

The Republic of the Union of Myanmar



Ministry of Health and Sports
Department of Public Health

STANDARD OPERATING PROCEDURES
FOR

H U M A N
R A B I E S
P R O P H Y L A X I S

2017

ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကင်းစင်ရေး ယခုမှစ ဆောင်ရွက်ပေး

Global elimination of dog-mediated human rabies: The Time is Now!

ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်ခြင်း



ခွေးရူးပြန်ရောဂါရှိ တိရိစ္ဆာန်၏ တံတွေးမှတစ်ဆင့် ကူးစက်သည်။

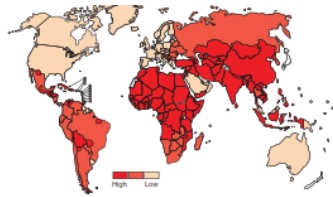
ခွေးရူးပြန်ရောဂါဖြစ်ပွားသူများ၏ (၉၉) ရာခိုင်နှုန်းမှာ **ခွေးကိုက်ခံရခြင်းကြောင့်** ဖြစ်သည်။



ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး လူ၏ဦးနှောက်ထဲသို့ ဝင်ရောက်ကူးစက်သည်။
ခွေးရူးပြန်ရောဂါလက္ခဏာပေါ်သည်နှင့် ချက်ချင်း **သေဆုံး** ရသည်။

ဖြစ်ပွား သေဆုံးမှု အခြေအနေ

ခွေးရူးပြန်ရောဂါဖြစ်ပွားမှု၏ အများစုသည် အာရှတိုက်နှင့် အာဖရိကတိုက်တို့မှဖြစ်ပြီး **ကျေးလက်** နေ ပြည်သူများတွင် ပိုမိုဖြစ်ပွားပါသည်။



ကမ္ဘာပေါ်တွင် ခွေးရူးပြန်ရောဂါကြောင့် (၁၅) မိနစ်လျှင် တစ်ဦး ခန့် သေဆုံး လျှက်ရှိပြီး



ရောဂါဖြစ်ပွားသူ၏ (၄၀) ရာခိုင်နှုန်းမှာ **အသက် (၁၅) နှစ်အောက် ကလေးငယ်** များ ဖြစ်သည်။

ခွေးကိုက်ခံရပြီး ကုသခြင်း



ဒါဏ်ရာကို ဆပ်ပြာဖြင့် သေချာစွာ ဆေးကြောခြင်း နှင့် ကာကွယ်ဆေးအချိန်မှီ ထိုးနှံပေးခြင်း တို့ဖြင့် ခွေးရူးပြန်ရောဂါလက္ခဏာ ခံစားရခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်သဖြင့် **အသက်ကယ်တင်** နိုင်ပါသည်။

ခွေးများကို ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်းဖြင့် လူကို မကူးစက်အောင် ကာကွယ်နိုင်

ခွေးရူးပြန်ရောဂါသည် ကုသ၍ မရသော်လည်း လက္ခဏာမပေါ်မီ အချိန်မီ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းဖြင့် (၁၀၀) ရာခိုင်နှုန်း ကာကွယ်နိုင် ပါသည်။

ခွေးကိုက်ခံရအောင် ကာကွယ်ခြင်း



ပြည်သူလူထု၏ ခွေးရူးပြန်ရောဂါနှင့်ပတ်သက်သော **အသိ သတိ** တိုးမြှင့်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။



ခွေးအားလုံး၏ (၇၀) ရာခိုင်နှုန်း ကို ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်းဖြင့် ထိုဒေသရှိ လူများအား **ခွေးရူးပြန်ရောဂါကူးစက်နိုင်ခြင်းအား ဖြတ်တောက်** ပေးနိုင်ပါသည်။

ခွေးများ၏ ကိုယ်အမူအရာ ကို သတိပြု လေ့လာပါ။



ခွေးကိုက်ခံရပါက ခွေးရူးပြန်ရောဂါ မဖြစ်နိုင်ပါ။

အိမ်မွေးခွေးများအား ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးရန်မှာ ခွေးပိုင်ရှင်တိုင်း၏ တာဝန်ဖြစ်ပါသည်။



ခွေးကိုက်ခံရပြီးနောက်ကာကွယ်ကုသခြင်း POST - EXPOSURE PROPHYLAXIS (PEP) OF HUMAN RABIES

၁ ထိတွေ့မှု (ခွေးကိုက်ခံရမှု)အဆင့် ဆန်းစစ်ခွဲခြားခြင်း (Category of exposure)

ခွေး (သို့မဟုတ်) အခြားတိရစ္ဆာန်များနှင့် ထိတွေ့မှုအဆင့် (Category of exposure) ကို အောက်ဖော်ပြပါဇယားအတိုင်း ဆန်းစစ်ခွဲခြား၍ ဒဏ်ရာပြုစု ကုသခြင်း၊ ခွေးရူးပြန်ကာကွယ်ဆေး (Rabies Vaccine) ထိုးနှံပေးခြင်းနှင့် ခွေးရူးပြန် ကာကွယ်သော ပဋိပစ္စည်း (Rabies Immunoglobulin) ထိုးနှံပေးခြင်းများကို ထိတွေ့ပုံ အဆင့်ပေါ်မူတည်၍ တစ်ဖက်ပါဇယားအတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးရန် ဖြစ်ပါသည်။



Category I



Category II



Category III

WHO guidelines for risk assessment of rabies exposure

Category	Severity and Site of the Wound	Action
Category I No Risk	<ul style="list-style-type: none"> • Touching or feeding of animals • Lick on intact skin 	<ul style="list-style-type: none"> • Reassurance only • No vaccine needed
Category II Moderate Risk	<ul style="list-style-type: none"> • Nibbling of uncovered skin • Minor scratches or abrasion without bleeding 	<ul style="list-style-type: none"> • Wound management • Start Vaccination Day 0*
Category III High Risk	<ul style="list-style-type: none"> • Single or multiple wounds on head and neck • Single or multiple transdermal bites/ scratches/ laceration with bleeding • Scratches with bleeding • Licks on broken skin • Contamination of mucous membrane of eyes, mouth, nose or wounds with saliva or discharges from rabid animals 	<ul style="list-style-type: none"> • Wound management • Infiltrate Rabies Immunoglobulin (RIG) into wound • Start Vaccination at same time: Day 0*

Day 0* denotes day of first vaccination, not necessarily day of bite.

J

ခွေးကိုက်ဒဏ်ရာပြုစုကုသခြင်း (Local Wound Management)

- သန့်ရှင်းသော ရေနှင့် ဆပ်ပြာကို အသုံးပြုပြီး ဒဏ်ရာကို (၁၅) မိနစ်ခန့်ကြာအောင် ညင်သာစွာဆေးကြောပေးရန်။



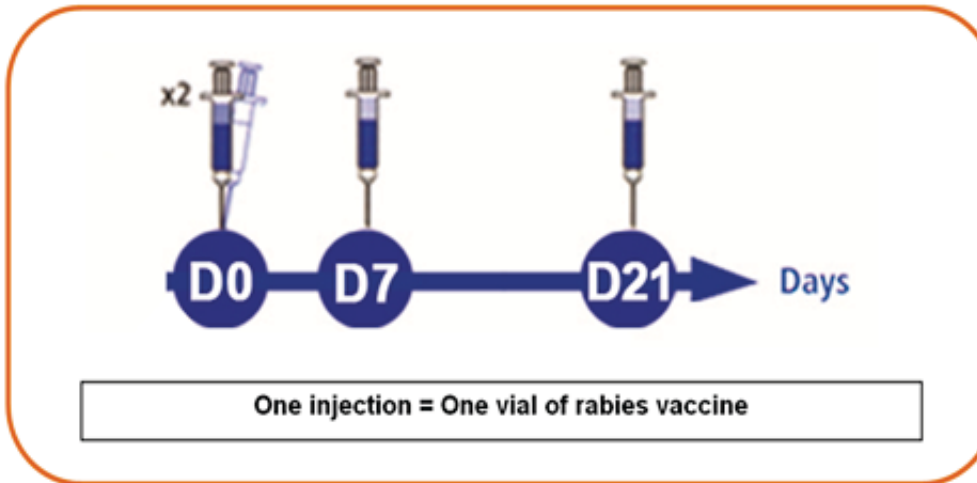
- အကိုက်ခံရသော ဒဏ်ရာနက်ရှိုင်းလျှင် (သို့မဟုတ်) သန့်ရှင်းသော ဘုံဘိုင်ပိုက်ရေ (Running water) မရှိလျှင် Normal saline ကို ဆေးထိုးပိုက်ဖြင့်စုပ်ပြီး ဒဏ်ရာကို ဆေးကြောပေးရန်။
- ဒဏ်ရာကို (၁၅) မိနစ်ခန့် သေချာစွာ ဆေးကြောပြီးပါက ပိုးသတ်ဆေးရည် တစ်မျိုးမျိုး (antiseptic solution) ထည့်ရန်။
- ဒဏ်ရာကို Suturing မပြုလုပ်ရန်။

၃

ခွေးရူးပြန်ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပေးခြင်း
(Rabies Vaccine)

ထိတွေ့မှု (ခွေးကိုက်ခံရမှု) အဆင့် (၂) (Category II) (သို့မဟုတ်) အဆင့် (၃) (Category III) ရှိသော လူနာတိုင်းကို Rabies Vaccine (Tissue Culture Origin သို့မဟုတ် Embryonated Egg Origin) အား ထိုးနှံပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

(က) Zagreb Regimen (2-1-1) at (Day 0-7-21)

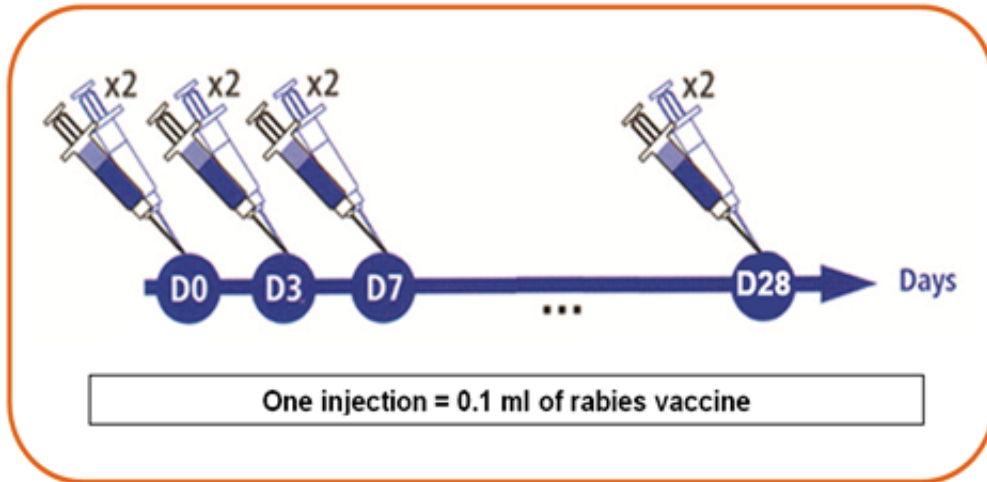


ဆေးရုံ/ ဆေးခန်းသို့ တစ်ရက်လျှင် လာရောက်ပြသမည့် ခွေးကိုက်ခံရသူ လူနာ (၃) ဦးအောက် လျော့နည်းပါက Zagreb Regimen ကို အသုံးပြု၍ အသားထဲ (Intramuscular) ထိုးနှံပေးပါ။

ခွေးရူးပြန်ရောဂါကာကွယ်ဆေးကို -

- ဆေးရုံ/ဆေးခန်းသို့ ပထမဦးဆုံးလာပြသောနေ့ (Day 0) ၌ ညာဘက် လက်မောင်းတွင် (၁) လုံး နှင့် ဘယ်ဘက်လက်မောင်းတွင် (၁) လုံး၊ စုစုပေါင်း (၂) လုံးထိုးပေးရန်
- စတင်ထိုးနှံပြီးနောက် (၇) ရက်မြောက်နေ့ (Day 7) ၌ ကာကွယ်ဆေး (၁) လုံး နှင့်
- စတင်ထိုးနှံပြီးနောက် (၂၁) ရက်မြောက်နေ့ (Day 21) ၌ ကာကွယ်ဆေး (၁) လုံး တို့ကို ကြိုက်နှစ်သက်ရာလက်မောင်းကြွက်သားတစ်ဖက်ဖက်ထဲသို့ ထိုးနှံပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

(ခ) Intradermal Regimen-Thai Red Cross Schedule (2-2-2-0-2)



ဆေးရုံ/ ဆေးခန်းသို့ တစ်ရက်လျှင် ခွေးကိုက်ခံရသူ လူနာ (၃) ဦး (သို့မဟုတ်) (၃) ဦးထက် များပြီး Intradermal ထိုးနှံပေးနိုင်သော WHO အသိအမှတ်ပြု Rabies vaccine များရှိပါက (Thai Red Cross Schedule) ဖြင့် Insulin Syringe ကို အသုံးပြု၍ အရေပြားထဲ (Intradermal) ထိုးနှံပေးပါ။

အရေပြားထဲ ထိုးနှံပေးရန် သင်တန်းရရှိပြီးသူမှသာ ထိုးနှံပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဘယ်လက်မောင်းနှင့် ညာလက်မောင်း (၂) နေရာစလုံး၌ ခွေးရူးပြန် ကာကွယ်ဆေး (0.1ml) စီ ကို

- စတင်ထိုးနှံသောရက် (Day 0) ၊
- စတင်ထိုးနှံပြီးနောက် (၃) ရက်မြောက်နေ့ (Day 3) ၊
- စတင်ထိုးနှံပြီးနောက် (၇) ရက်မြောက်နေ့ (Day 7) နှင့်
- စတင်ထိုးနှံပြီးနောက် (၂၈) ရက်မြောက်နေ့ (Day 28)

စသည့်ရက်အသီးသီးတို့၌ အရေပြားထဲသို့ (Intradermal) ထိုးနှံပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။



အရေပြားထဲသို့ (Intradermal) ထိုးနှံပေးနေပုံ အဆင့်ဆင့်



အရေပြားထဲသို့ (Intradermal) ထိုးနှံပေးပြီး တွေ့ရသော Raised Bleb

The modern rabies vaccine of TCO or EEO

Generic	Brand Name	Volume after reconstitution	Approved route of administration	WHO Pre-qualified
Purified Vero Cell Rabies Vaccine (PVRV)	Verorab®	0.5 ml	IM or ID	Yes
	Speeda®	0.5 ml	IM or ID	No
	Indirab®	0.5 ml	IM or ID	No
Purified Chick Embryo Cell Vaccine (PCECV)	Rabipur®	1.0 ml	IM or ID	Yes

ခွေးရူးပြန်ကာကွယ်ဆေး ထိန်းသိမ်းထားသိုပုံ နည်းလမ်း

- ဖွင့်ဖောက်အသုံးမပြုရသေးသည့် Rabies Vaccine များကို အပူချိန် (+2°C နှင့် +8°C) အကြားတွင် ထိန်းသိမ်းထားသိုရန်
- ဖွင့်ဖောက်ဖျော်စပ်ပြီးသော Rabies Vaccine များကို ချက်ချင်း အသုံးပြုရန် (သို့မဟုတ်) အပူချိန် (+2°C နှင့် +8°C) အကြားတွင် ထားရှိ၍ ဖျော်စပ်ပြီး (၆) နာရီအတွင်းသာ အသုံးပြုရန်။

၄

ခွေးရူးပြန် ကာကွယ်သော ပဋိပစ္စည်း ထိုးနှံပေးခြင်း (Rabies Immunoglobulin)

Human Rabies Immunoglobulin (HRIG) နှင့် Equine Rabies Immunoglobulin (ERIG) ဟူ၍ Rabies Immunoglobulin အမျိုးအစား (၂) မျိုး ရှိပါသည်။ HRIG သည် ERIG ထက် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး ပိုမိုကင်းစင်သော်လည်း ဈေးနှုန်းကြီးမြင့်ပြီး အလုံအလောက် မရရှိနိုင် သောကြောင့် ERIG ကို အသုံးပြုရန် ဖြစ်ပါသည်။ ERIG သည် Anaphylatic reaction ဖြစ်နိုင်ခြေ (1/45000 Cases) ရှိသော်လည်း ထိုးနှံမပေးမီ ဆေးတည့်/ မတည့် အရေပြားတွင် စမ်းသပ်မှုပြုလုပ်ရန် ခိုင်လုံသော သိပ္ပံနည်းကျ အထောက်အထားမရှိပါ။

Rabies Immunoglobulin ကို ထိတွေ့မှု (ခွေးကိုက်ခံရမှု) အဆင့် (၃) (Category III) ရှိသူ လူနာအားလုံးကို အောက်ပါအတိုင်း ထိုးပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

HRIG calculated as per body weight

Weight in Kg	IU	ml	No. of vials of HRIG
15	300	2	1
30	600	4	2
45	900	6	3
60	1200	8	4 (maximum)

A 2 ml vial of HRIG contains 300 IU/ml. Dose is 20 IU/kg.
(maximum dose is 1200 IU or 4 vials)

ERIG calculated as per body weight

Weight in Kg	IU	ml	No. of vials of ERIG
25	1000	5	1
50	2000	10	2

Weight in Kg	IU	ml	No. of vials of ERIG
75	3000	15	3
100	4000	20	4 (maximum)

A 5 ml vial of ERIG contains 1000 IU. Dose is 40 IU/kg.
(Maximum dose is 4000 IU or 4 vials)

ဒဏ်ရာနေရာနှင့် ဒဏ်ရာအနီးတဝိုက်သို့ လိုအပ်သော RIGကို (Infiltrate) ထိုးပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ ဒဏ်ရာနှင့် ဒဏ်ရာအနီးတဝိုက်ကို ထိုးနှံပြီးနောက် ကျန်ရှိနေသော RIG ဆေးများကို Rabies Vaccine ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးသောနေရာနှင့် ဝေးသောနေရာ တစ်ခုခု၌ ကြွက်သားထဲသို့ (Deep Intramuscular Injection) ထိုးနှံပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။



ခွေးကိုက်ဒဏ်ရာနှင့် ဒဏ်ရာအနီးတဝိုက်သို့ ခွေးရူးပြန် ကာကွယ်သော ပဋိပစ္စည်း (Rabies Immunoglobulin) ကို (Infiltrate) ထိုးနှံပေးနေပုံ

Precautions to be taken while administering RIGs

- All emergency drugs and facilities for managing any adverse reactions must be available.
- The RIG vial(s) taken out from refrigerator should be kept outside for a few minutes before administration to the patient (to warm it to room/body temperature).
- RIG should be administered before starting anti-rabies vaccination or at the same time.

- If RIG was not administered when vaccination was begun, it can be administered up to the seventh day after the administration of the first dose of vaccine. Beyond the seventh day, RIG must not be given since an antibody response to vaccine is presumed to have occurred and further response would be stunted
- RIG should not be administered in the same syringe as the vaccine or at the same site as vaccine.
- While infiltrating RIG into bite wounds, care must be taken to avoid injecting into blood vessels and nerves. Anatomical feasibility must always be kept in mind while injecting RIG.
- While injecting into finger tips, care must be taken to avoid compartment syndrome.

၅ **မေးခိုင်းကိစ္စကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်း**
(Tetanus Toxoid Injection)

ခွေးရူးကိုက်ခံရသော လူနာအားလုံးအား Tetanus Toxoid Injection ထိုးနှံပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

၆ **ပဋိဇီဝဆေး တိုက်ကျွေးခြင်း**
(Antibiotic)

ခွေးရူးကိုက်ခံရသော လူနာကို ပဋိဇီဝဆေး (Antibiotic) (amoxicillin or doxycycline) ကို (၅) ရက် တိုက်ကျွေးပါ။



၇

Adverse Events Following Immunization (AEFI) အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် ကုသမှုပေးခြင်း

- ခွေးရူးပြန်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပေးမည့်အခါတိုင်း အရေးပေါ် ဆေးဝါးပစ္စည်းများအား အဆင်သင့် ကြိုတင်ပြင်ဆင် ထားရှိရမည်။
- ခွေးရူးကိုက်ခံရသော လူနာ၌ သာမန် AEFI (local and mild systemic reactions to rabies vaccine) ဖြစ်ပွားပါက Ibuprofen နှင့် Acetaminophen ကဲ့သို့သော anti-inflammatory and antipyretic ဆေးဝါးများဖြင့် ကုသပေးနိုင်ပါသည်။
- ပြင်းထန် ဆေးမတည့်သော ရာဇဝင်ရှိသူများအား ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် လိုအပ်ပါက ကျွမ်းကျင် ဆရာဝန်၏ အနီးကပ်ကြီးကြပ်မှုအောက်၌ ထိုးနှံပေးရမည်။ Antihistamine, Adrenaline နှင့် အခြားအရေးပေါ် ဆေးဝါးပစ္စည်းများအား အဆင်သင့်ထားရှိရမည်ဖြစ်ပြီး AEFI ကုသခြင်း လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်း ကုသပေးရမည်။

ခွေးကိုက်ခံရပါက

နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာနသို့ အမြန်ဆုံး ဆက်သွယ်ပါ။

ခွေးကိုက်မခံရမီ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း PRE - EXPOSURE PROPHYLAXIS (PrEP) OF HUMAN RABIES

၁ ကြိုတင်ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးသင့်သူများ

တိရစ္ဆာန် (ခွေး) အကိုက်မခံရမီ ခွေးရူးပြန်ရောဂါကာကွယ်ဆေး ကြိုတင်ထိုးနှံထားသင့်သူများမှာ အလုပ်အကိုင် (သို့မဟုတ်) နေထိုင်ရာဒေသနှင့် ဆက်စပ်ပြီး ခွေးရူးပြန်ရောဂါပိုးနှင့် ထိတွေ့မိရန် အခွင့်အလမ်းများသူ (သို့မဟုတ်) အစဉ်အမြဲ ထိတွေ့နေရသူများ ဖြစ်ပါသည်။

Pre-exposure Prophylaxis (PrEP) ကြိုတင်ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ဦးစားပေးရမည့်သူများမှာ-

- ခွေးရူးပြန်ရောဂါဗိုင်းရပ်စ်ပိုးနှင့် ရောဂါပိုးရှိသော ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ်ရသော ဓါတ်ခွဲခန်းဝန်ထမ်းများ
- ခွေးရူးပြန်ရောဂါလူနာများကို ပြုစုကုသနေရသော ဆရာဝန်များနှင့် သူနာပြုများ
- တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်များ
- ခွေးဖမ်းရသူများ
- တောရိုင်းတိရစ္ဆာန် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရသူများ တို့ဖြစ်ပါသည်။

J

**ခွေးရူးပြန်ကာကွယ်ဆေး ကြိုတင်ထိုးနှံပေးခြင်း
(Rabies Vaccine)**

ခွေးရူးပြန်ကာကွယ်ဆေးအား အောက်ဖော်ပြပါ ဇယားအတိုင်း ကြွက်သားထဲ ထိုးနှံခြင်း (Intramuscular) နည်းလမ်း (သို့မဟုတ်) အရေပြားထဲ ထိုးနှံခြင်း (Intradermal) နည်းလမ်းတို့ဖြင့် ထိုးနှံပေးနိုင်ပါသည်။

ထိုးနှံရမည့်ရက်	ထိုးနှံပေးရမည့် နည်းလမ်းနှင့် ဆေးပမာဏ	
	ကြွက်သားထဲထိုးနှံခြင်း (Intramuscular)	အရေပြားထဲထိုးနှံခြင်း (Intradermal)
စတင်ထိုးနှံသည့်ရက် (Day 0)	1 vial	0.1 ml
စတင်ထိုးနှံပြီး(၇) ရက်မြောက်နေ့ (Day 7)	1 vial	0.1 ml
စတင်ထိုးနှံပြီး(၂၁) ရက် (သို့မဟုတ်) (၂၈) ရက်မြောက်နေ့ (Day 21 or Day 28)	1 vial	0.1 ml

ခွေးကိုက်မခံရအောင် သတိပြုနေထိုင်နည်းများနှင့် ပက်သက်၍ ပြည်သူ့လူထုအား ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးပါ

ခွေးအစာစားချိန်၊ အိပ်နေချိန်၊ ခွေးကလေးများရှိသည့်
ခွေးမကြီးများအား မနှောင့်ယှက်ပါနှင့်။ တုတ်၊ ခဲလုံးတို့
ဖြင့် ခြောက်လှန်ခြင်းမပြုရ။ ခွေးများကြောက်လန့်ပြီး
ကိုက်တတ်သည်။



၁

ခွေးကို စူးစိုက်မကြည့်ပါနှင့်။



၂

ခွေးကို တွေ့ပြီး နောက်ပြန်လှည့်မပြေးပါနှင့်။
ခွေးလိုက်ကိုက်တတ်သည်။



၃

ခွေးကိုက်မခံရအောင် သတိပြုနေထိုင်နည်းများနှင့် ပက်သက်၍
ပြည်သူလူထုအား ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးပါ

ခွေးအနား (သို့) ကြီးရိုးရောင်သောခွေးအနား ဖြတ်
မလျှောက်ပါနှင့်။ ရှောင်သွားပါ။

၄

ခွေးအနားမှဖြတ်မပြေးပါနှင့်။

၅

ပုံမှန်မဟုတ်သည့်ခွေး အနားသို့လာလျှင် မြေ
ကြီးကိုသာစိုက်ကြည့်ပြီး နောက်သို့ ဖြေးညှင်း
စွာ ထုတ်ပါ။ ထွက်မပြေးပါနှင့်။

၆

ခွေးကိုက်မခံရအောင် သတိပြုနေထိုင်နည်းများနှင့် ပက်သက်၍ ပြည်သူ့လူထုအား ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးပါ

ခွေးကလေးအနားမသွားပါနှင့်၊ ခွေးမကြီးကိုက်တတ်ပါ။



၃

အကယ်၍ ခွေးရန်မူလာပါက မျက်နှာကို လက်ဖြင့် ဖုံးအုပ်လျက် ကျောက်တုံးများ ကဲ့သို့ မလှုပ်မရှားနေပါ။



၅

အကယ်၍ ခွေးအနားကပ်လျက်ရှိပါက ဗြမသကစွာ ရပ်နေပြီး၊ လက်နှစ်ဖက် ဘေးတွင်ကပ်ထားပါ။ လက်၊ ခြေထောက်များကို ခွေးလာပြီးနမ်းရှုပ်ပါက ငြိမ်နေပါ၊ ခွေးပြန်လှည့်ထွက်သွားမည်။



၆

