



တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချးအဂၢၢ်အကျိၤတဖၣ်

# ခိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး

ဖိသၣ်တဖၣ်ညိၣ်န့ၣ်လီၤယံၤဒီးအခိၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ဒိမ့တမ့ၢ်အခိၣ်ညိၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ. ကတဲအီၤလၢအခိၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးအံၤမ့ၢ်တၢ်နးနးကလဲၣ်လီၤ မ့တမ့ၢ် တမ့ၢ်ဘၣ်လီၤန့ၣ်ကိသ့န့ၣ်လီၤ.

နဖိမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်လၢအဖိလၢတခါခါဒီး, အဝဲသ့ၣ်ကြၢၤထံၣ်ကသံၣ်သရၣ်-

- သးပုးနီၣ်အသးမ့တမ့ၢ်ကနိးနးနးကလဲၣ် (တၢ်ထီၣ်)
- လီၤကဲအမဲၣ်ဖံးယၢ, အသးကဒံကဒါ မ့တမ့ၢ် တဘၣ်လီၤဘၣ်စးဘၣ်
- ညိၣ်ထီၣ်ဖးဒိၣ် မ့တမ့ၢ် ပနူၤထီၣ်ဖးဒိၣ်
- တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဖးဒိၣ်လၢအခိၣ်လၢနဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီအဂၢၢ်န့ၣ်လီၤ.

## ဖိသၣ်တဂၤလၢအခိၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတ့ၢ်တဂၤ

- လိၣ်တၢ်ကွၢ်ထံးကွၢ်ဆး - လၢ ၄၈ န့ၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပူၤဖဲအခိၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဝံၤအလီၢ်ခံ
- တကြၢၤမၤတၢ်နီၣ်တမံၤလၢတၢ်လီၢ်လၢအလီၤကဲလၢကတူၢ်ဘၣ်ကဒီးအခိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးခံဘျီတဘျီလၢအစ့ၤကတၢ် ၄၈ န့ၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပူၤ-အဒိ-ဒီးလ့ၣ်ယီၢ်, ထီၣ်လၢတၢ်လိာ်ကွဲတၢ်အပီးအလီ, ဂဲၤလိာ်ကွဲတၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲ
- တစဲးဘၣ်တစဲးစးထီၣ်ကဒါက့ၤမ့ၢ်ဆ့ၣ်မ့ၢ်ဂီၢ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ (လၢတပၣ်ယုၣ်တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲတဖၣ်) ဒိတၢ်န့ၣ်လီၤအသိး, ညိၣ်န့ၣ်လၢ ၂-၃သီ အတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်လၢအမၤစၢ်လီၤတၢ်ဆါ

နဖိမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါန့ၣ်, ဟ့ၣ်အီၤအီၤလၢဖၤရၢစံၤတၢ်မိ မ့တမ့ၢ် အံၤဘူၤဖြဲဖဲဒီးမၤပိာ်ထွဲကသံၣ်ဘိၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤတဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

## ဘၣ်ယုတၢ်မၤစၢၤဖဲလဲၣ်အခါလဲၣ်

ဆုၤကဒါက့ၤနဖိမ့ၢ်ဆုတၢ်ဆါဟံၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ဆူးတၢ်ဆါမ့ၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အါထီၣ်လၢတၢ်အဖိခိၣ်တခါခါလၢန့ၣ်တဖၣ်လၢပိာ်ထွဲထီၣ်ခိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဝံၤအလီၢ်ခံ-

- ကဲထီၣ်တၢ်တနီၣ်သ့ၣ်နီၣ်သး (ကိးသိလ့ၣ်တီပုၤဆါ, စံၢ်လီၤလိာ်တဲစိနီၢ်ဂံၢ် ၀၀၀)
- အသးကဒံကဒါ မ့တမ့ၢ်အသးအုန့ၣ်ညိၣ် မ့တမ့ၢ် ကတီၤတၢ်ကတီၤတကျါဘၣ်
- အိးထီၣ်အမဲၣ်ချဲတကဲဘၣ်, ကတီၤတၢ် မ့တမ့ၢ် ပိာ်ထွဲတၢ်မၤအီၤတဖၣ်တကဲဘၣ်
- တၢ်ကနိးနးနးကလဲၣ် (တၢ်ထီၣ်, တရံးအသး မ့တမ့ၢ် ဖဲၣ်သၣ်အထူၣ်ထူး မ့တမ့ၢ် စုခိၣ်ထူး)
- ကအုကစ့ၤလၢတၢ်ခိၣ်ဆါအဆၢတလီၤတူၢ်ဘၣ် မ့တမ့ၢ် ကိာ်ဘိဖ့ၣ်ဆါထီၣ်
- ကအုကစ့ၤလၢအထံၣ်တၢ်ဖျါကဒုကယီၢ်, ထံၣ်တၢ်ခံကထာ, မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်ကီတၢ်ခဲအဂၢၢ်တဖၣ်လၢအထံၣ်တၢ်ပတီၢ်မ့ၢ်တဖၣ်လီၤကဲတဘၣ်လီၤဘၣ်စးဒိၣ်ညိၣ်န့ၣ်အသိးဘၣ်
- ဘျီခဲအံၤဖဲအံၤ
- တၢ်သ့ၣ်ဟဲထီၣ်လၢန့ၣ်ပူၤ
- တၢ်အထံၣ်ဟဲထီၣ်လၢအမဲၣ်ချဲတဖၣ်အပူၤ မ့တမ့ၢ် လၢန့ၣ်စုန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်ဟံးဂ့ၢ်ဝီပိာ်ထွဲထီၣ်ခံ

ခိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢအတဆူၣ်တဖၣ်ညိၣ်န့ၣ်တလိၣ်လၢတၢ်ဟံးဂ့ၢ်ဝီပိာ်ထွဲထီၣ်ခံတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်တခါဘၣ်. ဘၣ်ဆၣ်, တၢ်ကီတၢ်ခဲတဖၣ်အစၢအိၣ်ထီၣ်လၢခိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢအကါတဒိၣ်တခါတၢ်ယုထံၣ်သ့ၣ်ညါအီၤကီသ့န့ၣ်လီၤ. န့ၣ်တဖၣ်ဖဲခိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဝံၤအလီၢ်ခံနဖိမ့ၢ်ကဒုးန့ၣ်ဖျါထီၣ်-



- အသးအနုညီ
- တာ်ဟ်သုဂ်ဟ်သးလဲလိာ်သး
- လီၤဘုးလီၤတီၤ
- တာ်သးစၢ်ဆါတာ်ကီတာ်ခဲတဖၣ်
- တာ်သကဲးပတ်အတာ်ကီတာ်ခဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

**တာ်သုဂ်တဖၣ်တခါတခါမ့ၢ်ကဲထီၣ်သး မ့တမ့ၢ် နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတာ်ကီတာ်ဂီၤအဂ့ၤအဂၤတဖၣ်န့ၣ်ဒီး, လဲၤဆုၢ်နဖိဆူနကဝီၤကသံၣ်သရၣ်အအိၣ် မ့တမ့ၢ် ဝ့ၢ်ဂီၢ်အူဝဲၤကျိၤအဘူးကတၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.**

မ့ၢ်ဟ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အဂ့ၤလၢကဒုးသ့ၣ်ညါနဖိမ့ၢ်ဆါခီအတာ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ/ ကွီ ဘၣ်ယးခိၣ်တာ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး, ဒ်သိးအဝဲသ့ၣ်ကမၤစၢၤနဖိလၢကအိၣ်ဆူၣ်ထီၣ်က့ၤ (ဒီးကပလီၢ်သးလၢတာ်ဂ့ၢ်ကီခဲတခါလၢလံာ်) အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

**ခိၣ်တာ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဆူၣ်ဆူၣ်ကလဲာ်တာ်ပနီၣ်တဖၣ်**

ခိၣ်တာ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဆူၣ်ဆူၣ်ကလဲာ်အခိပညီတာ်ကဲထီၣ်သးတနီၤလၢ (ညီန့ၢ်တစီာ်တလီၢ်) တာ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးခိၣ်န့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ခိၣ်န့ၢ်ညီန့ၢ်ကျိၤက့ၤလၢလၢပဲၤပဲၤ, ဘၣ်ဆၣ်ကယံာ်လၢအသီတဖၣ်တုၤလၢအနွံတဖၣ် (မ့တမ့ၢ် တဘျီဘျီယံာ်အါထီၣ်) န့ၣ်လီၤ.

တာ်ဆါအတာ်ပနီၣ်တဖၣ်ဟ်ယုာ်ခိၣ်ဆါ, ခိၣ်မူၤ, တာ်မိာ်ဘျးသး, တာ်သးစၢ်ဆါတန့ၣ်ဘၣ်, ဒီးလီၤဘုးလီၤတီၤန့ၣ်လီၤ.

ခုခါခဲအံၤတာ်ဆုၣ်သးဆီၣ်ထွဲလၢတစဲးဘၣ်တစဲးပတီၢ်မ့ၢ်ဟ်ဟ့ၢ်တၢ်ဂဲၤဟဲၤက့ၤကဒါက့ၤဖဲခိၣ်တာ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတဒိၣ်တဆံးဝံၤအလီၢ်ခံ, ဒီးတပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ်လိာ်ကွဲကဒါက့ၤသ့န့ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်တဖၣ်လၢက့ၤထီၣ်ကဒါက့ၤကွီ မ့တမ့ၢ် လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲကဒါက့ၤဆိတလၢတဖၣ်တာ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီအိၣ်လၢတာ်ပၤယာ်တာ်ဆါပိာ်ထွဲထီၣ်ခံတဖၣ်လၢခိၣ်တာ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးအယိန့ၣ်လီၤ.

နဖိကြၢးအိၣ်ဒီးတာ်ဆါကတီၢ်လၢအနီၢ်ခိၣ်ဒီးသးအတာ်ဆိကမိာ်တာ်အိၣ်ဘျးအိၣ်သါ (“ခိၣ်န့ၢ်အတာ်အိၣ်ဘျးအိၣ်သါ”) အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်တကြၢးလိာ်ကွဲတာ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲဒီးကြၢးပးဆုးစ့ၢ်ကီးတာ်ဟူးတာ်ဂဲၤလၢအလိၣ်သးအတာ်ဆိကမိာ်တာ်သးစၢ်ဆါ (ဟ်ယုာ်တာ်စူးကါခိၣ်ဖျါထၢၣ်, ကွဲၤဟူဖျါ, တာ်ကွဲးဆုၢ်လိာ်ဒီးတာ်လိာ်ကွဲက့) လၢ ၄၈ န့ၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ.

တုၤမ့ၢ်နဖိပူၤဖျးထီၣ်လၢတာ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်လၢ ၄၈ န့ၣ်ရံၣ်ဒီးတုၢ်ဘၣ်ကဒါက့ၤဒ်အညီန့ၢ်ဒီး. အဝဲသ့ၣ်စးထီၣ်မၤကဒါက့ၤတာ်ဟူးတာ်ဂဲၤတဖၣ်တစဲးဘၣ်တစဲးသ့ဒ်တာ်ဟ်ဖျါထီၣ်အီၤလၢလံာ်အသိးန့ၣ်လီၤ. တပတီၢ်ဘၣ်တပတီၢ်စုာ်စုာ်ယံာ် ၂၄-၄၈ န့ၣ်ရံၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးဒီးတာ်ဆါပနီၣ်သဘျီဒီး. အဝဲသ့ၣ်သးထီၣ်ဆူၣ်ညါတပတီၢ်သ့န့ၣ်လီၤ.

**က့ၤထီၣ်ကဒါက့ၤကွီဒီးသးအတာ်သ့ၣ်ညါတာ်ဟူးတာ်ဂဲၤတဖၣ်**

တာ်အပတီၢ်	တာ်ဟူးတာ်ဂဲၤ	တာ်ပညိၣ်လၢတာ်အပတီၢ်
တာ်အပတီၢ် ၁-တာ်ဟူးတာ်ဂဲၤ တအိၣ်ဘၣ်	မၤပဲၤသးအတာ်ဆိကမိာ်တာ်အိၣ်ဘျးအိၣ်သါ	တာ်အိၣ်ဆူၣ်ထီၣ်က့ၤ
တာ်အပတီၢ် ၂- သးအတာ်သ့ၣ်ညါ တာ်ဟူးတာ်ဂဲၤလၢဟံၣ်လၢအကါ တအိၣ် (တာ်ဆိကမိာ်) တာ်ဟူးတာ်ဂဲၤလၢဟံၣ်	တာ်ဆါကတီၢ်ဖျါကိာ် (၅-၁၅ မံးနံး) သးအတာ်ဆိကမိာ်တာ်ဟူးတာ်ဂဲၤ (ကွီဟံၣ်တာ်မၤ)	တစဲးဘၣ်တစဲး, လၢတာ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအီၤဘူးဘူးမၤအါထီၣ်အတာ်ဟူးတာ်ဂဲၤတဖၣ် (တာ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်တဘၣ်အိၣ်ဘၣ် - တာ်ဂ့ၢ်လီၤတာ်လီၤဆဲးလၢအဖိခိၣ်)



**Government of Western Australia  
Child and Adolescent Health Service**

ဖိသၣ်ဒီးပုၤလိာ်ဘိတာ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆူၣ်ချတာ်မံးတာ်မၤ  
15 Hospital Ave, Nedlands, WA, 6009.  
လိတံး- (၀၈) ၆၄၅၆၂၂၂၂  
တာ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်ဆိလၢ-ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူဝဲၤကျိၤ  
Ref: 247.6 © CAHS 2023

တာ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါဆဲးတာ်မၤန့ၢ်ဆါသ့လၢတယုထာကတဲာ်ကတီၢ်ရဲၣ်ကျိၤအီၤလၢအိၣ်ဒီးအက့ၢ်အဂီၢ်တဖၣ်လၢတာ်ယုထီၣ်လၢပုၤလၢဟူးဂဲၤမံးမၤတာ်တသ့ဂ့ၤတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

**တာ်တပံးန့ၢ်ပုၤအါဘၣ်**- တာ်စဲးကွဲးထွဲထီၣ်ရၤလီၤဆဲးမ့ၢ်လၢတာ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ထီၣ်ဒီးတာ်ဂ့ၢ်တာ်ကျိၤတာ်ပညိၣ်ကွၢ်စိတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဆဲးကွဲးဘၣ်ပုၤအိၣ်ဒီးဆူၣ်ချကဟ့ကယံာ်ကီၢ်စိတဂၤလၢကသံၣ်ကသီအတာ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လိာ်တဘျီလၢလံာ်အဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.  
© ကီၢ်စဲၣ်လၢမ့ၢ်န့ၢ်ဆိးစတုလယါ, ဖိသၣ်ဒီးပုၤလိာ်ဘိတာ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆူၣ်ချတာ်မံးတာ်မၤ

တၢ်အပတီၢ် ၃-တၢ်အါတဖၢသး အတၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ လၢဟံၣ်	တၢ်ဆၢကတီၢ်ထီၣ်ထီၣ် (၂၀-၃၀မံးနံး) သးအတၢ်ဆိကမိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ (ကွီဟံၣ်တၢ်မၤ)	မၤအါထီၣ်သးအတၢ်သ့ၣ်ညါအတၢ်တူၢ် တၢ်န့ၢ်, နီၢ်ကစၢ်ဟံၣ်လီၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ
တၢ်အပတီၢ် ၄-တၢ်န့ၢ်လီၤကွီ တဖၣ်တတ်	တၢ်ထီၣ်ကွီန့ၢ်တတ်, ဟံၣ်ယုၣ်ဒီး ၁-၂ န့ၣ်ရံၣ်ကွီဟံၣ်တၢ်မၤ	တၢ်န့ၢ်လီၤကွီကွီတၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးလီၢ်လၢ ကပၤယၢ်သးအတၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်ဝံတၢ် ယိးလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအပနီၣ်နီၣ်တမံၤ
တၢ်အပတီၢ် ၅-တဖၣ်ဘၣ်တဖၣ် တၢ်န့ၢ်လီၤဟံၣ်ဖျိၣ်လိာ်သးတပူၤပီ ဆူကွီ	တဖၣ်ဘၣ်တဖၣ်မၤအါထီၣ်က့ၤတၢ်ထီၣ် ကွီမုၢ်န့ၢ်ပုၤပုၤ	မၤအါထီၣ်သးအတၢ်သ့ၣ်ညါအတၢ်တူၢ် တၢ်န့ၢ်
တၢ်အပတီၢ် ၆-စးထီၣ်ကဒါက့ၤ သးအတၢ်ဆိကမိၣ်အတၢ်မၤလၢ ဘၣ်မၤအီၤလၢလၢပုၤပုၤ	လူၤချူးက့ၤတၢ်မၤလၢလဲၤကဟံၣ်, တၢ်ဒီးစဲးဒီးတၢ်သမံးသမိးတဖၣ်	က့ၤထီၣ်ကဒါက့ၤကွီလၢလၢပုၤပုၤ

က့ၤလိာ်ခိၣ်လိာ်ကွီကဒါက့ၤ

တၢ်အပတီၢ်	တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ	တၢ်ပညိၣ်လၢတၢ်အပတီၢ်
တၢ်အပတီၢ် ၁- တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတအိၣ်ဘၣ် အခိၣ်ထံး၄၈န့ၣ်ရံၣ်ဖဲဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဝံၤ	မၤပုၤနီၢ်ခိၣ်ဒီးသးအတၢ်ဆိကမိၣ် တၢ်အိၣ်ဘၣ်	တၢ်အိၣ်ဆူၣ်ထီၣ်က့ၤ
တၢ်အပတီၢ် ၂- တၢ်မၤနီၢ်ခိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢအဖုံ	ဟး, ပီၤထံ, ဒီးလှဲၣ်ယီၢ်လၢ အိၣ်ဂၢၢ်တပၢ်	မၤအါထီၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤလၢတဆူၣ်တကီၤ
တၢ်အပတီၢ် ၃- တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွီနီၢ်ခိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ လီၤဆီ	ယုၣ်ကွီလိာ်သးဒ်ဖျါၣ်ထူတၢ်သိၣ် တၢ်သီတဖၣ်, ခြူးခဲးဖျါၣ်သ့, ပိာ်မုၢ် ဖျါၣ်သ့တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွီ, ဟီးကံၣ်	ဟံၣ်ဖျိၣ်ယုၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ
တၢ်အပတီၢ် ၄- နီၢ်ခိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတၢ်ကွီလိာ်သးလၢတၢ် ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ထံးလိာ်သးတအိၣ်ဘၣ်	ဟ့ၣ်ခိၣ်ကွီလိာ်သးဒ်ဖျါၣ်ထူတၢ်သိၣ်တၢ် သီတဖၣ်, ခြူးခဲးဖျါၣ်သ့, ပိာ်မုၢ် ဖျါၣ်သ့တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွီ, ဟီးကံၣ်	ဟံၣ်ဖျိၣ်ယုၣ်တၢ်ဒုးဘၣ်လိာ်ဖိးဒု လိာ်သးဒီးနီၢ်ခိၣ်တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ
တၢ်အပတီၢ် ၅- တၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ထံးလိာ်သးပုၤပုၤတၢ် တၢ်ကွီလိာ်သး	န့ၢ်လီၤမၤဘၣ်ထွဲလိာ်သးဒ်အညီန့ၢ် တၢ်ကွီလိာ်သးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ	ဒုးအိၣ်ထီၣ်က့ၤတၢ်န့ၢ်န့ၢ်တၢ်ဒီးပျဲပုၤ န့ၣ်လိတၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢကသမံးသ မိးက့ၤတၢ်လဲၤထီၣ်လဲၤထီ
တၢ်အပတီၢ် ၆- လိာ်ကွီကဒါက့ၤ	လိာ်ကွီတၢ်လိာ်ကွီဒ်အညီန့ၢ်	

နမိအတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်မုၢ်ဖျါထီၣ်တခါခါန့ၣ် (ခိၣ်ဆါ, ခိၣ်မူၤ, တၢ်မိၣ်ဘျိးသး, မ့တမ့ၢ် လီၤဘျိးလီၤတီၤ), အဝဲသ့ၣ်ကြးက့ၤကဒါ  
က့ၤဆူလီၢ်ခံတပတီၢ်ဒီးကျဲးစးကဒီးဆူညါတဘျီဖဲ ၂၄-၄၈ န့ၣ်ရံၣ်အဆၢကတီၢ်အလီၢ်ခံ မ့တမ့ၢ် အအိၣ်ဘျိးဝံၤန့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်တလီၤ  
တံၢ်ဘၣ်န့ၣ်ဘၣ်ယးတၢ်ဟဲက့ၤကဒါက့ၤပုၤပုၤဆူတၢ်လိာ်ကွီန့ၣ်, နကသံၣ်သရၣ်ဟ့ၣ်က့ၣ်န့ၣ်ဆူညါသ့န့ၣ်လီၤ.

နမိမ့ၢ်အိၣ်ဒီးခိၣ်ဆါ, ခိၣ်မူၤ, တၢ်မိၣ်ဘျိးသး မ့တမ့ၢ်ဘျိးလၢအဆၢတလီၤတူၢ်ဘၣ်န့ၣ်, မ့တမ့ၢ် နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တၢ်တခါခါ  
န့ၣ်, လဲၤဆူၤနမိဆူကသံၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် ဝုၢ်ဂီၢ်အူဝဲကျိၤန့ၣ်တက့ၢ်.

ပျက်စီးမှုတစ်ခုခုလဲအကွန်ပျူတာဖိသိပ်တဖန်လဲအိန်ဒီးနိုတင်ဘုဒ်ဘုထံးလိာ်သးအဒိန်အမုာ်အဂီၢ်, မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါ  
လၢပုၤယဲၤဘျးစဲအံၤ website: [https://concussioninsport.gov.au/parents\\_and\\_teachers](https://concussioninsport.gov.au/parents_and_teachers) သ့န့ၢ်လီၤ.

လီၤလီၤဆီဆီ, တၢ်ပဲက့ၤကဒါက့ၤဆူတၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်က့ၤ ကျဲလၢပုၤကဘၣ်လူၤပိာ်မၤထွဲအီၤလၢဖိသိပ်တဖန်အဂီၢ်, လၢအိန်ဒီး  
အဆၢကတီၢ်လၢယံၣ်အါထီၣ်တချုးပဲက့ၤကဒါက့ၤဆူတၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်က့ၤန့ၢ်လီၤ.



**Government of Western Australia  
Child and Adolescent Health Service**

ဖိသိပ်ဒီးပုၤလိာ်ဘိတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်ချတၢ်မံးတၢ်မၤ  
15 Hospital Ave, Nedlands, WA, 6009.  
လိာ်တံး- (၀၈) ၆၄၅၆၂၂၂၂  
တၢ်ဒုးဆိၣ်ထီၣ်ဆီၤလၢ-ဂၢၢ်ဂီၢ်ဆူၣ်ကျိၤ  
Ref: 247.6 © CAHS 2023

တၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါဆံးတၢ်မၤန့ၢ်ဆီၤသ့လၢတၢ်ယုထၢကတဲၤကတီၢ်ရဲၣ်ကျိၤဆီၤ  
လၢအိန်ဒီးဆက့ၢ်အဂီၢ်တဖန်လၢတၢ်ယုထီၣ်လၢပုၤလၢဟ့ၢ်ဒဲးဖဲမၤတၢ်တသ့  
ဂ့ၢ်တဖန်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ.

**တၢ်တယံးန့ၢ်ပုၤဒါဘၣ်**- တၢ်စဲကျဲးထုးထီၣ်ရၢလီၤဆံးမုာ်လၢတၢ်က့ၢ်ဘၣ်က့ၢ်သ့ထီၣ်ရီၤ  
ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတၢ်ပညိၣ်က့ၢ်စိတဖန်အဂီၢ်န့ၢ်လီၤ. ဆဲးကျိၤဘၣ်ပုၤအိန်ဒီးဆူၣ်ချကဟ့  
ကယၣ်ကၢ်စိတဂၤလၢကသံၣ်ကသီဆတၢ်ဟ့ၣ်က့ၢ်လိာ်တဘျီလၢလၢအဂီၢ်န့ၢ်တက့ၢ်.  
© ကီၢ်စဲၣ်လၢမုာ်န့ၢ်ဆီၤစတုလယါ, ဖိသိပ်ဒီးပုၤလိာ်ဘိတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်ချတၢ်မံးတၢ်မၤ