

# ကလေးငယ်များ အစာအဆိပ်သင့်ခြင်းအတွက် အရေးပေါ်ပစ္စည်း ( အသက် ၃နှစ် နှင့် အထက် )

|                                                                                    |                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| အမည် _____                                                                         | မွေးသက္ကရာဇ် _____                                                                  |
| ဓာတ်မတည့်ခြင်းတွင် _____                                                           | ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ ရှိပါသည်။ (ပဋိတိသေ တုံ့ပြန်မှု ဖြစ်နိုင်ခြေ ပိုများသည်။) မရှိပါ။ |
| ကလေးသည် အပီနပ်ဖရင်းအကခြင်း လေ့ကျင့်သင်ကြားထား၍ ကိုယ်တိုင်အသုံးပြုနိုင်စွမ်းရှိသည်။ | လုပ်နိုင်သည်။ (အကူအညီ လိုနိုင်သည်။) မလုပ်တတ်ပါ။                                     |
| ဆက်သွယ်ရန် အမည် _____                                                              | ဆယ်သွယ်ရန် ဖုန်းနံပါတ် _____                                                        |
| ဓာတ်မတည့်သူ / ဆရာဝန် အမည် _____                                                    | ဓာတ်မတည့်သူ / ဆရာဝန် အမည် _____                                                     |
| ဓာတ်မတည့်သူ / ဆရာဝန် လက်မှတ် _____                                                 | ရက်စွဲ _____                                                                        |

## သင့်ကလေးတွင် ဤအပျော့စား လက္ခဏာများ ရှိနေပါက-

အရေပြေ - အင်ပဋိယားယံခြင်း၊ အနည်းငယ် ယားယံခြင်း၊ နှုတ်ခမ်းရောင်ရမ်းခြင်း။  
 နှာခေါင်း - ယားယံခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ နှာချွေးခြင်း။  
 အူလမ်းကခြင်း - ပျို့အန်ခြင်း၊ မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ အော့အန်ခြင်း

အောက်ပါအတိုင်း လုပ်ဆောင်ရန်။

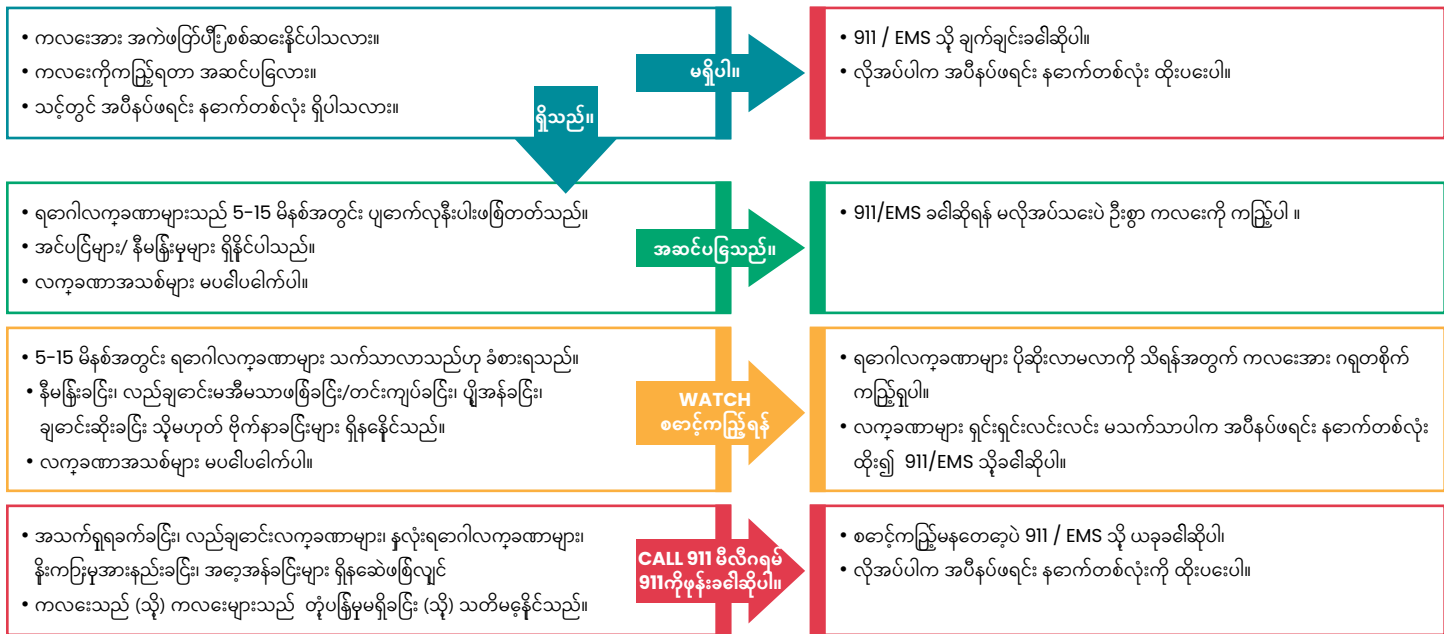
၁။ ကလေးနှင့်အတူနေ၍ ပဋိတိသေဆေးတိုက်ပါ။  
 ၂။ အပျော့စား လက္ခဏာ နှစ်ခု (သို့) ထိုထက်ပိုပါက (သို့) ရောဂါလက္ခဏာများ တိုးလာပါက **အပီနပ်ဖရင်း (ထိုးဆေး) ပေး၍** အောက်ပါ လမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာပါ။

## သင့်ကလေးတွင် အောက်ပါ ပဋိတိသေ လက္ခဏာများရှိနေပါက-

အဆုတ်- အသက်ရှူမမှန်ခြင်း၊ အသက်ရှူကပြခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း။  
 ပါးစပ်- သိသိသာသာ လျှာရောင်ရမ်းလာခြင်း။  
 လည်ချောင်း- တင်းကျပ်ခြင်း၊ အသံပြောင်းခြင်း၊ အစာမျိုရခက်ခဲခြင်း။  
 အရေပြေ- ခနဲဓာကိုယ်အနံ့ ယားယံခြင်း၊ အနီ/ခရမ်းရောင်/မီးခိုးရောင် များ ပျံ့နှံ့ခြင်း။

နှလုံး- အားနည်းခြင်း၊ သွေးခုန်နှုန်းအားနည်းခြင်း၊ မူးဝခြင်း၊ ဖျော့တော့ခြင်း၊ နှုတ်ခမ်း၊ လက်သည်းများနှင့် အရေပြေများ အပုပ်/မီးခိုးရောင် ဖြစ်လာခြင်း။  
 အစာအိမ်- အန်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝမ်းလျှောခြင်း။  
 အခြား- တစ်ခုခုဖြစ်လာတော့မည်ကို ခံစားရပြီး၊ စိတ်ရှုပ်/တုန်လှုပ်နေခြင်း။

၁. **အပီနပ်ဖရင်း ( ထိုးဆေး ) အား ချက်ချင်းပေး၍ ပေးသည့်အချိန်ကို မှတ်သားပါ။ သင့်ကလေးနှင့်အတူနေပါ။**
၂. ထိုနောက် စောင့်ကြည့်ရမည့်အချိန် နှင့် **911 အရေးပေါ်ဆေးဘက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ (EMS) ကိုခေါ်ဆိုရမည့်အချိန် - သင် အဆင်မပြေပါက (သို့) အပီနပ်ဖရင်း ကိုအသုံးပြုပြီးနောက် သင့်ဆရာဝန်က သင့်အား ညွှန်ကြားပါက မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာအတွက်မဆို 911 / EMS သို့ အချိန်မရွေးခေါ်ဆိုပါ။**



၃. နှလုံးရောဂါလက္ခဏာများအတွက် (သို့)အပီနပ်ဖရင်း နှစ်လုံးထိုးပြီးလျှင် ခြေထောက်ကို မြှောက်ထားပြီးကလေးကို ကျောပေါ်တွင် တင်ထားပါ။ ကလေး အသက်ရှူရခက်လျှင် သို့မဟုတ် အန်နေပါက ထိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် ဘေးစောင်းထားခြင်းသည် အဆင်မပြေပါ။
၄. သင့်ကလေးတွင် ပန်းနာရင်ကျပ်ရှိနေပါက အမုန်ဆိုးဆေး/ ရှူဆေးကို ပေးပါ။
၅. antihistamine အလက်ဂျီသက်သာဆေး သုံးပါ။ (အောက်တွင်ကည့်ပါ။)

## ဆေးဝါးများ -

| အပီနပ်ဖရင်း အလိုအလျောက်ထိုးဆေး-     | ပန်းနာရင်ကျပ် ဖြစ်ခြင်းကို အဖြည့်သက်သာဆေး ရှူဆေးများမှာ - | ပန်းနာရင်ကျပ် ဖြစ်ခြင်းကို အဖြည့်သက်သာဆေး ရှူဆေးများမှာ - |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 0.15 မီလီဂရမ် 0.3 မီလီဂရမ်          | Albuterol _____ puffs                                     | Cetirizine _____ မီလီဂရမ်                                 |
| (ပေါင်အပြင်ခြင်းသို့ ထိုးသွင်းပါ။)  | Albuterol/Budesonide _____ puffs                          | Diphenhydramine _____ မီလီဂရမ်                            |
| အပီနပ်ဖရင်း နှာခေါင်းဖျန်းဆေး       | Salbutamol _____ puffs                                    | Other: _____                                              |
| 1 မီလီဂရမ် 2 မီလီဂရမ်               | Budesonide/Formoterol _____ puffs                         |                                                           |
| (နှာခေါင်းထဲသို့ ဖျန်းဆေး ၁ ချက်သာ) | Mometasone/Formoterol _____ puffs                         |                                                           |

\*ပဋိတိသေလက္ခဏာများအတွက် ပထမဦးစွာ အပီနပ်ဖရင်း ကိုသုံးပါ။

# အသက်အန္တရာယ်ရှိသော ဓာတ်မတည့်မှုကိုကုသရန် အပီနပ်ဖရင်းကိုအသုံးပြုခြင်း (ပဋိဇာတ်သော ဓာတ်မတည့်မှု တုံ့ပေါ်မှု)

ထိုးဆေးစက်တစ်ခုစီတွင် ဆေးတစ်လုံးသာ ပါရှိသည်။ နောက်တစ်လုံးထိုးရန် လိုအပ်ပါက နောက်ထိုးစက်တစ်လုံးကို အသုံးပြုပါ။

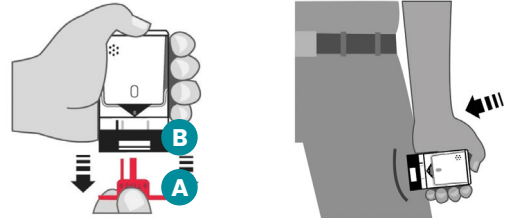
## AUVI-Q™ (Epinephrine ထိုးဆေး) အသုံးပြု

၁။ AUVI-Q ကိုအပြင်ဘက် case မှ ခွဲထုတ်ပါ။ ၎င်းသည် အသံညွှန်ကပြားများကို အလိုအလျောက်စတင်မည်။

၂။ "A" ဟု တံဆိပ်တပ်ထားသော အနီရောင် safety guard ကိုခွဲထုတ်ပါ။

၃။ "B" ဟု တံဆိပ်တပ်ထားသော အနက်ရောင်အခွံအပေါ်အပြင်ဘက်အလယ်နားတွင် ထားပါ။

၄။ တင်းတင်းကပ်ကပ် ဖိပေါ်၍ စကုန်ရာအောင် ဂုဏ်ထားပါ။



## ယဘောယု Adrenaclick® ထိုးဆေး အသုံးပြု

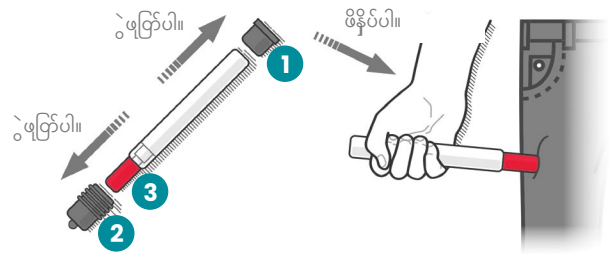
၁။ အပြင်ဘက်အခွံကို ဖြုတ်ပါ။

၂။ "1" နှင့် "2" ဟု တံဆိပ်တပ်ထားသော မီးခိုးရောင်အခွံများကို ဖယ်ရှားပါ။

၃။ "3" ဟု တံဆိပ်တပ်ထားသော အနီရောင်အခွံအပေါ်အပြင်ဘက်အလယ်တွင် ထားပါ။

၄။ အပေါ်သို့အထိ ပဋိဇာတ်သော ဖိနှိပ်ပါ။

၅။ ၁၀ စကုန်ရာအောင် ဖိထားပါ။ ထို့နောက် ပေါင်းမှဖယ်ရှားပါ။



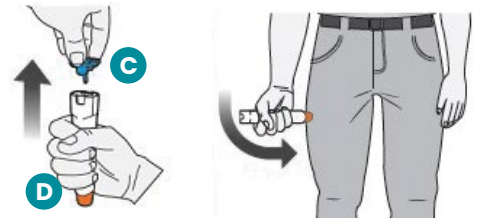
## EpiPen® Auto-Injector သို့မဟုတ် ယဘောယု လမ်းညွှန်ချက်များ

၁။ EpiPen ကို သန့်ရှင်းသောပန္နံမှ ဖြုတ်ပါ။

၂။ "C" ဟု အညွှန်းတပ်ထားသော အပြင်ရောင် safety release ကို ကွေးခွင်း၊ လိမ်ခွင်း မပြုဘဲ တည့်တည့်ဆွဲတင်ပါ။

၃။ "D" ဟု တံဆိပ်တပ်ထားသော လိမ္မော်ရောင်ထိပ်အစွန်းကို "ကလစ်" ဟု အသံထွက်သည်အထိ ပေါင်းအပြင်ဘက်အလယ်တွင် တွန်းထည့်ပါ။

၄။ ထိုအတိုင်း ၃ စကုန်ရာအောင် ကိုင်ထားပါ။ (ဖဋိဇာတ်သော ချင်း ၁၊ ၂၊ ၃ ရတွက်ပါ)



## Neffy® အပီနပ်ဖရင်း နှာခေါင်းတွင်းရှူဆေး လမ်းညွှန်ချက်များ

၁။ Neffy ကိုထုပ်ပို့မှုမှ ဖြုတ်ပါ။ စမ်းဖိ၍ မဖုန်းပါနဲ့။

၂။ ဆေးတံအောက်ဘက်တွင် လက်မထားပေါ် ပဋိဇာတ်သော လက်ညှိချောင်းထားပါ။

၃။ ပဋိဇာတ်သော လက်ညှိချောင်းက နှာခေါင်းကိုထိသည်အထိ တည့်တည့်ဆွဲပါ။ နဖူးအရပ်သို့ နှာခေါင်း ထားပါ။

၄။ အရည်များကို နှာခေါင်းအထိ တင်းတင်းကျပ်ကျပ် ဖိပါ။

၅။ ဒုတိယ dose လိုအပ်ပါက ထပ်မံ၍ တူညီသော နှာခေါင်းဘက်တွင် ဖုန်းပါ။

