

ပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိတဖၣ်ညး

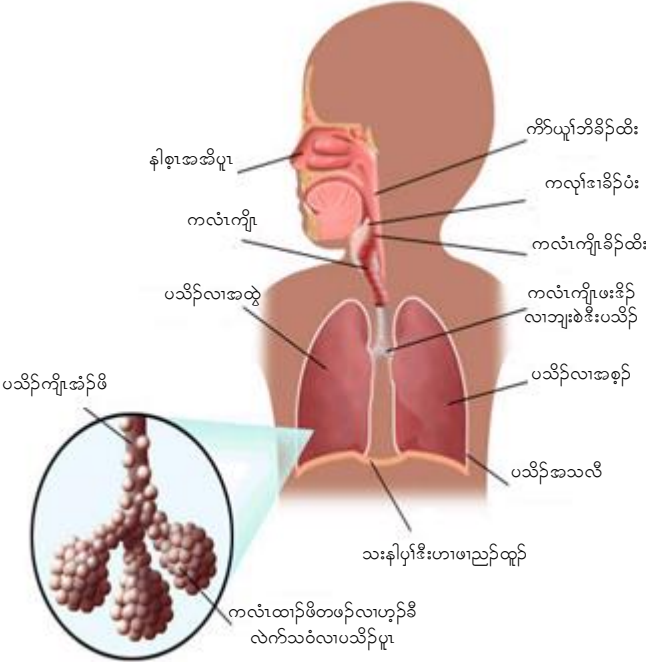
တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်?

ပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိတဖၣ်ညးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢလီၤကၢ်ဒီးတီးကွၢ်တၢ်ဆါတခါလၢအမၤဘၣ်ဒိဖိသၣ်အိၣ်န့ၣ်ဖိတဖၣ်ဖဲလၢအတၢ်အိၣ်မူအခိၣ်ထံးကတၢၢ်တန့ၣ်န့ၣ်လီၤ. အကဲထီၣ်သးခိဖျိဘဲၣ်(စ)တၢ်ဆါယၢ်တဘျူးခါအကျိၤတခါ (အါတက့ၢ်ညီန့ၢ်မၤအသးတခါလၢအမ့ၢ် RSV မ့တမ့ၢ် တၢ်သါထီၣ်သါလီၤလၢအလီၤပလီၣ်လီၣ်သးအဘဲၣ်(စ), လၢအမၤဘၣ်ဒိကလံၤကျိၤအဆံးဖိတဖၣ် (ကလံၤကျိၤဖးဒုတဖၣ်) လၢပသိၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. ပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိတဖၣ်ညးညီန့ၢ်ကဲထီၣ်အသးအါဖဲတၢ်ဂီၢ်ခါအကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိတဖၣ်ညးစးထီၣ်အသးဒ်တၢ်ဘၣ်တမ့ၢ်ပတီၢ်မ့ၢ် (နါစ့ၤထံလူၤ, ကဆဲးဒီးကူး), ဒီးဂူၤထီၣ်ပသိၣ်အတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ကသါယံး (ချး, ယၢစုၣ်, မ့တမ့ၢ် သီၣ်သဲ) ဒီးအိၣ်တၢ်အိၣ်ကိထီၣ် (အိၣ်တၢ်စ့ၤလီၤ, အဘျီစ့ၤလီၤ မ့တမ့ၢ် အသးစဲလၢတၢ်အိၣ်) န့ၣ်လီၤ.

တၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်ဆါ

တလိၣ်မၤကွၢ်လီၤဆီလၢကမၤဂၢၢ်မၤကျိၤတၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်ဆါဘၣ်. ဘၣ်ဆၣ်, တၢ်လၢအဘၣ်ယးဒီးနါစ့ၤအထံကဘၣ်တၢ်ဆါအီၤဆူတၢ်မၤကွၢ်အဒးလၢကမၤဂၢၢ်မၤကျိၤလၢနဖိမၤန့ၢ်ဘဲၣ်(စ)တၢ်ဆါယၢ်ဖဲလဲၣ်တကလုာ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ဘဲၣ်(စ)တၢ်ဆါယၢ်အကလုာ်တဆိတလဲတၢ်ကူၤစါယါဘျီပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိညးဘၣ်.



တၢ်အံးကွၢ်ကွၢ်လၢဟံၣ်

ထီၣ်ဂုၢ်ကျိးစးလၢတဘၣ်သုအိၣ်မိၣ်လၢဟံၣ်ပူၤတဂ့ၤ မ့တမ့ၢ်လၢနဖိသၣ်အိၣ်န့ၢ်အကပိၣ်အကပၤတဂ့ၤ. တၢ်အံၤအကါဒိၣ်လီၤဆီဒ်တၢ်လၢနဖိသၣ်အိၣ်န့ၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်သါထီၣ်သါလီၤအတၢ်ဆါအကပိၣ်ကပၤတဂ့ၤ.

- ကသံၣ်ကသိတဖၣ်ညီန့ၢ်တမၤစၢၤဖိသၣ်အိၣ်န့ၢ်လၢအအိၣ်ဒီးပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိတဖၣ်ညးဘၣ်. တၢ်တဟ့ၣ်အီၤလၢကသံၣ်မၤသံတၢ်ယၢ်ဘၣ်မ့ၢ်လၢပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိတဖၣ်ညးကဲထီၣ်သးခိဖျိဘဲၣ်(စ)တၢ်ဆါယၢ်တခါအယိကသံၣ်မၤသံတၢ်ယၢ်တမၤဘျီဘဲၣ်(စ)တၢ်ဆါယၢ်ဘၣ်တဖၣ်ဘၣ်.
- ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါလၢကအိၣ်ဘူးအိၣ်သါ.
- ဒုးအီၤအီၤလၢမိၢ်န့ၢ်ထံအဆါကတီၢ်ဖုၢ်လီၤတစဲး မ့တမ့ၢ် ဖိသၣ်တၢ်န့ၢ်ထံကမူၣ်, ဒီးဒုးအီၤအီၤထံခဲအံၤခဲအံၤန့ၣ်တက့ၢ်. လၢကျဲးအံၤဖဲနဖိအိၣ်န့ၢ်အခါတလီၤဘူးကဲၣ်ဆိးဘၣ်. နဖိမ့ၢ်တအိၣ်ထံလၢလၢပုၤပုၤန့ၣ်ကမၤန့ၢ်တၢ်အထံသံးအနီၣ်သံးလၢမိၢ်ပုၤပူၤသ့န့ၣ်လီၤ.
- နဟ့ၣ်အီၤအီၤလၢ ဖၢရၢစံၤတၢ်မိ သ့ဖဲလၢနဖိမ့ၢ်အသးအုန့ၣ်ညီန့ၣ်လီၤ.
- ဟးဆူးတၢ်ဘၣ်နွံးဘၣ်နွံးဒီးဖိသၣ်အိၣ်န့ၢ်တဖၣ်လၢအခိၣ်ထံးစ့ၤသီအတီၢ်ပူၤ, မ့ၢ်လၢပသိၣ်ကျိၤအိၣ်ဖိတဖၣ်ညးမ့ၢ်တၢ်ကူဘၣ်ကဲဘၣ်အတၢ်ဆါဒီးတၢ်ဘၣ်နွံးဘၣ်နွံးဒီးဖိသၣ်အိၣ်န့ၢ်အဂၤတဖၣ်မ့တမ့ၢ်ဖိသၣ်ဆံဖိတဖၣ်ကဆါစ့ၢ်ကိးအယိန့ၣ်လီၤ.



နိမ့်သည့်အိပ်နှာများတိုက်တိုက်ဆီဒီးတိုက်ကိတ်ခဲအိပ်လကအိန်နီး၊ အဝဲသွပ်ကလိပ်လကတိုက်လိပ်အိန်ဆူတိုက်ဆီဟံန့န့လီ၊ ပှမတိုက်ဖိကလိပ်-

- ဟ့န့အဝဲသွပ်လကအိန်စံန့ကွဲ
- ဟ့န့အဝဲသွပ်လကတိုက်အထံတိုက်အနိလကတိုက်အိအပီဘိဖိဖိအနီစုဆူအဟာဖာပှ၊ မ့တမ့ တဘျီတခိနိဖိဖိဖိ(ပ)တဖျာန့လကအသွဲန့ကျိပှ
- ခိးကွဲအဝဲသွပ်ဘူးဘူးတိုက်တိုက်လကမလီတိုက်လကအဝဲသွပ်သုတအိန်ဆူန့အိန်ချနးထိပ်တဂ့အဂီန့န့လီ၊

တံးပံးဂ့ဝီပိထွဲထိပ်အခံ

သွပ်ဆာဖးကတိုက်လကနဖိကထံပိလိပ်သးဒီးကသံပိသရဲတဂ့ (မ့တမ့ က့ကဒါက့ဆူဂီဂီအူဝဲကျိ) လကနမ့အိန်ဒီးတိုက်လက အဖိလိပ်တခါလိပ်လက-

- အသိထိပ်သိလီကီ (ချ မ့တမ့ အသိထိပ်သိလီတဒ်သိညိန့ဘန့, အဖးဘုဂ့လကအကိတ်ဘိဒီးအဂ့ပံကပိကပာ လီဆာန့, အခိနိဝဲဝဲပိ, မာသိန့အကလုာ်ကြူကြူ)
- ထိပ်လိ မ့တမ့ အဖးဘုဂ့လီဝါဒီးအကပာကဝါထိပ်
- အိန်တိုက်အိန်တိုက်စုန့ညိန့အိန်ဝဲတတ်, မ့တမ့ ဂ့လိပ်လကတအိန်တိုက်အိန်တိုက်အိ မ့တမ့ တိုက်အထံတိုက်အနိ
- လီကလကလီဘုးဖးဒိ မ့တမ့ အဲဒီးမဲအါန့န့ညိန့
- နမ့သ့ကိတ်သးဂီလကနဖိအဂီလကတိုက်ဂ့အဂ့တခါန့န့လီ၊

နိပ်ဝံခံတဖှလကသ့နိပ်ထိပ်

ဖိသည့်အိန်နှာတနီအိန်ဒီးတိုက်ဘန့ယိပ်ဘန့ဘိအါလက ပသိပ်ကျိအံပိတဖှညိန့န့လီ၊ ပျန့ဖိသည့်အိန်နှာလကထံပိလိပ်သး ဒီးဂီဂီအူဝဲကျိအဘူးကတိုက်လကနမ့အိန်ဒီးတိုက်လကအဖိလိပ်တခါလိပ်လက-

- အိန်ဖျိန့ဆိကဲန့ဆိး (အိန်ဖျိန့တချး ၂၃န့)
 - အသးစံးဖးဒိ (အိန်ဖျိန့ထိပ်ဝံစုန့အန့၁၀)
 - အိန်ဒီးတိုက်ဆီယံခါထာအတိုက်အိန်ဆူန့အိန်ချတိုက်အိန်သးတဖှ (အဒိ-ပသိပ်အတိုက်ဆီ, သးဖျာန့အတိုက်ဆီ, လကအဘန့ပးဒီးန့ဘိအတိုက်ဆူးတိုက်ဆီ, မ့တမ့ မ့ပှလကဂီကြိဆာတိုက်ဆီအဂံစံးလီ)
 - မ့ပှထူလံးဖိမ့တမ့ထိရံပိပ်လဲန့ဒုစုပှကီးဖိတဖှန့န့လီ၊
- ဖိသည့်အိန်နှာတဖှလိပ်ဘန့လကအိန်ဘုးအိန်သါဒီးကအိတ်ထံတစဲခဲအဲခဲအံ
 - ပသိပ်ကျိအံပိတဖှညိန့မ့တိုက်က့ဘန့ကဲဘန့အတိုက်ဆီတခါလကဆူးကဆီလကအခိနိထံးစုသိ
 - ညိန့ကဲထိပ်သးလကဖိသည့်အိန်နှာလကအသးအိန် ၆ လကအဖိလိပ်တဖှ
 - ဖိသည့်အိန်နှာတဖှညိန့ဆူးဆီ ၃သီတု၊ ၅သီဝံအိန်ဆူန့ထိပ်က့ဖဲ ၇သီ တု၊ အသီ၁၀ န့န့လီ၊ တိုက်ကူးဘန့တဘန့ကအိန်ဒီးဆူညါ ၂န့ တု၊ ၄န့ န့န့လီ၊
 - တိုက်အိန်လကဟံပှဟ့န့အါထိပ်တိုက်အခူးအယံလကဖိသည့်အိန်နှာကမာန့ပသိပ်ကျိအံပိတဖှညိန့ဒီးကမာနးထိပ်အီ
 - နါစုကသံပိလီစါလကအအိန်ဒီးအံသ့ထံ မ့တမ့ ကသံပိဖှဘန့စိန် (လကသံပိကျး) မာစါလကမာကဆီထိပ်နါစု ကျိကဆူးသ့န့န့လီ၊



Government of Western Australia
Child and Adolescent Health Service



ဖိသည့်ဒီးပှလိပ်ဘိတိုက်အိန်ဆူန့အိန်ချတိုက်ဖးတံးမာ
15 Hospital Ave, Nedlands, WA, 6009.
လီဝဲစိ- (၀၈) ၆၄၅၆၂၂၂၂
တိုက်ဒူးအိန်ထိပ်ဆီလက-ဂီဂီအူဝဲကျိ
Ref: 529.5 © CAHS 2023

တိုက်ကူးနိပ်ကူးယါဆဲတံးမးန့အိန်သ့လကတိုက်ယုထာကတဲကတိရဲန့ကျိအိ
လကအိန်ဒီးအကူအဂီတဖှလကတိုက်ယုထိပ်လကပှလကဟူးဂါဖးမာတိုက်တသ့
ဂ့ဂ့တဖှအဂီန့န့လီ၊

တိုက်ထံးန့မ့ဒါဘန့- တိုက်ကူးထူးထိပ်ဂ့လီဆီမ့လကတိုက်က့ဘန့က့သ့ထိရဲ
ဒီးတိုက်တိုက်ကျိတိုက်ပညိန့က့ဖိတဖှအဂီန့န့လီ၊ ဆဲးကျိဘန့ပှအိန်ဒီးဆူန့ချကဟ
ကယိန့ကိစိတဂ့လကသံပိကသိအတိုက်ဟ့န့က့လိပ်တဘျီလကလီအဂီန့န့တဂ့၊
© ကီစဲန့လကမ့န့ဆိးစတုလယါ, ဖိသည့်ဒီးပှလိပ်ဘိတိုက်အိန်ဆူန့အိန်ချတိုက်ဖးတံးမာ