



ဒီနေ့အတွက် သိကောင်းစရာ (၂၉)

(၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ ဇွန်လ (၁၉) ရက်

မျက်စိရေတိမ်ရောဂါနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘာတွေသိထားရမှာလဲ?

မျက်စိအတွင်းပိုင်း ရေဖိအားပုံမှန်ထက်များလာခြင်းကြောင့် မျက်စိအာရုံကြော ထိခိုက်ပျက်စီးခြင်း ဖြစ်သည်။ အစောပိုင်းတွင် ရောဂါလက္ခဏာများကို သတိမထားမိဘဲနေထိုင်မိရာမှ ကုစား၍မရနိုင်သော အမြင်အာရုံဆုံးရှုံးသည်အထိ ဆိုးရွားသွားနိုင်ပါသည်။

ဘယ်သူတွေ ရေတိမ်ဖြစ်ကြသလဲ?

- အသက်အရွယ်မရွေး ဖြစ်နိုင်သော်လည်း အသက် (၄၀) နှစ် အထက်တွင် ပို၍တွေ့ရသည်။
- မိဘမျိုးရိုးတွင် ရေတိမ်ဖြစ်ဖူးသူများ၊
- မျက်စိအတွင်းပိုင်း ရောင်ရမ်းခြင်း ရာဇဝင်ရှိသူများ၊ မျက်စိထိခိုက်ဒဏ်ရာရဖူးသူများ၊
- စတီးရွိုက်ပါသောဆေးများ ကြာရှည်စွာသုံးစွဲနေရသူများ၊
- ဆီးချိုရောဂါရှိသူများနှင့်
- အတွင်းတိမ်ရောဂါကို ရောဂါရင့်သည်အထိ မကုသပဲကြာမြင့်စွာထားသူများတွင် ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။

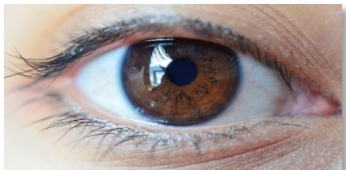
ရောဂါလက္ခဏာများ

- အစောပိုင်းတွင် ရောဂါလက္ခဏာများကို သတိမထားမိပဲ ရှိနေနိုင်သည်။
- မျက်စိအာရုံကြော ထိခိုက်သဖြင့် မျက်စိမြင်ကွင်း တဖြည်းဖြည်းကျဉ်းလာမည်။
- ရုတ်တရက်ပြင်းထန်ရေတိမ်များတွင် အမြင်အားကျဆင်းခြင်း၊ မျက်စိတစ်ဝိုက်အပြင်းအထန် ကိုက်ခဲခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ မျက်စိနီရဲခြင်းတို့ခံစားရမည်။

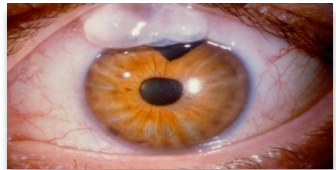
ဘယ်လိုကုသမလဲ?

ရေတိမ်ဖြစ်ပွား၍ ထိခိုက်သွားသော အမြင်အာရုံကြောကို ပြန်လည်ကောင်းမွန်အောင် ကုသရန် မဖြစ်နိုင်သော်လည်း မျက်စိအတွင်းဖိအားကိုလျှော့ချရန် ဆရာဝန်ညွှန်ကြားထားသော မျက်စဉ်းဆေးများကို ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ပုံမှန်ခပ်ခြင်း၊ ဆေးသောက်ခြင်း၊ လေဆာဖြင့်ကုသခြင်း၊ ခွဲစိတ်ကုသမှုခံယူခြင်းတို့ဖြင့် အမြင်အာရုံ ဆုံးရှုံးခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ရေတိမ်ရောဂါဖြစ်ပွားလျှင် စောစီးစွာသိရှိပြီး ကုသမှုခံယူပါက အမြင်အာရုံဆုံးရှုံးမှုကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။



ပုံမှန်မျက်လုံး



ရေတိမ်ရောဂါရှိသော မျက်လုံး

