



သတိပြုစရာ

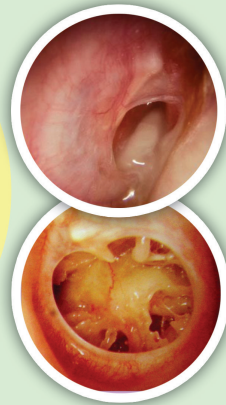
နာတာရှည် နားပြည်ယိုရောဂါ



နားအနောက်ရိုးအား ပြည်စားခြင်း

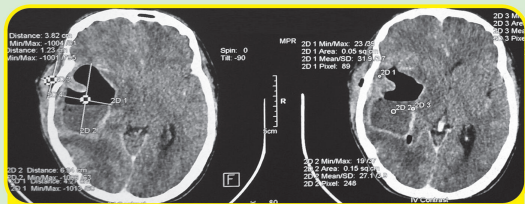
နာတာရှည် နားပြည်ယိုရောဂါဆိုသည်မှာ နားနှစ်ဖက်လုံး (သို့) တစ်ဖက်မှ(၃)လနှင့်အထက် နေ့စဉ်ဖြစ်စေ၊ ရက်ခြား၍ဖြစ်စေ၊ နားပြည်ယိုထွက်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

နားပြည်ယိုရောဂါကြောင့်
နားစည်ပေါက်ခြင်း၊
နားအတွင်းရှိ အရိုးလေးများ
ပျက်စီးကာ
နားလေးတတ်သည်။

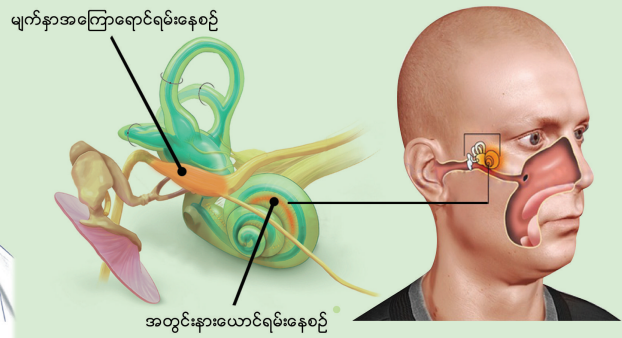
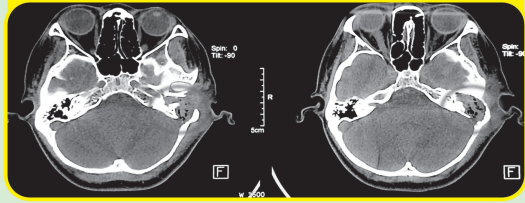


နားရွက်အနောက်ရိုးမှပြည်ပေါက်ထွက်ခြင်း

နားရွက်အနောက်ရောင်ခြင်း



နားပြည်ယိုရောဂါကြောင့် ဦးကျောက်ပြည်တည်၍ အသက်အန္တရာယ်ရှိနိုင်သည်။



နားပြည်ယိုရောဂါကြောင့် မျက်နှာအကြောထိနိုင်သည်။ အတွင်းနားရောင်ရမ်း၍ ခေါင်းချာချာလည်မှုနိုင်သည်။

နာတာရှည် နားပြည်ယိုရောဂါကို စနစ်တကျ အမြန် ကုသရန် လိုအပ်ပါသည်။

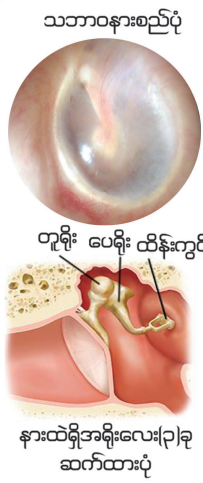
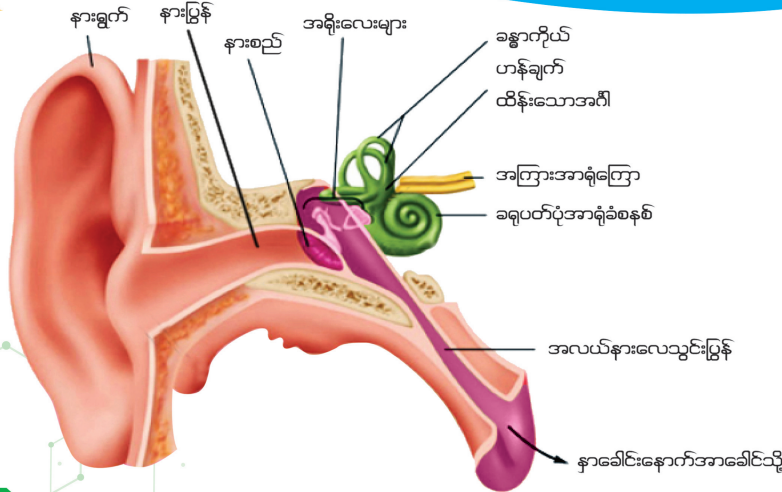
နားလေးရောဂါကာကွယ်ရေးစီမံချက် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ဦးစီးဌာနမှ မြှင့်ဝေသည်။



နားနှင့် အကြားအာရုံကိုစောင့်ရှောက်ပါ

နားတည်ဆောက်ထားပုံ

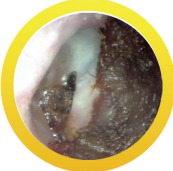
နားပြန်ရှိ နူးညံ့သော အရေပြားကို နားဖာချေးဖြင့် ကာကွယ်ပေးသည်။ နားကို အထူးသန့်ရှင်းပေးရန် မလိုပါ။ နားစည်သည် နူးညံ့ပါးလွှာ သဖြင့် ထိခိုက်လွယ်ပါသည်။



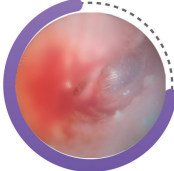
နားကလော်ခြင်း၊ နားကြပ်ခြင်း



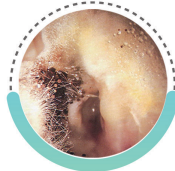
နားကြပ်ခြင်း၊ နားကလော်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် နားဖာချေးပိတ်ခြင်း၊ နားမှိုစွဲခြင်း၊ နားစည်ရောင်ခြင်း၊ ကိုက်ခြင်း၊ နားစည်ပေါက်ခြင်းနှင့် နားလေးခြင်းများကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။



နားဖာချေးပိတ်ခြင်း



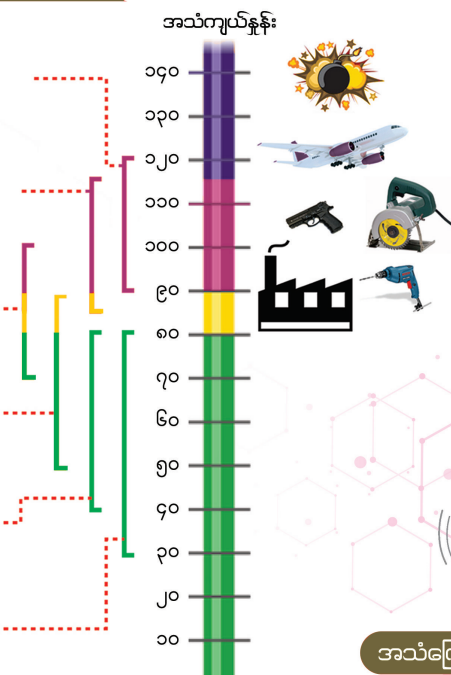
နားစည်ရောင်ခြင်း



နားမှိုစွဲခြင်း

အသံကြောင့် နားအကြားထိခိုက်ခြင်း

- လော်စပီကာသံ
- ဖိတ်ခတ်သံ
- နားကြပ်ဖြင့် သီချင်းသံ
- ကားသံ
- စာသင်ခန်းရှိ အသံ
- စကားပြောသံ/အော်သံ



နားအသံကာ အသုံးပြု၍ နားအကြားအာရုံကို စောင့်ရှောက်ပါ။



အသံကြောင့် နားအကြားကိုမထိခိုက်ပါစေနှင့်။

- အကြားအာရုံမထိနိုင်ပါ။
- ကြာပါက အကြားအာရုံထိသည်။
- အကြားအာရုံထိနိုင်သည်။
- အကြားအာရုံချက်ချင်းထိသည်။

နားလေးရောင်ကာကွယ်ရေးစီမံချက် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ဦးစီးဌာနမှ မြန်မာနိုင်ငံသည်။