



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန

ကုသရေးဦးစီးဌာန

ပြန်လည်တိုးတက်ကောင်းမွန်လာသော COVID-19 အဆုတ်ယောင်လူနာများအတွက် အောက်ဆီဂျင်ထိန်းညှိရန် လမ်းညွှန် (Version 1) (22-8-2021)

၁။ အောက်ဆီဂျင်ကို လိုအပ်သည်ထက် ပိုမိုရှူခြင်းသည် လူနာအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ အောက်ဆီဂျင်တိုင်းစက် (Pulse oximeter) ဖြင့် တိုင်းတာရရှိသော လူနာ၏ သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင်ပမာဏ(SpO₂) ကို ၉၆ % အထက် အမြဲ ထားရှိရန်အတွက် မလိုအပ်ပါ။

၂။ အောက်ဆီဂျင်ကို တဖြည်းဖြည်း စ၍ လျှော့ချသော လူနာအနေဖြင့် အောက်ဆီဂျင် ပေးစရာမလိုဘဲ မိမိဘာသာ အသက်ရှူနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ပေးရမည် ဖြစ်ပါသည်။ လူနာကို ငြိမ်နေသောအနေအထားဖြင့် အောက်ဆီဂျင်ပေးနှုန်းကို စ၍ လျှော့ကြည့်ပါ။ အောက်ဆီဂျင်ပေးနှုန်းကို တစ်ကြိမ်လျှင် 1L/min စီ လျှော့ချကြည့်ပါ။ တစ်ခါ လျှော့ပြီးတိုင်း နာရီဝက်/ တစ်နာရီခန့်အကြာတွင် သွေးတွင်းအောက်ဆီဂျင်ပမာဏကို ပြန်တိုင်းကြည့်ပါ။ SpO₂ ၉၂% နှင့်အထက်ရှိလျှင် အောက်ဆီဂျင်လျှော့ချခြင်းကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ လူနာအနေဖြင့် အောက်ဆီဂျင်ရှူစရာမလိုတော့သည်အထိ တစ်ရက်လျှင် 1L/min စီ ဖြည်းဖြည်းချင်း လျှော့ချကြည့်ပါ။

၃။ လူနာသည် ငြိမ်လျက်အနေအထားဖြင့် အောက်ဆီဂျင်မရှူဘဲ နှစ်နာရီကျော်ကြာ နေနိုင်ပြီး SpO₂ သည်လည်း ၉၂% အထက် ရရှိပါက တစ်ဆင့်တက်၍ ခြေလှမ်းအနည်းငယ်လှမ်းသွားချိန် (ဥပမာ-အိမ်သာသို့ သွားခြင်း၊ ခုတင်မှ ထိုင်ခုံသို့ရွှေ့ခြင်း)အတွင်း အောက်ဆီဂျင်ရှူသော ပမာဏကို လျှော့ချကြည့်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့လှုပ်ရှားသောအခါ SpO₂ သည် ၉၀% မှ ၉၂% အတွင်းရှိပြီး ပြန်နားနေသောအခါ ၉၂% အထက်ရှိလျှင် အဆိုပါ အောက်ဆီဂျင်ပေးနှုန်းလျှော့ခြင်းကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။

၄။ ထိုမှတစ်ဆင့် လှုပ်ရှားမှုအဆင့်ကို ဖြည်းဖြည်းချင်း မြှင့်တင်သွားရန်ဖြစ်ပါသည် (ဥပမာ - လှေကားတစ်ဆင့်တက်ခြင်း၊ ပေ ၁၀၀ ခန့် အကွာအဝေးကို လမ်းလျှောက်ကြည့်ခြင်း)။ ထိုမှတစ်ဆင့် ပိုမိုပြင်းထန်သော လှုပ်ရှားမှုများ (ဥပမာ - လှေကားနှစ်ဆင့်ထက် ပိုတက်ခြင်း၊ ပေ ၁၀၀ အကွာအဝေးထက်ပိုပြီး လမ်းလျှောက်ခြင်း)တို့ကို အောက်ဆီဂျင်မရှူဘဲ ပြုလုပ်နိုင်ပြီး လှုပ်ရှားနေစဉ် SpO₂ ၉၀% နှင့်အထက် အမြဲရှိပါက လူနာ၏ အခြေအနေမှာ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာပြီ ဖြစ်ပါသည်။

၅။ လူနာသည် အောက်ဆီဂျင်ရှူစရာမလိုဘဲ နာရီဝက်ခန့် လမ်းလျှောက်နိုင်ပြီး SpO₂ ၉၀% နှင့် အထက်ရှိလာပါက ညအိပ်ချိန်တွင် ရှူသောအောက်ဆီဂျင်ပမာဏကို စတင်လျှော့ကြည့်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ညအိပ်ချိန်ရှူသော အောက်ဆီဂျင် လျှော့ချကြည့်ခြင်းသည် နောက်ဆုံးအဆင့်ဖြစ်ပြီး နေ့အချိန် SpO₂ ၉၂% နှင့်အထက် အမြဲရှိမှသာ စတင်လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။ လူနာအိပ်ပျော်နေချိန်တွင် SpO₂ သည် ၉၀% နှင့် အထက် ရှိရမည်ဖြစ်ပြီး နိုးလာချိန်တွင် SpO₂ သည် ၉၂% နှင့် အထက် ရှိရမည်ဖြစ်ပါသည်။ သို့မှသာ အောက်ဆီဂျင်ရှူရသော ပမာဏ လျှော့ချခြင်းကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရပါမည်။

မှတ်ချက်။ ဤလမ်းညွှန်သည် ပြည်သူ့ဆေးရုံများ၌ လူနာအား အောက်ဆီဂျင်ဖြင့် ကုသရာတွင် အန္တရာယ်ကင်းစွာ အောက်ဆီဂျင်လိုအပ်မှုလျှော့ချနိုင်ရေး အတွက် ယေဘုယျ ရေးသားထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မိမိလူနာ၏ အခြေအနေပေါ်မူတည်ပြီး အောက်ဆီဂျင်လိုအပ်မှုကို ထိန်းညှိကုသရန် ဖြစ်ပါသည်။ လူနာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အောက်ဆီဂျင်ကုထုံး လျှော့ချမှုနှုန်း မတူညီကြပါ။ ရှူရသော အောက်ဆီဂျင်ပမာဏကို အောင်မြင်စွာ လျှော့ချနိုင်ရန် ရက်သတ္တပတ် တစ်ပတ်မှ နှစ်ပတ်အထိ ကြာမြင့်နိုင်ပါသည်။ အသက် (၇၅)နှစ်ကျော်သူများ၊ အဆုတ်ရောဂါအခံရှိသူများတွင် အောက်ဆီဂျင်ရှူရန် လိုအပ်ချိန် ပို၍ ကြာမြင့်နိုင်ပါသည်။

Reference: Stanford Medicine မှ ထုတ်ဝေသော Home-Oxygen Weaning Guideline for COVID-19 patients ကို မှီငြမ်းဘာသာပြန်ဆိုထားသည့် ရန်ကုန် အထွေထွေရောဂါကုဆေးရုံသစ်ကြီး၏ လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်ကို မှီငြမ်းပါသည်။