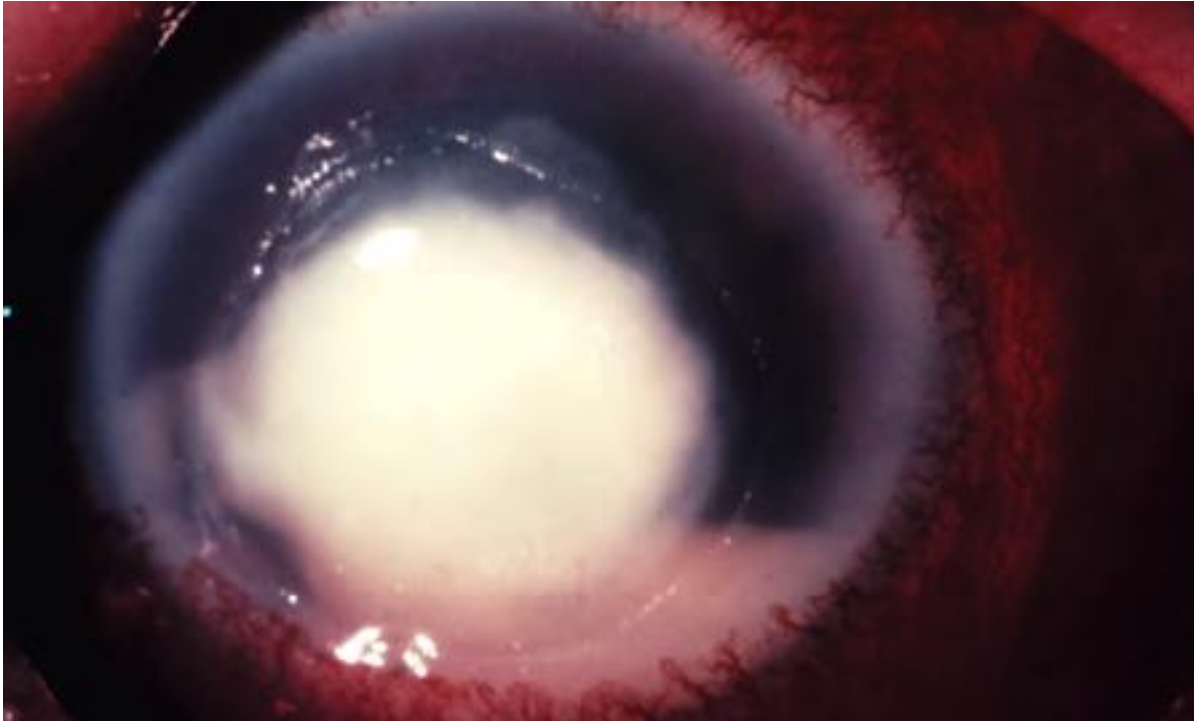
- မျက်စိထဲသို့ ဝင်သွားသော Alkali (သို့မဟုတ်) Acid ဓာတ်များ ဓာတ်ပြယ်စေရန် ရေ(သို့မဟုတ်) Normal Saline ဖြင့် သေချာစွာ ဆေးပေးပါ။
- မျက်စိတွင် ဝင်နေသော ပြင်ပပစ္စည်းများကို ဖယ်ရှားပါ။
- ပဋိဇီဝမျက်စဉ်းဆေး၊ မျက်ရည်တုမျက်စဉ်းဆေးထည့်ပေးပါ။

- ရှေးဦးပြုစုခြင်းများ ပြီးစီးပါက မျက်စိကုဌာနသို့ အလျင်အမြန် လွှဲပြောင်းပေးပါ။
- (ယေဘုယအားဖြင့် Alkali သည် Acid ထက် မျက်စိကို ပိုမိုလောင်ကျွမ်း ပျက်စီးစေနိုင်သဖြင့် Alkali လောင်ကျွမ်းပါက ရှေးဦးကုသပြီးလျှင် မျက်စိကုဌာနသို့ အလျင်အမြန် ချက်ချင်း လွှဲပြောင်းပေးရန် အထူး လိုအပ်ပါသည်။)

# နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများ



## (၂) မျက်ကြည်လွှာအနာဖြစ်ခြင်း (Cornea Ulcer)



- မျက်ကြည်လွှာကိုထိခိုက်မိခြင်း၊ ပွတ်မိခြင်းတို့မှ ရောဂါပိုးဝင်၍ မျက်ကြည်လွှာ အနာဖြစ်ရခြင်း ဖြစ်သည်။

## **ရောဂါလက္ခဏာများ**

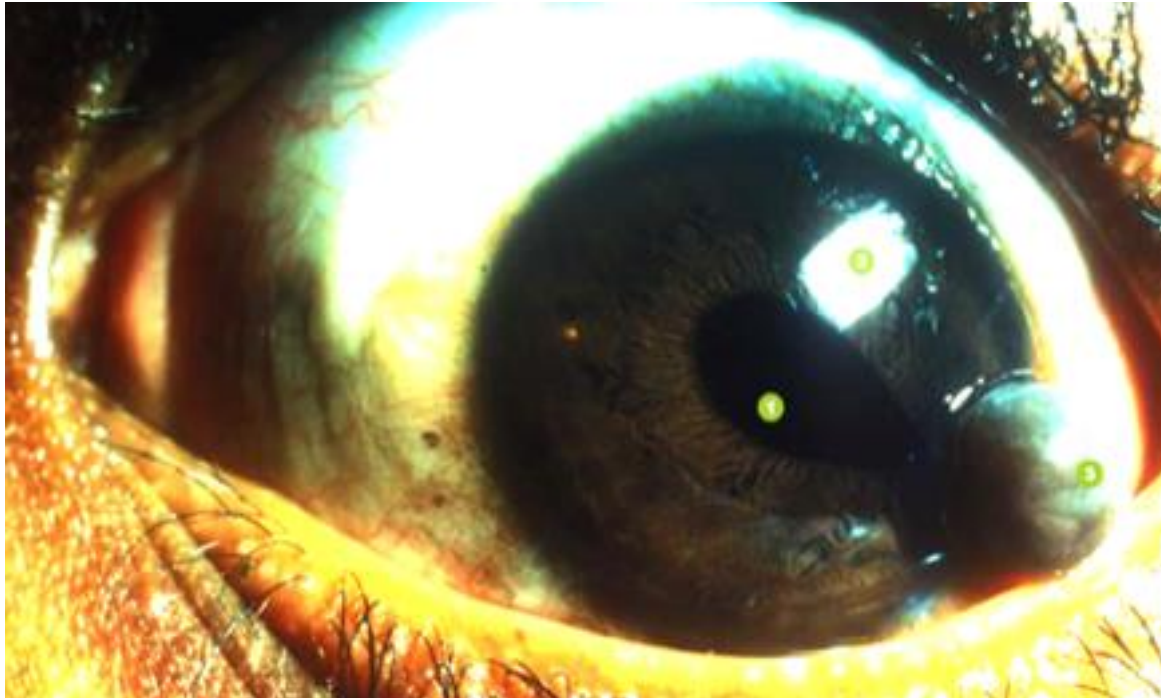
- မျက်စိနီရဲခြင်း၊ မျက်လုံးအောင့်ခြင်း၊ မျက်ရည်ကျခြင်း၊ မျက်ဝတ်ထွက်ခြင်း၊ မျက်လုံးအမြင်ဝါးခြင်း၊ မျက်ကြည်လွှာတွင် ဖြူနေခြင်း။

## **စီမံဆောင်ရွက်ရန်**

- ပဋိဇီဝမျက်စဉ်းဆေးထည့်ပေးပါ။
- မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။



## (၃) မျက်စိစုတ်ပြဲခြင်း/ပေါက်ပြဲခြင်း (Lacerating/Perforating Injuries of the Eyeball)



စူးရှချွန်ထက်သော အရာဝတ္ထုများဖြင့်(ဥပမာ- ငါးမျှားချိပ်၊ ဆူး၊ ဓား၊  
ခဲတံထိပ်ချွန်၊ ငှက်နှုတ်သီးချွန်) ထိခိုက်မိခြင်းကြောင့်  
မျက်စိစုတ်ပြဲ/ပေါက်ပြဲ ဒဏ်ရာရခြင်း ဖြစ်သည်။





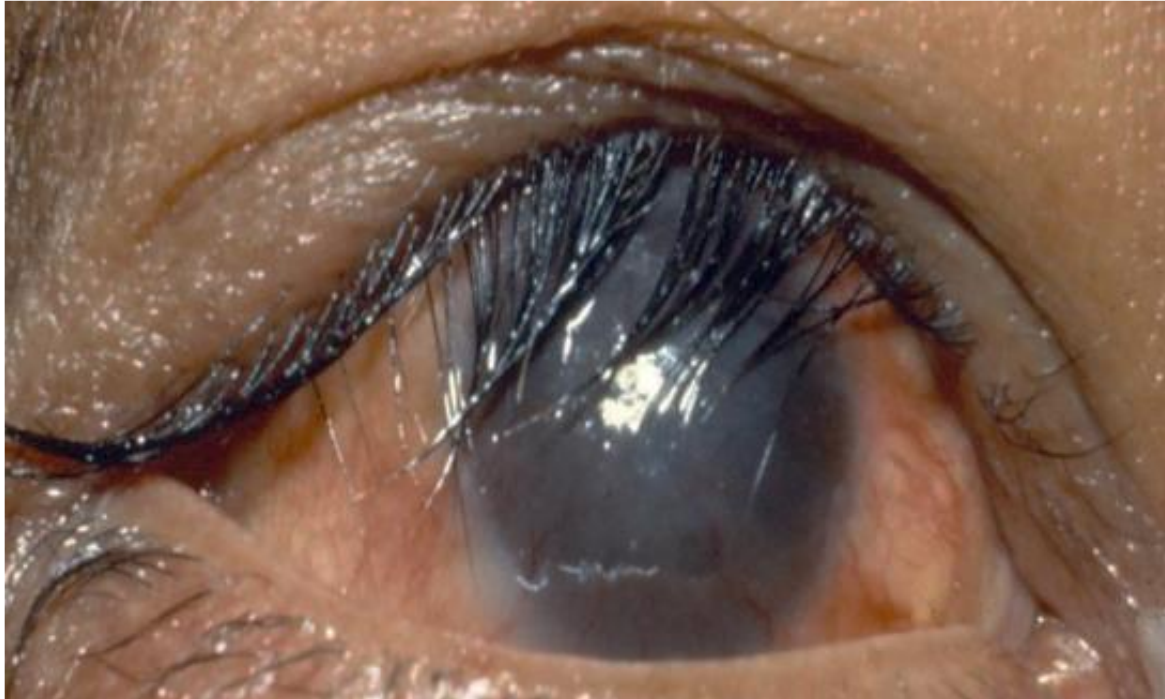
## ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်ကြည်လွှာ၊ မျက်မြှေးပါးနှင့် မျက်သားဖြူ တို့တွင် စုတ်ပြဲနေခြင်း။

## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- ပဋိဇီဝမျက်စဉ်းဆေးထည့်ပေးပါ။
- ဂွမ်းဖတ်ဖြင့် ခပ်ဖွဖွအုပ်ပါ။ (မျက်လုံးအား မဖိမိပါစေနှင့်)
- မျက်စိကုဌာနသို့ အလျှင်အမြန် လွှဲပြောင်းပေးပါ။

## (၄) မျက်တောင်စိုက်မျက်မွေးစူးခြင်း (Trichiasis)



မျက်ခမ်းစပ်ရောဂါ၏ နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးတစ်ခုဖြစ်သည်။

## ရောဂါလက္ခဏာများ

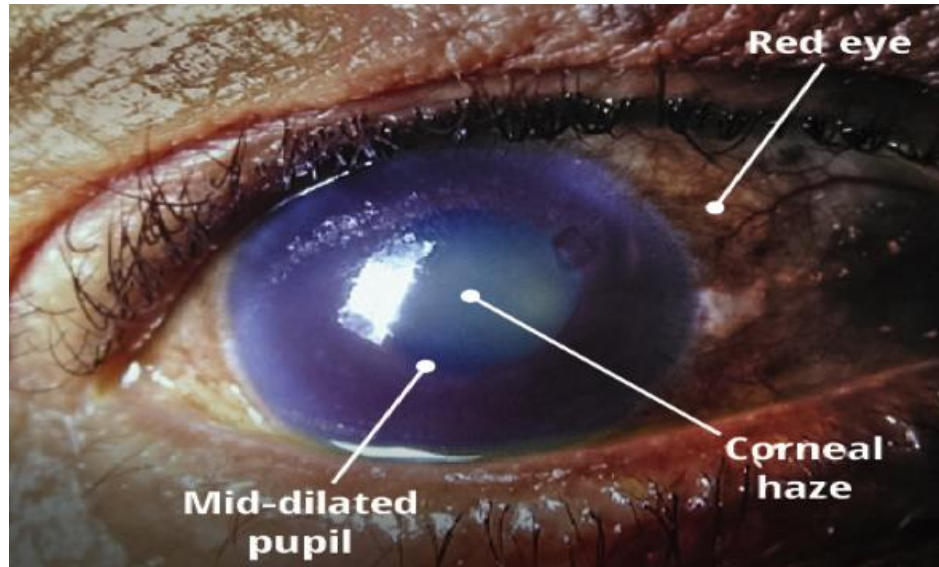
- မျက်တောင်မွေးသည် အထဲသို့ စိုက်ဝင်ပြီး မျက်ကြည်လွှာအား ပွတ်တိုက် နေသဖြင့် မျက်စိနီရဲခြင်း၊ ခိုးလို့ခလုဖြစ်ခြင်း၊ မျက်ရည်ကျခြင်း၊ မျက်ကြည်လွှာအနာဖြစ်ခြင်း။

## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

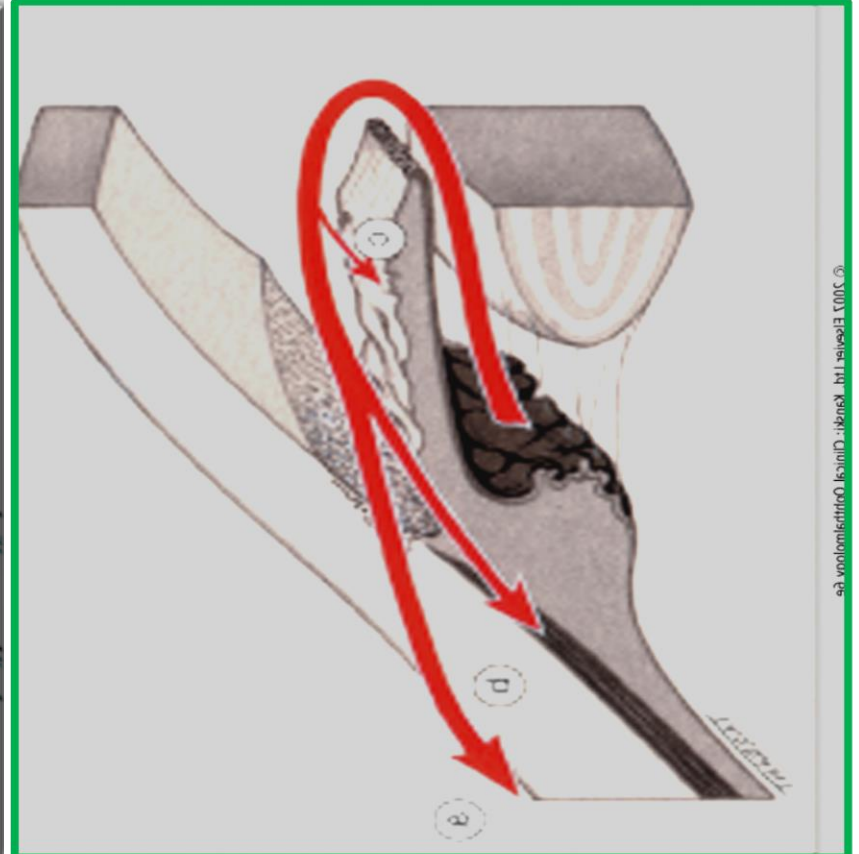
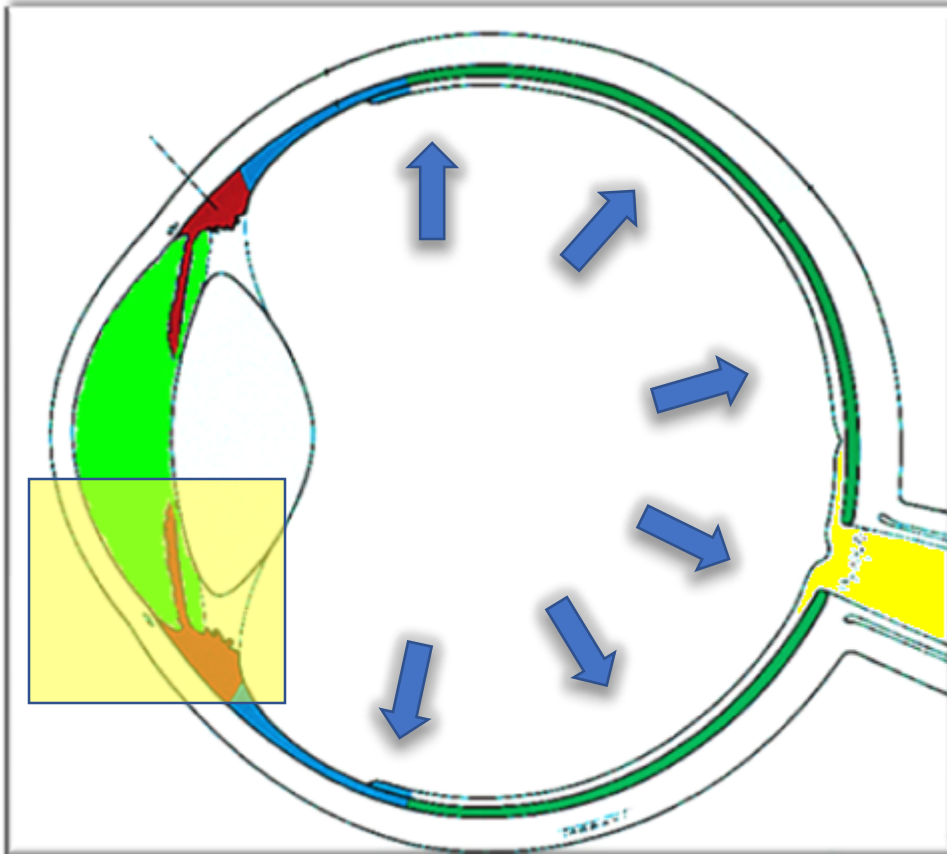
- Tetracycline မျက်စိညှစ်ဆေးတောင့်ထည့်ပါ။
- မျက်တောင်ခွဲစိတ်ကုသမှုခံယူရန် မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။

အပိုင်း - (၃) ပဏာမမျက်စိကျန်းမာရေး  
စောင့်ရှောက်မှုပေးသူများက မျက်စိရောဂါကိုရှာနုသို့  
လွှဲပြောင်းပေးရမည့် မျက်စိရောဂါများ

(၁) ရုတ်တရက်ဖြစ်ပွားသော ပြင်းထန်ရေတိမ် (Acute Angle Closure Glaucoma)

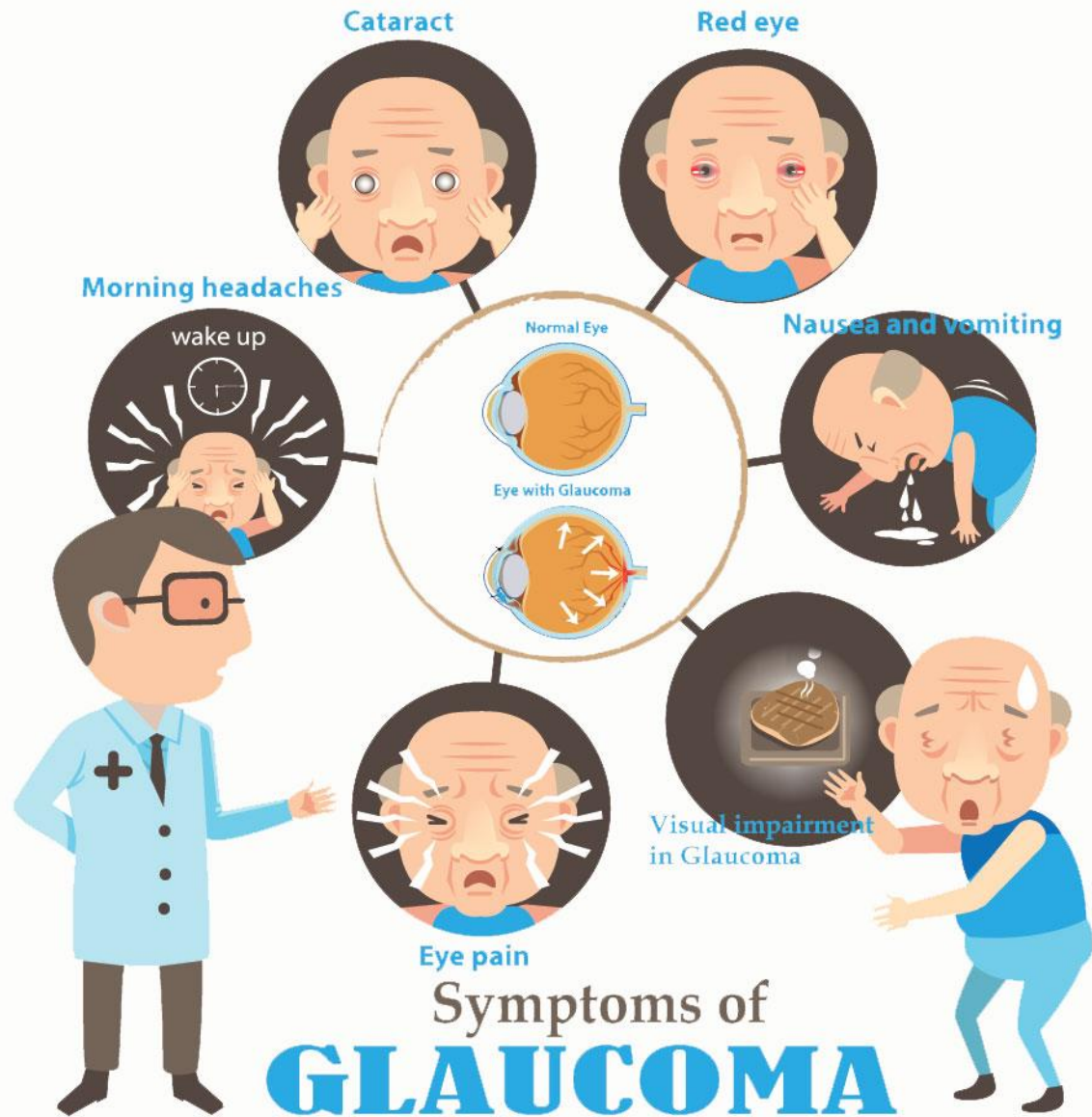


# Glaucoma (ရောဂါ)



## ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်စိတစ်ဝိုက်အပြင်းအထန်ကိုက်ခဲခြင်း၊
- မခံမရပ်နိုင်အောင်ခေါင်းကိုက်ခဲခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊
- မျက်စိနီရဲခြင်း၊
- မျက်ကြည်လွှာကြည်လင်မှုမရှိခြင်း၊ အမြင်အာရုံ ရုတ်တရက် မှန်သွားခြင်း၊
- မျက်စိကိုလက်နှိပ်ဓာတ်မီးဖြင့်ထိုးကြည့်ပါက သူငယ်အိမ်ကျယ်နေခြင်း၊ သူငယ်အိမ်နေရာတွင် အတွင်းတိမ်ကြောင့် ဖြူနေနိုင်ခြင်း။





# GLAUCOMA

*the silent thief of sight*





# VISUAL FIELD PROGRESSION IN GLAUCOMA



## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- မျက်စိအတွင်းပိုင်းဖိအားများလာ၍ မျက်စိအာရုံကြောများ ထိခိုက်ပျက်စီးပြီး၊ မျက်စိ ကွယ်နိုင်သောကြောင့် အမြန်ဆုံးကုသမှုခံယူရန်အရေးကြီး၍ မျက်စိကုဌာနသို့ **အလျင် အမြန်** လွှဲပြောင်းပေးပါ။

## (၂) မျက်စိအတွင်းပိုင်းရောင်ရမ်းခြင်း (Uveitis)



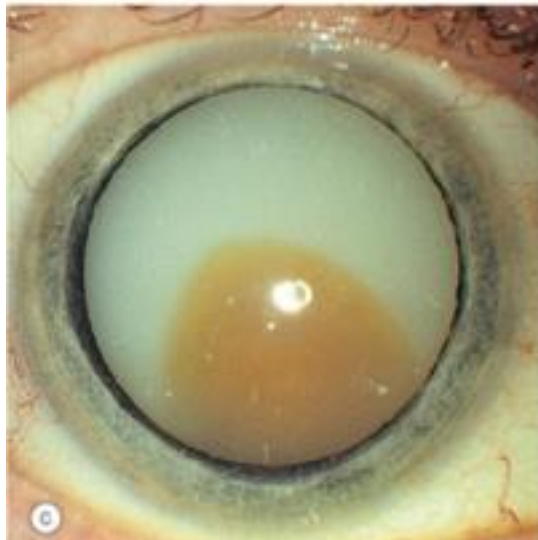
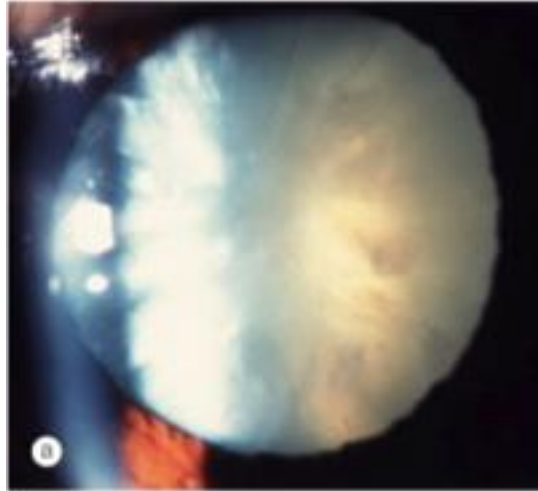
ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်စိနီရဲခြင်း၊ မျက်စိဝေဝါးခြင်း၊ မျက်ရည်ကျခြင်း၊ မျက်စိအောင့်ခြင်း။

စီမံဆောင်ရွက်ရန်

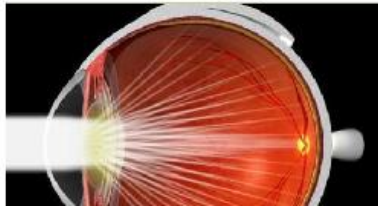
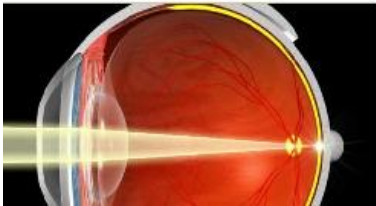
- မျက်စိအတွင်းပိုင်းရောင်ရမ်းခြင်းကြောင့် နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများ
- (ဥပမာ-Glaucoma) ဖြစ်ပေါ်နိုင်သဖြင့် အမြန်ဆုံးကုသမှုခံယူရန် မျက်စိကုဋ္ဌာနသို့ အလျင်အမြန် လွှဲပြောင်းပေးပါ။

## (၃) အတွင်းတိမ် (Cataract)



# ရောဂါလက္ခဏာများ

- တဖြည်းဖြည်း အမြင်မှန်ဝါးလာခြင်း၊ အလင်းစူးခြင်း၊



- အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သော်လည်းအနီးကြည့်ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာခြင်း (Myopic Shift)၊



Trachoma control & Prevention of blindness programme, NPT.

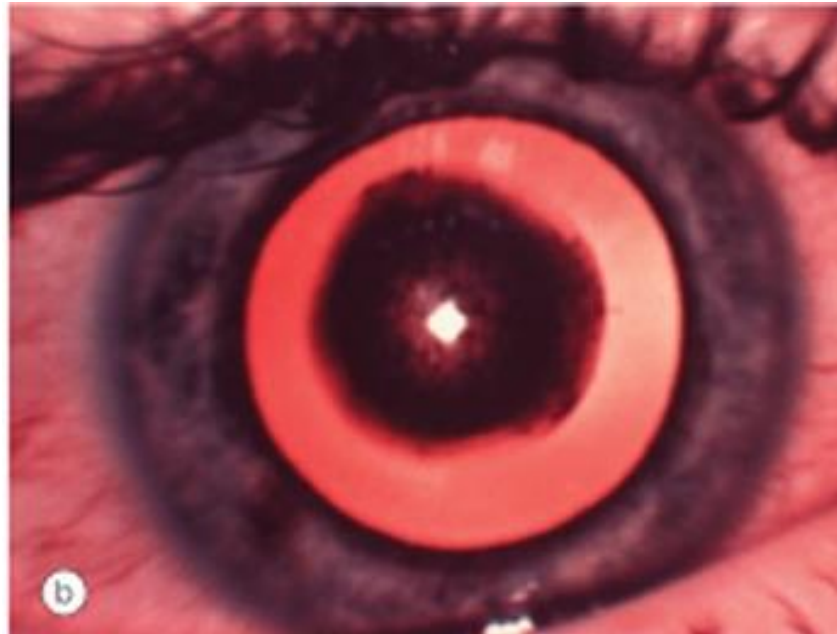
© Dr3MW



- မျက်စိတစ်လုံးထဲဖြင့် ကြည့်ချိန်တွင် ရုပ်ပုံနှစ်ထပ်ဖြစ်နေခြင်း (Monocular Diplopia)၊



- နေဝင်ရီတရောအချိန်/ အလင်းမိန့်သော အိမ်ခန်းအတွင်း၌ အမြင်အာရုံ ပိုကောင်းခြင်း၊





- မျက်စိကို လက်နှိပ်ဓာတ်မီးဖြင့် ထိုးကြည့်လျှင် သူငယ်အိမ်နေရာတွင် အတွင်းတိမ်ကြောင့် ဖြူနေခြင်း။



## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- အတွင်းတိမ်မှာ ခွဲစိတ်ကုသပြီး မျက်တွင်းမှန်(Intraocular Lens) ထည့်ပေးခြင်းဖြင့် ပကတိမျက်စိကဲ့သို့ ပြန်လည်မြင်နိုင်ပါသည်။
- ခွဲစိတ်ကုသမှုခံယူနိုင်ရန် မျက်စိကုဋ္ဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။
- အချိန်တိုအတွင်း ခွဲစိတ်၍ပကတိမျက်စိကဲ့သို့ အမြင်ပြန်လည် ရနိုင်ကြောင်း ပြည်သူ လူထု အတွင်းသိရှိစေရန် အသိပညာပေးပါ။

## (၄) မျက်မြှေး/မျက်သားတက်ခြင်း (Pterygium)



ရာသီဥတုခြောက်သွေ့ခြင်း၊ ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်သည် မျက်စိကိုတိုက်ရိုက်ထိတွေ့ခြင်းတို့ကြောင့် မျက်မြှေးသည် မျက်ကြည်လွှာပေါ်သို့ တဖြည်းဖြည်းတက်လာခြင်း ဖြစ်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်စိခိုးလို့ ခုလုဖြစ်ခြင်း၊
- အမြင်ဝေဝါးခြင်း (Astigmatism)၊
- မျက်ကြည်လွှာကို ဖုံးလာသဖြင့် အမြင်ကွယ်ခြင်း (Blocking of Visual Axis)၊
- မလှပခြင်း။

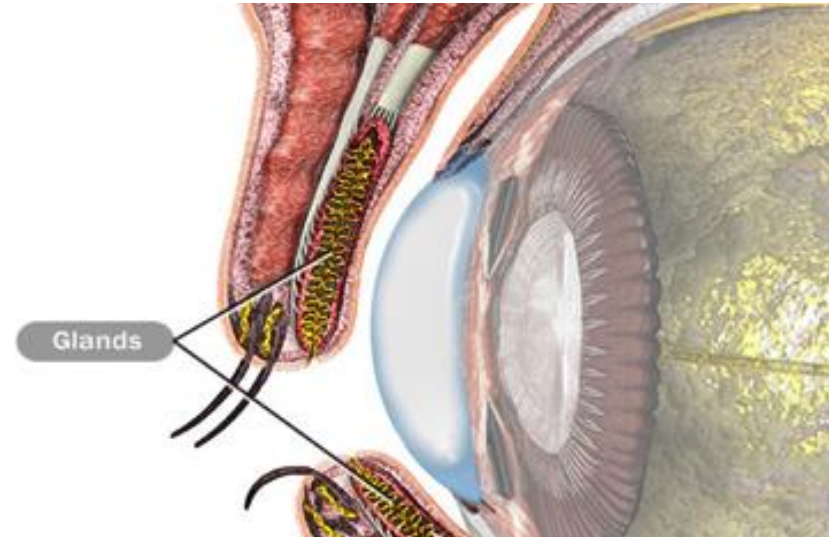
## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်နှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ခြင်းကို ရှောင်ရှားရန် လူနာအား အသိပညာပေးပါ။

(ဥပမာ- နေပူထဲထွက်လျှင် ဦးထုပ်ဆောင်းပါ၊ ထီးဆောင်းပါ)

- မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။

## (၅) မျက်စိအတွင်းစွန်ခြင်း (Chalazion)



မျက်ခွံအတွင်းရှိအဆီကျိတ်များ၏ ပြွန်ပေါက်များပိတ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

- တဖြည်းဖြည်း မျက်ခွံတွင် အလုံးအဖု ထွက်ပေါ်လာခြင်း။
- နာကျင်ခြင်း၊နီရဲခြင်း၊ရောင်ရမ်းခြင်းမရှိပါ (များသောအားဖြင့်)။

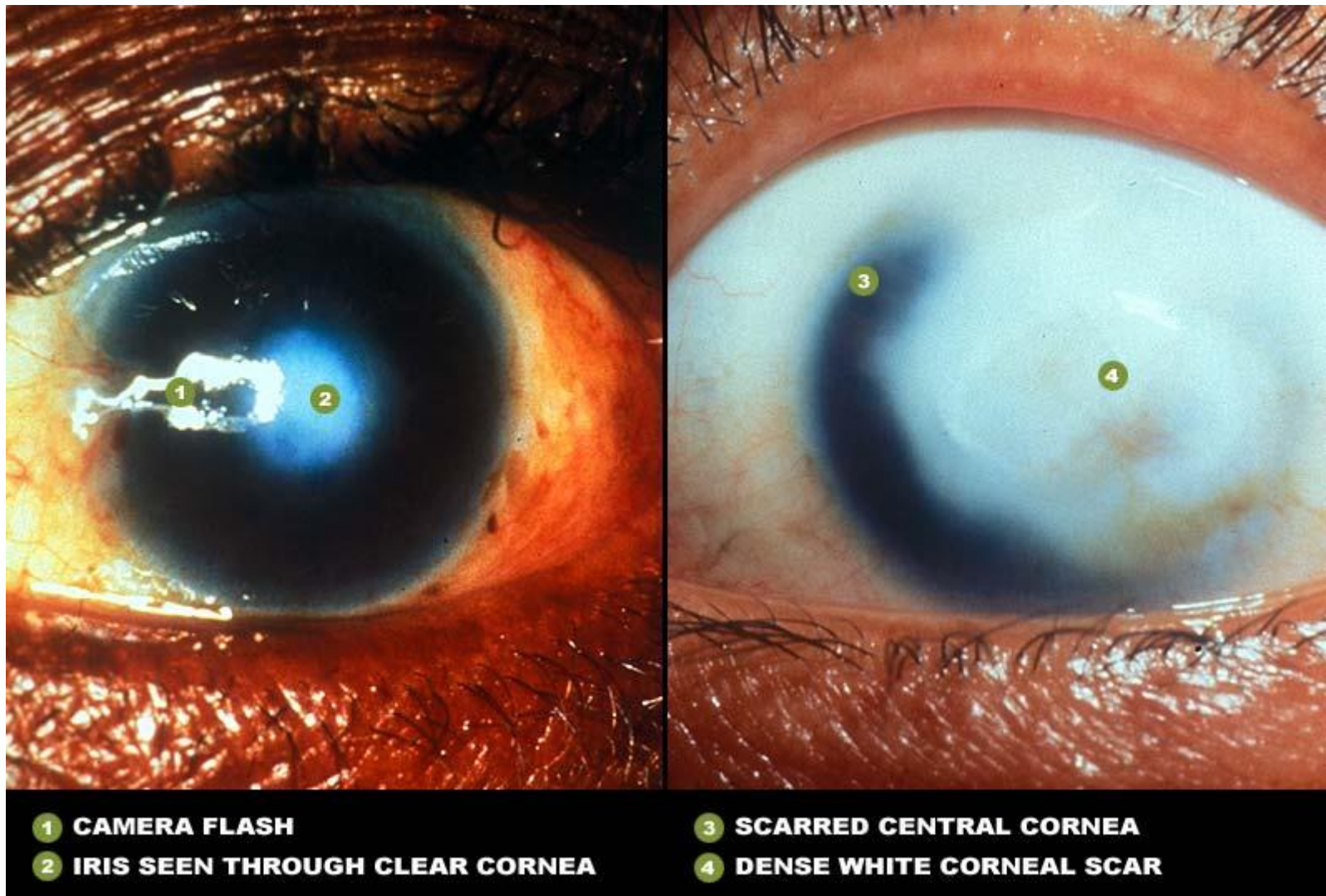
စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- ခွဲစိတ်ကုသရန် မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။

# (၆) မျက်စိတစ်ဘက်ဘက်တွင် အဝေးမြင်နိုင်စွမ်း <၆/၁၈ ထက် လျော့နည်းနေခြင်း

## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- မျက်စိတစ်ဘက်ချင်းစီ၏ အဝေးမြင်နိုင်စွမ်းကို စမ်းသပ်ပါ။
- အဝေးမြင်နိုင်စွမ်းသည် < **၆/၁၈ထက်လျော့နည်းနေပြီး** ၎င်းမျက်စိကို လက်နှိပ် ဓာတ်မီးဖြင့်ထိုးကြည့်လျှင်အလင်းရောင်မြင်ရပါက ကုသမှုခံယူရန် မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။
- အလင်းရောင်ကိုမမြင်ရတော့လျှင် ထိုအခြေအနေမှာ ကုသ၍ရနိုင်တော့မည် မဟုတ် ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြပါ။



No redness, cloudy cornea, cannot see pupil



## အခန်း - (၄) မျက်မှန် လိုအပ်ခြင်း (Refractive Error)

မျက်မှန်လိုအပ်ခြင်း အမျိုးအစားများ

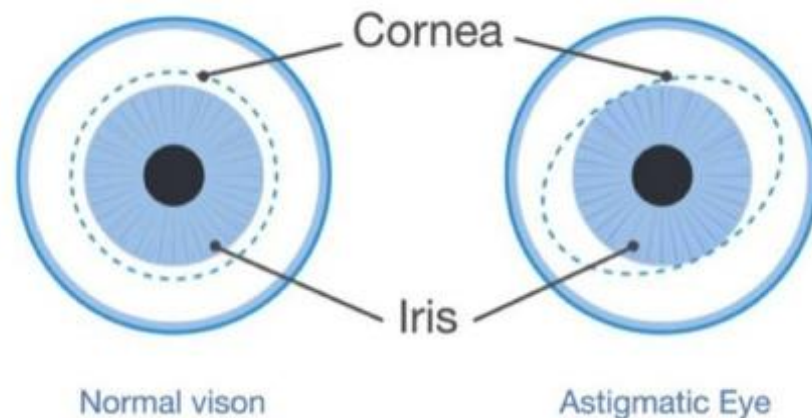
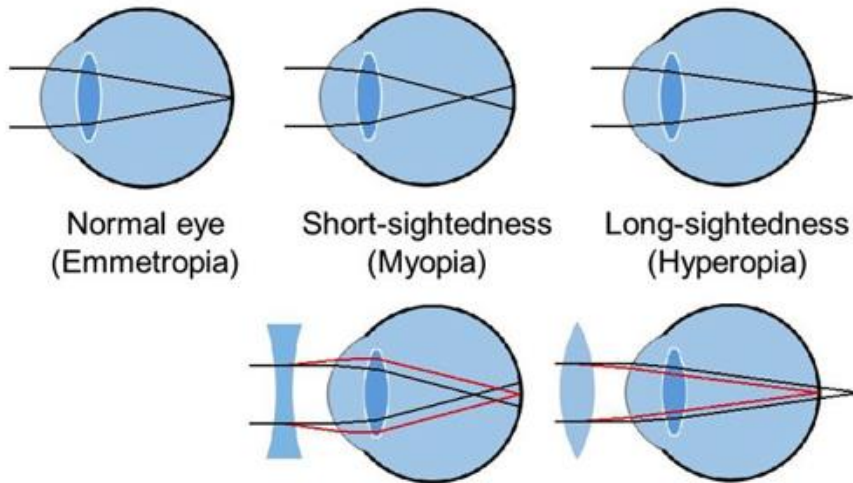
(၁) အဝေးမှန်ခြင်း (Myopia)

(၂) အနီးမှန်ခြင်း (Hypermetropia)

(၃) သက်ကြီးအနီးမှန်ခြင်း (Presbyopia) (အသက် ၄၀ နှစ်အထက်)

(၄) မျက်ကြည်လွှာအရုံးမျက်နှာပြင်မညီ၍အမြင်ဝေဝါးခြင်း (Astigmatism)

# Refractive Error



## ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်စိမှုန်ခြင်း၊အမြင်ဝေဝါးခြင်း၊
- စာကြာကြာဖတ်၍မရခြင်း၊
- မျက်ရိုးကိုက်ခြင်း၊ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊
- မျက်ရည်ကျခြင်း

## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- \* အဝေး/အနီး မြင်နိုင်စွမ်းကို စမ်းသပ်ပါ။
- \* မျက်စိအမြင်အား ၆/၆ထက် လျော့နည်းပါက (သို့မဟုတ်) အနီးကြည့်စာဖတ်မရပါက မျက်မှန်စမ်းသပ်မှုခံယူရန် မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။

## အဝေးမှုန်ကလေးများအတွက် မိဘများအား ဆွေးနွေးအကြံပေးခြင်း

- အနီးကြည့် လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို လျော့ချခြင်း
- အသက်(၂)နှစ်အထိ- ရုပ်မြင်သံကြား၊ တယ်လီဖုန်းနှင့် ဂိမ်းစက်များ အသုံးပြုခွင့် မပေးပါနှင့်။
- အသက်(၂)နှစ်မှ(၆)နှစ်အထိ- တယ်လီဖုန်းနှင့် ဂိမ်းစက်များ အသုံးပြုခွင့် မပေးပါနှင့်။ ရုပ်မြင်သံကြား တစ်ခါကြည့်လျှင် အချိန်(၁)နာရီထက် မပိုစေရ။ တစ်နေ့အများဆုံး (၂)ကြိမ်သာ ကြည့်ခွင့်ပေးပါ။ ရုပ်မြင်သံကြားနှင့် ကလေး၏အကွာအဝေးသည် အနည်းဆုံး(၁၀)ပေ ကွာရမည်။
- အသက်(၆)နှစ်မှ(၁၂)နှစ်အထိ - ကျောင်းစာကြည့်ချိန်များတွင်သာအနီးကြည့် လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို လုပ်ဆောင်ခွင့်ပေးပါ။
- အသက်(၁၂)နှစ်မှ (၁၈)နှစ်အထိ- အနီးကြည့်လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို မိနစ်(၃၀)ကြာ လုပ်ဆောင်ပြီးတိုင်း အဝေးရှိအရာဝတ္ထုများကို ခေတ္တမျှ ကြည့်ပေးပါ။
- အဆောက်အဦ အပြင်ဘက် နေရောင်အောက်တွင် တစ်နေ့လျှင်(၁)နာရီခန့် ကစား ခွင့်ပေးခြင်း။

# အခန်း - (၅) ကလေးသူငယ် အမြင်စွမ်းအားကျဆင်းခြင်း (Amblyopia)

## ရောဂါလက္ခဏာများ

- မျက်မှန်လိုအပ်ခြင်း(Refractive Error)၊ (ဥပမာ- မျက်စိနှစ်ဘက်၏ အမြင်အား မတူညီခြင်း)
- မျက်စိစေ့စောင်းခြင်း၊
- မျက်စိအမြင် လှုံ့ဆော်မှုကို တုံ့ပြန်မှုအားနည်းခြင်း (အတွင်းတိမ်)၊



## စီမံဆောင်ရွက်ရန်

- မျက်စိတစ်ဘက်ချင်းစီ၏ အဝေးမြင်နိုင်စွမ်းကို စမ်းသပ်ပါ။
- အမြင်အားပုံမှန်မဟုတ်ပါက အချိန်မီကုသမှုခံယူနိုင်ရန်အတွက် ကလေးအသက် (၈)နှစ် မတိုင်မီ မျက်စိကုဌာနသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။

## WHO GUIDELINES FOR PRIMARY EYE CARE

### **I Conditions to be recognised and treated by a trained primary health care worker**

- Conjunctivitis and lid infections
  - Acute conjunctivitis
  - Ophthalmia neonatorum
  - Trachoma
  - Allergic and irritative conjunctivitis
  - Lid lesions, e.g., styne and chalazion
- Trauma
  - Subconjunctival haemorrhages
  - Superficial foreign body
  - Blunt trauma
- Blinding malnutrition

### **2 Conditions to be recognised and referred after treatment has been initiated**

- Corneal ulcers
- Lacerating or perforating injuries of the eyeball
- Lid lacerations
- Entropion/trichiasis
- Burns: chemical, thermal

### **3 Conditions that should be recognised and referred for treatment**

- Painful red eye with visual loss
- Cataract
- Pterygium
- Visual loss; <6/18 in either eye



# အဝေးမြင်နိုင်စွမ်း စမ်းသပ်ခြင်း

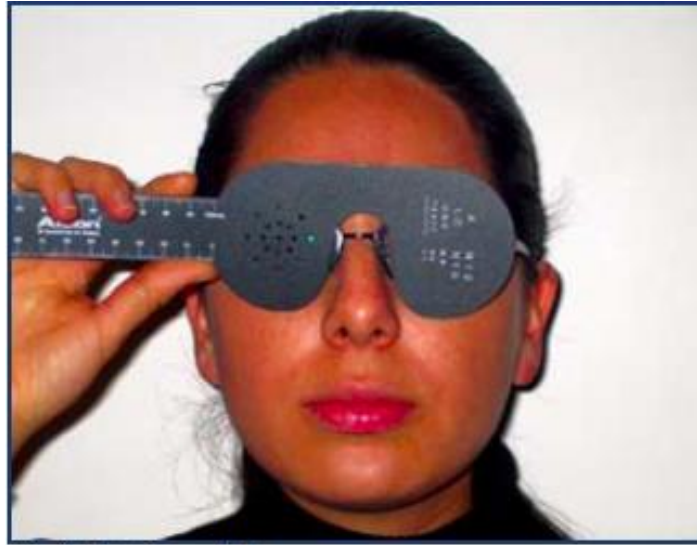
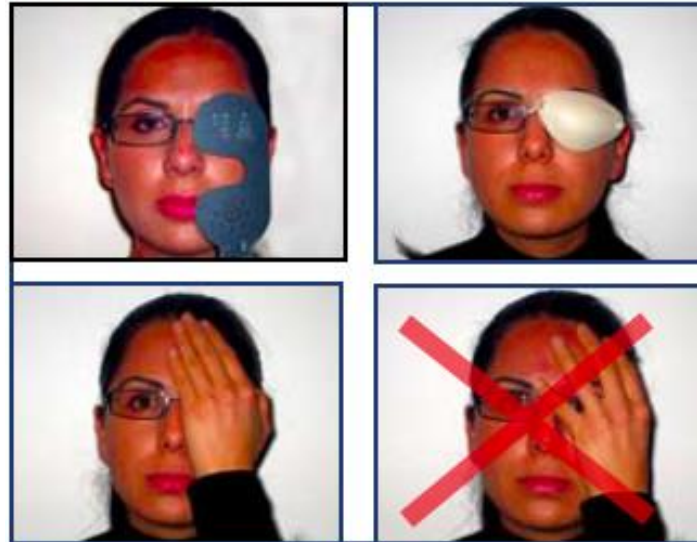


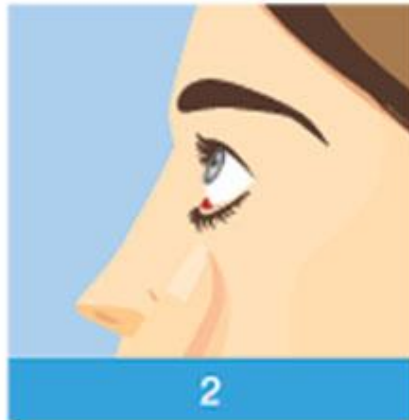
Fig 2 Pinhole occluder



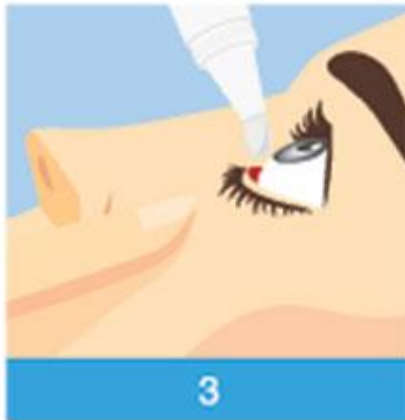
# မျက်စဉ်းခပ်/ထည့်ခြင်း



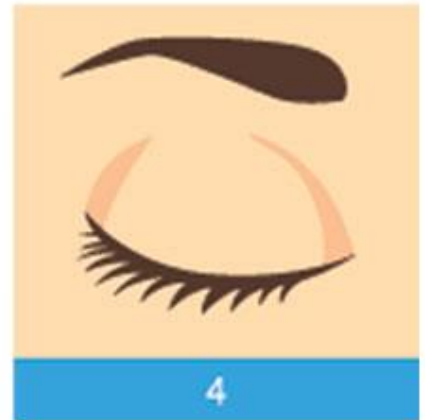
**Wash both  
hands properly**



**Slightly, pull your lower  
Eye lid downwards**

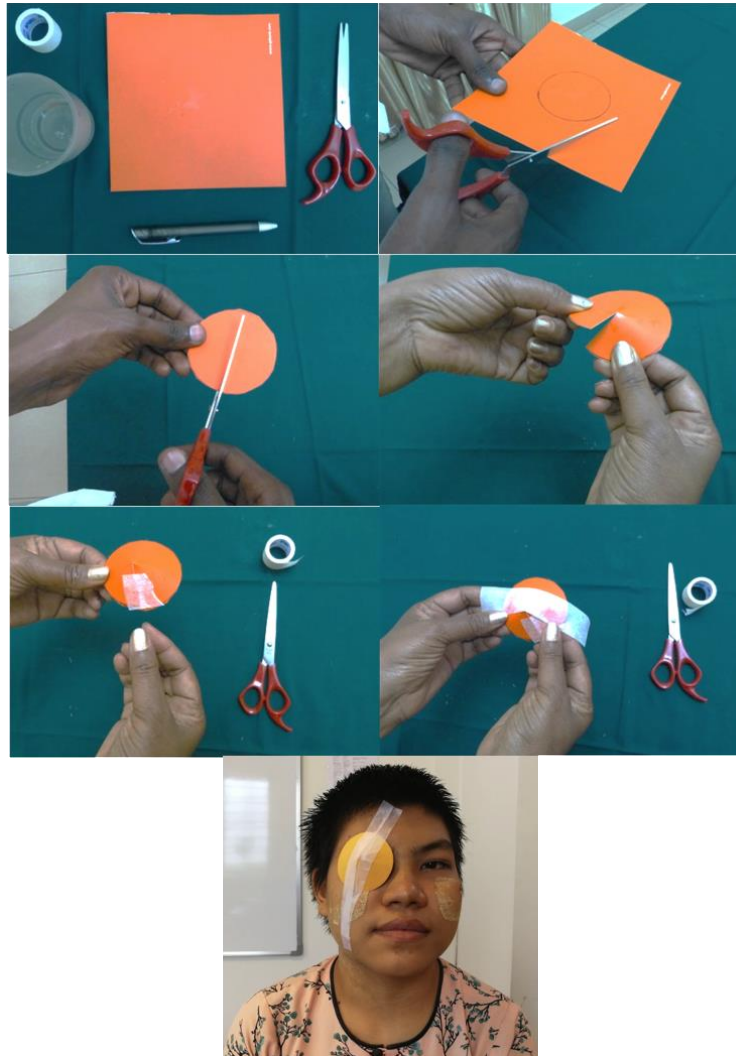


**Lay your head back  
and administer eye drops**



**Close your eye and  
wait briefly for the medicine  
to settle**

# Eye Shield ပြုလုပ်ခြင်း



# အထက်မျက်ခွံလှန်ခြင်း



# မျက်စိအုပ်ငွမ်းဖတ်ပြုလုပ်ခြင်း



# မျက်စိကို ဂွမ်းဖတ်ဖြင့်အုပ်ခြင်း





# Health Education

## GOOD

- two-way communication – lots of interaction with the audience
- short and entertaining – one or two key messages only
- subject matter practical – deals with important local health issues
- visual aids used
- simple, understandable language
- speaker is friendly, respectful and approachable; audience is encouraged to participate and ask questions
- creates a jolly atmosphere with lots of laughter and interruptions
- checks if the audience has understood

## BAD

- one-way lecture – only the health worker talks
- long and boring – too many messages for the audience to remember
- subject matter theoretical – decided on without considering local priorities
- no visual aids used
- lots of technical/English words
- speaker behaves like a schoolteacher – e.g. a member of audience has to stand up to ask a question, etc.
- insists on a formal atmosphere, audience silent
- doesn't check for understanding



# THANK YOU

[tcpbl.hq@gmail.com](mailto:tcpbl.hq@gmail.com)