



သတိပြုအာရုံစိုက်ရန်အန္တရာယ်

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကောင်းရေး ဝန်ကြီးဌာန
ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန
ကျန်းမာရေးအသိပညာဖြန့်ဖြူးတတ်ပေးဌာန

မြန်မာနိုင်ငံတွင် မြွေမျိုးစိတ်ပေါင်း (၁၅၀) ခန့်ရှိပါသည်။ လူ၏အသက်အန္တရာယ်ကို ထိခိုက်စေနိုင်သော အဆိပ်ရှိပြီး တွေ့ရအများဆုံးမြွေဆိုးများမှာ မြွေပွေး၊ မြွေဟောက်နှင့်အမျိုးအနွယ်များ၊ ငန်းတော်ကျားနှင့် ဂျပ်မြွေတို့ဖြစ်ကြပါသည်။



မြွေကိုက်မခံရအောင် ကာကွယ်ရန်နည်းလမ်းများ

- မိမိသွားရာလမ်းတစ်လျှောက်တွင် တုတ်နှင့်ခြောက်လှန့်ခြင်း၊ ခြေသံပေးခြင်း
- အရာဝတ္ထုများကို တွယ်ရွှေ့ပြောင်းလျှင် ဦးစွာရိုက်ပုတ် အသံပေးပြီးမှ ကိုင်တွယ်ခြင်း
- သွားလာရာတွင်လည်ရှည်ဖိနပ်စီးခြင်း
- ဓာတ်မီး / မီးတုတ် / မီးအိမ် အသုံးပြုခြင်း
- တွင်း / သစ်ခေါင်းအတွင်း လက်ဖြင့်မနှိပ်ခြင်း
- မြွေများခိုအောင်းမနေစေရန် ရှင်းလင်းခြင်း
- မြွေများအိမ်ပေါ်သို့တက်နိုင်၍ ဂရုပြုစစ်ဆေးခြင်း
- အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များကိုမွေး၍ မြွေဆိုးအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ခြင်း
- မြွေအသေကို မလိုအပ်ဘဲ မကိုင်တွယ်ခြင်း



မြွေကိုက်ခံရပါက ရှောင်ကြဉ်ရမည့်အချက်များ

- မြွေကိုက်ဒဏ်ရာကို ခါးဖြင့်ခွဲခြင်း၊ မီးစဖြင့်ထိုးခြင်း
- လူနာကို အရက်တိုက်ခြင်း၊ အခြားဆေးမီးတိုများ တိုက်ခြင်း
- ဆေးလိမ်းခြင်း၊ နိပ်ခြင်း၊ ပွတ်ခြင်း
- မြွေမြီးကိုဖြတ်၍မြိခြင်း
- မြွေကိုက်ဒဏ်ရာ၏ အထက်ဖက်တွင် ကြိုးဖြင့်တင်းကြပ်စွာ ချည်နှောင်ခြင်း
- လူနာကိုလမ်းလျှောက်စေခြင်း၊ လှုပ်ရှားစေခြင်း



မြွေကိုက်ခံရပါက လူနာကိုလှုပ်ရှားခြင်းမပြုစေရ။ အနာကိုရေဖြင့်သာဆေးကြောပါ။ ရှေးဦးသူနာပြုစုမှ ကိုချက်ခြင်းခံယူ၍ ဆေးရုံ/ဆေးခန်းသို့ အမြန်သွားရောက်၍ အချိန်မီ ကုသမှုခံယူပါ။