

အဆုတ်အအေးမိရောဂါအကြောင်းသိကောင်းစရာ

တင်နီလာပွင့်(ဦးစီးမှူး)
ဖွံ့ဖြိုးရေး

မေး- ဆရာမမင်္ဂလာပါ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ မင်္ဂလာပါ။

မေး- ဒီတစ်ပတ်မှာရောဆရာမအနေနဲ့ သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်မှာ ဘယ်လိုအကြောင်းအရာကိုဆွေးနွေးပေးမလဲဆိုတာသိချင်ပါတယ်ရှင်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ ဒီတစ်ပတ်မှာတော့ ကလေးတွေမှာပိုအဖြစ်များတတ်တဲ့ အဆုတ်အအေးမိရောဂါနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကိုကျန်းမာရေးဗဟုသုတမျှဝေပေးချင်ပါတယ်

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ။ ဒါဆိုရင် အဆုတ်အအေးမိရောဂါဟာ ဘယ်အရွယ်တွေမှာ ပိုအဖြစ်များလဲ ဆိုတာပြောပြပေးပါဦး။

ဖြေ- ကျွန်မတို့နိုင်ငံလိုဖွံ့ဖြိုးဆဲတိုင်းပြည်တွေမှာဆိုရင် ကျောင်းနေအရွယ်ဖြစ်တဲ့ အသက် (၅) နှစ်နဲ့ (၈) နှစ်ကလေးတွေမှာရုတ်တရက်အဆုတ်အအေးမိတဲ့ရောဂါပိုအဖြစ်များတတ်ပါတယ်။နောက်ထပ်ဘယ်သူ တွေမှာဖြစ်တတ်သေးသလဲဆိုရင် နို့စို့အရွယ်ကလေးတွေ/ အသက် (၆၅) နှစ်အထက်လူကြီးတွေ/ နာတာရှည်ရောဂါခံစားနေရသူတွေ/ ကိုယ်ခံအားနည်းတဲ့သူတွေမှာလည်းဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ။ ဘယ်လိုအချက်တွေကကလေးငယ်တွေမှာ ပိုဖြစ်စေတတ်သလဲဆိုတာကို လည်းပြောပြပေးပါဦး။

ဖြေ- မိခင်ဖြစ်သူကျန်းမာရေးဗဟုသုတအားနည်းမယ်/ တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းမှုအားနည်းတဲ့ ကလေးတွေနဲ့ မိခင်ဖြစ်သူရဲ့ဂရုတစိုက်ပြုစု စောင့်ရှောက်မှုမခံရတဲ့ကလေးတွေ/ အာဟာရ ပြည့်ပြည့်ဝဝမစားသောက်ရတဲ့ ကလေးတွေ/ လမစေ့ ပေါင်မပြည့်ဘဲမွေးတဲ့ကလေးတွေ/ အိမ်တွင်း သန့်ရှင်းမှုမရှိရင်/ လေကောင်းလေသန့်မရရှိတဲ့နေရာတွေ/ဆေးလိပ်သောက်တတ်တဲ့ မိဘရဲ့ ကလေးတွေ/ အခြားရောဂါအခံရှိတဲ့ကလေးတွေ/ မိုးများပြီးစိုစွတ်တဲ့နေရာဒေသတွေမှာနေရတဲ့ ကလေးငယ်တွေ ပိုဖြစ်စေတတ်ပါတယ်။ နှစ်စဉ်ကမ္ဘာမှာဆိုရင်အဆုတ်အအေးမိရောဂါကြောင့် သေဆုံးနှုန်း (၃) သန်းကျော်ရှိနေပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် အဆုတ်အအေးမိရောဂါ မဖြစ်ရအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်တတ်ဖို့/ စောင့်ရှောက်တတ်ဖို့တိုင်းရင်းဆေးပညာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကိုဆက်ပြီးမျှဝေပေးသွားချင်ပါတယ်။

မေး-ဆရာမအခုပြောပြသွားတဲ့ အဆုတ်အအေးမိရောဂါဟာတကယ်ပဲ ကြောက်စရာ ကောင်းလောက် ပါတယ်။ ဆက်ပြီးဆွေးနွေးပေးပါဦးရှင်။

ဖြေ- အဆုတ်ဟာ ကျွန်မတို့ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အသက်ရှူတဲ့ အလုပ်ကိုလုပ်ပေးတဲ့ ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါအဖွဲ့ဖြစ်ပြီးတော့ ကျောနဲ့ ရင်ဘက်ကြားမှာဘယ်တစ်ခု/ ညာတစ်ခုပါရှိပြီးတော့ အဆုတ်ရဲ့ ပုံသဏ္ဌာန်ကိုမြင်သာအောင်ပြောရရင် စပျစ်သီးခိုင်လိုပုံစံမျိုးပါ။ ပြင်ပက သန့်ရှင်း လတ်ဆတ်တဲ့ လေကိုနှာခေါင်းကနေရှူသွင်းပြီးတော့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲကသွေးကို သန့်စင်စေပြီးတော့ မကောင်းတဲ့ အညစ်ကြေးတွေကိုဖလှယ်ပြီးတော့ ရှူထုတ်စေပါတယ်။

မေး- အဆုတ်က ကျွန်မတို့ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အသက်ရှူတဲ့အလုပ်ကိုလုပ်တာပေါ့နော်။ဒါဆိုရင် ကျွန်မတို့တစ်မိနစ်ကိုအသက်ဘယ်နှစ်ကြိမ် ရှူမိသလဲမသိဘူး.....ဆရာမ။

ဖြေ- ပုံမှန်အရွယ်ရောက်ပြီးကျန်းမာနေတဲ့ လူတစ်ယောက်ကတော့တစ်မိနစ်ကို (၁၆) ကြိမ်မှ (၁၈) ကြိမ်အသက်ရှူပြီးတော့ (၁၀) နှစ်အောက်ကလေးတွေမှာဆိုရင်တော့တစ်မိနစ်ကိုအကြိမ်(၂၀) အထက် အသက်ရှူသွင်း/ ရှူထုတ်ကြပါတယ်။ဒါကတော့ အဆုတ်ရဲ့လုပ်ငန်းတာဝန်နဲ့ သူ့ရဲ့တည်နေရာကို သိထားရအောင်ပြောပြပေးတာဖြစ်ပါတယ်။ဒီလိုမျိုးပုံမှန်ကျန်းမာနေတဲ့ အဆုတ်ရဲ့အနေအထားကို သိထားမှ ဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲလာတဲ့အခါ ကြိုတင်ကာကွယ်တတ်ဖို့ အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး-ဘယ်လိုအကြောင်းရင်းခံတွေကြောင့် အဆုတ်အအေးမိဖြစ်စေတယ်ဆိုတာကိုလည်း ရှင်းပြပေးပါဦး ဆရာမ။

ဖြေ- အဆုတ်အအေးမိရောဂါဟာအနောက်တိုင်းဆေးပညာမှာဆိုရင်တော့ (Pneumonia) လို့ခေါ်ဆိုပြီးတော့ တိုင်းရင်းဆေးပညာမှာဆိုရင်တော့ ကျွန်မတို့ခန္ဓာကိုယ်တွင်းပထဝီကောဠာသ တစ်ခုဖြစ်တဲ့ အဆုတ်မှာအအေးအကြောင်းခံပြီး ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ရောဂါ ကိလောမပါကလို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။ ပြင်ပရာသီဥတုအေးတဲ့အနေအထားမှာလေအေးတွေကိုရှူရှိုက်ဖန်များမယ်/ အအေးစာတွေအစားများမယ်/ နွေးနွေးထွေးထွေးမနေမိဘူး ဒါမျိုးတွေပြုမူနေထိုင် စားသောက် ဖန်များလာတဲ့အခါ ခန္ဓာကိုယ်မှာအအေးပတ်ဖွဲ့ပြီးတော့ နှာချေ/ ချောင်းဆိုးတာတွေ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်/ ကျောတွေ/ ရင်တွေနာလာမယ်/ အောင့်လာမယ်/ ဖျားလာမယ်/ ရက်အနည်းငယ် ကြာလာတဲ့အခါ အဆုတ်ပွ သလိပ်ထလာမယ်/ အစားပျက်လာမယ်/ မောပန်း အားနည်းလာမယ်/ရင်ဘက်နဲ့လည်ချောင်းမှာသလိပ်တွေဖို့ပြီးနေရခက်လာမယ်/ ရောဂါပိုးဆိုးလာရင် အသက်ရှူသံပြင်းပြီးအသက်ရှူရခက်ကာအသက်ရှူကြပ်တာတွေ/ အန်တာတွေဖြစ်လာပြီး နို့စို့အရွယ် ကလေးတွေမှာနို့မစို့နိုင်တာ/ ရင်ညွန့်ချိုင့်ဝင်နေတာဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။ ဒါတွေကတော့ အဆုတ်အအေးမိရောဂါ ဖြစ်စနဲ့ဖြစ်နေဆဲလက္ခဏာတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ၊ ဘယ်လိုလက္ခဏာတွေပေါ်လာရင် တတ်ကျွမ်းနားလည်တဲ့ ဆေးပညာရှင်နဲ့ ပြသရမလဲဆိုတာကိုလည်းအကြံပြုပြောကြားပေးပါဦးနော်။

ဖြေ- ဒီရောဂါကဖြစ်စမှာတော့ နှာချေ/ ချောင်းဆိုးတာကစဖြစ်လာတာပဲ။ ဒီလိုဖြစ်စအနေအထားမှာ အာဟာရပြည့်ဝအောင်စားသောက်နေထိုင်ဖို့/ နွေးနွေးထွေးထွေးနေပေးဖို့လိုပါတယ်။ နောက် ၂/၃ ရက်ရှိတဲ့အခါ အဖျားဝင်လာမယ်/ အပြင်းဖျားလာမယ် ဆိုရင်တော့ နီးစပ်ရာတိုင်းရင်းဆေးပညာရှင်/ အနောက်တိုင်းဆေးပညာရှင်တစ်ဦးဦးနဲ့ ပြသပြီးတော့ ကုသမှုခံယူတာ/ အကြံဉာဏ်ရယူတာ ဒါမျိုးတွေပြုလုပ်ဖို့လိုအပ်တယ်။ ဒါမှ နောက်ဆက်တွဲမလိုလားအပ်တဲ့ သလိပ်ခဲပြီး အသက်ရှူ ကြပ်တာနဲ့ နာတာရှည် အဆုတ်ရောဂါတွေဖြစ်မသွားအောင် ကြိုတင်ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ပြီးသား ဖြစ်စေမှာပါ။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ....ကာကွယ်ခြင်းဟာကုသခြင်းထက် ပိုကောင်းတယ်လို့ ကြားဖူးပါတယ် / ဒါ့ကြောင့် အဆုတ်အအေးမိရောဂါမဖြစ်အောင် ကြိုတင်ကာကွယ်တတ်ဖို့ လည်းပြောကြားပေးပါဦး။

ဖြေ- ကြိုတင်ကာကွယ်ဖို့ဆိုရင်(၁) နှစ်အောက်ကလေးငယ်တွေကာကွယ်ဆေးဂရုတစ်စိုက် ထိုးပေးဖို့/ ကလေးငယ်ရှိတဲ့ မိဘတွေအနေနဲ့ ကလေးအနားဆေးလိပ်မသောက်ဖို့ပါ/ လုံးဝမသောက်ရင်/ ရှောင်နိုင်ရင်တော့ ကိုယ့်အတွက်ရော/ ကလေးအတွက်ပါ အကောင်းဆုံးပေါ့နော်။ အဓိကကတော့

လေကောင်းလေသန့်ရရှိဖို့/ အိမ်တွင်း/ အိမ်ပြင် သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့နေဖို့/ အိပ်ယာနေရာတွေ အနံ့အသက်ကောင်းစေဖို့/ တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းရေးမှာအရေးပါဆုံးဖြစ်တဲ့ လက်ကိုသန့်ရှင်းအောင် ဆပ်ပြာနဲ့ သေချာဆေးဖို့ (အပြင်ကပြန်လာတဲ့အခါ/ အစာမစားမီနဲ့ အစာစားပြီးတိုင်း/ လက်ညစ်ပတ်နေတိုင်း)လက်ဆေးပေးဖို့/ ကိုယ်ခံအားကောင်းဖို့ သန့်ရှင်းလတ်ဆတ်ပြီး အားဖြစ်စေမည့် အစားအသားငါးဟင်းသီးဟင်းရွက်တွေစားပေးဖို့/ အိပ်ရေးဝဝအိပ်ပြီးအနားယူဖို့/ ပြင်ပ ရာသီဥတု အေးနေရင် နွေးနွေးထွေးထွေးနေပေးဖို့လိုပါတယ်။ ကလေးရှိတဲ့ မိခင်တွေအနေနဲ့ ကျန်းမာရေးဗဟုသုတလေ့လာလိုက်စားဖို့ ဒီအချက်တွေအဓိကလိုက်နာဆောင်ရွက်ပေးဖို့လိုပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ..... အဆုတ်အအေးမိရောဂါဖြစ်နေတဲ့သူတွေအနေနဲ့ လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် အချက်တွေရှိရင်လည်းပြောပြပေးပါဦး...

ဖြေ - အအေးအကြောင်းခံပြီးဖြစ်တဲ့ ရောဂါဖြစ်တဲ့အတွက် နွေးနွေးထွေးထွေးနေပေးဖို့ လိုပါ တယ်။ မပူမအေးကြေလွယ်/ ကျက်လွယ်/ အားဖြစ်စေတဲ့ ဆိတ်စွပ်ပြုတ်/ ကြက်စွပ်ပြုတ်တို့လို ဟင်းရည်တ ဌသောက်ပေးသင့်ပါတယ်။ နို့တိုက်မိခင်တွေအနေနဲ့လည်းအခုပြောပြတဲ့ အချက်တွေ လိုက်နာနေထိုင် စားသောက်ပြီးကလေးကို နို့ဝင်အောင်တိုက်ဖို့/ချွေးအအေးမပတ်အောင် ဂရုစိုက်ဖို့ / ဝမ်းမချုပ်စေဖို့ လိုပါတယ်။ ပဲစင်းငုံ/ ပဲရာဇာ/ငါးရူး/ ငါးရုံ / ငါးကြင်း / စွန်တာနီပဲ/ ဟင်းနုနယ်/ ကင်ပွန်းချဉ်/ ဂျုံနဲ့ လုပ်ထားတဲ့ အစားအစာတွေစားပေးသင့်ပါတယ်။

မေး- သတိထားပြီးရှောင်ရမည့် အချက်တွေရှိရင်လည်းပြောပြပေးပါဦး။

ဖြေ - အအေးမခံဖို့/ ရေအေးချိုးတာနဲ့/ ရေကြာကြာချိုးတတ်တဲ့ အကျင့်တွေရှောင်ဖို့/ လိုပါတယ်။ အပူ/ အစပ်အရသာရှိတဲ့ (ငရုတ်သီး၊ မဆလာ)အစားအစာတွေ/ ဆီများတဲ့ ဟင်းတွေ/ ဆီကြော်မှုန့်တွေ/ ကောက်ညှင်းနဲ့ လုပ်တဲ့ မုန့်တွေ/ လက်လုပ်ချဉ်တွေမစားမိဖို့/ ရှောင်ဖို့ လိုပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ.... အခုတစ်ပတ်အတွက် ကလေးငယ်တွေမှာအဖြစ်များစေတတ်တဲ့ အဆုတ်အအေးမိရောဂါနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ကျန်းမာရေးဗဟုသုတတွေပြောပြပေးခဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ဆရာမ..... နှုတ်ဆက်စကားပြောကြားပေးပါဦး။

ဖြေ - နှာစေး/ ချောင်းဆိုးပြီးအပြင်းဖျားနေမယ်/ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းတစ်လျှောက် သလိပ်တွေခဲကြပ်ပြီးအသက်ရှူရခက်တာ/ အသက်ရှူမြန်တာတွေဖြစ်နေရင် နီးစပ်ရာဆေးရုံကိုသာ အမြန်ဆုံးသွားရောက် ကုသမှုခံယူကြပါလို့ တိုက်တွန်းရင်းနှုတ်ဆက်လိုက်ပါတယ်...../ နားသောတဆင် မိဘပြည်သူတွေအားလုံးကိုယ်ကျန်းမာလို့ စိတ်ချမ်းသာကြပါစေ.....