"ရေနွေးငွေ့ရိုက်ခိုးတာမျိုးတွေ၊ ဆပ်ပြာမှုန့်ကို မကြာခဏ သုံးပြီး လက်ကိုဆေးတာမျိုးတွေ၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နေ့စဉ် အဝေး၁-၂၀ ဂျရာနည်းပါး ထိန်းသိမ်းခြင်း"

အဝေး-၂၀ (COVID-19) ဆိုတာဘာလဲ ဆိုတာကို?

အဝေး-၂၀ (COVID-19) ဆိုတာမှာ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် (Coronavirus) တစ်မျိုး ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ကူးစက်နိုင်တဲ့ ရောဂါတစ်မျိုးပါ။ ဒီရောဂါရဲ့ လက္ခဏာတွေကတော့ ကိုယ်အပူချိန်မြင့်တာ၊ ချောင်းဆိုးတာ၊ အသက်ရှူကျပ်တာ ရှိပါတယ်။ ဖြစ်နိုင်ခြေ အများစုမှာ ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရပြီး ၅-၆ ရက်အကြာမှာ ရောဂါလက္ခဏာတွေ ပေါ်လာတတ်ပြီး ၁ နှစ်ခန့်ခြားပြီး ပြန်ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။

အဝေး-၂၀ ကူးစက်ခံရတဲ့ လူတွေဟာ ရောဂါလက္ခဏာတွေ ပြပြီးတဲ့နောက် ရက်အနည်းငယ်အတွင်းမှာ ကူးစက်နိုင်ပြီး ကိုယ်ခံအားနည်းတဲ့ လူကြီးသူငယ်တွေ၊ ကျန်းမာရေးပြဿနာရှိတဲ့ လူတွေ (ဥပမာ ဆီးချိုရောဂါ ရှိသူတွေ) ဆေးရုံတက်ကုသရတဲ့ အခြေအနေ ဖြစ်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒီကိုယ်ခံအားနည်းတဲ့ လူတွေ (၆-၂) ရာခိုင်နှုန်းလောက် ရှိတယ်ဆိုတာ ကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းတွေက ခန့်မှန်းထားကြပါတယ်။

ဒီရောဂါကနေ ကာကွယ်ဖို့ အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းကတော့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ရောဂါကူးစက်ခံရခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။

(၁) ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကာကွယ်ဖို့ နည်းလမ်းများနှင့် ကြေးငြာများ ပြုလုပ်ခြင်း

ဈေးဆိုင်၊ ဘုရားကျောင်း၊ ရေကူးကန်၊ ရထားတွဲ ကဲ့သို့ လူပြည့်ကျပ်သိပ်တဲ့နေရာတွေမှာ ကြေးငြာ ပြုလုပ်ခြင်း

- ဘုရားပေ (သို့) ရေတမာနေ့ တပ်ဆင်ထားတဲ့ ပုံတူပြားကြီး ၃.၇၆ ဆဲတစ်ခု ရှိပြီးတော့ ပုံတူပြား ၃.၇၆ ဆဲတစ်ခု ခေါင်းပေါ်ကနေ ခြေထောက်ကို ကာထားတဲ့ ပုံတူပြားကြီးနဲ့ ပတ်ပတ်လည်ကနေ ခြေထောက်ကို ကာထားတဲ့ ပုံတူပြားကြီးတွေ ရှိတယ်)
- ကရင်ဗုဒ္ဓဟင်း
- ဘုရားလေးဆင်း

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကာကွယ်ခြင်းနည်းလမ်းတွေ ပြပြီး ကြေးငြာပြုလုပ်ခြင်း

- ဘုရားမြတ်
- ဘုရားပွဲ (မတေတဝါပွဲ) ဘုရားနှင့် ခွံ ဆေးကြောခြင်း ကိုယ်ကျင့်ဝတ်ကောင်းတဲ့ လူပုဂ္ဂိုလ်
- ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ (မတေတဝါပွဲ) ကျောင်းသားများ ကိုယ်ကျင့်ဝတ်ကောင်းတဲ့ ဆရာ
- ကျောင်းဆရာ

ခ ကာကွယ်ခြင်း ထိရောက်ကြောင်း ခန့်မှန်းချက်များ

- ခန့်မှန်းချက် (မတေတဝါပွဲ) ဘုရားပွဲတော်
- ခရစ်စမတ်
- ကျောင်းဆရာ
- ကျောင်းသား၊ ကလေး
- ကျောင်းတက်ခန်းများ
- ကျောင်းတက်ခန်းများ
- ကျောင်းတက်ခန်းများ (မတေတဝါပွဲ)
- ကုမ္ပဏီများ
- ဈေးဆိုင်များ/ကုန်တိုက်ကြီးများ
- ကုန်ကားများ
- ဘုရားကျောင်း (မတေတဝါပွဲ) ဘုရားပွဲတော်

(၁) မှတ် အမှတ်အသား၊ နေ့ရဲ့ (အပြင်အမြင်) အပေါ် အခြေခံပြီး ကိုယ်တိုင်စမ်းသပ်ခြင်းနည်းနဲ့ ရောဂါရှိမရှိ ကြိုတင်ခန့်မှန်းခြင်း (A)

- ခေတ်ပြိုင်ဆေးပညာအရ ဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဖြေဆေး ကာကွယ်ခြင်း (Vaccination) ကို ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းတစ်ခုအနေနဲ့ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ ရှေ့ဆုံးမှ ဦးဆောင်ကာ ကျင့်သုံးခဲ့ကြပြီး ယခုအခါ ပြည်သူအများစုက ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးပြီဖြစ်သည့် အတွက် ကိုယ်ခံအားကောင်းမွန်ကြပြီး ရောဂါပိုးကူးစက်မှုနှုန်း လျော့နည်းသွားခဲ့ပါသည်။
- ဒုတိယကမ္ဘာစစ်အပြီးခေတ် ဆေးပညာတိုးတက်မှုများ ကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း (Vaccination) ကို ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းတစ်ခုအနေနဲ့ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ ရှေ့ဆုံးမှ ဦးဆောင်ကာ ကျင့်သုံးခဲ့ကြပြီး ယခုအခါ ပြည်သူအများစုက ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးပြီဖြစ်သည့် အတွက် ကိုယ်ခံအား ကောင်းမွန်ကြပြီး ရောဂါပိုးကူးစက်မှုနှုန်း လျော့နည်းသွားခဲ့ပါသည်။

(၂) အခြေခံ ကာကွယ်ရေး နည်းလမ်းများ

- ကိုယ်ခံအားကို ခိုင်မာအောင် ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်စေခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေးကို ဂရုတစိုက် ထိန်းသိမ်းခြင်း (Mask)၊ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်း ကဲ့သို့ လူအများ ရောက်ရှိရာနေရာများ၊ ခရီးသွားလုပ်ငန်းများ ကဲ့သို့ လူအုပ်ကြီးစုရာနေရာများ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း ကဲ့သို့ ကိုယ်တိုင်ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများ ကို ကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် ရောဂါပိုးကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ကာကင်းဝေးနိုင်ကြပါသည်။
- ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေးကို ကောင်းမွန်ကောင်းမွန် ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် ရောဂါပိုးကူးစက်ခြင်းကို ကာကွယ်ကာကွယ်ရန် ကောင်းမွန်သော နည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

(၃) ကုသမှု ပြုလုပ်ခြင်း

- ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရပြီးနောက် ကိုယ်ခန္ဓာ ခံတွယ်ရည်ရှိသော ကိုယ်ခံစွမ်းအား ကြောင့် ရောဂါပိုးကို ဖယ်ရှားပစ်ခြင်းဖြင့် ကုသပြီးပါက ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေး ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာပါသည်။

- ясёйрёйё ёпй

2) яё, нумнитёй, ёёёоё, нтуумнум, ёйтёйсмёлё, рёёрёгё мё ёйсмёнёй ёрёгпрёйтёпрёй ёмёйёнёй։ ясёйрёйё ёпй

8) ёёйнумёёёйёё, ёёйёёйсмёй ё ёмгйнё ёй ёйнёйнёйнёё ёй ёйнёйнёйнёё ёй ёйнёйнёйнёё (8

ясёйрёйё ёпй։

- ёйнёй ёёй ёй ёй ёйнёйнёй ёй (low grade fever) ёй ёйнёйнёй ёмёйё ёй ёнёй ёй ёрёй։(ёйнёёнёёё ёёёнёёё ё.рё) ёйнёёй ёёёнёёё ё.ёё ёй ёйнёйнёй։ ёйнёйнёй ёй ёйнёёнёй ёй ёмгйнё ёй ёйнёйнёй։ ёйнёйнёй ёмёйё

(ё) ёнёй яё ёёнёмёй ёй ёй ёйнёйнёй ёй ёйнёйнёй ёй ёй ёйнёйнёй։

- ёёёёёёё, ёёёё, ёёёё, ёёёё ёё ёёёё яё ёй ёёёё яё ёй ёйнёйнёй ёй ёйнёй։
- ёй ёй ёй

- ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රකය සහ ස්පන්දන ඔක්සිමීටරය (Pulse Oximeter) භාවිත කරන්න. සාන්ද්‍රකය මගින් වායුගෝලීය වායුව සාන්ද්‍රණය කිරීමෙන් ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රණය වැඩි කරයි. ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රණය ඉහළ මට්ටමක පවතී නම් පමණි සාන්ද්‍රකය භාවිත කළ යුතු වන්නේ. ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රණය අඩු නම් රෝගියාට ඔක්සිජන් සිලින්ඩරයක් ලබා දිය යුතුය.
- සමහර විට සාන්ද්‍රකය, සිලින්ඩරය සහ මාස්කය ලබා ගැනීමට අමාරු වන අතර මිල අධික විය හැකි බැවින් රෝගියාට ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රණය වැඩි කරන්නේ කෙසේදැයි පැහැදා දිය යුතුය.

(උ) සමහර විට ලබාගෙන්නේ කාලපරිච්ඡේදය 12–24 පමණ වන අතර රෝගියා ලබන්නේ කුමක් ද?

- සමහර අවස්ථාවලදී, ලාක්ෂණික ලක්ෂණ සහිත රෝගීන් සඳහා (සමහරවිට ඉදිරි දින කිහිපය තුළ) රෝගියා (සුළුවෙන්) රෝහලට බැහැර කරනු ලැබේ. රෝගියා සුවපත් වන්නේ නම් හෝ ඔහු/ඔහුගේ තත්ත්වය ස්ථාවර වන්නේ නම් පමණි රෝගියා නිවසට යැවිය හැක්කේ. (සමහරවිට ඉදිරි දින 5 ක් පමණ රෝගීන් සඳහා පැමිණීම් 300 පමණ වීමට බලාපොරොත්තු වේ.)
- සමහරවිට සමාජයීය (සුවපහසු) රක්ෂණය සඳහා සුදුසුකම් ලබන්නන් සඳහා රක්ෂණ සමාගම විසින් සුවපහසු සේවා සපයනු ලැබේ.

(ඌ) සමහර විට ලබාගෙන්නේ කුමක් ද? (සමහර විට ඉතා වැදගත් වන්නේ ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රකය, ස්පන්දන ඔක්සිමීටරය සහ මාස්ක (Mask) පමණි.)

- ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රකය (Oxygen concentrator) සහ ස්පන්දන ඔක්සිමීටරය (Pulse Oximeter) භාවිත කිරීම සඳහා පුහුණු කිරීම අවශ්‍ය වේ.
- සමහර විට සාන්ද්‍රණය අඩු වීම නිසා ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රකය භාවිත කිරීම අවශ්‍ය වේ. ඔක්සිජන් සිලින්ඩරය සහ සාන්ද්‍රකය අතර වෙනස පැහැදා දිය යුතුය.
- සමහර විට සිලින්ඩරය ලබා ගැනීම අපහසු වන අතර සිලින්ඩරය සඳහා ගෙවීම් කළ යුතු වේ.
- සමහර විට ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රකය සඳහා විදුලිය අවශ්‍ය වේ. විදුලිය නැති වීම සිදුවිය හැකි බැවින්, සාන්ද්‍රකය සඳහා විකල්ප බලශක්ති මූලාශ්‍ර (සූර්යයා සහ සුළං බලය) සලකා බැලිය යුතුය.
- සමහර විට රෝගීන් සඳහා ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රණය ඉහළ මට්ටමක පවත්වා ගැනීම අපහසු වන අතර ඔක්සිජන් සිලින්ඩරය සහ සාන්ද්‍රකය අතර මාරු කිරීම සිදු කළ යුතුය.
- සමහර විට රෝගීන් සඳහා ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රණය ඉහළ මට්ටමක පවත්වා ගැනීම සඳහා සිලින්ඩරය සහ සාන්ද්‍රකය අතර මාරු කිරීම සිදු කළ යුතුය.
- සමහර විට රෝගීන් සඳහා ඔක්සිජන් සාන්ද්‍රණය ඉහළ මට්ටමක පවත්වා ගැනීම සඳහා සිලින්ඩරය සහ සාන්ද්‍රකය අතර මාරු කිරීම සිදු කළ යුතුය.

- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ရိုးရိုးဝတ်ရုံ ရိုးရိုးခြေနင်းနှင့် ရိုးရိုးလေကြီး၊ ရေတွေ့ရမယ့်အခြေအနေ၊ ရေတစ်ခုခုနဲ့ ထိတွေ့ခဲ့ရင် ချက်ခြင်း ရေဆေးပြီး ဆပ်ပြာနဲ့ ကိုယ်လက်သန့်စင်ခြင်း ပြုလုပ်ပါ။
- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ရိုးရိုးခြေနင်း၊ အမှိုက်ပုံးတွေထဲတွင် စုပုံခြင်း၊ ရေတွေ့ခြင်းမရှိခြင်းတို့ဖြင့်၊ ရေတွေ့ခြင်းမရှိခြင်းတို့ဖြင့် ပြည့်စုံအောင်လုပ်ဆောင်ခြင်း ပြုရန်။

(၄) အခန်း ၁၃-၁၆ နှင့် ၃၁-၃၆ ခန်းများနှင့် ပတ်သက်ပြီး ရေတိုတိုပြန်လည်သုံးသပ်ချက်

- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ရိုးရိုးခြေနင်းတွေ၊ ကိုယ်ရေချိုးခန်း ရေစီးကြောင်းတွေ ပြည့်နှက်ခြင်း၊ ရေတွေ့ခြင်းမရှိခြင်းတို့ဖြင့် ပြည့်စုံအောင်ဆောင်ရွက်ခြင်း ပြုရန်။
- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ရိုးရိုးခြေနင်း၊ အမှိုက်ပုံးတွေထဲတွင် ရေတွေ့ခြင်းမရှိခြင်းတို့ဖြင့် ပြည့်စုံအောင်ဆောင်ရွက်ခြင်း ပြုရန်။

(၅) အခန်း ၁-၁၂ နှင့် ၂၃-၃၀ ခန်းများ

- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ရိုးရိုးခြေနင်းတွေ၊ ကိုယ်ရေချိုးခန်း ရေစီးကြောင်းတွေ ပြည့်နှက်ခြင်း၊ ရေတွေ့ခြင်းမရှိခြင်းတို့ဖြင့် ပြည့်စုံအောင်ဆောင်ရွက်ခြင်း ပြုရန်။
- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ရိုးရိုးခြေနင်း၊ အမှိုက်ပုံးတွေထဲတွင် ရေတွေ့ခြင်းမရှိခြင်းတို့ဖြင့် ပြည့်စုံအောင်ဆောင်ရွက်ခြင်း ပြုရန်။

(၆) အခန်း ၁-၁၂ နှင့် ၂၃-၃၀ ရှိ ခြေလှမ်းများ

အခန်း ၁-၁၂ ရှိ ခြေလှမ်းများ (Pulse Oximeter) ကိုယ်ရေချိုးတာ ကြည့်ရှုခြင်း၊ ရေတိုတိုပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း၊ ရေစီးကြောင်းတွေ ပြည့်နှက်ခြင်း၊ ရေတွေ့ခြင်းမရှိခြင်းတို့ ပြုလုပ်ခြင်းတွေကို ရေတိုတိုပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်း ပြုပြီး ရေတိုတိုပြန်လည်ဆန်းစစ်ခြင်းတွေ ပြုလုပ်ခဲ့ပြီးပါက ၂၃-၃၀ ခန်းများ ရှေ့ဆက်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ခြေလှမ်းများ ပြုလုပ်ခြင်းကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

(လိုအပ်ချိန် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကျောက်ဖြတ်ခြင်း၊ ရေနွေးပူ ရေချိုးခြင်းတို့ ကဲ့သို့ ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ရှုခြင်းများ ပြုလုပ်ခဲ့ပါ)

ခြေလှမ်း ၁-၁ ရှိ ခြေလှမ်းများ ကို ခြေလှမ်းတိုင်းတွင် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၅ ကြိမ် ပြုလုပ်ပြီးမှ ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

- ခြေလှမ်းများ ပြီးဆုံးပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ရပ်တန့်ပြီးနောက် ၅ ကြိမ်ပြည့်ပြီးမှ ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။
- ခြေလှမ်းများ ပြီးဆုံးပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ရပ်တန့်ပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။
- ခြေလှမ်းများ ပြီးဆုံးပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ရပ်တန့်ပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။
- ခြေလှမ်းများ ပြီးဆုံးပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ရပ်တန့်ပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။
- ခြေလှမ်းများ ပြီးဆုံးပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ရပ်တန့်ပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

(၇) အခန်း ၁-၁၂ နှင့် ၂၃-၃၀ ရှိ ခြေလှမ်းများ

- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ခြေလှမ်းများ (ဥပမာ ခြေနင်းများ ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ခြင်း) ကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးပြီးနောက် ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။
- ၈၁ ဆေးမှုန့်ပြီး ကျန်ရှိတဲ့ ခြေလှမ်းများ (ဥပမာ ခြေနင်းများ ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ်ပြီးနောက် ခြေနင်းများ ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ်) ကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးပြီးနောက် ခြေနင်းများ ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်း ၁ ကြိမ် ပြုလုပ်ခြင်းကို ရေတိုတိုပြန်ကြည့်ခြင်းများ ပြီးဆုံးသည်အထိ ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

ᏗᏥᏕᏥᏍᏗ ᏥᏍᏗ

ᏥᏍᏗᏣᏚᏩᏂᏍᏗᏢᏅᏗᏲᏎ

ᏧᏪᏏᏕᏒᏙᏗ ᏗᏁᏟᏏᏲᏫᏏᏍᏗᏍᏕ

ᏫᏕᏏᏕᏁᏍᏗᏍᏕ ᏗᏁᏟᏏᏲᏫᏏᏍᏗᏍᏕ ᏂᏍᏗᏍᏕᏏᏍᏗᏍᏕ ᏂᏍᏗᏍᏕᏏᏍᏗᏍᏕ ᏂᏍᏗᏍᏕᏏᏍᏗᏍᏕ

(ᏑᏓ ᏅᏁᏗᏁᏍᏗ ᏂᏍᏗᏍᏕᏏᏍᏗᏍᏕ)
ᏫᏍᏗᏍᏕᏏᏍᏗᏍᏕᏏᏍᏗᏍᏕᏏ

နည်းပြီး Pulse Oximeter ဂျီး အမြင်ဖာခ ဝီးခွဝိဟာခ ဃ ဖြဝ်ဃာလျှဲ

- ခစဲ လျှမ်းအမြင်ဖာခ နေဟိုမခ ခွဃာဟမ်လျှမ်းမှ ဃမ် ဝီးခွဝိဟာခ ဉ ဃ ဖြဝ်ဃာလျှဲ ဝခအမြင် (SPO2) နေ ဖ ပ်ခွဃမ (PR) နေဟိုမခ်ရှိမ်ရှိ။
- ဉဝမ်ရမ ဝမ်ဥ၀ျှမ် ၈–၁၀ ဃဂ်မ် ဂျီ ဝခ်ဂ်ရှိ်ဉနဟခ အမြင် ခဲ့ ခဲ့ နခ။
- ဝခ ဃခ်ခ်ခ်ခ ခ်ခ်ဝလ်ခ်ခ် ခ်ခ်ခ (ဃျှမ်ခ်ခ်ဂျီ) ဃခ်ခ်ခ် ရ ခ်ခ်ခ်ခ်ရှိ, ဝခ် ဃခ်ခ်ခ်ခ ခ်ခ ခ်ခ်။ ဝခ်ခ်ခ်ခ် ဃ ဝ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ် ဃခ်ခ် ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ် ဂျီ ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ် ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်ခ်