

တီဘီ အဆုတ်နာရောဂါ ဆေးကုသလို ပျောက်နိုင်သလား။

ဟုတ်ကဲ့ ယခုခေတ် ကာလမှာ လူနာတိုင်းနီးပါးလိုလို တီဘီ အဆုတ်နာရောဂါ ပျောက်အောင် ကုသနိုင်ပါပြီ။ တီဘီ ဆိုင်ရာ ဆေးဝါးများကို မှန်မှန် စီစဉ်ထားသည့်အချိန်တွင် သောက်ဖို့ အရေးကြီးပါသည်။

တီဘီရောဂါရှိသူ အများစုအနေနှင့် စတင်ကုသရာမှာ ဆေးလုံးများ အနည်းဆုံး ၄မျိုးလောက် သောက်ရပါသည်။ လ ပေါင်း တော်တော်ကျော်လွန်ပြီးမှ ဆေးဝါးများကို လျော့ဖွယ်ရှိပါသည်။

ဤဆေးလုံးများကို အနည်းဆုံး ၆ လ သောက်သုံးလျှင် တီဘီ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါသည်။ ဆေးလုံးများကို လူနာထံ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းက တိုက်ရိုက် ကြီးကြပ်လျက် တစ်ပတ် သုံးကြိမ် ထုတ်ပေးသည်။ ဤကဲ့သို့ လုပ်ရန်မဖြစ်နိုင်လျှင် ဆေးလုံးများကို နေ့စဉ် တစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ဖြည့်ထားသည့်ဆေးဘူးလေးနှင့် ပေးသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ တီဘီရောဂါပိုးများသည် ခုခံအားရှိတတ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အများဆုံးသုံးနေသည့် တီဘီရောဂါကု ဆေးလုံးများသည် ထိုရောဂါပိုးများကို သေအောင် မသတ်နိုင် ဖြစ်နေပါသည်။ ဒီလိုဖြစ်ခဲ့လျှင် အခြားဆေးများကို ပေါင်းစပ်၍ ပေးပါသည်။ ခုခံအားရှိသည့် တီဘီရောဂါကို ပျောက်သွားအောင်ကုသဖို့ ပိုခက်ပြီး ချုပ်တည်းရန်လည်း အချိန် ပိုကြာမည်။ သို့သော် ခုခံအားရှိ တီဘီရောဂါစွဲကပ်သူ အများစုကို ကုသပေးနိုင်ပါသည်။ သင်၏ဆရာဝန်က ရောဂါဟာ ဆေးဝါးကိုခုခံနိုင်စွမ်း ရှိမရှိ သိရအောင် တိကျသော ဆေးစစ်ခြင်းများကို ဆောင်ရွက်ပါလိမ့်မည်။

တီဘီရောဂါကု ဆေးဝါးများဟာ အန္တရာယ်ကင်းပါသလား။

ဘယ်ဆေးဝါးမဆို မလိုလားအပ်သည့် ပူးတွဲသက်ရောက်မှုရှိသလို တီဘီဆေးလုံးများလဲ တစ်ခါတစ်ရံ မလိုလားအပ်သည့် ပူးတွဲ သက်ရောက်မှုရှိနိုင်ပါသည်။ သို့သော် လူအများစုအတွက် ပြဿနာ မဖြစ်ပါ။ အကြောင်းမပြနိုင်သည့် နာမကျန်းဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ် အောက်ပါ ရောဂါလက္ခဏာများ ပေါ်လာလျှင် ချက်ချင်း ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းကို အကြောင်းကြားပါ။

- မအီမသာဖြစ်ခြင်းနှင့်/ ပျို့ချင် အန်ချင် ဖြစ်ခြင်း
- အသားဝါရောဂါ (အရေပြား သို့မဟုတ်မျက်လုံးများ အဝါရောင်သန်းခြင်း ညိုမည်းသောသေးပေါက်ခြင်း)
- အကြောင်းမပြနိုင်သည့် ကိုယ်ပူ၍ဖျားခြင်း သို့မဟုတ် အားအင်ကုန်ခန်းပင်ပန်းခြင်း
- လက်သို့မဟုတ်ခြေထောက်တွင် စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်းဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ် ထုံနေခြင်း သို့မဟုတ် အဆစ်တွေ နာကျင်ခြင်း
- အရေပြား အနီကွက်ထခြင်း/ ယားခြင်း သို့မဟုတ် ပွန်းပဲ့ခြင်း
- မျက်စိ မှန်ဝါးဝါးဖြစ်ခြင်း သို့မဟုတ် အနီရောင်/ အစိမ်းရောင် မမြင်ရဘဲ အရောင်ကန်းဖြစ်ခြင်း

သင်သည် အခြားဆေးများ သောက်သုံးနေလျှင် သင်၏ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းကို ပြောပြရန် အရေးကြီးပါသည်။ အထူးသဖြင့် ပါးစပ်မှမျိုရန် သန္ဓေတားဆေး၊ ဆီးချိုရောဂါဆေး၊ ဝက်ရူးပြန်ရောဂါဆေး၊ သို့မဟုတ် သွေးခဲရောဂါဆေး။ အဲဒီတော့မှ ဆေးများ အပြန်အလှန် အကျိုးပြုမှုကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်ဖြစ်မည်။ ‘ရိဖမ်ပီစင်’ ဟုခေါ်သည့် တီဘီဆေးတစ်မျိုးသည် ဆီး၊ ချွေး နှင့် မျက်ရည် တို့ကို ပန်းရောင်-လိမ္မော်ရောင် သန်းစေသည်။ ဤကဲ့သို့ဖြစ်ခြင်းသည် သာမန် တန်ပြန်ဖြစ်ပေါ်မှုသာဖြစ်၍ သင်သည် မျက်ကပ်မှန် မတပ်ထားလျှင် ဘာမှ ပြဿနာ မဖြစ်ပါ။

ကျွန်ုပ်အဘယ်ကြောင့် ဆေးလုံးတွေကို ဒီလောက်ကြာအောင် သောက်ရတာလဲ။

သင့်အနေနှင့် ဆေးဝါးတွေ တီဘီရောဂါပိုး အားလုံး ဆီ သေသေချာချာရောက်သွားအောင် လုပ်ရမည်။ သင် စပြီး ဆေးသောက်တာနဲ့ ရောဂါပိုးတချို့သေနိုင်ပါသည်။ ဒါပေမဲ့လို့ ရောဂါပိုးအားလုံးသေဖို့ အချိန်တော်တော်ကြာကြာ သောက်ဖို့လိုအပ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တော်တော် နေကောင်းသွားပြီ၊ ဘာဖြစ်လို့ဆေးလုံးတွေကို ဆက်သောက်နေရမှာလဲ။

သင်နေကောင်းသွားပြီးလျှင်တောင် ဆေးလုံးတွေသောက်တာကို မရပ်လိုက်ပါနဲ့။ သင်၏ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် လျှပ်ရှားနေသေးသော တီဘီရောဂါပိုး အများကြီးကျန်ရှိနေသေးသည်။ သင်သည်သင်၏ဆေးလုံးများ သောက်ခြင်းကို ရပ်ဆိုင်းလိုက်လျှင် သေသည်အထိ အသတ်မခံရသေးသည့် ရောဂါပိုးများသည် ပွားလာပြီး သင့်အား ပြန်ပြီး နေမကောင်းအောင် လုပ်နိုင်လိမ့်မည်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် တီဘီဆေးကို ညွှန်းထားသည့်အတိုင်း မသောက် လျှင် ဆေးကိုခုခံအားရှိ တီဘီရောဂါ ဖြစ်လာနိုင်သည်။ အဆုတ် နှင့် လည်ချောင်းတွင် ဆေးကိုခုခံအားရှိ တီဘီရောဂါ စွဲကပ်လျက် ဆေးကုသမှု မပြုသောသူသည် ဤ ဆေးကိုခုခံအားရှိ တီဘီရောဂါပိုးများကို တခြားသူတွေဆီ ကူးစက်ပြန့်ပွားစေနိုင်သည်။

ကျွန်ုပ်၏ ဆေးလုံးများကို ဘယ်လိုသောက်ရမှာလဲ။

သင်၏ဆေးလုံးများကို နေ့စဉ် သောက်သည့်အချိန်တူအောင် မှန်မှန်သောက်လျှင် သောက်ဖို့ သတိရလွယ်မည် ဖြစ်သည်။ ဗိုက်ထဲ အစာပြည့် မနေသည့်အချိန်၊ ထမင်းစားချိန်မတိုင်မီ နာရီဝက်ခန့်အလို သို့မဟုတ် အိပ်ရာမဝင်ခင် သောက်လျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါမည်။ ရောဂါ နှိမ်နင်းရေးဌာန ဝန်ထမ်းက သင့်အား ဆေးလုံးများကို ကြီးကြပ် သတ်မှတ်ထားသည့် တစ်ခါသောက်ဆေးပမာဏအတိုင်း များသောအားဖြင့် တနင်္လာ၊ ဗုဒ္ဓဟူးနှင့် သောကြာနေ့ တို့တွင်ထုတ်ပေးရန် စီစဉ်ပါလိမ့်မည်။

သင်သည် ဆေးလုံးများကိုသောက်ရန် ပျက်ကွက်ဖန်များလွန်းလျှင် ဆေးဝါးသည် ထိရောက်မည်မဟုတ်ပါ။ သင့်အနေနှင့် လွတ်သွားသည့်ဆေးများ အစားထိုး ဖြည့်ပေးပြီးသည်အထိ ဆေးဆက်လက်သောက်သွားရန် လိုအပ်ပါသည်။

သင့်အနေနှင့် အောက်ပါတို့ကိုလည်း လုပ်သင့်သည်။

- ဆေးလုံးများကို နွားနို့၊ ရေ သို့မဟုတ် သစ်သီးရည်တစ်ဖန်ခွက်နှင့် သောက်ပါ။
- တီဘီရောဂါဆေးအပြင် သင်သောက်နေရသည့် အခြားဆေးဝါး (သန္ဓေတားဆေး အပါအဝင်) အကြောင်း သင်၏ ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ထမ်းကို ပြောပြပါ။
- **တီဘီရောဂါ ကုသနေစဉ် အရက်ကိုရှောင်ပါ။** တီဘီဆေးဝါးသောက်သုံးနေစဉ် အရက်သောက်လျှင် အရက်က စိုးရိမ်ရသော အသည်း ဆိုင်ရာပြဿနာများ ဖြစ်စေနိုင်သည့် အန္တရာယ် တိုးပွားစေနိုင်သည်။
- ကျန်းမာစေမည့် အစားအစာကိုသာစားပြီး လုံလုံလောက်လောက် အနားယူပါ။

လစဉ် ဆေးစစ်ခြင်း

သင်သည် တီဘီရောဂါကု ဆေးဝါးများ သောက်သုံးနေစဉ် တစ်လတစ်ကြိမ် တီဘီဆေးခန်းက ဆရာဝန်ဆီ သွားတွေ့ရန် လိုအပ်ပါသည်။ သွားတွေ့ရတဲ့ အကြောင်းကတော့

သင်၏ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန် ချိန်ကြည့်ရန်နှင့် ကျန်းမာရေးစိစစ်ရန်၊ သင်၏ ဟက်ထုတ်လိုက်သည့်ချွဲတွင် ရောဂါပိုးများကင်းစင် သွားခြင်းအတွက် သေချာအောင်လုပ်ရန်နှင့် သင်၏ ဓာတ်မှန်များအရ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာနေခြင်းကို လေ့လာရန် ဆေးလုံးများသောက်သုံးရာမှ မလိုအပ်သည့် ပူးတွဲသက်ရောက်မှု မရှိဆိုသည်ကို သေချာစေရန်။

တီဘီရောဂါကို အခြားလူတွေဆီ မကူးစက်အောင် ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်ရမှာလဲ။

- သင့်ကို တိုက်သည့်ဆေးသည် ညွှန်ကြားထားသည့်အတိုင်း သင်သောက်မည်ဆိုလျှင် ရက်သတ္တပတ် အနည်းငယ်အတွင်း ရောဂါပိုး မကူးစက်အောင် တားမြစ်နိုင်သည်။ သို့သော် သင့်ရောဂါ မပျောက်သေးဘူး ဆိုတာကိုတော့ မမေ့ပါနှင့်။ အရေးအကြီးဆုံးကတော့ ဆရာဝန်က ဆေးသောက်တာ ရပ်နိုင်ပြီလို့ မပြောမချင်း သင်၏ဆေးလုံးတွေကို ညွှန်းထားသည့်အတိုင်း ဆက်သောက်ရန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။
- သင်ချောင်းဆိုးတိုင်း နှာချေတိုင်း ပါးစပ်ကို အမြဲဖုံးအုပ်ထားပါ။
- သင်နှင့် အများဆုံးထိတွေ့မှုရှိသူများအား တီဘီဆေးကုခန်းကို ဆက်သွယ်ရန်ပြောပြပါ။ သူတို့ကို မန်တူး ဆေးစစ်ခြင်း (တီဘီ အရေပြား စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း) ပြုရန်အတွက် ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါ ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ မိသားစုဝင်များ၊ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ ဖြစ်နိုင်သည်။

ကျွန်ုပ် အမြဲတန်းနေခဲ့သည့်အတိုင်း ဆက်လက်နေထိုင်နိုင်မှာလား။

သင်သည် အဆုတ်တီဘီ သို့မဟုတ် ကျယ်ပြန့်သော ရောဂါဖြစ်နေလျှင် ပထမ ရက်သတ္တပတ် အနည်းငယ်ကာလ တီဘီ ဆေးကုသမှုအတွက် ဆေးရုံတင်ရန် လိုအပ်ဖွယ်ရှိပါသည်။ သင် အခြားလူတွေနှင့် ထိတွေ့မှု နှင့် လှုပ်ရှားမှုများ ဆရာဝန်က သင်ရောဂါ မကူးစက်တော့ဘူးဟု ပြောသည့်အထိ အစပိုင်းတွင် ကန့်သတ်ထား လိမ့်မည်။ များသောအားဖြင့် ကန့်သတ်ထားခြင်းမှာ ရက်သတ္တပတ် အနည်းငယ်သာ ကြာပါမည်။

တီဘီရောဂါစွဲကပ်သူ အများစုတို့သည် ရောဂါပိုး မကူးစက်တော့ဘူးဆိုလျှင် အိမ်မှာနေကြပြီး လုပ်နေကျ သာမန် အလုပ်ကို ဆက်လုပ်ကြပါသည်။ သင့်အနေနှင့် သင်၏တီဘီရောဂါပိုးများ အခြားသူတွေကို မစွဲကပ်နိုင်တော့ဘူးဆိုလျှင် ကလေးများ အပါအဝင် ဘယ်သူ့နားမဆို နေနိုင်သည်။ သင်ဆောင်ရွက်နေကျကိစ္စများ ဆောင်ရွက်နိုင်ပြီး ဆေးမှန်မှန် ဆက်သောက်နေပါက အလုပ်ကိုလည်း ပြန်သွားနိုင်ပါမည်။

သိကောင်းစရာအချက်အလက်များ ပိုမိုသိလိုသေးလျှင် အောက်ပါတီဘီ ဆေးခန်းတို့ကို ဆက်သွယ်ပါ။

အဲလစ်စပလိန်း	၈၉၅၁ ၇၅၄၈
ဒါဝင်	၈၉၂၂ ၈၈၀၄
ကက်တရင်း	၈၉၇၃ ၉၀၄၉
နုလွန်ဘီ	၈၉၈၇ ၀၃၅၇
တဲနန့်ခရစ်	၈၉၆၂ ၄၂၅၉

သို့မဟုတ် www.nt.gov.au/health/cdc

Centre for Disease Control

ရောဂါ နှိမ်နင်းရေး ဌာန

Northern Territory Department of Health

မြောက်ပိုင်းဒေသ ကျန်းမာရေးဌာန

March 2012

၂၀၁၂ ခုနှစ် မတ်လ