



Mercy Health

Care first

တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢပိၢ်မုၢ်တဖၣ်, အတၢတဖၣ်
ဒီးအဟံၣ်ဖိလီဖိတဖၣ်အဂီၢ်

ဟုသးအသီတၢ်ဟးဂီၤ(ဟုးဟးဂီၤ)

**ဟူးသးအဆိတ်ဟူးဂီတင်လဲခိဖျိအံ့ဟဲစိတ်
တင်ဆိကမိတ်တဖၣ်ဒီးတင်တူၢ်ဘၣ်တဖၣ်လၢ
အဃါယုၣ်လိာ်အသးအသ့လီၤ.**

**နဘၣ်တင်တူၢ်လိာ်မုၢ်န့ၣ်လၢနကကတိတင်ဒီး
ပုၤလၢတၢ်ဆၢကတိတကတိဂ့ၤဘၣ်လၢနတၢ်
လဲခိဖျိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.**

ဟူးဟူးဂီၤ,ဟူးလီၤဖျိၣ်

လိာ်ဖိတဘၣ်အံ့မုၢ်ဝဲလၢပိာ်မုၢ်,အတၢ်တဖၣ်ဒီးအဟံၣ်ဖိ
ပိာ်ဖိတဖၣ်လၢအဘၣ်ယုၣ်လီၤဘျါလီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကိလၢနီၢ်ခိနီၢ်
သးအတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးတဖၣ်ဖဲဟူးအသိအတၢ်ဟူးဂီၤဝဲ
အခါတဆဲခဲန့ၣ်လီၤ.

တၢ်လၢဟူးဟူးဂီၤမုၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

ဟူးဟူးဂီၤမုၢ်လိာ်အဖျါလၢတၢ်သ့အိၣ်ဖဲပိာ်မုၢ်တကလဲ
ခိဖျိဘၣ်ဝဲအဟူးဟူးဂီၤဖဲအအထီၣ်သီအန့ၣ်ဆဲန့ၣ်လီၤ.
ဟူးဟူးဂီၤအါတက့ၢ်ကဲထီၣ်အသးဆိဆိ,ညါန့ၢ်ကဲထီၣ်
အသးဖဲအထီၣ်ဝဲ၁၂န့ၣ်အတိာ်ပုၤလီၤ.

တၢ်ပနီၣ်အဒိၣ်ထံးတမံဖဲဟူးသးမုၢ်တဒိၣ်ထီၣ်လၢဂ့ၤဂ့ၤ
ဘၣ်တဘၣ်ကမုၢ်ဖဲပိာ်မုၢ်အံ့လဲခိဖျိဘၣ်သ့ၣ်ယုၤလီၤခိဖျိ
ပိာ်မုၢ်က့ၢ်ဂီၤဒီးတၢ်အ့ၣ်စူးဖဲသ့ၣ်ဟဲအခါတဖၣ်လီၤ.

ပိာ်မုၢ်တနီၤနီၤတအိၣ်ဒီးတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်နီၣ်တမံဒီးထဲဒၣ်
သ့ၣ်ညါလၢအဟူးသးဟူးဂီၤဖဲအဝဲသ့ၣ်ဒီးက့ၢ်အူလထရၣ်
စီ(ultrasound)လၢအဘၣ်ဒိဝဲအခါလီၤ.တၢ်ကူစါယါဘျါ
တအိၣ်ဝဲနီၣ်တကလုာ်လၢကဒိသးဟူးဟူးဂီၤန့ၣ်ဘၣ်.

ဟူးဟူးဂီၤအိၣ်အကလုာ်ကလုာ်ဟဲဟူးဟူးဂီၤခဲ
လၢဂ်,ဟူးတဟူးဂီၤခဲလၢဂ်ဒီးဟူးဟူးဂီၤလၢအဟါမၢ်တ
ဖၣ်လီၤ.

ဟူးဟူးဂီၤခဲလၢဂ်စံးတၢ်န့ၣ်တၢ်အညၣ်တဖၣ်ဟူးထီၣ်
လၢအလီၤ(ဖိသ့ၣ်အိၣ်အလီၤ)အပူၤဒီးအခဲအံ့အိၣ်က
လီၤန့ၣ်လီၤ.

ဟူးတဟူးဂီၤခဲလၢဂ်စံးတၢ်န့ၣ်တၢ်အညၣ်တနီၤအိၣ်တ့ၢ်
လၢအလီၤအပူၤလီၤ.

ဟူးဟါဂီၤလၢအဟါမၢ်စံးတၢ်န့ၣ်ဟူးသးလၢအသိအံ့
အတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အိၣ်ပတုၣ်ဒီးတမၤတၢ်လၢဘၣ်ဆၣ်တ
ဟူးထီၣ်လၢအလီၤအပူၤဘၣ်.

အဲးထီၣ်ပဲ(ectopic)ဟူးသးမုၢ်တၢ်ဂ့ၢ်ကိတမံဖဲဟူးသး
အံ့အိၣ်ထီၣ်လၢအလီၤအချၢန့ၣ်လီၤ.အဲးထီၣ်ပဲ(ectopic)
ဟူးသးအံ့အတမူဘၣ်ဒီးဘၣ်တဘၣ်မၤသံသးသမူသ့ဒီး
လိာ်ဘၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါလၢအလီၤဆိလီၤ.



တၢ်လၢဟူးသးဟးဂီၤအံၤညီၣ်န့ၢ်ဝဲထဲလဲၣ်.

ထီၣ်ဘးဘၣ်ဆူၣ် ၂၀ မျးကယၢတၢ်အထီၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ဟူးလီၤဖျံၣ်လီၤ. တၢ်ကဲထီၣ်သးဒီးအံၤအိၣ်အါထီၣ်ဃုာ်ဒီးသးန့ၢ်, ဝဲတၢ်န့ၢ်ပုၤပိာ်မ့ၢ်ယံၢ်ဂၤအကျိတၢ်ကအတၢ်ထီၣ်ယူအပူၤအိၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်သးလၢအဟူးဟးဂီၤန့ၢ်လီၤ.

ဝဲပိာ်မ့ၢ်အါဂၤလဲၤဒီဖျိဝဲဟူးလီၤဖျံၣ်အခါ, တၢ်အံၤတၢ်တညီၣ်န့ၢ်တဲအီၤလၢအဂ့ၢ်ဘၣ်. တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤဒီးတၢ်ကရၢကရီၤလၢအကဲတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်အိၣ်ဝဲလၢနကသုအီၤလီၤ. ဝဲသးစူၤက့ၢ်ဘၣ်ဝဲလံာ်အကုအချၢလၢအအိၣ်လၢတၢ်ကိပူၤလၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ဂျိၤဆူၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

တၢ်ဂ့ၢ်လၢအဒုးကဲထီၣ်ဟူးလီၤဖျံၣ်လၢတၢ်သ့ၣ်ညါတၢ်လံာ်အီၤမ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

တၢ်ဂ့ၢ်လီၤတၢ်လၢနဟူးလီၤဖျံၣ်အံၤဘၣ်တဘၣ်တၢ်တသ့ၣ်ညါအီၤဘၣ်. ဘၣ်ဆၣ်ဝဲအံၤမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တနီၤလၢအဒုးကဲထီၣ်တၢ်လီၤ.

1. ခရိၣ်မိၣ်စိၣ်မၤလ်(Chromosomal)အတၢ်တဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးတဖၣ်

ဟူးလီၤဖျံၣ်အါဒၣ်တၢ်တက့ၢ်ကဲထီၣ်မ့ၢ်လၢခရိၣ်မိၣ်စိၣ်လၢတၢ်ညၣ်ကိၣ်လိၣ်ထီၣ်သီသီအပူၤ(တၢ်အထီၣ်သီသီ) တဖၣ်တဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးဒီးစးထီၣ်လၢအခိၣ်ထံးလံးလံးဟူးသးအံၤတဖၣ်ထီၣ်ဘၣ်ဘျီဘၣ်ဒါဘၣ်န့ၢ်လီၤ.

တၢ်ယုသ့ၣ်ညါမၤက့ၢ်ပာ်ဖျါဝဲဒၣ်လၢဟူးလီၤဖျံၣ်ခဲလၢလၢအထီၣ်ဘးအမျးကယၢ၈၀လၢအကဲထီၣ်ဝဲဟူးသးအိၣ်ထီၣ်၁၂န့ၢ်အတီၢ်ပူၤန့ၢ်မ့ၢ်လၢတၢ်တမံၤမဲၤလဲၤကမၣ်အသးလၢတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဖိထီၣ်အကျဲကပူၤကီၤခဲဝဲန့ၢ်လီၤ.

လၢတၢ်ဂ့ၢ်ဒ်အံၤအယီၤ, ဟူးလီၤဖျံၣ်အံၤတၢ်ထံၣ်အီၤသ့ၣ်န့ၢ်ဆၢၣ်အကျိၤအကျဲတခါလၢအဘၣ်မၤတၢ်ဒီးတၢ်ညၣ်ကိၣ်လိၣ်လၢအတဖၣ်ထီၣ်ဒ်အကြးအသိးဘၣ်န့ၢ်လီၤ.

လၢတၢ်ဂ့ၢ်အံၤအယီၤတၢ်ညၣ်ကိၣ်လိၣ်တဖၣ်တဖၣ်ထီၣ်လၢလၢဟူးသးအိၣ်ထီၣ်သီအပတီၢ်ဒီးဘၣ်တဘၣ်တၢ်ထံၣ်အီၤလၢအူလထရၣ်စီ (ultrasound) အတၢ်မၤက့ၢ်တသ့ဘၣ်. တၢ်တအိၣ်ဝဲနီၣ်တမံၤလၢတၢ်ကမၤအီၤလၢတၢ်ကဒီသဒါဟူးလီၤဖျံၣ်ဝဲတၢ်အထီၣ်အံၤမ့ၢ်တဖၣ်ထီၣ်ဘၣ်ဘျီဘၣ်ဒါအခါလီၤ. ညီၣ်န့ၢ်န့ၢ်, ကရိၣ်မိၣ်စိၣ်မၤလ်လၢအမၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤကဲထီၣ်အသးဒ်တၢ်ဘၣ်ဆၢၣ်ဘၣ်တီၤ, တမ့ၢ်တၢ်လီၤစၢၤလီၤသ့ၣ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်လၢတၢ်မၤန့ၢ်အီၤလၢမိၢ်ပာ်အအိၣ်ဘၣ်. တၢ်အံၤအစီပညီၣ်န့ၢ်ဟူးလီၤဖျံၣ်အံၤတကဲထီၣ်လၢလၢခါဆူၣ်ညါတဖၣ်န့ၢ်ဘၣ်.

2. မိၢ်အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်

တဘျီတခါမိၢ်အံၤကအိၣ်ဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကမၤအါထီၣ်တၢ်ခွဲးယာ်ဂ့ၢ်ဘၣ်လၢဟူးလီၤဖျံၣ်အဂီၢ်လီၤ. အဒိ-သ့ၣ်ဆၢ, ဆံၣ်ဆၢအတၢ်ဆါလၢတၢ်ဖိၣ်ဂါမၤဂါယာ်အီၤကိာ်ယုၢ်ဘိအန့ၣ်တၢ်ဆါ, အလီၢ်တဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စးမ့တမ့ၢ်, တဘျီတခါတၢ်ယာ်န့ၢ်လီၤနီၢ်ဒိအပူၤဒုးကဲထီၣ်ဟူးလီၤဖျံၣ်သ့ၣ်လီၤ. တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်အိၣ်သးလၢအတညီၣ်န့ၢ်မၤအသးတဖၣ်လၢအမၤကဲထီၣ်သ့ၣ်ကိၣ်လိၣ်အသးဒုးကဲထီၣ်ဟူးလီၤဖျံၣ်သ့ၣ်စ့ၢ်ကိးလီၤ. တၢ်ကူၤစါယါဘျီလၢတၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒ်အံၤသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်တဘၣ်ကမၤဂ့ၢ်ထီၣ်တၢ်ခွဲးယာ်ဂ့ၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ကန့ၢ်ဘၣ်ဟူးသးလၢအကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်သ့ၣ်လီၤ.

3. မိခင်အသားနှင့်

တော်ယုထံ၌သွင်ညါဟ်ဖျါဝဲလၢပိာ်မုၢ်လၢအသားပှါတဖၣ်တၢ်အိၣ်သးအိၣ်အါဝဲလၢအကလဲၤခိဖျိဘၣ်ဟူးလီၤဖျိၣ်န့ၣ်လီၤတၢ်အံၤမ့ၢ်လၢခိရိၣ်စိၣ်မၤလဲၤအတၢ်တဘျီတၢ်တၢ်စးအံၤညါန့ၢ်ကဲထီၣ်ဝဲဒီးပိာ်မုၢ်အစိၣ်ဖဲပိာ်မုၢ်တဖၣ်အသားပှါထီၣ်န့ၣ်လီၤပၢ်အသးန့ၣ်စ့ၢ်ကိးဘၣ်တဘျီအမူအဒါအိၣ်စ့ၢ်ကိးလၢဟူးလီၤဖျိၣ်အကီၢ်လီၤ.

ဖဲအုၣ်ကသံၣ်တဖၣ်ဟ်ဖျါဝဲလၢဟူးလီၤဖျိၣ်အတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲအံၤအိၣ်ဒီးပိာ်မုၢ်ယံၢ်ဂၤအကျါတဂၤ(အမူးကယၤ၂၀)ဖဲမိၢ်အံၤအသးအိၣ်၃၀,ခံၤအကျါတဂၤ(အမူးကယၤ၅၀)ဖဲအသးအိၣ်၄၀,ဒီးလွံၢ်ဂၤအကျါသၢဂၤ(အမူးကယၤ၇၅)ဖဲအသးအိၣ်၄၅န့ၣ်အခါလီၤ.

4. တၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးအဂ့ၢ်အကူတဖၣ်

အိၣ်မိၢ်ထူအါန့ၢ်အဖျါၣ်၁၀လၢတသီအတီၢ်ပူၤဟ်ဖျါဝဲလၢမၤအါထီၣ်ဟူးလီၤဖျိၣ်အတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲလီၤ.

တၢ်တဟ့ၣ်ကူၣ်လၢတၢ်ကသုသံးဖဲအအခါဒီးအိၣ်သံးအကြးအဘၣ်ဆူအိၣ်သံးဆူၣ်ဆူၣ်ဘၣ်တဘျီကဘၣ်ထွဲဒီးဟူးလီၤဖျိၣ်လီၤ.

ကဖံးနဲ(caffeine)အနီၢ်ဂံၢ်နီၢ်ဖွးလၢအအါဘၣ်တဘၣ်ကဘၣ်ထွဲလီၢ်အသးစ့ၢ်ကိးဒီးဟူးလီၤဖျိၣ်လီၤ.

5. ဟူးလီၤဖျိၣ်လၢအပူၤကွံာ်

လၢပိာ်မုၢ်လၢအလဲၤခိဖျိဘၣ်ဟူးလီၤဖျိၣ်ခံၣ်ဘျီမ့တမ့ၢ်သးဘျီကွံာ်ကွံာ်တဖၣ်အကီၢ်,တၢ်အံၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဒိၣ်ထံးအတၢ်ဂ့ၢ်လၢကမၤအါထီၣ်ဟူးလီၤဖျိၣ်အတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်ဆူညါန့ၣ်လီၤ.တၢ်ယိထံသ့ၣ်ညါဆူညါအံၤဘၣ်တဘျီအလီၢ်ကအိၣ်ဒီးကဘၣ်တၢ်တဲသကိးအိၣ်ဒီးကသံၣ်သရၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်ခါဘၣ်တခါအဖိခိၣ်လီၤ.

တၢ်စံၣ်ယဲၤတဲၤဘၣ်ပးဟူးလီၤဖျိၣ်

တၢ်စံၣ်ယဲၤတဲၤဘၣ်အကလုာ်ကလုာ်ဘၣ်ပးတၢ်လၢအဒူးကဲထီၣ်ဟူးလီၤဖျိၣ်န့ၣ်လီၤ.ဘၣ်တဘျီနကန့ၢ်ဟူတၢ်စံၣ်ယဲၤတဲၤဘၣ်တဖၣ်အံၤလၢနဟံၣ်ဖိယိဖိဒီးနသမူသကိးတဖၣ်အိၣ်အိၣ်လီၤ.တၢ်န့ၢ်ဟူတၢ်တဲၤဘၣ်တဖၣ်အံၤကဒူးကဲထီၣ်တၢ်ဟံၣ်ဒုၣ်ပၢ်ကမ့ၢ်,တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘျီဒီးတၢ်သ့ၣ်ကီၢ်သးဂီၤတဖၣ်လၢအလီၢ်တအိၣ်တဖၣ်သ့လီၤ.

တဘျီတခါ,ဖဲတၢ်ကွဲးစးယုထံၣ်န့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢအဒူးကဲထီၣ်နဟူးလီၤဖျိၣ်အခါ,နကကွံာ်ယုထံၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢနမၤတၢ်အိၣ်တယံၢ်ဒီးဘၣ်ဒီးနဆိကမိၣ်လၢတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒူးကဲထီၣ်နဟူးလီၤဖျိၣ်လီၤ.

တၢ်လၢလၢတဖၣ်လၢအရဲၣ်လီၤအသးအံၤတဒူးကဲထီၣ်ဟူးလီၤဖျိၣ်ဘၣ်-

- တၢ်မၤနီၢ်ခိအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဖဲအဘၣ်ဒး
- တၢ်ဟးထီၣ်ဟးလီၤ
- တၢ်လဲၤတၢ်က့ၤတၢ်
- တၢ်အိၣ်ယုာ်လီၢ်အသး
- တၢ်နီၣ်ထီၣ်အသး(တူၢ်ဘၣ်အိၣ်တမ့ၢ်ဖဲအထီၣ်သီ)
- တၢ်အိၣ်ကသံၣ်ဒီးသဒါ
- ဆိကမိၣ်မ့ၢ်နလီၤကိမ့တမ့ၢ်တလီၤကိနဖိလဲၣ်
- သးဘၣ်တၢ်တၢ်မ့တမ့ၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘျီ
- မၤလီၤတဲာ်ဘၣ်ဖိလၢညါ
- ဒီးဘၣ်အူလထရၣ်စီ(Ultrasound)
- ဖူးပျံးဘၣ်သး
- တဲၤအါလီၢ်ဘၣ်သး

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကူၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဘၣ်တဘျီတမၤလီၤစၢ်နတၢ်တူၢ်ဘၣ်မ့တမ့ၢ်နတၢ်သးဘၣ်တၢ်တၢ်ခိဖျိနဟူးလီၤဖျိၣ်အယိသန့ၣ်က့ၤ,တၢ်အံၤဘၣ်တဘျီကမၤစၢ်နလၢနကန့ၢ်ဟူဝဲဒၣ်ဟူးလီၤဖျိၣ်ကဲထီၣ်အသးညါန့ၢ်ထဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

မှန်ကန်စွာကလေးဖွံ့ဖြိုးရေးအသိတစ်ချို့

အလီလ်အိတ်ဘတ်-ဟူးလီဖွံ့ဖြိုးတော့ဝံ့အလီလ်ခံနက် အလင်ခံတော့နီနီအခွေးလအအါနီကဘတ်လီဘတ်စး ဒီးကလေးဆူညါကွာကွာလီလီပိတ်မုင်လအအါလအလဲလဲ ဒီဖွံ့ဘတ်ဟူးလီဖွံ့အံ့အထီင်ကဒါဖိလအပွဲနဲပွဲလါ ဒီးဆူင်ချနီလီပိတ်မုင်တကအဟူးလီဖွံ့လအအိတ် ထွဲထီင်လီလ်အသးသဘီနီနီ,အကဘတ်တံနီအီဆူ ကသံင်အေးလပုဆါလတင်ချအဂီၢ်သိးအကထံင်ဒီး ဒီးနီဘတ်ကသံင်သရင်လီဆီအတံဟုင်ကူင်အဂီၢ်တံ ကကွဲနီအီလီလီ.

အရုဒီလတင်ကဘတ်သုင်နီနီအီနီတင်လဲဒီဖွံ့ဘတ်ဟူး လီဖွံ့ခံဘီလအအိတ်ထွဲထီင်အခံနီကထီင်ညီနီဒီးတင် အံ့နီတမုင်နဲမုင်မုင်ပျဲအပူ “ တံကမပံ ” အိတ်တမံ မံနီဘတ်.

တံကူစါယါဘျါလဟူးလီဖွံ့အဂီၢ်မုင်မနုလဲင်

ဟူးမုင်လီဖွံ့အံ့မုင်ဝံ့ခဲလင်ဒီးတံညင်ကီလိင်တ ဖင်မုင်ဟူးထီင်လအနပူခဲလင်တခီနတလိင်တံကူစါ ယါဘျါဆူညါဘတ်.ဟူးသးအံ့မုင်တဟူးထီင်ခဲလင်, ကသံင်သရင်ကတဲဘင်နတံယုထာတဖင်ဒီးနလီလီ.

တံသုင်တဖင်ဟ်ယုင်-

- ပျဲပုသးလအအေးဂီၢ်ကဟူးထီင်နဲဆင်အသိး
- အီလီကသံင်ဖျင်လကမစးဟူးသးလကဟူးထီင်
- မတင်ကွဲတံကါ-တံမဒီထီင်လံထီင်ဒီးကွေးထူး ထီင်(D&C)-လကသံင်မသါသပုအဖိလံလတင် ကထူးကွံင်ဟူးသးအံ့လအလီလီအပူလီလီ.

တံဆဲးတံတခါဂုတခါဂုကဘတ်တံမအီလီ လတင်ဂုတခါစုင်စုင်အဖိခိင်ဒီးဒီးသန့အသး လတင်ဂုတဘျါမံ့မံ့ဟ်ယုင်နတံအိင်ဒီးဘင် သးတဖင်လီလီ.

နမုင်လိင်ဘတ်တံဂုတံကွဲဆူညါဝံသးစူလဲလဲကွာ ဖဲတံဂုတံကွဲအကဘျဲးပလတံဟုင်လီလီဖွံ့ဂုဂီၢ် အူအဲလဲကွဲဖဲ-

- ကသံင်တံရံင်သဲကတီဟူးလီဖွံ့လုင်ကသံင်မ စးဟူးလီဖွံ့ခံးစိင်ဖရိုစတလ်(misoprostil) တံဂုတံကွဲအလံင်ကန့တကွာ.
- တံကွဲတံကါအတံကူစါယါဘျါလဟူးလီဖွံ့ အဂီၢ်(D&C)တံဂုတံကွဲအလံင်ကွဲ
- တံကူစါယါဘျါအတံယုထာသုင်တဖင်လဟူးအိင် ထီင်သီလီမံအဂီၢ်တံဂုတံကွဲအလံင်ကွဲ

ပိင်မုင်လအအိင်ဒီးပံးစးစံ(Rh)သွံင်နဲထူးအကလုင် (အဒီအုင်,အုင်ဘင်,ဘင်မုတမုင်အိင်နဲကထူး)ဘင်က ဘင်တံကဘင်ဟုင်အီကသံင်ဆဲးလအမုင်အါအူးရဲဒီ Rh(D)အဲမယူနီကလိင်ဘူလူနီ(immunoglobulin) မုတမုင်အဲးတံင်ဒီ “anti-D” နီလီလီ.ကသံင်အံ့ကဒီသ အဲဒီဟူးသးဆူညါတဖင်လတင်ကီတံခဲတဖင်အအိင် လဘင်တဘင်အကကဲထီင်ဖဲမိလအအိင်ဒီးအါအူးရဲနဲ ကထူး(Rh negative)အံ့ဘင်စိင်ယံဖိသုင်လအအိင်ဒီး အါအူးရဲဖိးစထူး(Rh positive)နီလီလီ.

နမုင်အါအူးရဲနဲကထူး(Rh negative) နီ,ပပုမတင် ဖိကဟုင်နတံဂုတံကွဲဆူညါလီလီ.

ဖဲဟူးသးလီယံဖုံဂံအလီဝံသွံဂံယူလီဖီးဆါ-

ဘဉ်တဘဉ်နကအိဉ်သွံဂံယူလီဖီးသီးနသွံဂံဟဲအသီး
လါအကယံဝံထီဉ်ဘးခံန့ဉ်လီယံအီကသံဉ်အဲဘရဖရိဉ်
ဖဲန့ဉ်(န့ဉ်ဖဲန့ဉ်)မ့တမ့ဖရဉ်စံဉ်တမီလ်(ဖဲန့ဉ်လီ)လါတံ
ဆါအုဉ်စူးအဂီတက့ၢ်.

သူဘဲဘိဉ်ဒီးတံသွံဂံတုလါသွံဂံယူလီပတုဉ်တစုတက့ၢ်.

သွံဂံအနီဂံဂံနီဖူးဒီးအယံအထါအံလီဆီလိာ်အသး
လါအဒီးသန့အသးလါဟူးလီယံဖုံအံတံရံဉ်သဲမအီ
အဖီခိဉ်ဒီးမ့တမ့တခိတံသုဝဲတံမအိဉ်ထီဉ်လါထီဉ်ဒီး
ကူးထူးထီဉ်(D&C)အံမါန့ဉ်လီယံကသံဉ်ဖူးပုတံဖီ
ကတဲသကံးတံဒီးနုတံလါနကထံဉ်လဲခီဖျဲအီလါအ
ဒီးသန့အသးလါနနီကစါအတံအိဉ်သးတဖဉ်အဖီ
ခိဉ်ဒီးတံရံဉ်သဲကတီလီလီဆီဆီအတံယုထါလါ
တံဆါတံတံအီလါတံကမအီန့ဉ်လီယံ.

**နကြးဆဲးကျိးနကသံဉ်သရဉ်မ့တမ့ဂုဂီအူအ
ဝဲကျိးဖဲ-**

- နသွံဂံယူလီအါထီဉ်မ့တမ့နတံဆါအုဉ်
စူးအံနဖီဉ်ဂံက့ၢ်အီမ့တမ့လါ
- တံကီထီဉ်နဒီးကနီး
- တံလါအပးထီဉ်လါနပိဉ်မုဉ်အက့ၢ်အဂီတဖဉ်
အတံနုမ့တမ့

သွံဂံဟဲကုမါဆူညါဖဲဉ်ညါ

နသွံဂံအတံဟဲလါခံတဘျီအံကဟဲကုမါကုမါလါ
ဆူဖဲဉ်ညါလွံန့ဆူယုန့လီယံ.

တဘျီတခိဉ်သွံဂံ

တံဟဲအံကအါန့ဉ်ညါန့အသီးဘဉ်ဆဉ်တမ့ထီဘိ
ဘဉ်.တံလါဘဉ်သွံဂံညါန့ဉ်နပိဉ်မုဉ်အရံကဟဲလီတ
ချူးနသွံဂံဟဲဒီးနအထီဉ်သုဝဲလါအခိဉ်ထံးတလါဖဲနဟူး
လီယံဖုံကွံအလီခံန့ဉ်လီယံ.

တံအိဉ်ယုဉ်လိာ်သး-

တံဟ့ဉ်ကူဉ်ညါန့ဉ်မ့တံကမိးတုလါသွံဂံယူလီပတုဉ်
ကွံတစုချူးအိဉ်ယုဉ်လိာ်သးလါမုဉ်ခွါကွါဂီယံဘဉ်ဆဉ်,
တံဆါကတီလါနအိဉ်ယုဉ်သုဝဲန့ဉ်မ့နီတကအတံဆါ
တံန့ဉ်လီယံ.ပုတကစုဉ်စုဉ်ဂုထီဉ်ကုမါဟူးလီယံဖုံအံတ
ဒီးသီးလိာ်အသးဘဉ်,ဒီးတံဆါကတီလါနကလိဉ်ဘဉ်လါ
နနီသးအတံတူဉ်ဘဉ်ကဂုထီဉ်န့ဉ်လီယံဆီလိာ်အသးပုတ
ကအူတကလီယံ.နဒီးနုတကဘဉ်တဲသကံးသုခံကလဲအိဉ်
ယုဉ်လိာ်သးသ့အဆါကတီလါန့ဉ်လီယံ.

တံကုမါဆူတံမါအလီ-

ပိဉ်မုဉ်ကိးဂမးန့ဉ်အတံတူဉ်ဘဉ်,ဘဉ်ယးတံကုမါ
ကုမါဆူတံမါအလီန့ဉ်တဒီးသီးလိာ်အသးဘဉ်.ပိဉ်မုဉ်တ
နီယံဘဉ်တံဆါကတီလါထဲဗျဲလါကမါဘဉ်လိာ်ဖိးဒ့
အတံအိဉ်သးလါအဆီတလဲအသးတချူးအနီသးအံ
ဂုထီဉ်လဲလါကကုမါဆူအတံမါန့ဉ်လီယံ.

နမ့လိဉ်ဘဉ်တံဟ့ဉ်ကူဉ်ဟ့ဉ်ဖးကိးဘဉ်
မုဉ်စံဉ်တံဆါဟံဉ်လါပိဉ်မုဉ်အဂီဟဲအဘး (Heidelberg)
ဂုဂီအူအဝဲကျိးလါ 8458 40000
မ့တမ့
ဝဲရဲဘဲမုဉ်စံဉ်တံဆါဟံဉ်အဂီဂုဂီအူအဝဲကျိးလါကဂ့ၢ်၅၄၃၃၀၀တက့ၢ်.

တၢ်ကျဲးစးအထီၣ်အသိတၢ်တၢ်တၢ်

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲလၢနခိးတူၢ်န့ၣ်သ့ၣ်ဟဲလၢခဲတၢ်တၢ်တၢ်တၢ်န့ၣ်ကျဲးစးအထီၣ်အသိတၢ်တၢ်တၢ်န့ၣ်လီၤ.အရူၣ်န့ၣ်န့ၣ်,ကျဲးစးအကဵုဒီးအသိတၢ်တၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢအဘၣ်လၢနဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

အရူၣ်န့ၣ်မးလၢနကျဲးစးဟးဆွဲးတၢ်အိမိာ်ဒီးတၢ်သုကးဖံန့ၣ်ဒီးသံးလၢအနီၢ်ဂီၢ်နီၢ်ဒွဲးအါအါန့ၣ်လီၤ.အီကသံၣ်ဖိလဲးဆဲးစူး (folic acid)ဖဲနကျဲးစးလၢနကအထီၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

ဟူးဟးဂီၢ်အတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးလၢနီၢ်တၢ်အဂီၢ်

တၢ်လဲၤခိဖျိဘၣ်ဟူးဟးသးလၢအသိအတၢ်ဟးဂီၢ်အံၤ,အတွဲးတအိၣ်ဘၣ်တၢ်အထီၣ်အပတီၢ်အိၣ်တူၢ်လဲၣ်လဲၣ်,ဟဲစိာ်တၢ်ဆိကမိၣ်ဆိကမးတဖၣ်ဒီးတၢ်တူၢ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်တဖၣ်လၢအယါယုၣ်လိာ်အသးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်သ့ၣ်အူးသးအူးအံၤတၢ်န့ၢ်ဟံၤအိၣ်အမ့ၢ်နီၢ်တၢ်အတၢ်ခိဆၢတၢ်လီၤမၤဒီးကျိၤကျဲးအံၤလီၤဆိလိာ်အသးလၢပုၤတၢ်စ့ၣ်စ့ၣ်လီၤ.တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ခိဆၢလၢအဘၣ်လီၤမ့တမ့ၢ်အကမ့ၢ်လီၤန့ၣ်တမ့ၢ်ဘၣ်.ပုၤတၢ်န့ၢ်လၢအူးသးအူးဒိၣ်ဒိၣ်ယီာ်ယီာ်ခိဖျိအဟူးဟးလီၤဖျိအယိၣ်ပုၤအကဘၣ်တဘၣ်အအနီၢ်သးတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးန့ၣ်စ့ၣ်စ့ၣ်ဒုၣ်သ့ၣ်လီၤ.ပိာ်မ့ၢ်တၢ်န့ၢ်အဂီၢ်ညီဝဲလၢအဝဲသ့ၣ်အဂီၢ်လၢကကွၢ်ကဟံၤကတၢ်လၢအကဲထီၣ်အသးဒီးအဝဲသ့ၣ်ဒီးမၤကဒါကတၢ်န့ၢ်ဘၣ်တန့ၢ်အတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်ဒီးလၢညါအသးသ့ဝဲလီၤ.လၢအကတဖၣ်အဂီၢ်တခီ,အတၢ်အိၣ်ကတၢ်ကတီၢ်ဟံၤအသးလၢအယိာ်လၢအလါတဖၣ်မ့တမ့ၢ်အနီၢ်အပူၤ,တၢ်လီၤမၤကွၢ်သတူၢ်ကလၢလၢတၢ်တမ့ၢ်လၢဟံၤအပူၤဟံၤလီၤတဲာ်အဝဲသ့ၣ်ဒီးတၢ်တူၢ်ဘၣ်ဒိကမၤကမ့ၢ်ဒီးဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးညီန့ၣ်လီၤ.

တၢ်န့ၢ်ဟံၤတၢ်သ့ၣ်အူးသးအူး

တၢ်သ့ၣ်အူးသးအူးမ့ၢ်တၢ်လၢအညီန့ၢ်မၤအသး,နဆၢဒီးမ့ၢ်တၢ်ဟါမၤလီၤမၤအတၢ်ခိဆၢတံးလၢတၢ်ဟးဆွဲးအိၣ်တသ့ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.နတၢ်သ့ၣ်အူးသးအူးလၢအဟိၣ်ထွဲထီၣ်ဟူးလီၤဖျိအံၤမ့ၢ်တၢ်အနီၢ်ကီၢ်,တလီၤကိးဒီးတၢ်အကလၢနဂီၢ်ဒီးမၤအိၣ်ထီၣ်နသးသမ့ၢ်အက့ၢ်အက့ၢ်အဂီၢ်လီၤ.နလုၢ်လၢတူၢ်သ့ၣ်န့ၢ်ဒီးနနီၢ်သးအတၢ်စ့ၢ်တၢ်န့ၢ်တဖၣ်စ့ၢ်ကိးဒီးဘၣ်မၤဟူးန့ၣ်အူးသးအူးဒိလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

နီၢ်သးအတၢ်တူၢ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်အတၢ်လဲၤခိဖျိအကလုာ်လၢအဟိၣ်ထွဲထီၣ်ဟူးလီၤဖျိအံၤဟံၤယုၣ်တၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢတၢ်တအိၣ်

လၢနီၢ်တံး,သးအူး,ဟံၤဖျိဟံၤကမၤလီၤအသး,သးဟးဂီၢ်,သးဒိၣ်ထီၣ်,တၢ်သယုၢ်သညီတၢ်အိၣ်လီၤတဲာ်ထဲတက့ၢ်,တၢ်သးဘၣ်တံာ်တံာ်,တၢ်မၤစးအိၣ်တသ့လၢမ့တမ့ၢ်တၢ်မ့ၢ်လၢလိာ်သ့ၣ်တဖၣ်လီၤ.

နဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ဂီၢ်ဟ့ၣ်ဘၢန့ၣ်လၢနကဟံၤပနီၣ်ဒီးန့ၣ်န့ၣ်န့ၣ်တၢ်တူၢ်ဘၣ်တဖၣ်—ဒီးဟံးန့ၢ်တၢ်လီၤဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢနလိၣ်ဘၣ်အီၤလၢနကဟံၤသ့ၣ်ဟံၤသးလၢနတၢ်လဲၤခိဖျိန့ၣ်လီၤ.

နပုၤစ့ၢ်ကိးဘၣ်တဘၣ်ကလဲၤခိဖျိဘၣ်တၢ်တူၢ်ဘၣ်ဒိအံၤတန့ၢ်န့ၣ်ကုခိဆၢတၢ်အံၤလၢအတၢ်သးဒီးန့ၣ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်ဟံၤပနီၣ်ဒီးတၢ်တူၢ်လိာ်ဝဲနီၢ်သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်အတၢ်လဲၤခိဖျိအံၤမၤစးဒုၣ်တၢ်န့ၢ်ဟံၤနီၢ်တၢ်အတၢ်ခိဆၢလၢဟူးဟးဂီၢ်အံၤသ့လီၤ.လၢန့ၣ်အမဲာ်ညါ,ပုၤတၢ်န့ၢ်န့ၣ်ကသ့ၣ်အူးသးအူးလၢအတၢ်မ့ၢ်လၢဒီးအတၢ်မံာ်ဘၣ်ဟူးဟးသးသမ့ၢ်အသိအခိၣ်ထံးအံၤလီၤမၤကွၢ်အယိၣ်လီၤ.

တၢ်တူၢ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်,တၢ်သ့ၣ်အူးသးအူးလၢအဝဲတရံးဟူးလီၤဖျိအံၤဘျးလိာ်အသးဒီးတၢ်သ့ၣ်အူးသးအူးအတၢ်လဲၤခိဖျိအကတဖၣ်ဒီးနကတူၢ်ဘၣ်လၢနသးအူးဒိၣ်ဒိၣ်ယီာ်ယီာ်သ့လီၤ.တၢ်လီၤမၤအတၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢနဂီၢ်အံၤကနးထီၣ်ခိဖျိန့ၣ်ထံာ်ပိာ်မ့ၢ်အကလၢအန့ၣ်လီၤ.တၢ်လီၤမၤအတၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢနဂီၢ်အံၤတၢ်ကတူၢ်ဘၣ်အီၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢခံသ့,လီၤဆိဘၣ်တၢ်,မ့ၢ်န့ၢ်ဖဲသ့ၣ်အံၤတၢ်တယာ်ဟံၤအီၤလၢကအိၣ်ဖျိထီၣ်အန့ၢ်မ့တမ့ၢ်ဟူးလီၤဖျိအန့ၢ်ဆဲးဆၢကဒါက့ၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်အခါဖဲတၢ်လီၤမၤကွၢ်ဒီးန့ၢ်အခါ

ပပုၤမၤတၢ်ဖိထီၣ်တၢ်ဆိၣ်ဒီးတၢ်ပညိၣ်လၢကဟုၣ်တၢ်ကဟု
ကယၢ်လၢအပွဲၤတၢ်ဆိၣ်ကမိၣ်ဆိၣ်ကမးတၢ်လၢအကပၤက
ပဖဲအမၤစၢၤန့ၢ်လၢတၢ်ကဟုကယၢ်ဒီးတၢ်ရဲၣ်က့ၢ်န့ၢ်ဟူး
သးဟးဂီၤအံၤန့ၢ်လီၤ.ပပးကဲတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိၣ်ကမိၣ်တ
ဖၣ်,တၢ်တူၢ်ဘၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်ပၢ်သ့ၣ်ပၢ်သးအကလုာ်
ကလုာ်လၢဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ဘၣ်ထွဲဒီးပိာ်မုၢ်တၢ်ကစၢ်စၢ်
အတၢ်စီဆၢက့ၢ်အဟူးလီၤဖျံၣ်အံၤန့ၢ်လီၤ.

တၢ်အံၤက့ၢ်က့ၢ်အတၢ်ကဟုကယၢ်စၢ်ကိးအိၣ်ဝဲလီၤ.
မ့ၢ်လိာ်ဘၣ်,ပုၤဂ့ၢ်ပီၤအတၢ်မၤစၢ်ကိးအိၣ်ဝဲလီၤ.

ပုၤကညီၤအါတက့ၢ်ထံၣ်ဝဲလၢတၢ်ပၢ်ဖျါထီၣ်အတၢ်ဆိၣ်ကမိၣ်
ဆိၣ်ကမးတဖၣ်ဒီးအတၢ်တူၢ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်ဒီးအဝၤ,အဟံၣ်ဖိ
ယီၤဖိဒီးအသမူသကိးန့ၢ်ကဲထီၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢအဂီၢ်လီၤ.

တဘျီတခိၣ်ပိာ်မုၢ်တဖၣ်ဘၣ်သးဒိၣ်ဝဲလၢတဲတၢ်ဒီးအဟံၣ်
ဖိယီၤဖိမ့ၢ်တမ့ၢ်အသမူသကိး,န့ၢ်က့ၢ်ယုထၢလၢအကတဲတၢ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်
အကသံၣ်သရၣ်,ပုၤဒုးအိၣ်ဖျံၣ်ဖိမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူပုၤ
မၤတၢ်ဖိလၢအဂၤလီၤ.ဘၣ်တဘၣ်ကီၢ်ဝဲဒၣ်လၢပိာ်မုၢ်လၢအက
တဲဖျါထီၣ်အတၢ်သ့ၣ်အုးသးအုးမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်သ့ၣ်တမ့ၢ်သးတ
မ့ၢ်ဘၣ်လၢအဟူးလီၤဖျံၣ်လီၤဆီဒၣ်တၢ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်တဲတဘၣ်ပုၤနီ
တဂၤ.ဘၣ်လၢအဟူးအသးန့ၢ်လီၤ.

နယုထၢလၢနကတဲတၢ်ဒီးနီၤဟ့ၣ်နတၢ်တူၢ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်ဒီးပုၤတဂၤသ့လီၤ.



တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်ဟူးသးအညၣ်ကိၣ်လိၣ်

ပိၣ်မ့ၣ်တနီၤဒီးအဝဲသ့ၣ်အဝဲဘၣ်ယိၣ်တၢ်ဘၣ်လးတၢ်ကကဲထီၣ်သးဒီးဖိသၣ်မ့တမ့ၢ်ဟူးသးအကိၣ်လိၣ်ဖဲဟူးဟးဂီၤကွၢ်တချူးအနွံ ၂၀ န့ၣ်လီၤဖဲအသးနံၣ်ဖိအံၤန့ၣ်, တၢ်သိၣ်တၢ်သီအတၢ်လိၣ်ဘၣ်တအိၣ်ဝဲလၢဖိသၣ်မ့တမ့ၢ်ဟူးသးကိၣ်လိၣ်အံၤတၢ်ကဘၣ်ခူၣ်လီၤမ့တမ့ၢ်ဒွၢ်အူကွၢ်အီၤသန့ၣ်က့နဆၢတၢ်မၤအီၤသ့လီၤန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ဃုထၢတဖၣ်ဒီးပုၤအံၤထွဲကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်တၢ်လၢအအိၣ်လၢတၢ်ဆါဟံၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဃုထၢတဖၣ်ပၤဃုၣ်က့ၤစိၣ်ဟူးသးကိၣ်လိၣ်ဆူဟံၣ်လၢတၢ်ကရူၣ်လီၤဖဲလၢတၢ်လီၤလၢအစီပညီအိၣ်ဝဲလၢနဂီၢ်န့ၣ်လီၤန့ၣ်မ့ၢ်ဃုထၢလၢနမၤတၢ်အံၤအရ့ဒိၣ်လၢနဒူးသ့ၣ်ညါနကသံၣ်သရၣ်မ့တမ့ၢ်ပုၤဒူးအိၣ်ဖျါဖိသၣ်မ့ၢ်ဒ်သိးတၢ်ကမၤတၢ်လိၣ်ဘၣ်အတၢ်ရၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်လီၤဟူးသးကိၣ်လိၣ်အံၤဆူအိၣ်ကသ့အဂီၢ်လီၤန့ၣ်ဃုထၢဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢတၢ်ဆါဟံၣ်ကဟံးမုၢ်လၢနဟူးသးကိၣ်လိၣ်အဂီၢ်ဒီးပုၤအံၤထွဲကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်တၢ်ကရဲၣ်ပုၤန့ၣ်တၢ်လၢအကပၤဃုၣ်ကဲထီၣ်န့ၣ်လီၤဝံသးစူၤသ့ၣ်ညါလီၤတၢ်လီၤဆဲးလၢနဟူးသးကိၣ်လိၣ်အံၤတၢ်ကကွၢ်ထွဲ

အီၤပျဲတၢ်ယူးယီၢ်ပးကဲလီၤ.

လုၢ်လၢ်အမူးအလီၢ်

လၢပိၣ်မ့ၣ်တနီၤဒီးအဝဲသ့ၣ်အဝဲအဂီၢ်လုၢ်လၢ်မူးဆံးဆံးဖိအံၤမၤစၢအဝဲသ့ၣ်တၢ်ပၤလၢပၤကလီၤအဝဲသ့ၣ်အတၢ်လဲၤဒီဖျိအံၤသ့လီၤတၢ်အံၤတၢ်ကျဲၤမၤန့ၢ်အီၤသ့ဝဲဃုၣ်ဒီးပုၤအံၤထွဲကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်တၢ်တကအတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢန့ၣ်လီၤတၢ်အံၤဘၣ်တဘၣ်ကပၤဃုၣ်တၢ်ဆိၣ်ပုၤဆိၣ်ဝါယံယိဖိ, တၢ်ဟ့ၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဒွၢ်ထီၣ်ပနဲဒီးန့ၢ်တၢ်သ့ၣ်နီၣ်အယၢ်လၢနီၢ်တကမ့တမ့ၢ်တၢ်ယုၢ်န့ၢ်အမံၤအလံာ်အုၣ်သးန့ၣ်လီၤ.

ဃုၣ်ဒီးန့ၣ်တၢ်န့ၣ်ဟံၣ်ဖိပိၣ်ဖိန့ၣ်ဃုထၢနကမၤတၢ်တမံၤမံၤလၢအလီၤဆီလၢနဟံၣ်ဒ်သိးဒီးတၢ်သ့ၣ်သ့ၣ်မ့တမ့ၢ်ဖိဖိတၢ်သ့ၣ်နီၣ်လၢနဖိအဂီၢ်သ့လီၤန့ၣ်တၢ်ဃုထၢအံၤကဘၣ်တၢ်ပၤကဲအီၤဒီးမၤစၢအီၤလီၤ.

တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်ဆူညါ

တၢ်ပၤနီၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်အကကွၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်အူးသးအံၤအဂီၢ်တအိၣ်ဝဲလီၤလီၤဆီဆီဘၣ်, ဘၣ်ဆၣ်, နမ့ၢ်လဲၤဒီဖျိဘၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်အူးသးအူးယိၣ်ယိၣ်ဆူညါဒီးန့ၣ်ထီၣ်လၢတၢ်အံၤကီၢ်ဝဲလၢနဂီၢ်လၢနကအိၣ်မူနတၢ်အိၣ်မူအလၢအပျဲတၢ်အီၤဒီးလၢနကွၢ်ယုၢ်န့ၢ်တၢ်မၤစၢန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်

ဖဲအံၤမ့ၢ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်လၢဘၣ်တဘၣ်နကထံၣ်ဒ်အကဲတၢ်မၤစၢလၢနဂီၢ်လီၤသ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်လၢနလီၢ်ကပီၤကသံၣ်သရၣ်(နဟံၣ်ဖိယိဖိကသံၣ်သရၣ်)မ့ၢ်တၢ်ယုထၢအိၣ်ထံးတခါလၢအဂ့ၢ်ကတၢ်လၢနကမၤန့ၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်လၢအကြးအဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံးကွၢ်ကွၢ်အတၢ်ကဟုကယၢ်

တၢ်အံးကွၢ်ကွၢ်အတၢ်ကဟုကယၢ်ဟ့ၣ်န့ၢ်တၢ်လီၢ်လၢအပူၤဖျဲးလၢနကကိးန့ၢ်တၢ်အမံၤဟံၣ်နီၣ်ဒီးကွၢ်ယုဟုးသးလီၤဖျဲၣ်အတၢ်လဲၤခိဖျိဒီးန့ၣ်လီၤ.

ပျဲတၢ်ယုးယီၢ်ပးကဲ,တၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးဆူနတၢ်လဲၤခိဖျိအံၤမၤစၢန့ၢ်လၢနကမၤကဲထီၣ်တၢ်အိၣ်ပညိၣ်ဒီးမၤဂ့ၢ်ထီၣ်နတၢ်ဆိၣ်မ့ၢ်ဆိးဟဲလဲၤသ့ၣ်လီၤ.တၢ်အံးကွၢ်ကွၢ်အတၢ်ကဟုကယၢ်မၤစၢစ့ၢ်ကိးန့ၢ်လၢနကကိးအိၣ်ထီၣ်လုၢ်လၢအမူးအယိယိလၢအိၣ်ပညိၣ်အိၣ်လၢအကဟံၣ်လၢဟံၣ်ကပီၤနတၢ်လဲၤခိဖျိဒီးန့ၣ်ဂ့ၢ်သးကျိအဂီၢ်သ့ၣ်လီၤ.

မၤစံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဟံၣ်လၢပိၣ်မ့ၢ်တဖၣ်အဂီၢ်

လီၤတဲစိ- 8458 4688

ဖဲၤရဘၢမၤစံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဟံၣ်-

လီၤတဲစိ- 8754 3400

SANDSဟုးသးဟးဂီၢ်ဖိသၣ်သံတရၢၤအိၣ်ဖျဲၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်အိၣ်ဖျဲၣ်သီသံတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢ

တၢ်မၤစၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢလၢလီၤတဲစိအပူၤခိဖျိပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤလိဒီးပုၤမ့ၢ်သးမၤကလီတၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်လဲၤခိဖျိလၢဟုးသးတၢ်လီၤမၤတခါခါတဖၣ်လီၤ.

အဲၤသ့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢကရူၢ်တဖၣ်ဒီးလံာ်တၢ်ကွဲးသးအဝီးအလီတဖၣ်လၢအကဲထီၣ်တၢ်မၤစၢတဖၣ်လီၤ.

လီၤတဲစိ- 9899 0218
ပုၤယဲ- www.sands.org.au

အိးစကြုလၢယါလီၢ်ဂၢ်သးလၢတၢ်သ့ၣ်ဆူးသးအုးဒီးတၢ်တူၢ်ဘၣ်ဖဲတၢ်သံသးဒၣ်အယိဒီး

သးတၢ်ကူစါယါဘျါလၢတၢ်တူၢ်ဘၣ်ဖဲတၢ်သံသးဒၣ်အယိဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲတၢ်မၤစၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤတဖၣ်လီၤတဲစိ- 1300 664 786 မ့ၢ်တမ့ၢ် 9265 2111
ပုၤယဲ- www.grief.org.au

နလီၢ်ကပီၤကသံၣ်သရၣ်

နလီၢ်ကပီၤအကသံၣ်သရၣ်စ့ၢ်ကိးမ့ၢ်တၢ်လီၢ်အဂ့ၢ်တခါလၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိတဖၣ်အဂီၢ်ဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးဘၣ်ပးနဟုးသးဟးဂီၢ်ဒီးခါဆူညါနဟုးသးကကဲထီၣ်အဂီၢ်လီၤ.

နကသံၣ်သရၣ်ဆူစ့ၢ်ကိးန့ၢ်ဆူသးဂ့ၢ်ဝီကသံၣ်သရၣ်လၢသးတၢ်ကူစါယါဘျါအဂီၢ်ဖဲတၢ်အံၤမ့ၢ်ကဲထီၣ်တၢ်မၤစၢလၢတၢ်ဘျါက့ၢ်အကျိအကျဲအပူၤန့ၣ်လီၤ.

ပုၤကျိၣ်ထံတၢ်အတၢ်မၤစၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤ

နမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ပုၤကျိၣ်ထံတၢ်နကိးလီၤတဲစိပုၤကျိၣ်ထံတၢ်အတၢ်မၤစၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤအပူၤသ့ၣ်ဖဲ 131 450
ဒီးပုၤလၢတၢ်ကဘျးန့ၢ်န့ၢ်ဆူတၢ်မၤစၢအတၢ်ဖဲတၢ်မၤ

လအဘဉ်တတ်ဟ်ဖျါအီလအထးန့ၣ်လီၤ.

**တတ်တိစါမၤစါတဖၣ်လအအိၣ်လအအု
ထၢၣ်နးအဖိခိၣ်**

ထံကီၢ်အလံာ်ရိၤအးလကသံၣ်ကသီ

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/miscarriage.html>

လါမးရ်အဖဲမ်

http://www.marchofdimes.com/baby/loss_miscarriage.html

**Pregnancy & Infant Loss Support Inc
တတ်အိၣ်ဒီးဟးသးဒီးဖိသၣ်ဟးဂီတတ်ဆိၣ်ထွဲ**

<http://www.nationalshare.org/Grief-Questions.html>

မ့ယိၣ်တတ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်အအး

<http://www.mayoclinic.com/health/pregnancy-loss/PR00098>

<http://brochures.mater.org.au/Home/Brochures/Mater-Mothers-Hospital/Miscarriage>

<http://www.kemh.health.wa.gov.au/brochures/consumers/wnhs0001.pdf>



Mercy Health

Care first

မာန်နိုတာဆါဟ်လဟ်မုန်တဖှ်အဂီ
မာန်နိုတာဆါဟ်163 Studley အဂ္ဂ
Heidelberg Victoria 3084
လီတစ်- +61 3 8458 4444
ဖးစ်- +61 3 8458 4777
mercyhealth.com.au

ဝဲရစ်း(Werribee)
300 Princes Highway
ဝဲရစ်းWerribee Victoria 3030
လီတစ်-+61 3 8754 3300
ဖးစ်- +61 3 8754 3364