ဒီနေ့အတွက် သိကောင်းစရာ (၅၄)

(၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ ဇူလိုင်လ (၂၉) ရက်

အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ) ရောဂါအကြောင်း ဘာတွေသိထားသင့်သလဲ?

- အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ)ရောဂါသည် အသည်းရောင်အသားဝါဗိုင်းရပ်စ် (စီ) ရောဂါပိုးကြောင့် ဖြစ်ပွားပြီး ကူးစက်ခံရသူအချို့တွင် ရက်သတ္တပတ် အနည်းငယ်အတွင်း သာမန်ရောဂါလက္ခဏာများသာ ခံစားရပြီး ပျောက်ကင်းနိုင်သော်လည်း ကူးစက်ခံရသူအများစု (ထက်ဝက်ကျော်ခန့်)တွင် နောက်ဆက်တွဲ နာတာရှည်အသည်းခြောက်ခြင်း နှင့် အသည်းကင်ဆာရောဂါတို့ ဖြစ်စေတတ်၍အသက်သေဆုံးသည်အထိ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါတယ်။
- **ကူးစက်နိုင်တဲ့နည်းလမ်းတွေကတော့ –** အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ) ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် သွေးမှတစ်ဆင့် အဓိက ကူးစက်ပါတယ်။ အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ) ပိုးပါသော သွေးသွင်းမိခြင်း၊ မသန့်ရှင်းသောအပ်များဖြင့် ဆေးထိုးခြင်း၊ နားဖောက်ခြင်း၊ အပ်စိုက်ခြင်း၊ ဆေးမင်ကြောင်ထိုးခြင်း၊ ရောဂါပိုးရှိသောသူနှင့် သွားတိုက်တံ၊ သွားကြားထိုးတံ၊ မုတ်ဆိတ်ရိတ်ဓားတို့ကို အတူတကွသုံးစွဲခြင်း၊ ရောဂါပိုးရှိသော ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်မှ ကလေးသို့ ကူးစက်ခြင်း၊ ရောဂါပိုးရှိသူနှင့် အကာအကွယ်မဲ့လိင်ဆက်ဆံခြင်းတို့ဖြင့် ကူးစက်နိုင်ပါတယ်။ **ရောဂါလက္ခဏာ တစ်စုံတစ်ရာ ပြသခြင်းမရှိတဲ့ ရောဂါပိုးရှိသူထံမှလည်း အခြားသူထံသို့ ကူးစက်နိုင်ပါတယ်။**
- **ရောဂါလက္ခဏာများကတော့ –** ဖျားခြင်း၊ မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ဗိုက်အောင့်ခြင်း၊ အသားဝါခြင်း၊ မျက်လုံးဝါခြင်း၊ ဆီးအရောင်ရင့်ခြင်း၊ ဝမ်းအရောင်ဖျော့ခြင်းနှင့် အဆစ်အမြစ်များ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း စသည်တို့ဖြစ်ပါတယ်။
- **ကာကွယ်နိုင်မယ့်နည်းလမ်းတွေကတော့ –**
  - ➢ တစ်ခါသုံးဆေးထိုးအပ်ကိုသာ အသုံးပြုခြင်း၊ ဆေးထိုးအပ်၊ ဆေးပုလင်း စသည့်ချွန်ထက်သည့်ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျကိုင်တွယ်စွန့်ပစ်ခြင်း၊ အခြားသူတစ်ဦး၏ သွေး၊ သွေးပေနေသောပစ္စည်းများနှင့် တိုက်ရိုက်မထိတွေ့စေရန် ဂရုပြုခြင်း၊ ရောဂါပိုးကင်းစင်ကြောင်းစစ်ဆေးထားပြီးဖြစ်သော သွေးကိုသာသွင်းခြင်းတို့ဖြစ်ပါတယ်။ **အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ) ရောဂါပိုး ကာကွယ်ဆေးမရှိသေးပါ။**
- **အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ) ရောဂါပိုး ကူးစက်ခံရပါက –**
  - ➢ အရက်သောက်ခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ပါ။ အာဟာရပြည့်ဝစွာ စားသောက်ပါ။ ကောင်းစွာ အနားယူပါ။
  - ➢ **အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ) ရောဂါပိုးကိုဆရာဝန်ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်းစနစ်တကျကုသမှုခံယူပါက (၃)လမှ (၆)လအတွင်း ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။**

နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်၊ မန္တလေး၊ မြစ်ကြီးနား၊ မကွေး၊ တောင်ကြီး၊ လားရှိုး မြို့များရှိပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး (၁၂) ရုံ၏ အသည်းရောဂါအထူးကုဌာနများတွင် အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ) ရောဂါကုသရေးလုပ်ငန်းများကို အခမဲ့ဆောင်ရွက်ပေးလျှက်ရှိပါသဖြင့် စောစီးစွာသိရှိကုသမှုခံယူပါ။