

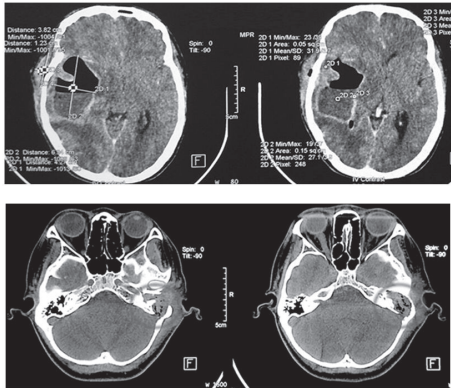
နာတာရှည် နားပြည်ယိုရောဂါ

နားနှစ်ဖက်လုံး (သို့) တစ်ဖက်မှ (၃)လနှင့်အထက် နေ့စဉ်ဖြစ်စေ၊ ရက်ခြား၍ဖြစ်စေ၊ နားပြည်ယိုထွက်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ နာစေးခြင်း၊ လည်ပင်းရောင်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းများ မကြာခင် (သို့)ရက်ရှည်ဖြစ်ပါက အလယ်နားလေးသွင်းပြန်ရောင်စေသည်။ ထိုနောက်အလယ်နားရောင်ရမ်းခြင်းဖြစ်ကာပြည်တည်လာသည်။ ထိုပြည်များသည်နားစည် အားဖျက်ဆီး၍ နားပြွန်တွင်းသို့ယိုထွက်လာသည်။

အလယ်နားအတွင်းရှိ အရိုးလေး(၃)ခုအား ပြည်စား၍နားလေးခြင်း ဖြစ်စေသည်။ နားအနောက်ရိုးပြည်တည်ရောင်ရမ်းလာသည်။ အလယ်နားမှ အတွင်းနားသို့ ပြည်ရောက်၍ နားလေးခြင်း၊ နားကန်းခြင်း၊ ချာချာလည်ခေါင်းမူးခြင်းများ ဖြစ်လာသည်။

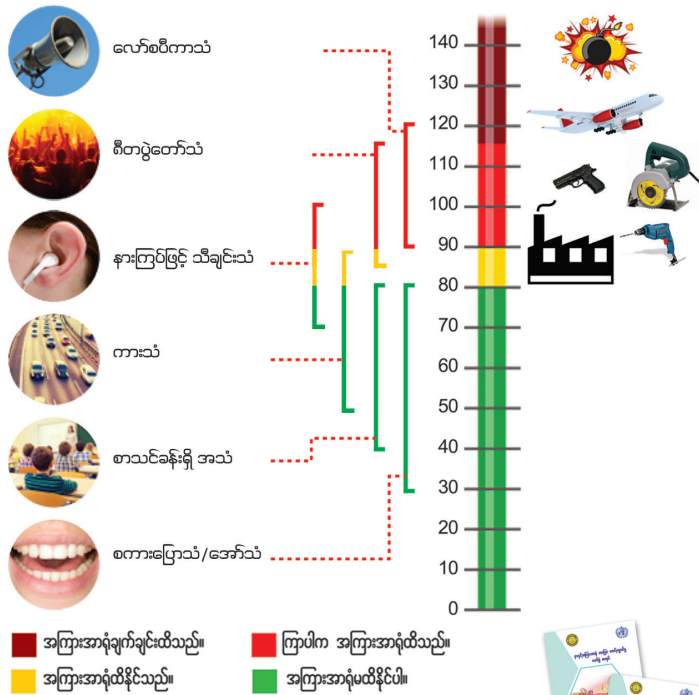


ထို့အပြင် အလယ်နား၏ အပေါ်တွင်ရှိသော အရိုးအားပြည်စား၍ ဦးကျောက်အမြှေးရောင်ခြင်း၊ ဦးကျောက်တွင်ပြည်တည်ခြင်းများဖြစ်ကာ အသက်အန္တရာယ်ထိခိုက်နိုင်သည်။



နားအာရုံကြောအားနည်း နားလေးရောဂါ

နားပြည်ယိုခြင်းမရှိဘဲ တိတ်ဆိတ်သောနေရာ၌ (၃)ပေအကွာ နားတည့်တည့်သွားဘက်မှ အသံကျယ်ကျယ်ဖြင့်စကားပြောသည့်အခါ စကားလုံးတိုင်းကို ပြန်လည်ရွတ်ဆိုပြသခြင်းမပြုနိုင်ခြင်း (သို့မဟုတ်) ဘောပင်မှ ကလစ်ဟု မည်သောအသံကို (၃)ပေအကွာမှမကြားခြင်းကိုဆိုလိုသည်။ အသက်ကြီး၍ နားအာရုံကြောအားနည်းခြင်း၊ ကျယ်လောင်သောအသံကြောင့်နားအာရုံကြောထိခိုက်ခြင်း၊ နားအာရုံကြောကိုထိစေသောဆေးများ (Gentamicin, Amikacin, etc...)ကြောင့် နားအာရုံကြောအားနည်းစေသည်။ ထို့ကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်အသံကျယ်ပါက နားအသံကာသုံးပါ။ ထိုးဆေး၊ နားသန့်ဆေး၊ နားအစက်ချဆေးများကို ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း၏ ညွှန်ကြားချက်မရှိဘဲမသုံးသင့်ပါ။



နားသည် ခန္ဓာကိုယ်၏အရေးကြီးသော အာရုံခံအင်္ဂါဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူဦးရေ၏ ၁၀.၉% မှာနားရောဂါဖြစ်နေသည်။ နားလေးခြင်းကြောင့် စာသင်ရန်/အလုပ်ရရန်ခက်ခဲခြင်း၊ လူမှုဆက်ဆံရေးမပြေလည်ခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျရောဂါဖြစ်ခြင်းနှင့် မှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းခြင်းများဖြစ်လာနိုင်သည်။ မွေးကင်းစကလေးများတွင်အကြားအာရုံ ကောင်းမွန်မှသာ စကားပြောတတ်လာမည် ဖြစ်သည်။ မွေးကင်းစကလေးအကြားအာရုံချို့ယွင်းပါက အချိန်မှီကုသပေးခြင်းဖြင့် ဆွံ့အမှုကို ကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ မွေးကင်းစကလေးငယ်များ၏ အကြားအာရုံကို စောစီးစွာစစ်ဆေးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။



နားပြည်ယိုပါက အလျင်အမြန်ကုသမှု ခံယူခြင်းဖြင့် နားလေးခြင်း၊ ဦးကျောက်ပြည်တည်၍ အသက်အန္တရာယ်ရှိခြင်းကို ရှောင်ရှားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

“နားနှင့် အကြားအာရုံအခြေခံ စောင့်ရှောက်မှုလက်ခွဲစာအုပ်” pdf အား အောက်ပါ Link တွင် Download ဆွဲနိုင်ပါသည်။

<http://mohs.gov.mm/main/content/publications/ear-primary-ear-and-hearing-care>

နားလေးရောဂါကာကွယ်ရေးစီမံချက် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ဦးစီးဌာနမှ ဖြန့်ဝေသည်။



ကလေးငယ်များအား နားအကြားစမ်းသပ်ခြင်း

မွေးကင်းစမှ အသက် (၆) လ

မွေးကင်းစမှ အသက်(၆)လအတွင်းရှိ ကလေးငယ်ကို တိတ်ဆိတ်သောနေရာတွင်ထားရှိပါ။ ကလေးသည်မနေရပါ။ အိပ်မနေရပါ။

(၆)လက်မအကွာနားတည့်တည့်ဘေးဘက်မှ ကျယ်လောင်သောအသံပေးပါ။

ကလေးမျက်တောင်ခတ်ခြင်း၊ ခြေလက်များ လှုပ်ရှားခြင်းစသော တုန်ပြန်မှုရှိ/မရှိကြည့်ပါ။ မသေချာလျှင်(သို့)တုန်ပြန်မှုမရှိလျှင် ထပ်မံစမ်းသပ်ပါ။ နားအထူးကုဆရာဝန်ထံ လွှဲပြောင်းပေးပါက (OAE) စက်ဖြင့်စမ်းသပ်ပေးမည်ဖြစ်သည်။



အသက်(၆)လမှ (၂)နှစ်

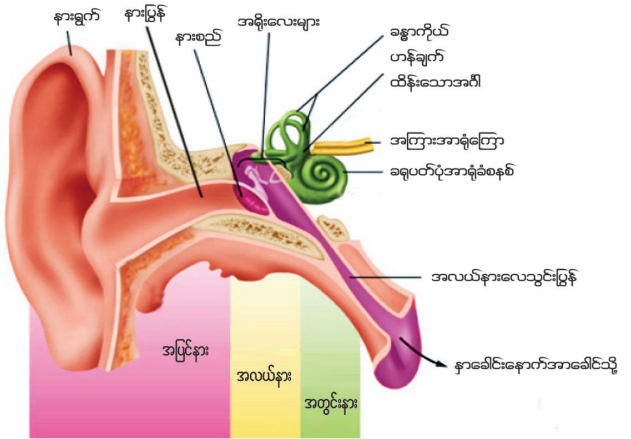
အသံတိတ်သောနေရာတွင် ကလေးငယ်အားပေ့ထားပါ။ မျက်နှာချင်းဆိုင်တွင်ကလေး၏ မိသားစုဝင်တစ်ဦးမှ အရပ်ပြု၍ချော့မြူပါ။ ကလေး၏ နောက်ကျောညာဘက်တစ်စောင်း(၃)ပေအကွာမှ အသံကျယ်ကျယ်ပေးပါ။



ကလေးသည်လှည့်ကြည့်ပါက အသံဖြင့်စမ်းသူမှ ပြန်ပြပေးပါ။ အထက်ပါနည်းအတိုင်း ပုံမှန်အသံဖြင့်ထပ်မံစမ်းသပ်ပါ။ တုန်ပြန်မှုရှိပါက နားအကြားကောင်းပါသည်။ ဘယ်ဘက်တစ်စောင်းမှ ဘယ်ဘက်နားအတွက်စမ်းသပ်ပါ။ ကလေးငယ်သည် အသံကိုမတုန်ပြန်ပါက နားကြားကိရိယာတပ်ဆင်နိုင်ရန် နားအထူးကုဆရာဝန်ထံလွှဲပြောင်းပေးပါ။

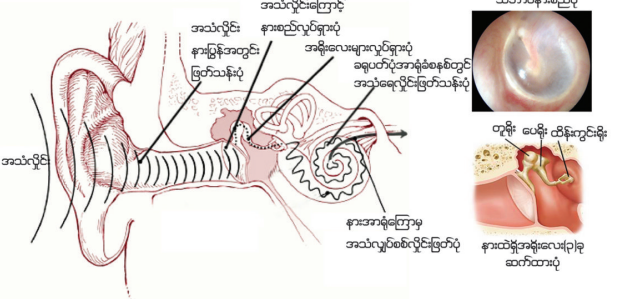
နားတည်ဆောက်ထားပုံ

နားကိုအကြမ်းအားဖြင့်(၃) ပိုင်း ခွဲခြားနိုင်သည်။ နားရွက်နှင့် နားပြွန်ကို အပြင်နား ဟု၍လည်းကောင်း၊ နားစည်၊ အရိုးလေး(၃)ခုနှင့် အလယ်နားလေးသွင်းပြွန်ကို အလယ်နားဟု၍လည်းကောင်း၊ နားအတွင်းပိုင်းရှိ ခန္ဓာကိုယ်ဟန်ချက်ထိန်းသောအင်္ဂါ၊ ခရုပတ်ပုံအာရုံခံစနစ်နှင့် နားအကြားအာရုံကြောကို အတွင်းနား ဟု၍လည်းကောင်း ခွဲခြားနိုင်ပါသည်။



နားမှ အသံကြားရပုံ

အသံလှိုင်းသည် နားပြွန်ကိုဖြတ်သန်းကာ နားစည်ကို တုန်ခါစေသည်။ ထိုတုန်ခါမှုသည် နားအလယ်ပိုင်းရှိ အရိုးလေးသုံးခုကိုဖြတ်သန်းကာ အတွင်းနားရှိ အရည်လေးများကိုတုန်ခါစေသည်။ အတွင်းနားရှိ ခရုပတ်ပုံအာရုံခံစနစ်မှ အသံလှိုင်းတုန်ခါမှုများကို လျှပ်စစ်လှိုင်းများအဖြစ် ပြောင်းလဲစေသည်။ အသံကြောင့်ဖြစ်သော လျှပ်စစ်လှိုင်းသည် အသံအာရုံကြောမှတစ်ဆင့် ဦးကျောက်သို့ရောက်ရှိကာ အသံကိုကြားရသည်။



နားဖာချေးပိတ်ခြင်း

နားဖာချေးသည်ရောဂါပိုးများ၊ အမှုန်များကို နားပြွန်အတွင်းသို့ မရောက်ရှိစေရန် ကာကွယ်ပေးသည်။ နားဖာချေးအား သန့်ရှင်းပေးရန် မလိုအပ်ပါ။ နားပြွန်အရေပြားရှိ ရွေ့လျားသောစနစ်ဖြင့် သဘာဝအလျောက်သန့်ရှင်းပေးသည်။



နားကြပ်ခြင်း၊ နားကလော်ခြင်းသည် နားယားစေရုံသာမက နားဖာချေးပိုမိုထွက်ရှိစေကာ နားဖာချေးပိတ်ခြင်းကိုဖြစ်စေသည်။ ထိုအခါ နားပြွန်အတွင်း အသံလှိုင်းမဖြတ်သန်းနိုင်၍ နားလေးသွားသည်။ နားကြပ်ခြင်းဖြင့် နားပြွန်နံရံအရေပြားပွန်းပွဲကာ နားကိုက်ခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။ ထို့ကြောင့် နားကြပ်ခြင်းကိုရှောင်ကြဉ်ပါ။

အလယ်နား ခွဲဆိုခြင်း

အလယ်နားလေးသွင်းပြွန်သည်နားနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလေဖိအားညီမျှစေရန်ထိန်းညှိပေးသည်။ သို့မှသာအသံလှိုင်းများကို အလယ်နားမှ အတွင်းနားသို့ကောင်းစွာပို့ပေးနိုင်သည်။ အအေးမိခြင်း၊ နှာစေးချောင်းဆိုးခြင်း၊ အာခေါင်ရောင်ခြင်း၊ လေယာဉ်စီးခြင်းတို့ကြောင့် လေးသွင်းပြွန်ပိတ်ပါက အလယ်နားတွင် လေဖိအားလျော့ကာ နားလေးသွားတတ်သည်။ နားကိုက်လာသည်။ ကြာလာပါက အလယ်နားအတွင်း အရည်များ၊ ခွဲများ စုလာတတ်သည်။ ထို့နောက်အလယ်နားအမြှေးပါးများ ကပ်ခဲကာ နားလေးခြင်း ပြန်မကောင်းတော့ပါ။ ထို့ကြောင့် အအေးမိ၍ နားအူပါက ကုသမှုမယူခြင်းဖြင့်နားလေးရောဂါကို ကာကွယ်ပါ။

