

The banner features a repeating pattern of stylized letters and symbols. The letters are large, white, and outlined in gold, appearing to be 'C', 'O', 'P', and 'G'. These letters are arranged in a staggered, mirrored fashion across the banner. The background is a solid dark brown color.

Departmental Objectives

ကလေးများတွင်
အတွေ့ရ များခြင်း၊
အသက်အန္တရာယ်နှင့်
ထိခိုက်နိုင်ခြင်းတို့ကို သိရှိနိုင်ရန်နှင့်
စစ်ဆေးခဲ့ခြားပြီး
ပြလုပ်တတ်စေရန်

တွေ့ရသော အရိုး
တိဘိရောဂါများသည်
ကုသပေးခြင်း၊
ကုသပေးခြင်း၊

တိဘိရောဂါများ
ကလေးအတွက်
ဘဝတစ်လျှောက်လုံး
အရိုးတိဘိ လက္ခဏာများအား
ညန်းပို့ပေးခြင်းများ

Knowledge

- အရိုးတိဘီရောဂါများ၏ အမျိုးအစားများကို ခွဲခြားတတ်စေရန်
- အမျိုးအစားအလိုက် လက္ခဏာများကို သိရှိစေရန်

Skill

- အရိုးတိဘီဖြစ်ကြောင်း စမ်းသပ်စစ်ဆေးတတ်စေရန်
- အရိုးတိဘီအမျိုးအစားအလိုက် ကုသတတ်စေရန်

Attitude

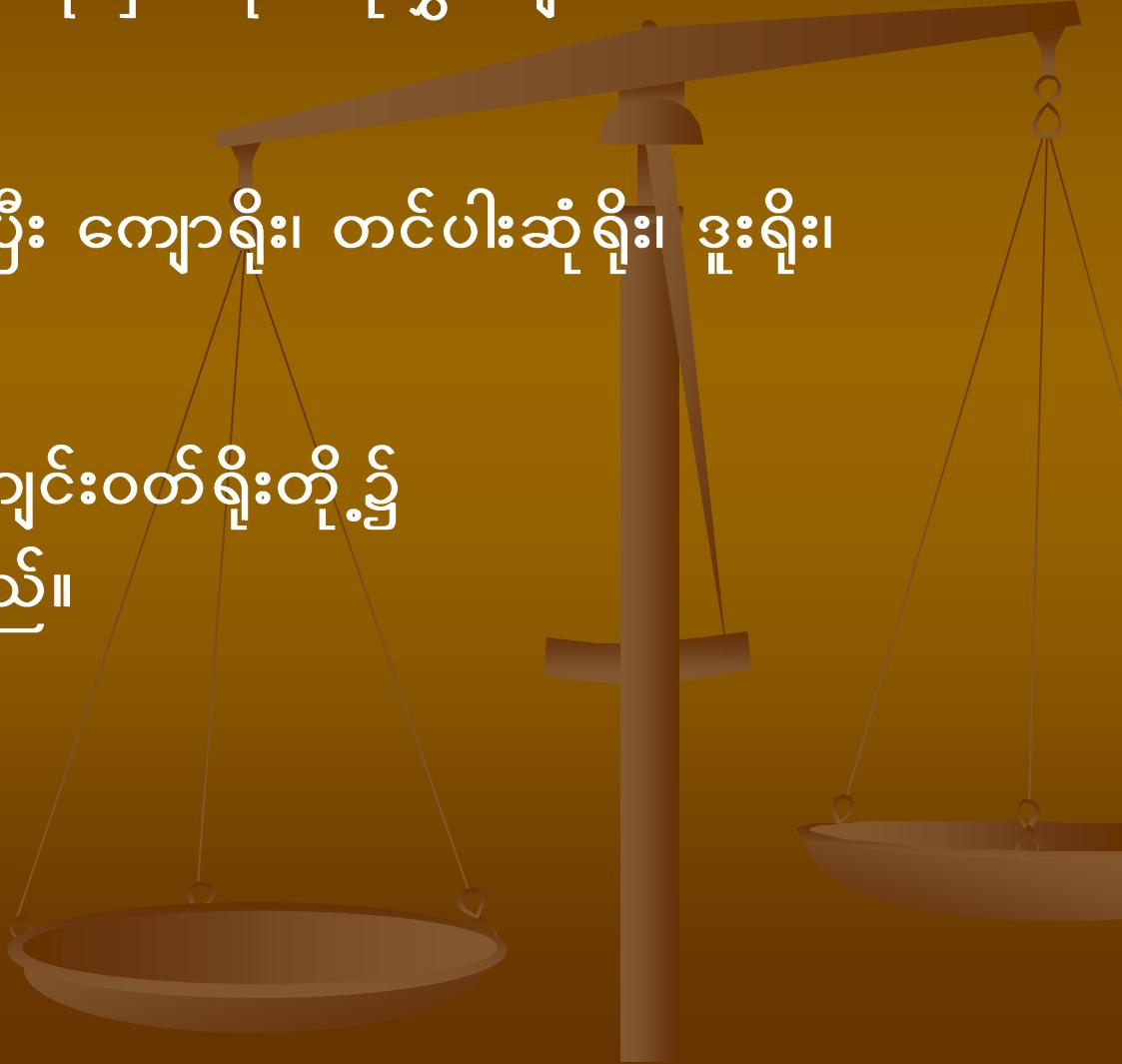
- အရိုးတီဘီရောဂါသည် ကလေးဘဝတွင် အဖြစ်များခြင်း
- အခြားသော အရိုးအဆစ်ရောင်ရမ်းနာများနှင့် မှားယွင်းတတ်ခြင်း
- အရိုးတီဘီနှင့် အတူ တီဘီရောဂါတာက္ခာယ်ရေးများကို
ဆောင်ရွက်တတ် စေခြင်း၊ ပညာပေးခြင်းဖြင့် တာက္ခာယ်နှင့်ခြင်းကို
နားလည်သကောပါက စေရန်
- ကုထုံးအဆင့်ဆင့်ကို ကုသတတ်စေရန်

ရောဂါနီဒိုး

အဆုတ်တီဘီဖြစ်ရာမှ ရောဂါပိုးမွားများ
သွေးထဲမှုတဆင့်

ခန္ဓာကိုယ်အနုံပြန်နှုံးပြီး ကျောရိုး၊ တင်ပါးဆုံးရိုး၊ ဒူးရိုး၊
ပခုံးရိုး၊

တံတောင်ဆစ်ရိုး၊ ခြေကျင်းဝတ်ရိုးတို့၏
အရိုးတီဘီဖြစ်နိုင်ပါသည်။



ကလေးငယ်များ၏

- (၃) နှစ်အောက်ကလေးငယ်များတွင် တိဘီရောဂါပါး
ဝင်ရောက်လွယ်ခြင်း
- ၁၈ လမှု ၂၄ လအတွင်း ဦးနှောက်တီဘီအဖြစ်များခြင်း
- ၆ နှစ်မှ ၁၄ နှစ်အထိ အရိုးအဆစ်တီဘီအဖြစ်များခြင်း
- ၁၅ နှစ်ကျော်လွန်သူများ အဆုတ်တီဘီ အဖြစ်များခြင်းတို့ကြောင့်
သတိထား၍ ကလေးများကို ကုသတတ်စေရန် နှင့်
- စနစ်တကျကုသခြင်း မရှိပါက ဘဝဆုံးရုံးနှင့်ခြင်း
- စနစ်တကျကုသပါက ပျောက်ကင်းနှင့်ပါသည်။

ရောဂါဖြစ်ကြောင်း

တိဘီရောဂါပိုးများ အဆုတ်မှုတဆင့် သွေးထဲမှ

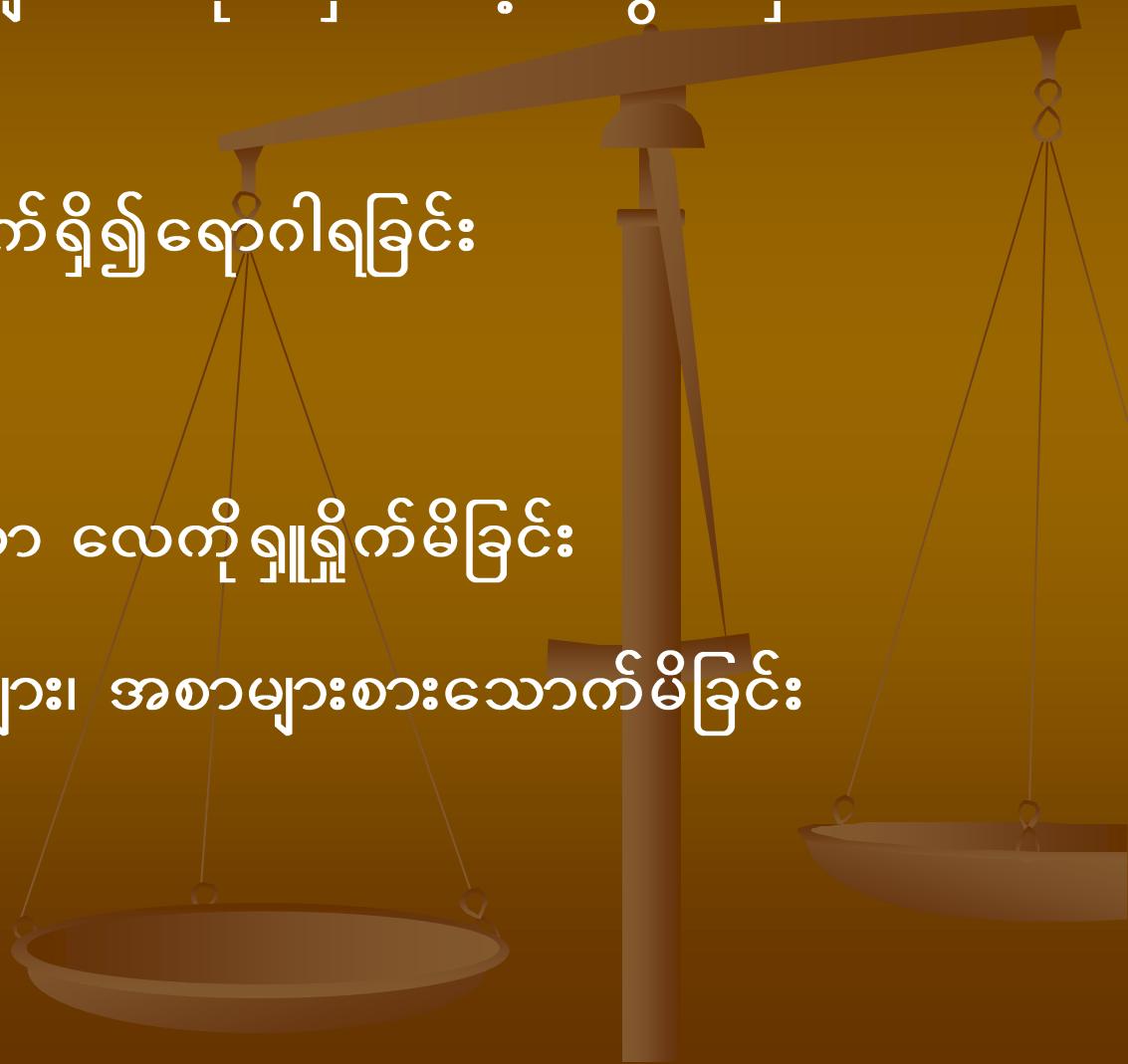
တကိုယ်လုံးပြန်နှုံပြီး

အရိုးအဆစ်ထဲသို့ ရောက်ရှိ၍ ရောဂါရခြင်း

တိဘီရောဂါသည်

➤ တိဘီရောဂါပိုးပါသော လေကို ရာရှိက်မိခြင်း

➤ တိဘီပိုးပါသော နှုံများ၊ အစာများစားသောက်မိခြင်း



- ရောဂါရိသော မိခင် (သို့မဟုတ်) ကလေးပြစ်သူနှင့် အတူနေခြင်း
ကစားဖော်များမှ တူးစက်ခြင်း
- အစာအာဟာရ ပြည့်စုံစွာ မစားရ၍ ခံနိုင်ရည်အားကျဆင်းရာမှ
ရောဂါပိုးများ ထွက်သောအချိန်များ၏ ဥက္ကတေဇား
ဝါယောလွန်စေသော ပထဝီရီတ်ပျက်စေသောအစာများ
အပူအစပ်များ အစားများခြင်း တို့ကြောင့် ဖြစ်ခြင်း။

ရောဂါဖြစ်ပုံအခြင်းအရာ

အဆုတ်တီဘီ ဖြစ်ရာမှ ရောဂါပိုးမွားများ

သွေးထဲမှုတဆင့် ကျောရိုး၊ တင်ပါးဆုံးရိုး၊ ဒူးရိုး၊ ပခုံးရိုး၊

တံတောင်ဆစ်ရိုးနှင့် ခြေကျင်းဝတ်ရိုး၊ လက်မောင်းရိုးများ

စသည် အရိုးကောငှာသတို့တွင် ဥက္ကာတေဇ္ဇာ ဝါယောလွန်၍

ကက္ခာ ဝထီပျက်သောရောဂါဖြစ်သည်။

ရောဂါအမျိုးအစာများ

- ကျောရှိးတီဘီ
- အဆင်တီဘီ



ကျောရိုးတီဘီ လက္ခဏာ

- ကျောနှင့် ခါးနေရာတွင် အဓိကဖြစ်ခြင်း
- ကျောရိုးဆစ်များ ပျက်စီးခြင်း
- ကျောရိုးဆစ်များထပ်ပြီး (**Collapse**) ကျောတွင် အချိန်ဖူတစ်ခု (**Globule**) ဖြစ်နေခြင်း
- နာကျင်ခြင်း
- တီဘီဖြစ်သော ကျောရိုးကိုထိလျှင် အလွန်နာကျင်ခြင်း







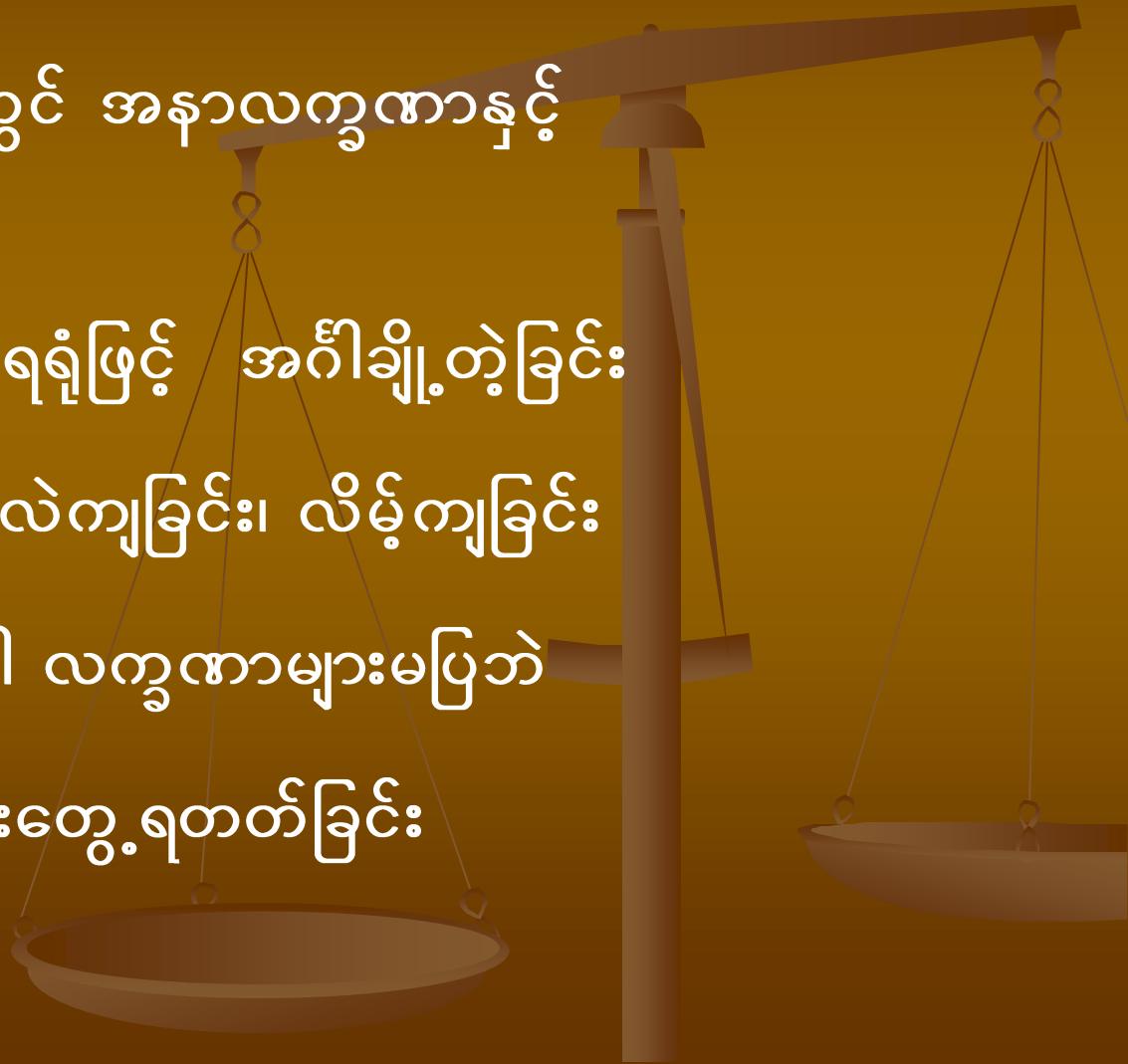








- တခါတရံ ပြည်တည်နာဖို့ခြင်း
- တိဘီလက္ခဏာများတွေ့ရခြင်း
- ဆစ်ရောင်ရမ်းခြင်းတွင် အနာလက္ခဏာနှင့်
ယဉ်တဲ့တွေ့ရခြင်း
- ဒက်ရာအနည်းငယ် ရရုံဖြင့် အဂိုချို့တဲ့ခြင်း
ဥပမာ - ချွှော်လဲခြင်း၊ လဲကျခြင်း၊ ထိမ့်ကျခြင်း
- အဆုတ်တီဘီ ရောဂါ လက္ခဏာများမပြဘဲ
အထက်ပါလက္ခဏာများတွေ့ရတတ်ခြင်း

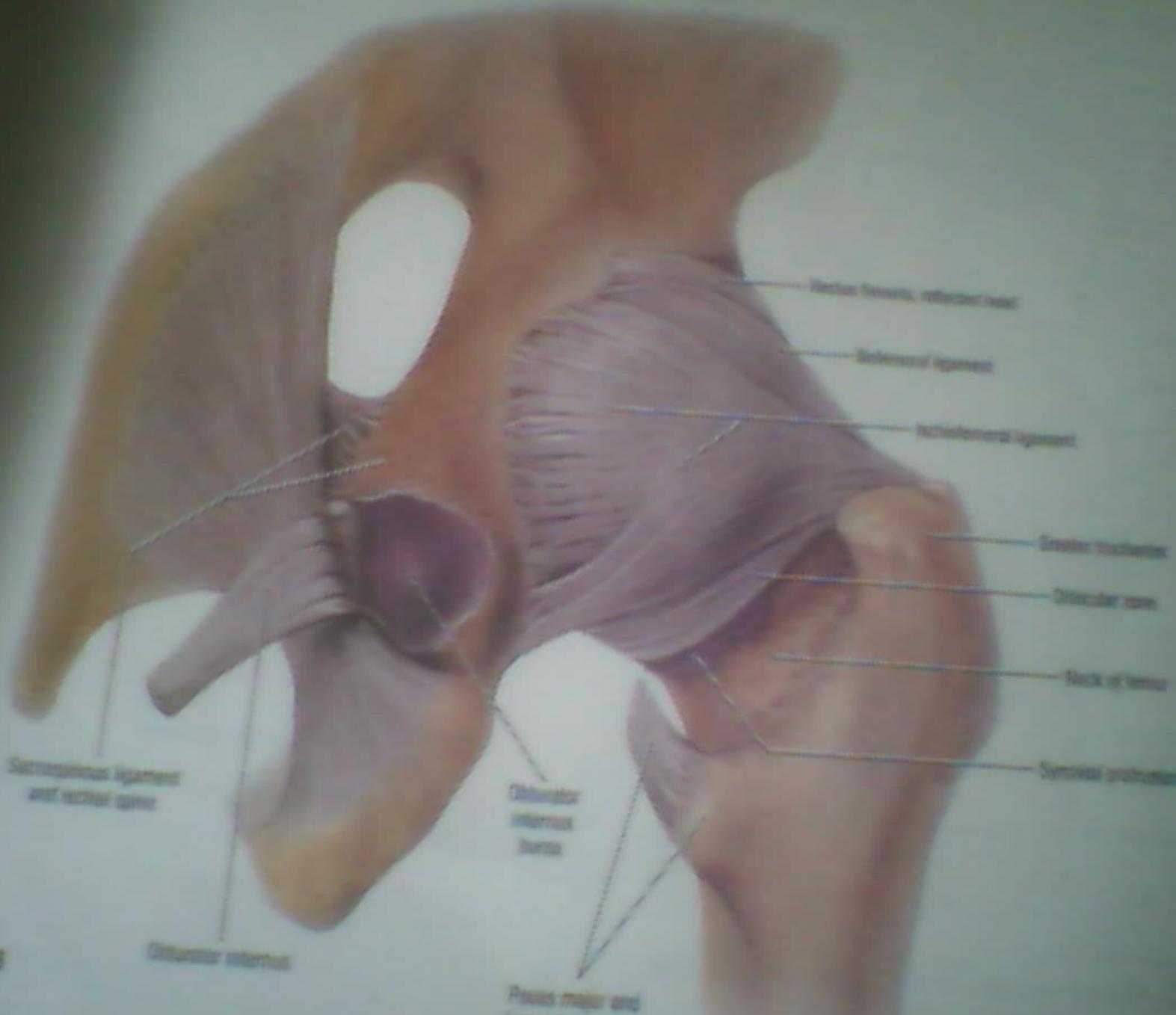




အဆင်တီဘီရောဂါ

- အဆင်တီဘီသည် တင်ပါးဆုံးရှိုးတွင် အများဆုံးဖြစ်ခြင်း
- ဒူး၊ ခြေကျင်းဝတ်၊ တံတောင်ဆစ်၊ လက်ကောက်ဝတ်
တွင် အဖြစ်နှည်းခြင်း







© 2009 Pearson Education, Inc., publishing as Pearson Benjamin Cummings.

From the front view of the left arm, the triceps brachii is located on the posterior surface of the humerus, while the brachialis lies anterior to it. The triceps brachii originates from three heads: the lateral head on the distal third of the lateral epicondyle, the medial head on the distal third of the medial epicondyle, and the long head from the greater tuberosity of the humerus.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

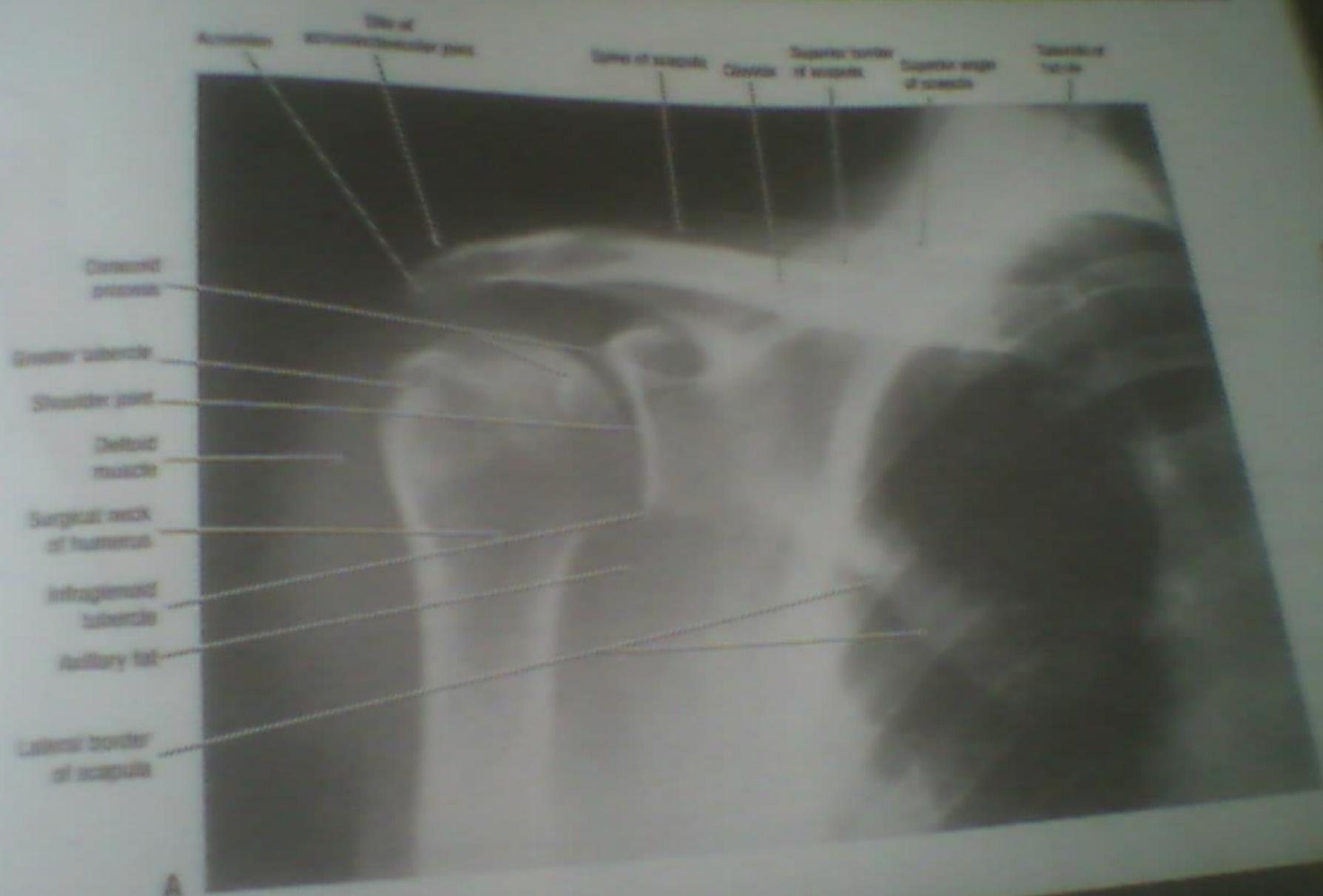
The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

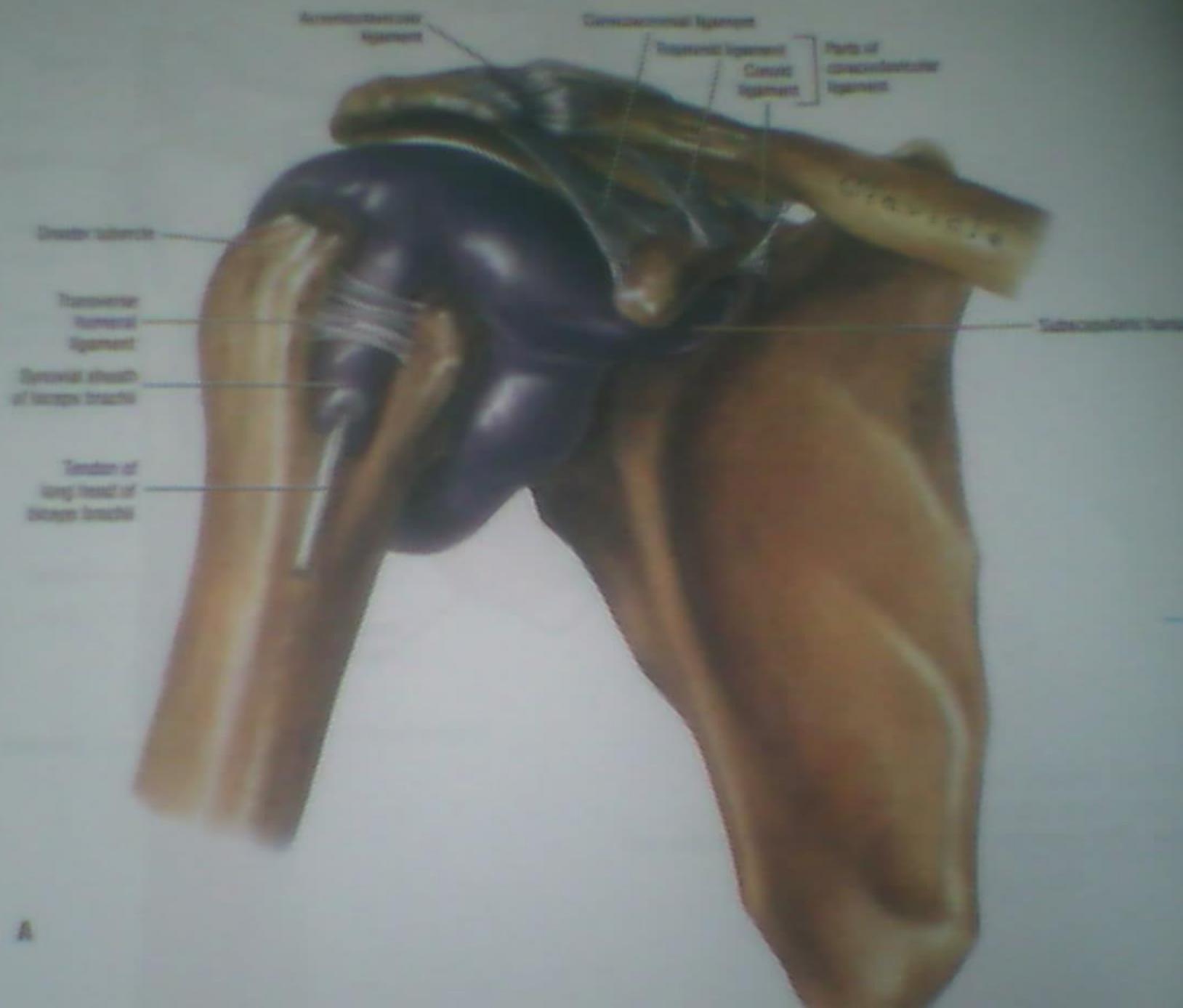
The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.

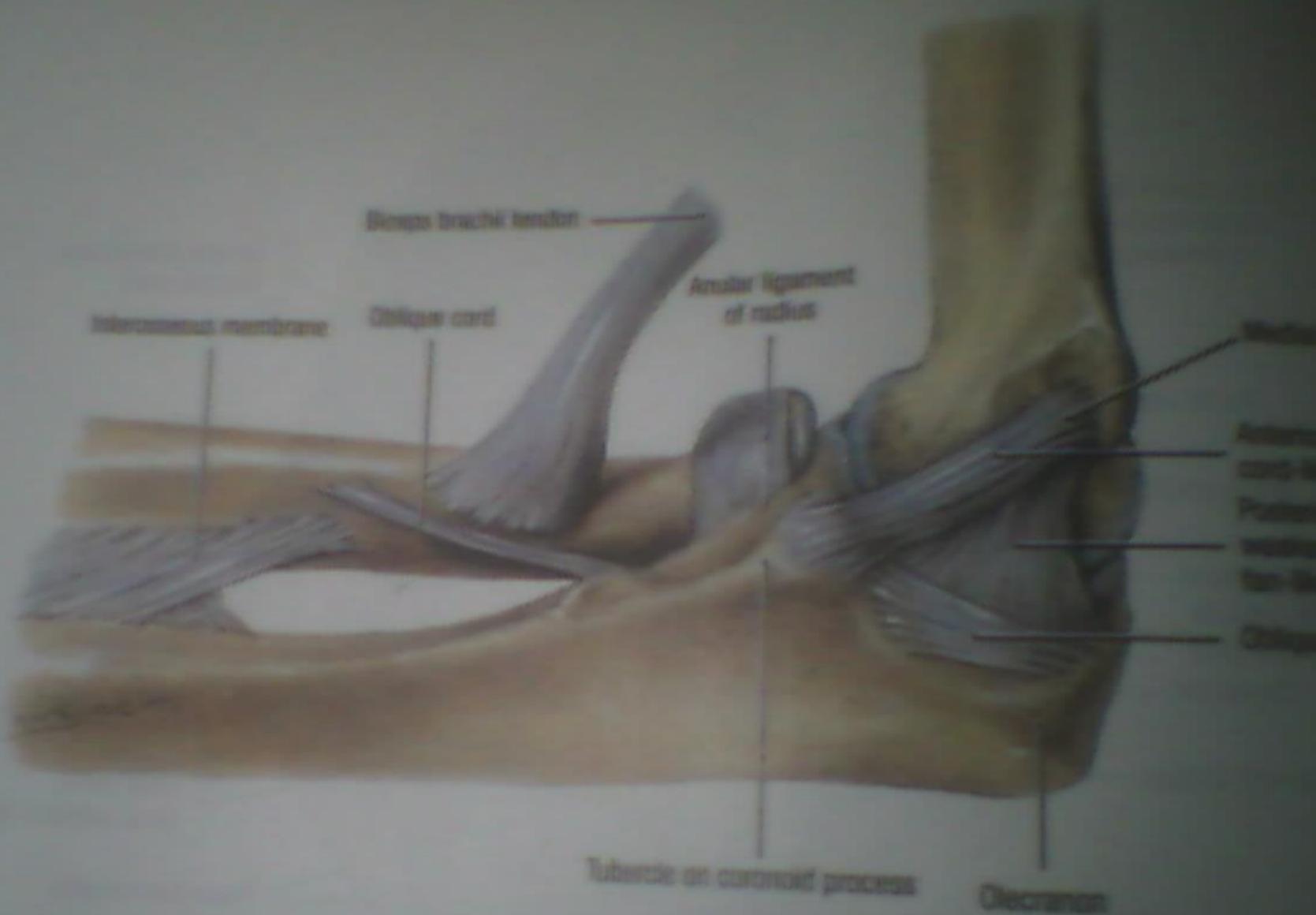
The triceps brachii has a groove on its posterior surface, underlying the olecranon fossa, as a gliding surface, separating the olecranon fossa from the olecranon process.







A

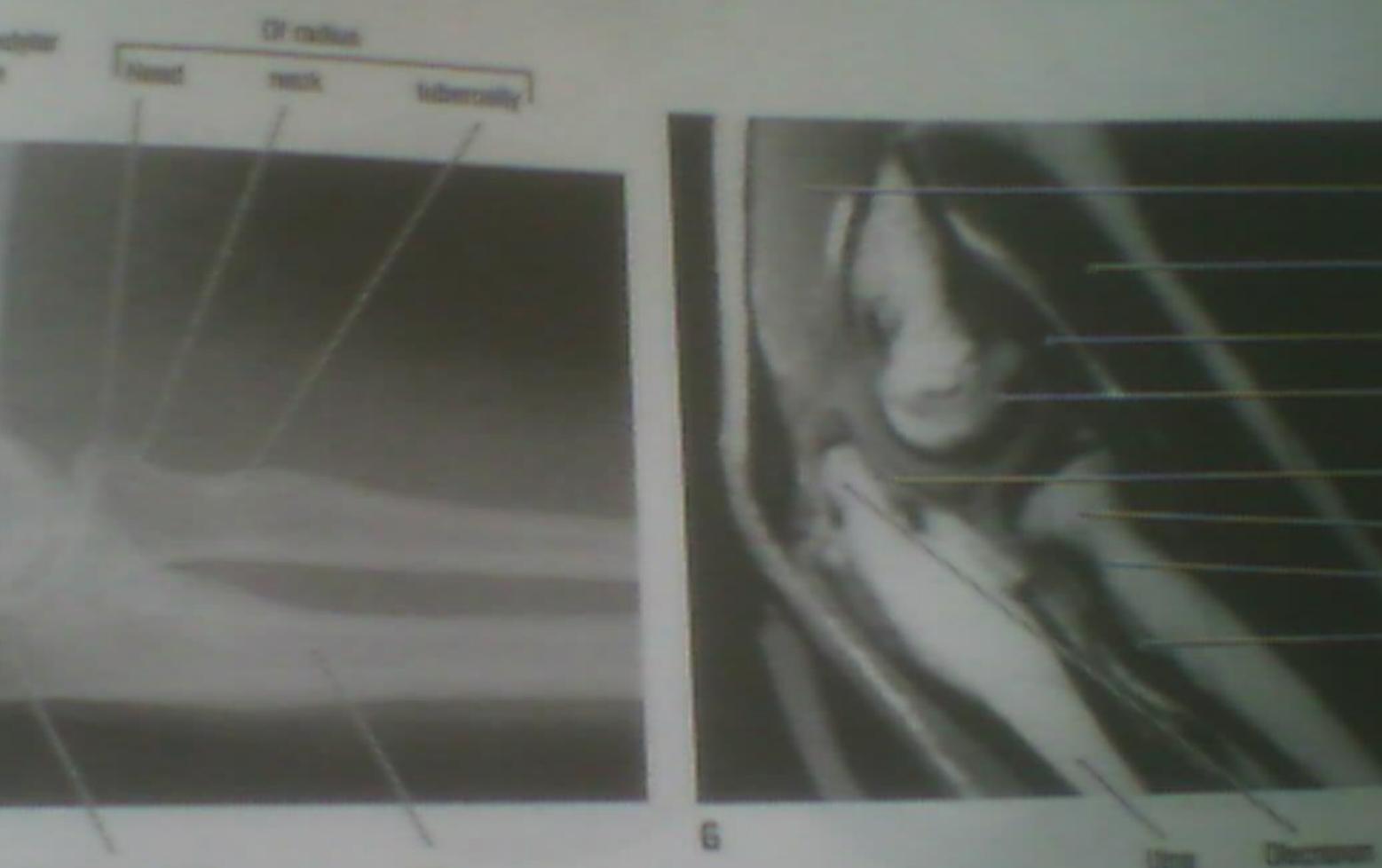




Olecranon

Medial epicondyle

Ulna



G

Ulna

Humerus

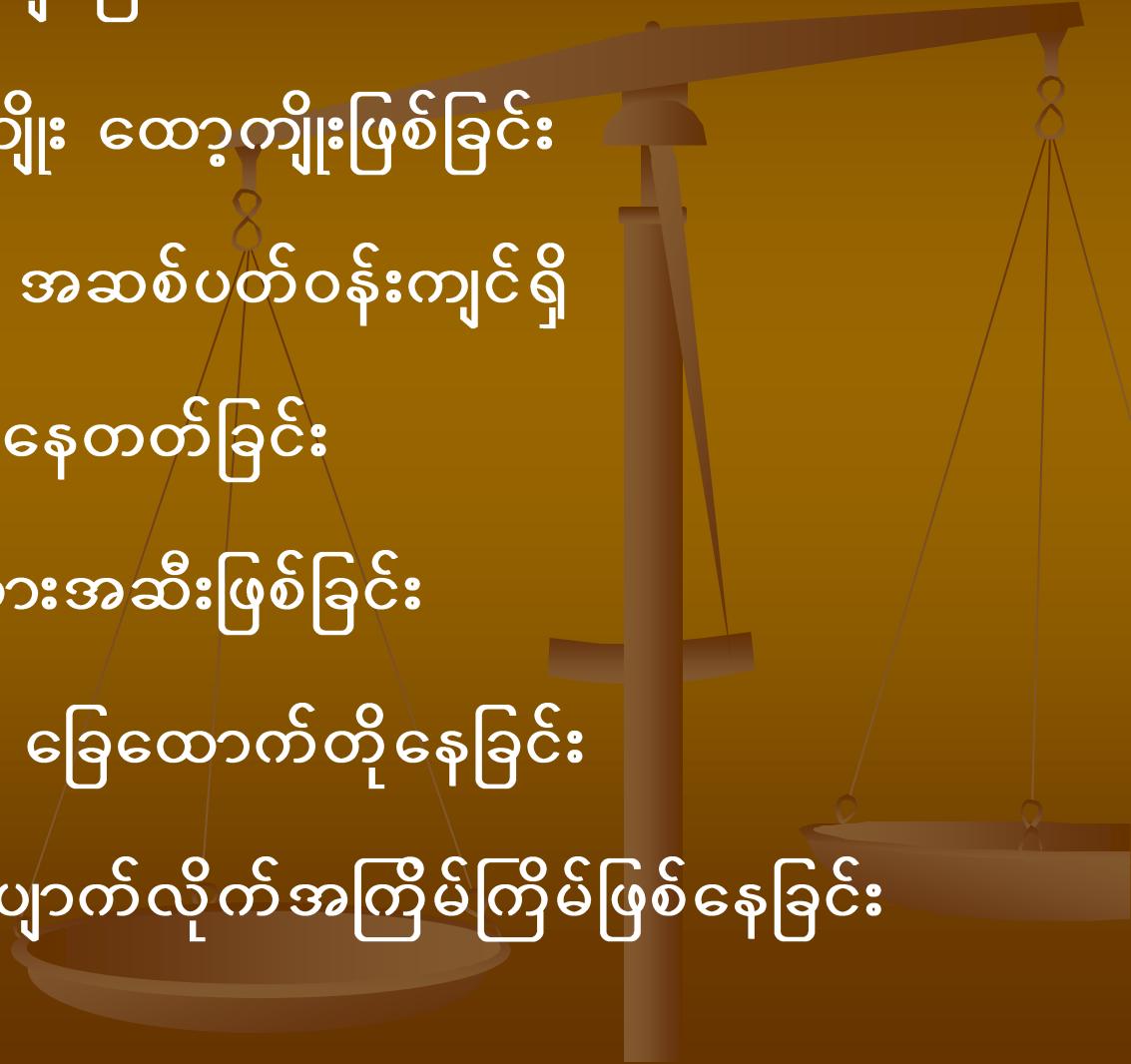
D. Medial view. E. Lateral view. F. Radiograph of elbow joint, lateral view. G. Sagittal M.



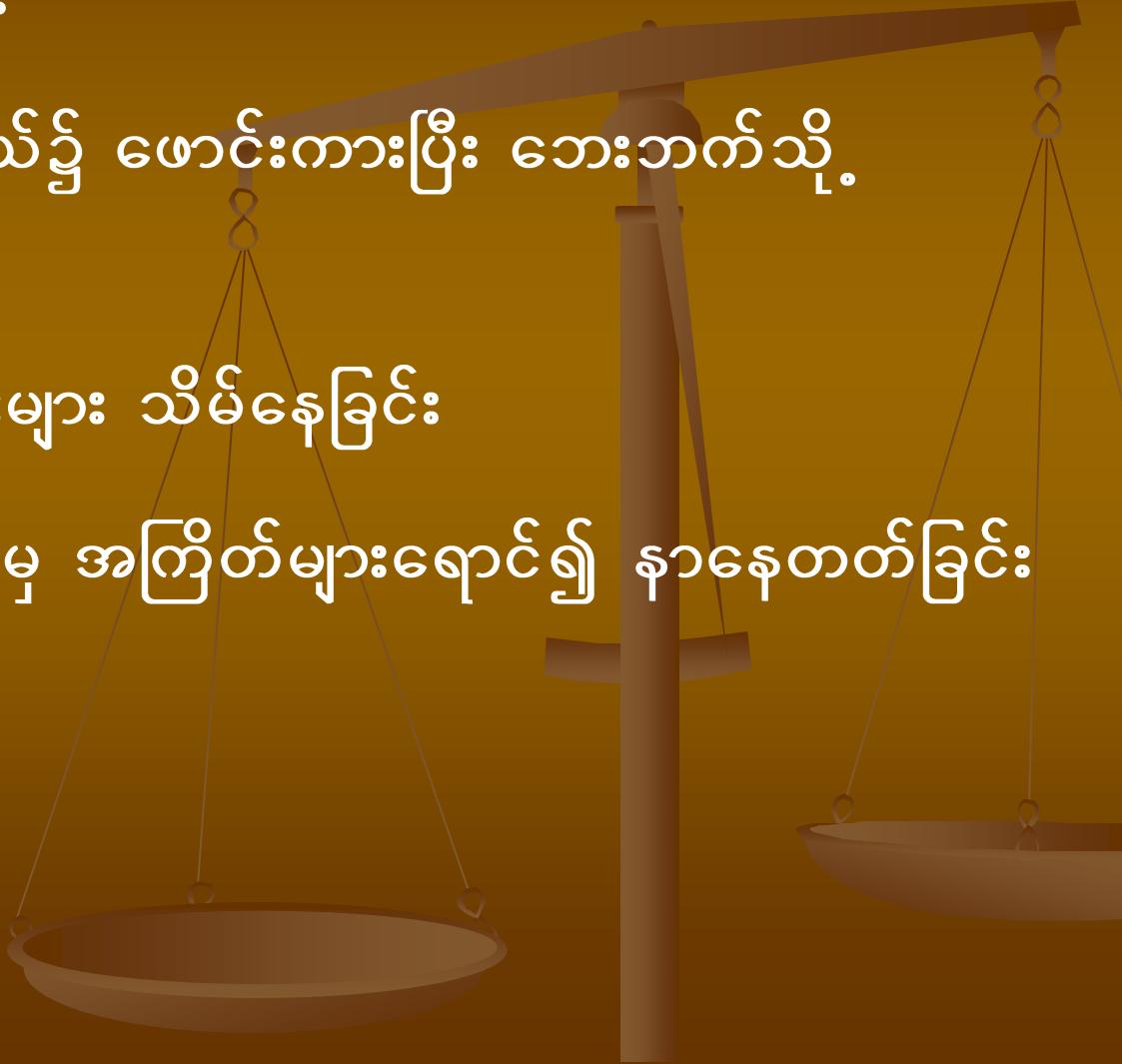


အဆင်တိဘီရောဂါလက္ခဏာ

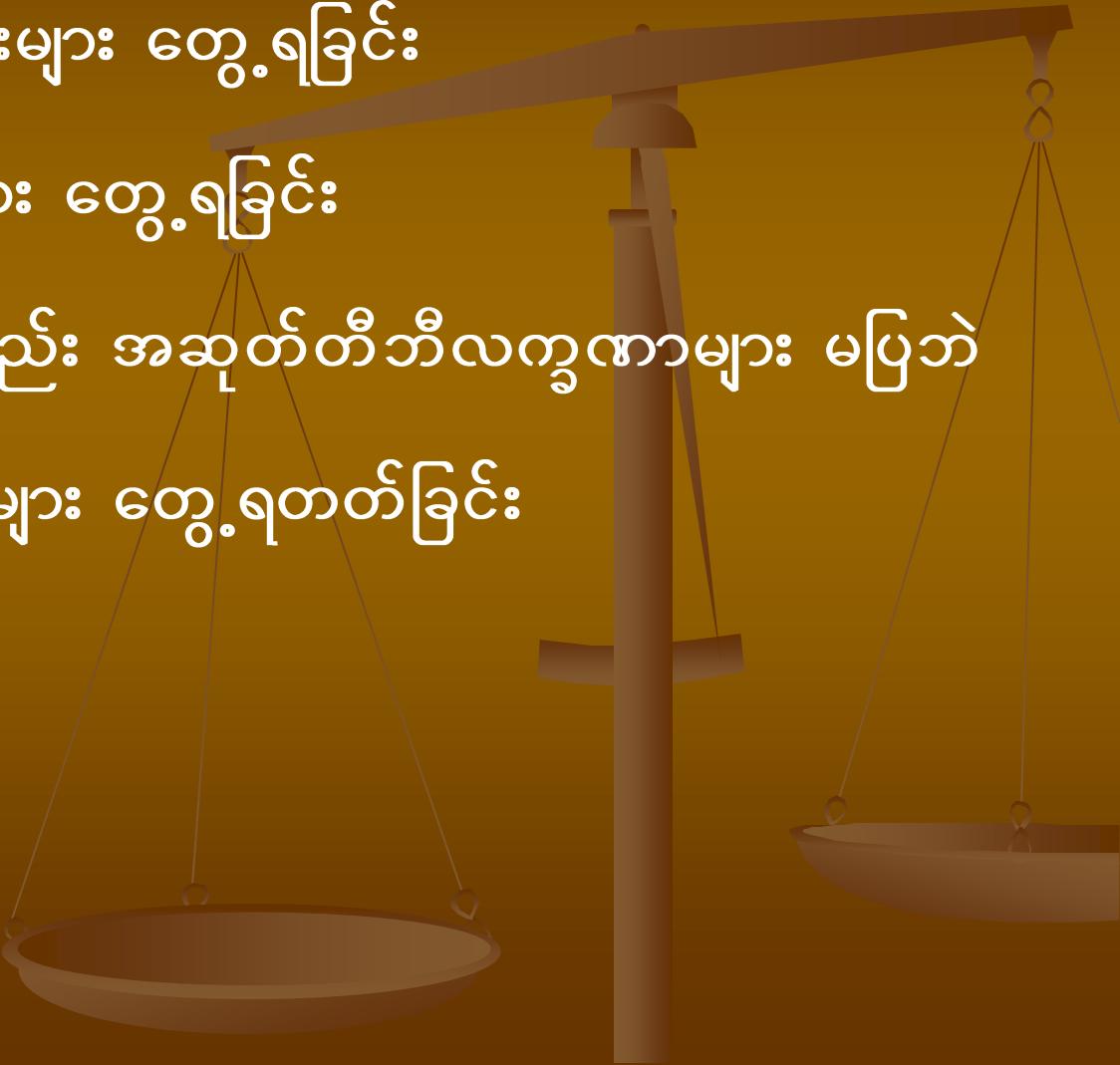
- အဆင်များတွင်နာကျင်ခြင်း
- ခြေထောက်တော့ကျိုး ထော့ကျိုးဖြစ်ခြင်း
- အဆင်ရောင်နေရှု အဆင်ပတ်ဝန်းကျင်ရိုက္ခက်သားများသိမ်နေတတ်ခြင်း
- လူပိုင်ရားလျှင် အတားအဆီးဖြစ်ခြင်း
- အရိုးများပျက်စီးရှု ခြေထောက်တို့နေခြင်း
- ရောဂါဖြစ်လိုက် ပျောက်လိုက်အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်နေခြင်း



- ဖျားခြင်း၊ အရေပြား၊ အနိဂုက်ထွက်ခြင်း
- အဆစ်ရောင်ခြင်း
- အဆစ်များအလယ်၌ ဖောင်းကားပြီး ကေးဘက်သို့။
ရားခြင်း
- အဆစ်ကြွက်သားများ သိမ်နေခြင်း
- ချိုင်းနှင့် ပေါင်ခြား အကြိတ်များရောင်၍ နာနေတတ်ခြင်း



- နှလုံးအပြင်လွှာရောင်ခြင်း၊
- ပါတ်မှန်ရိုက်ဖြည့်ယွင် အရိုးများပွံခြင်းနှင့်
ကြွက်သားရောင်ခြင်းများ တွေ့ရခြင်း
- တီဘီလက္ခဏာများ တွေ့ရခြင်း
- အဆစ်တီဘီသည်လည်း အဆုတ်တီဘီလက္ခဏာများ မပြဘဲ
အထက်ပါလက္ခဏာများ တွေ့ရတတ်ခြင်း



အဆုတ်တီဘီရောဂါလက္ခဏာ

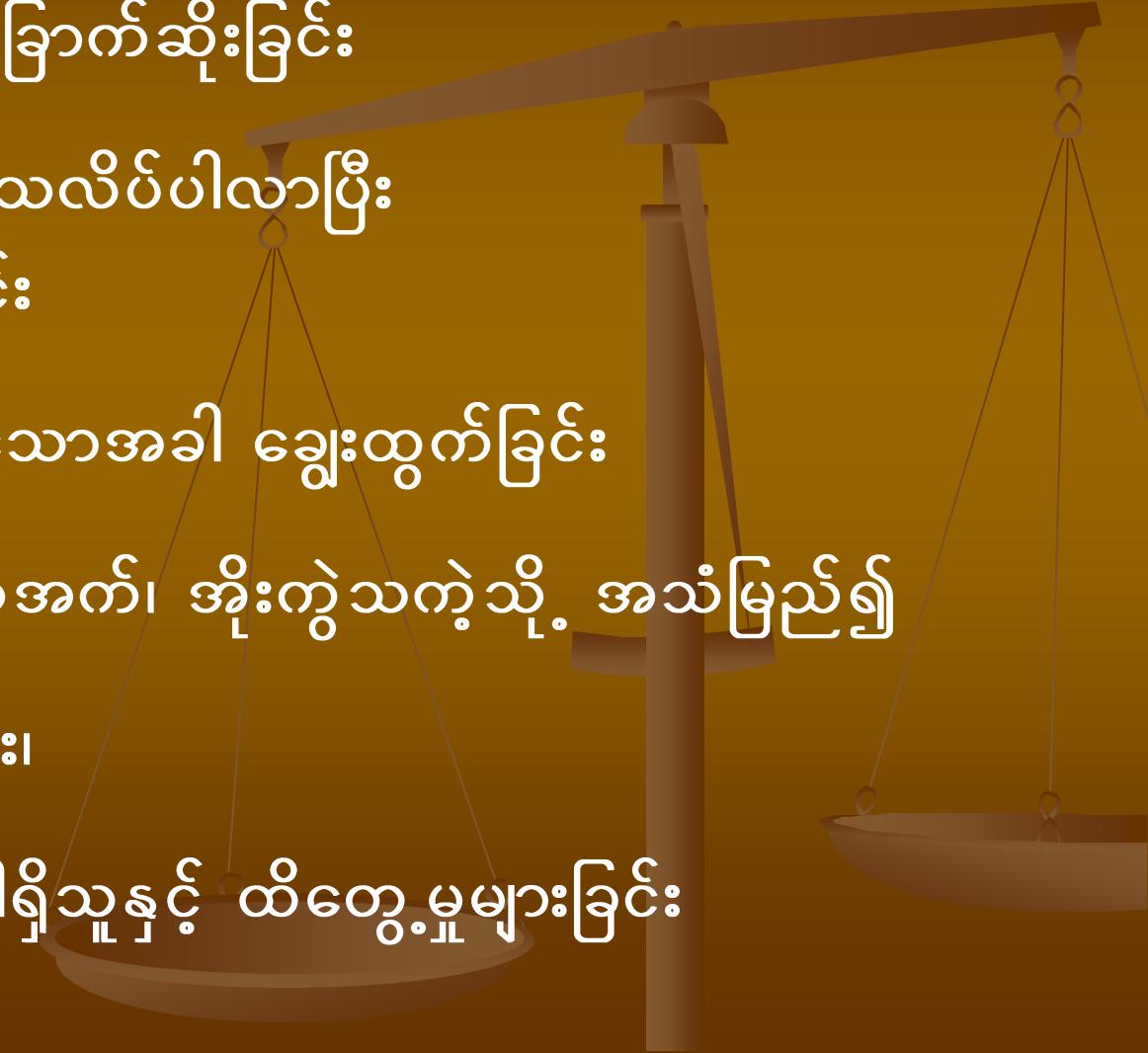
- ကလေးပေါင်ချိန် လျှော့ကျလာခြင်း၊
ပေါင်ချိန်မတိုးဘဲ

ကြာရှည်နေခြင်း

- နှစ်ဦးခွေခြင်း၊ စိတ်မရှင်လန်းခြင်း
- လည်ပင်း တဖက်၌ အကြိတ်စွေ့များ ကြိုးခြင်း
- မကြာခဏဖျားခြင်း၊ ဝမ်းလျှော့ခြင်း၊
ညဆွဲးထွက်ခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း (ကာလကြာရှည်စွာ)
- နံနက်မိုးလင်းစအခါ ချောင်းသည်းထန်စွာ ဆိုးခြင်း



- ညနေ ၅ နာရီမှ ၈ နာရီထိ အဖျားဒီဂရီတက်ခြင်း
- သွေးအန်တတ်ခြင်း
- ပထမချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်း
- ကြာလာပါက သလိပ်ပါလာဖြိုး
သွေးမျှင်များပါလာခြင်း
- ညအိပ်ရာဝင်သောအခါ ခွဲးထွက်ခြင်း
- အသံကွဲ၊ အသံအက်၊ အိုးကွဲသကဲ့သို့၊ အသံမြည်၍
ချောင်းဆိုးခြင်း
- တိဘီရောဂါရိသူနှင့် တိတွေ့မှုများခြင်း

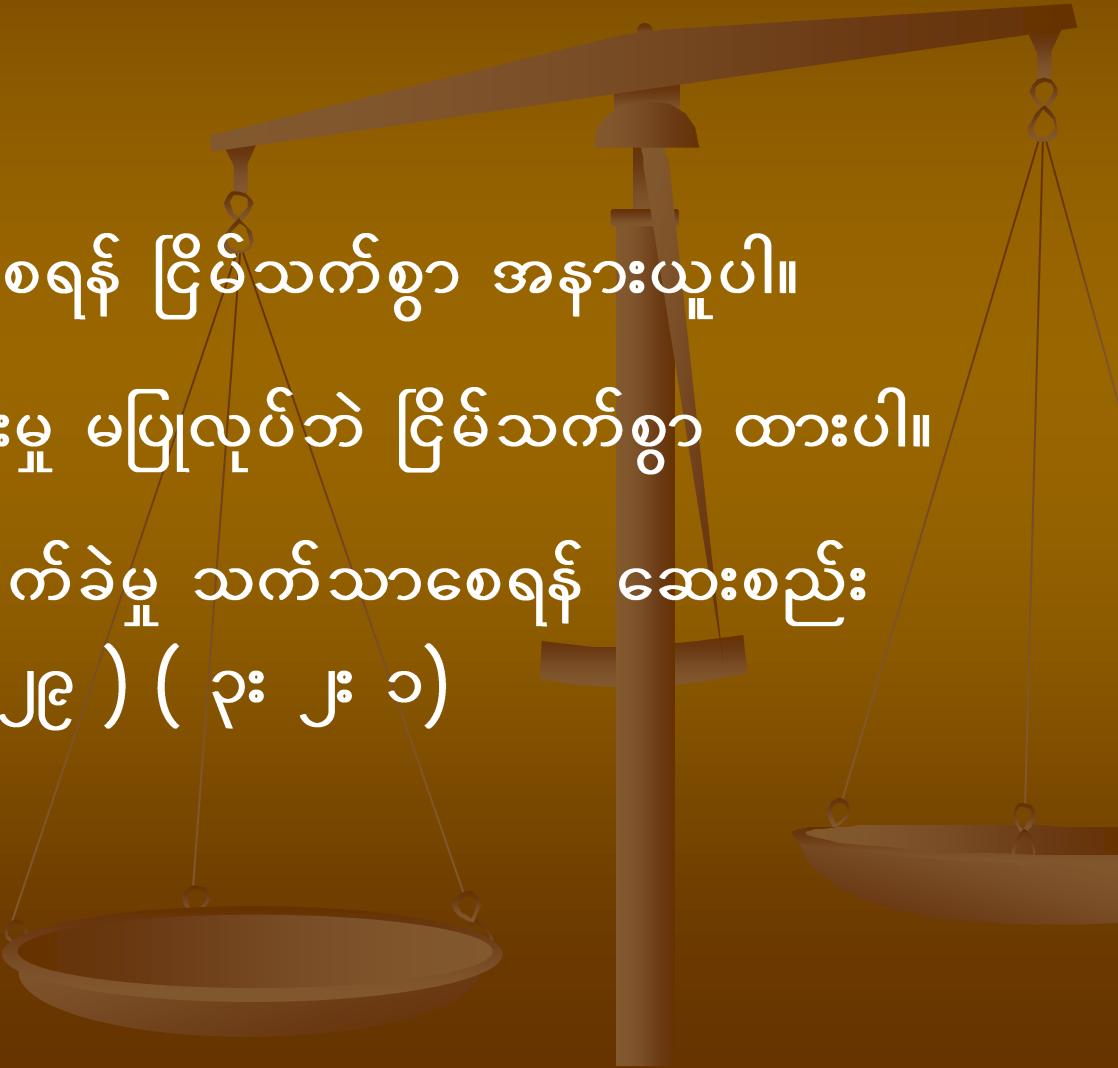


Investigation

- X Ray ရုက်အွေ့ခြင်း
- သွေးဖောက်စစ်ဆေးခြင်း (ESR)
- သလိုပ်စစ်ဆေးခြင်း

အရှုံးအဆစ်တိဘဏ္ဍာထုံး

- တိဘဏ္ဍာရောဂါကု အနောက်တိုင်းဆေးများစားရန် ညွှန်းပို့
ပေးပါ။
- အနားယူပါ။
- အရှုံးများမလှပ်ရှားစေရန် ဌီမ်သက်စွာ အနားယူပါ။
- အဆစ်များ ရွှေလျားမှု မပြုလုပ်ဘဲ ဌီမ်သက်စွာ ထားပါ။
- အရှုံးများ နာကျင်ကိုက်ခဲ့မှု သက်သာစေရန် ဆေးစည်း
ပေးပါ။ (၄၃+၄၃ +၂၉) (၃း ၂း ၁)



ကွဲက်သားများပျော့လာစေရန်

- -အကြောပျော့ဆေးလိမ်းပေးပါ။ စည်းပေးပါ။
- အရိုးအဆစ်နှင့်ကွဲက်သားများနာနေချိန်တွင်အကြောပြင်ခြင်းရှောင်ဖြည်ပါ။ အရိုးများ ဆွဲဆန်းခြင်း မပြုလုပ်ရ။
- ပိုးသေစေသော ကိမ်းလမန်းနှင့်ဆေးကို တမာရွက် ခြောက်မှန်./
အပွင့်မှန် နှင့် တိုက်ကျွေးပေးပါ။
(တစ်နေ့ ၄ကြိမ် ၂ပြားမှ ၃ပြား)
- ဆေးဝါ+ ဆန်းပုံနှင့် ပက်၍ လုံးထားပြီး တိုက်ပေးပါ။
- ဆေးအမှတ်၁၆+၁ နံနက်/လ တစ်ကြိမ် ခဲ့ တိုက်ပါ။

➤ -မှတ်လေးစင်း တစ်ကြိမ် ၂ ရွှေး (တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်)

➤ တော်ဒေါဒ + အပူးဖြုံးများ + ပျားရည်

(၄ပဲ + ၁၀ကျပ် + ၃ ကျပ်)

➤ တမာရွက် + ကြောင်ပန်းဆီ ကြပ်ထုပ်ညင်သာစွာ
ထိုးပေးပါ။

➤ ကြိုက်သားများ သိမ်လျှင် နွားနှုံးကြပ်ထုပ် ထိုးပေးပါ။

➤ အဆောင်များ အနာသက်သာလျှင် လွှေကျင့်ခန်းလုပ်ပေးပါ။

➤ ခြေဆစ်၊ လက်ဆစ်များဖြစ်လျှင် ရေနွေးစိမ်ပေးပါ။

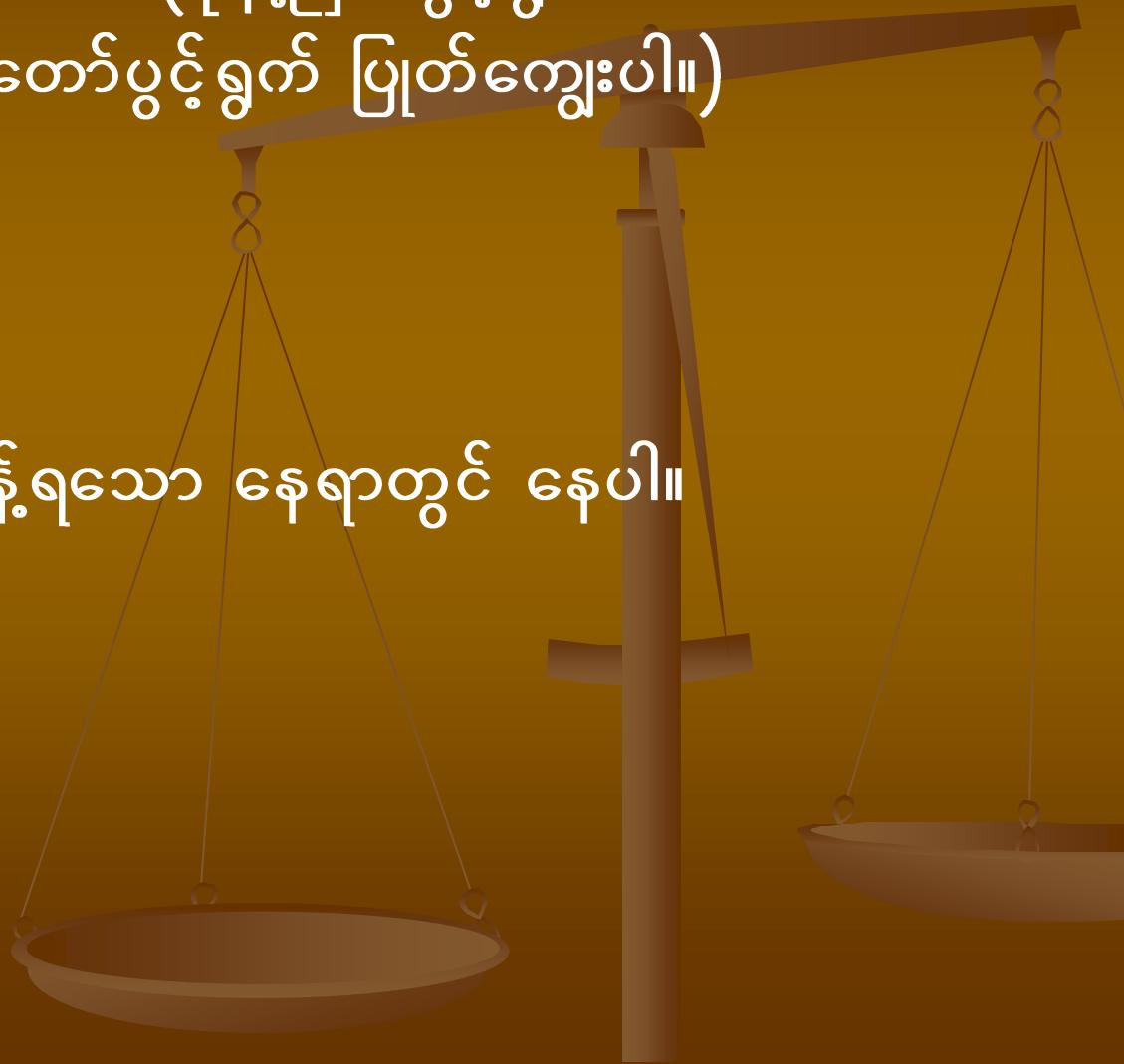
ရွှေင်ရန်

ပူစပ်လွန်းသော အစာများ၊ အေးလွန်းသော အစာများ
လက်လုပ်ချဉ်များ၊ ပြေတွင်းအောင်းအစားအစာများ၊
သလိုပွားစေသော အစားအစာများနှင့် လေပွားစေသော
အခြားကိုယ်များ မစားရ။

ဖြင်းထန်စွာ လှုပ်ရှားခြင်း မပြလုပ်ရ။

ဆောင်ရန်

- အာဟာရဖြစ်စေသောအေးကြပွင့်ရှုအားဖြစ်စေသောအစားအစာများ ကျွေးပေးပါ။ (ပုံနှိပ်ပုံပွင့်ရှုတဲ့
ပြည်ပန်းညိုရှုတဲ့ စွဲယ်တော်ပွင့်ရှုတဲ့ ပြုတ်ကျွေးပါ။)
- အနားယူပါ။
- လေကောင်းလေသန့်ရသော နေရာတွင် နေပါ။
- တမာရန်း ရူးပေးပါ။



ကာကွယ်ရေး

- ကလေးငယ်များ ဘီစီဂျို့ ကာကွယ်ဆေး ထိုးပေးပါ။
- တိဘီဖြစ်သော လူများနှင့် နေထိုင်ခြင်း၊ အတူဆော့ကစားခြင်း တို့ကို ရှောင်ရှားပါ။
- တိဘီပိုးပါသော နွားနှီးနှင့် အစားအစာများစားခြင်းမှ ရှောင်ရှားပါ။
- ချောင်းဆိုးလျှင် လက်ကိုင်ပဝါဖြင့် အုပ်ပေးပါ။
- တိဘီရောဂါရိနေပါက လဲကျခြင်း၊ ချော်လဲခြင်းတို့ကို ဂရုစိုက် ရှောင်ရှားပါ။

ଶ୍ରୀମଦ୍ଭଗବତ

