Perth Children's Hospital

ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သိကောင်းစရာများ

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဆိုသည်မှာ မိမိခန္ဓာကိုယ်က ပြင်းထန်သော ရောဂါပိုးကူးစက်မှုကို တုန့်ပြန်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်လာသော အသက်ဘေးစိုးရိမ်ရသည့် နာမကျန်းမှုဖြစ်သည်။ သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းသည် ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ အရေးပေါ်အခြေအနေဖြစ်ပြီး ချက်ခြင်း ဆေးကုသမှု လိုအပ်ပါသည်။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်က ရောဂါပိုးကူးစက်မှုကို တုန့်ပြန်သည့်အခါတွင် ဖြစ်ပေါ်သည်။ သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ အစိတ်အပိုင်း အတော်များများကို ပျက်စီးစေနိုင်ကာ သေဆုံးသည်အထိဖြစ်နိုင်သည်။ သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းမှ အမြန်ဆုံးသက်သာစေရန်မှာ ဆောလျှင်စွာ ကုသခြင်းဖြစ်သည်။

မည်သူမဆို သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဖြစ်နိုင်ပြီး ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းတွင် ဖြစ်ပွားသည့် သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဝေဒနာများတွင် ၄၀%မှာ ၅ နှစ်အောက် ကလေးများဖြစ်ကြသည်။ သို့သော်၊ သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုမိုရှိနေသော အချို့ကလေးများတွင် ပါဝင်သူများမှာ -

- ကလေးငယ်များ၊ ရင်ခွင်ပိုက်အရွယ်ကလေးများနှင့် မွေးကင်းစ ကလေးများ
- သွေးချို၊ဆီးချိုရောဂါ၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါ၊ အသည်းရောဂါ သို့မဟုတ် နှလုံးရောဂါ ကဲ့သို့သော ရောဂါများရှိနေသည့် ကလေးများ
- (ဆေးဝါးများအပါအဝင်) ဓာတုပစ္စည်းများ သို့မဟုတ် နှစ်ရှည်လများ စတီးရွိုက်ဆေးဝါးများ သုံးစွဲသူများအပါအဝင် ခုခံအားနည်းနေသော ကလေးများ
- အသက်ငယ်လွန်းသဖြင့် ကာကွယ်ဆေးအားလုံး ပြည့်စုံအောင် ထိုးနှံရန် မဖြစ်နိုင်သေးသော ကလေးများ၊ ကာကွယ်ဆေးမထိုးရသေးသော ကလေးများ သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေး ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မထိုးရသေးသော ကလေးများ
- ပင်မသွေးပြန်ကြောအတွင်း ကိရိယာများသွင်းခြင်းအပါအဝင် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ဆေးနှင့်ဆိုင်သော ကိရိယာများ ထည့်ထားသည့် ကလေးများ
- မကြာသေးမီကာလက ခွဲစိတ်ကုသခြင်း၊ မီးလောင်ထားခြင်း သို့မဟုတ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရထားခြင်းဖြစ်သည့် ကလေးများ
- ယခင်က သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဖြစ်ထားသည့် ကလေးများ
- ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများနှင့်ကွာလှမ်းသည့် ကျေးလက်ဒေသ သို့မဟုတ် ဝေးလံသီခေါင်သောနေရာများရှိ ကလေးများ ဖြစ်ကြပါသည်။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းကို ကာကွယ်ခြင်း

သင့်ကလေး သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်မှာ ရောဂါကူးစက်မှုများကို တားဆီးပြီး ကုသနိုင်သော ရောဂါကူးစက်မှုများကို ချက်ခြင်း (ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့် ဖြစ်ပွားသော ရောဂါအတော်များများမှာ ကုသ၍မရပါ) ကုသပါ။

သင့်အနေနှင့် အောက်ဖော်ပြပါနည်းလမ်းများနှင့် ရောဂါကူးစက်မှုများကို တားဆီးနိုင်ပါသည် -

- သင့်ကလေးကို အခြေခံ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး ဂရုတစိုက်ပြုလုပ်ရန်နှင့် သူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်နှင့်လက်များကို သန့်ရှင်းစွာထားရှိစေရန် အားပေးတိုက်တွန်းခြင်း
- ရောဂါကူးစက်မှု ကာကွယ်တားဆီးရန် (ကိုဗစ်-၁၉ နှင့် တုပ်ကွေးရောဂါ အပါအဝင်) သင့်ကလေး၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှု များကို အချိန်နှင့် တစ်ပြေးညီ ထိုးနှံခြင်း
- ပိုးမွှားကိုက်ခြင်းများ၊ ဒဏ်ရာများ၊ အရေပြားပေါ်တွင် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းများကို သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ပြီး ဖုံးအုပ်ထားကာ အကယ်၍ အနာမကျက်လျှင် သို့မဟုတ် နီမြန်းလာလျှင် သို့မဟုတ် ရောင်လာလျှင် ဆရာဝန်နှင့်ပြသပါ။
- အကယ်၍ရောဂါကူးစက်မှု ဖြစ်လာပါက ဆရာဝန်ထံပြသပြီး သင့်ကလေးသည် ဆရာဝန်ပေးထားသောဆေးများကို ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း သောက်သည်မှာ စေချာပါစေ။
- အကယ်၍ သင်ဆေးရုံသို့သွားလျှင် သို့မဟုတ် ဆရာဝန်ထံသွားလျှင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူများအား သင့်ကလေး၏ ယခင်က သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း ဖြစ်ခဲ့ဘူးသည့် ရောဂါတွေ့ရှိမှုကို အသိပေးပါ။
- သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းနှင့်ဆိုင်သည့် စောစီးစွာသိနိုင်သည့် ရောဂါလက္ခဏာများကို သတိထားပြီး အကယ်၍ သင်က သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး စိတ်ပူပန်မှုရှိပါက လူနာတင်ကားကိုခေါ်ရန် ဝန်မလေးပါနှင့်။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း၏ စောစီးစွာသိရသည့် ရောဂါလက္ခဏာများ

သင့်ကလေးမှာ သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းရှိပါက သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း၏ ဦးစွာပထမ ရောဂါလက္ခဏာများမှာ သာမန် အအေးမိခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်အအေးပတ်ခြင်း သို့မဟုတ် တုပ်ကွေးကဲ့သို့ သာမန် အားပျော့သည့် ရောဂါကူးစက်မှု အတော်များများတွင် တွေ့ရသည့် လက္ခဏာများနှင့် တူသဖြင့် သင့်ကလေးမှာ သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းရှိပါက သိရန် ခဲရာခဲဆစ်နိုင်ပါသည်။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းနှင့် ခြားနားသည့်အချက်မှာ သင့်ကလေးသည် ပိုပြီးပြင်းထန်စွာ နာမကျန်းဖြစ်လာမည်ဆိုသည့်အချက်ဖြစ်ပါသည်။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း၏ လက္ခဏာများတွင် ဖော်ပြပါအချက်များ ပါဝင်ပါသည် -

- အသက်ရှူမြန်ခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူချိန် တစ်ကြိမ်နှင့်တစ်ကြိမ်ကြားတွင် ရပ်တန့်ချိန်ကြာမြင့်ခြင်း
- အသားအရေကို ထိကိုင်ရာတွင် ပုံမှန်မဟုတ်သော အေးစက်ခြင်း
- အရေပြားတွင် အကွက်အကွက်များစွာဖြစ်နေခြင်း၊ ပြာနှမ်းနှမ်း သို့မဟုတ် ဖျော့တော့တော့ ဖြစ်နေခြင်း
- ဖိလိုက်သည့်အခါ လျော့မသွားသည့် အဖုအပိန့် (ဖန်ခွက်ဖြင့်စမ်းသပ်နည်း)
- သင့်ကလေး အိပ်ချင်မူးတူးဖြစ်နေခြင်း၊ ဇဝေဇဝါဖြစ်နေခြင်း၊ နှိုးရခက်နေခြင်း
- ဂဏာမငြိမ်ဖြစ်နေခြင်း၊ သို့မဟုတ် ခြေလက်အင်္ဂါများ အားပျော့နေခြင်း
- တက်ခြင်း၊ လေသင်တုန်း ဖြတ်ခြင်း သို့မဟုတ် အကြောဆွဲခြင်း
- အလွန် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း သို့မဟုတ် အလွန် ဂဏာမငြိမ်ဖြစ်နေခြင်း
- အော့အန်ခြင်း
- ကလေးသေးခံအဝတ်များ ပုံမှန်မလဲရခြင်း သို့မဟုတ် ဆီးသွားနည်းခြင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ အကယ်၍ သင့်ကလေး ပုံမှန်ထက်ပိုပြီး မမာမကျန်းဖြစ်လာပါက မိမိအသိစိတ်ကို ယုံကြည်လိုက်ပါ၊ အမြန်ဆုံး ဆေးကုသမှုရယူပါ၊ "သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း" ဖြစ်နိုင်သလား ဟု မေးမြန်းပါ။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းကို မည်ကဲ့သို့ကုသမည်နည်း။

စောစီးစွာ ကုသမှုခံယူခြင်းသည် အသက်များကို ကယ်ဆယ်နိုင်ပါသည်၊ သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းကို လျှင်မြန်စွာ ကုသပါက ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

အကယ်၍သင့်ကလေးသည် သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဖြင့် ဆေးရုံတက်ရပါက -

- ဆရာဝန်များနှင့် သူနာပြုများက ရောဂါကူးစက်မှု ရှိမရှိ ဖြစ်နိုင်သော အဓိက လက္ခဏာများကို စစ်ဆေးကာ သင့်ကလေးတွင် သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း ဟုတ်၊မဟုတ် ဆုံးဖြတ်မည်။
- သင့်ကလေးကို သွေးစစ်ဆေးရန်နှင့် ဆေးဝါးများနှင့် အရည်များ ထည့်ပေးရန် အကြောထဲဆေးသွင်းသည့် ပြွန်ငယ်တစ်ခု တပ်ဆင်မည်။
- သွေးစစ်ဆေးရာတွင် သွေးကို မျိုးပွားယူခြင်း ပါဝင်မည်။
- ဆေးဝါးများတွင် ရောဂါကူးစက်မှုကို ကုသရန်အတွက် ရောဂါပိုးသတ်ဆေး ပါဝင်မည်။
- သင့်ကလေးကို ကူညီပံ့ပိုးရန်အတွက် အရည်များနှင့် အခြားဆေးဝါးများ အကြောထဲမှတဆင့် ထည့်သွင်းပေးမည်။
- ခွဲစိတ်ကုသမှု လိုအပ်ကောင်း လိုအပ်နိုင်သည်။
- အကယ်၍သင့်ကလေးသည် အလွန် မမာမကျန်းဖြစ်နေပါက အထူးကုသမှုနှင့် စောင့်ရှောက်မှု ပေးနိုင်ရန်အတွက် အရေးပေါ် ကြပ်မတ်ကုသဆောင်တွင် ထားရန် လိုအပ်ကောင်း လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

သင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအဖွဲ့သည် သင့်ကလေး ဆေးရုံတွင်ရှိနေချိန် တစ်လျှောက်လုံး အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဆွေးနွေးနေမည် -

- သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဟု ရောဂါသတ်မှတ်ခြင်းက အချိန်တို၊ အချိန်မတိုမရှည်နှင့် အချိန်ကာလကြာကြာအတွက် မည်သို့ အဓိပ္ပါယ်သက်ရောက်ကြောင်း
- သင့်ကလေး ဆေးရုံတွင်ရှိနေစဉ် စောင့်ရှောက်ကုသမှုနှင့် မည်သူက ထိုစောင့်ရှောက်ကုသမှုကို ပြုလုပ်ပေးမည်ဆိုသည့်အကြောင်း
- သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းအတွက် ရှေးဦးစွာ အခြေခံစောင့်ရှောက်မှု ပြုလုပ်ပေးပြီးနောက် သင့်ကလေး ဆေးရုံတွင် သက်သာလာချိန်တွင် မည်သည်ကို မျှော်လင့်ထားရမည်ဖြစ်ကြောင်း
- သင မည်သည့်အချိန်မဆို စိတ်ပူပန်မှု ရှိပါက တစ်ယောက်ယောက်ကို ပြောပြနိုင်ကြောင်း တို့ဖြစ်ပါသည်။

သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းကဲ့သို့သော ခက်ခဲရှုပ်ထွေးသည့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်ကို ကိုင်တွယ်ရသည်မှာ အလွန်စိတ်ပင်ပန်းရပြီး ခက်ခဲပါသည်။ အကယ်၍သင် သို့မဟုတ် သင့်မိသားစုဝင် တစ်ဦးဦးသည် လူမှုဝန်ထမ်းဆိုင်ရာ ကူညီသည့်အလုပ်သမားတစ်ဦး လိုအပ်ပါက သင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအဖွဲ့ကို ပြောပြပါ။

ဆေးရုံမှဆင်းပြီးချိန်တွင် သင မည်သည့် သိကောင်းစရာအချက်အလက်များကို မျှော်လင့်ထားရမည်နည်း။

- ဆေးရုံဆင်း လက်မှတ်
- ဆေးရုံဆင်းပြီး သင့် ဒေသခံ ဆရာဝန်အပါအဝင် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပညာရှင်များနှင့် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ရမည့် အစီအစဉ်များအကြောင်း ဖော်ပြထားသည့် ပြန်လည်နာလန်ထူရန် ရည်မှန်းချက်များနှင့် ရှင်းလင်းလွယ်ကူသည့် ညွှန်ကြားချက်များ
- ဆေးရုံဆင်းပြီးချိန် သင့်ကလေး သောက်သုံးရမည့် ဆေးဝါးများ
- သင့်ကလေး အခြေအနေ ပိုဆိုးလာကြောင်း သို့မဟုတ် ရောဂါပြန်ဖြစ်နေကြောင်း ပြသသည့် လက္ခဏာများနှင့် ထိုသို့ဖြစ်လာပြီး သင်စိတ်ပူပန်နေပါက ဘာလုပ်ရမည်ဆိုသည့်အကြောင်း
- ရောဂါပိုးကူးစက်မှုကို ကာကွယ်တားဆီးရန် လိုအပ်ချက်နှင့် ရောဂါပိုးကူးစက်မှု သို့မဟုတ် သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း ပြန်ဖြစ်လာနိုင်သည့် အခြေအနေကို လျှော့ချရန်အတွက် ရိုးရိုးနှင့်လွယ်ကူသည့် နည်းလမ်းများ
- သွေးအဆိပ်တက်ခြင်း၏ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ကာလရှည်ကြာ အကျိုးသက်ရောက်မှုနှင့် သင့်ကလေး ဆေးရုံဆင်းပြီးချိန် လိုအပ်မည့် ထိန်းသိမ်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှု

Government of **Western Australia**
Child and Adolescent Health Service

ဤစာစောင်ကို မသန်စွမ်းမှု တစ်ခုခုရှိသူများအတွက် တောင်းခံပါက ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် ရအောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။

Child and Adolescent Health Service

15 Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009.

တယ်လီဖုန်း - (08) 6456 2222

ပြုစုသူ - သွေးအဆိပ်တက်ခြင်းဆိုင်ရာ စီစဉ်ထုတ်လုပ်ရေးအဖွဲ့

ရည်ညွှန်း - 1518.4 © CAHS 2022

ငြင်းဆိုချက် – ဤစာစောင်သည် အထွေထွေ ပညာပေးရေးနှင့် သိကောင်းစရာများ ဖြန့်ဝေရေးအတွက် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ မည်သည့်အကြံဉာဏ်အတွက်မဆို အရည်အချင်း ပြည့်မီစွာ လေ့ကျင့် သင်ကြားထားသော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာပညာရှင်များကိုမေးမြန်းပါ။

မူပိုင် © State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service.