

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်  
M.B.,B.Sc, M.Med.Sc (Int. Med),  
D.C.N (London), Dip. Med. Sc (ME),  
MRCP (UK), FRCP (UK),  
FRCP(London),FRCP(Glasgow)



ပါမောက္ခ/ ဌာနမှူး  
ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောဆေးကုဌာန  
ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး

# ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍

## ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

သဘင်ဆောင်၊ လွတ်တော် အဆောက်အဦး  
နေပြည်တော်

၁၁.၀၉.၂၀၁၈ (အင်္ဂါနေ့)

# မာတိကာ

အပိုင်း (က) ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောဆိုင်ရာရောဂါများ

အပိုင်း (ခ) လေဖြတ်ရောဂါ အကြောင်း

(၁) လေဖြတ်ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်း

(၂) လေဖြတ်ရောဂါ

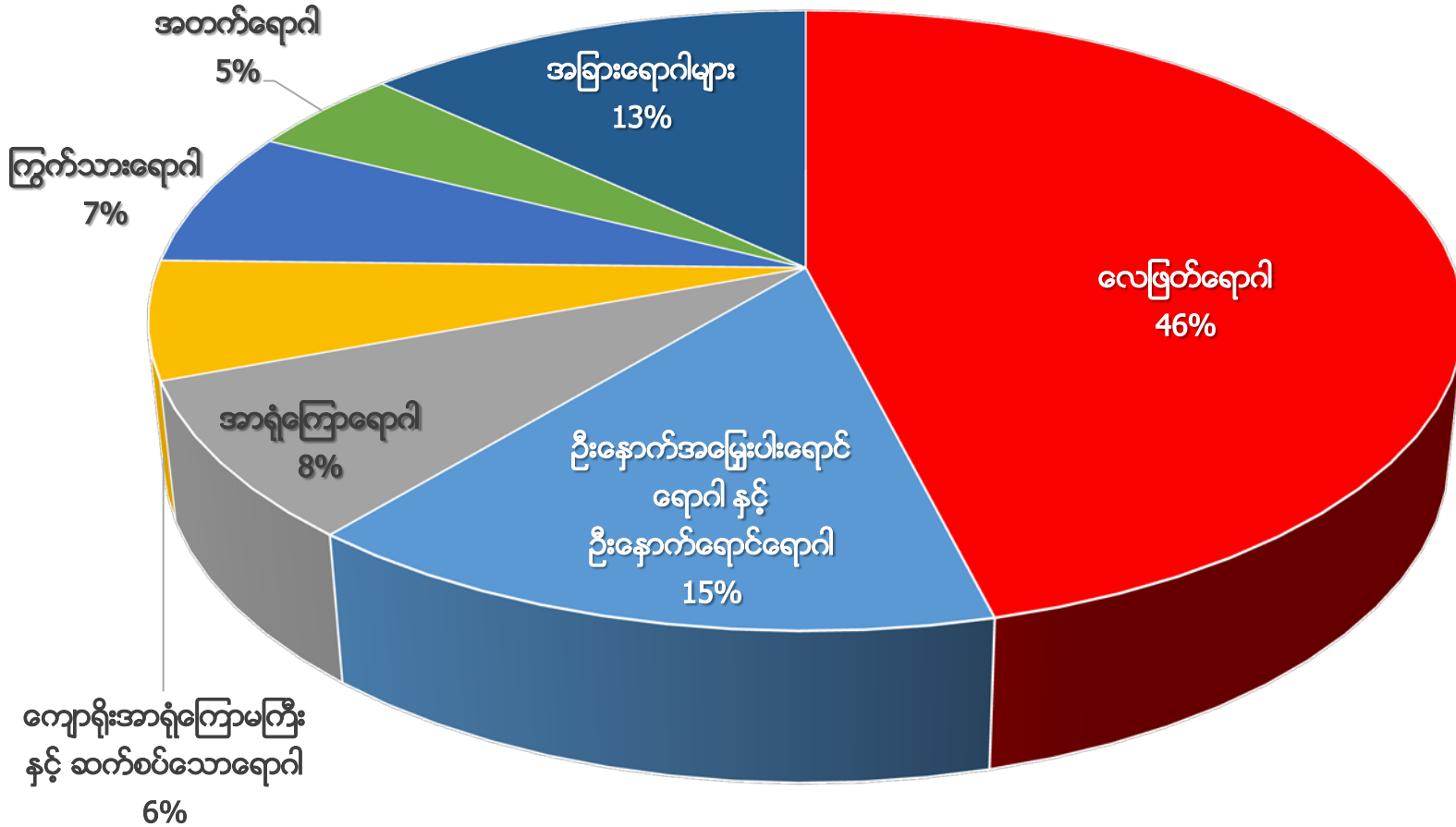
(၃) လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာကို မည်သို့သိရှိနိုင်မည်နည်း

(၄) လေဖြတ်ရောဂါ ကုသခြင်း

# အပိုင်း (က)

## ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောဆိုင်ရာရောဂါများ

# ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောဆေးကုဌာန ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး သို့ တက်ရောက် ဆေးကုသမှု ခံယူလျက်ရှိသော ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြော ဆိုင်ရာရောဂါ အမျိုးအစားများ



# အပိုင်း (ခ)

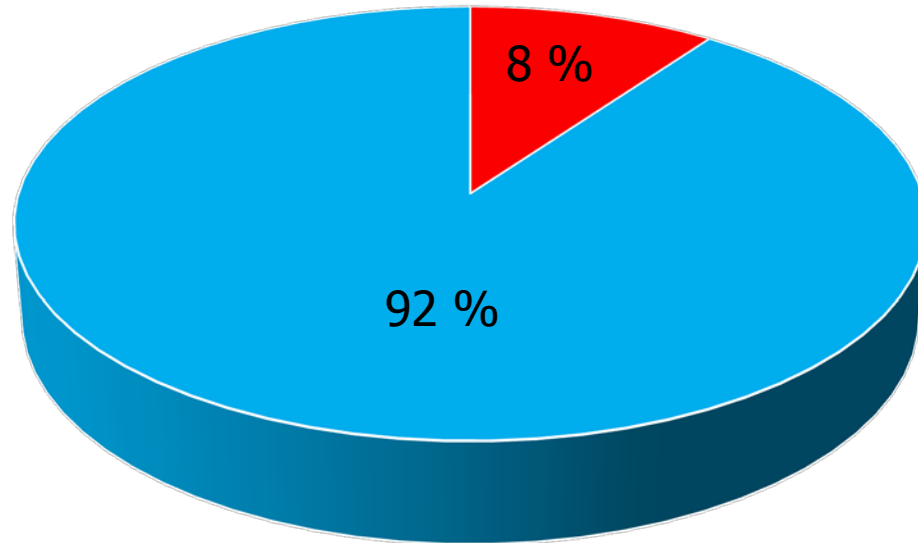
## လေဖြတ်ရောဂါ အကြောင်း

# (၁) လေဖြတ်ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်း

- တစ်နှစ်လျှင် ကမ္ဘာပေါ်တွင် လူဦးရေ ၁၇ သန်း လေဖြတ်ရောဂါ ခံစားနေရသည်။
- လူဦးရေ (၆.၅) သန်းခန့် မှာ အသက်ဆုံးရှုံးလျက်ရှိပါသည်။
- လူ (၆) ဦး လျှင် (၁) ဦး တစ်ချိန်ချိန် ၌ လေဖြတ်နိုင်ခြေရှိသည်။
- ကမ္ဘာပေါ်တွင် စက္ကန့် (၄၀) တိုင်း တွင် တစ်ဦး လေဖြတ်လျက်ရှိသည်။

ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွင် ဆေးရုံတက်ရောက်  
ကုသသော လူနာများအနက် လေဖြတ်ရောဂါ ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း

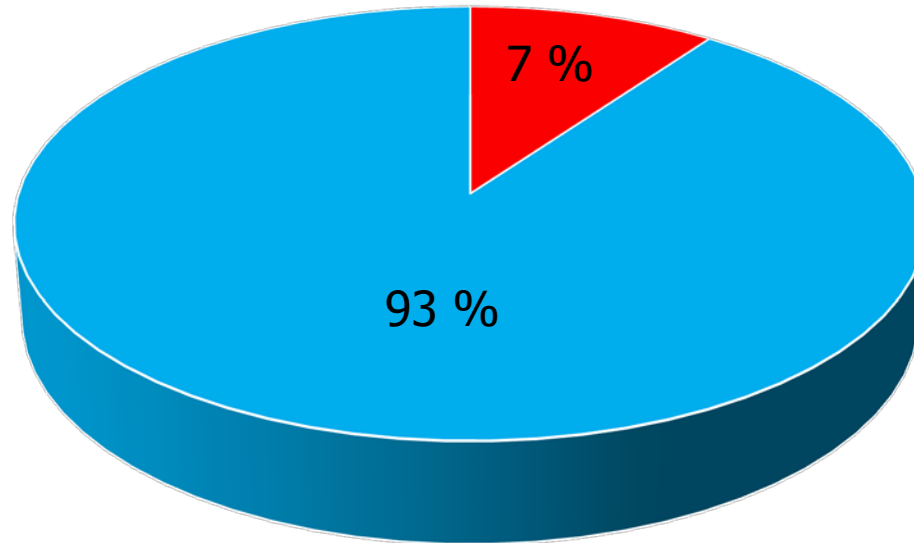
2016 ခုနှစ်အတွင်း ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွင် တက်ရောက်ကုသခဲ့သော အတွင်းလူနာဦးရေမှာ (90,201) ဦးရှိသည့်အနက် လေဖြတ်ရောဂါဦးရေမှာ (7,333) (8%) ရှိပါသည်။



■ လေဖြတ်ရောဂါ                      ■ အခြားရောဂါ

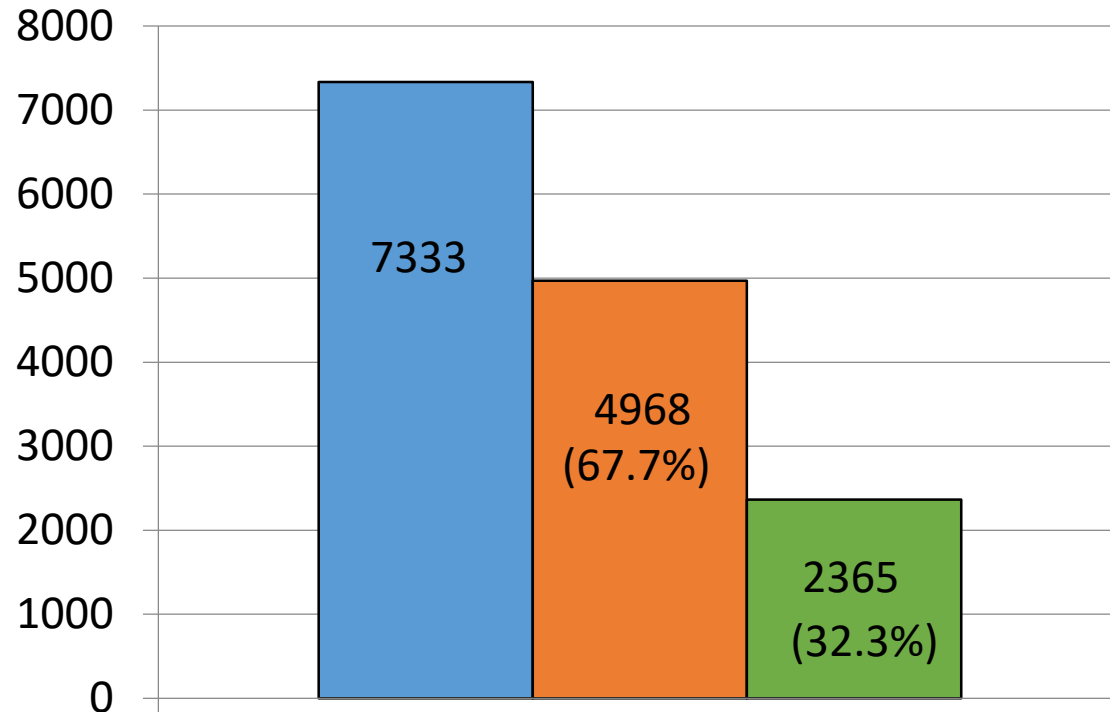


2017 ခုနှစ်အတွင်း ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွင် တက်ရောက်ကုသခဲ့သော အတွင်းလူနာဦးရေမှာ (89,776) ဦးရှိသည့်အနက် လေဖြတ်ရောဂါဦးရေမှာ (6,511) (7%) ရှိပါသည်။



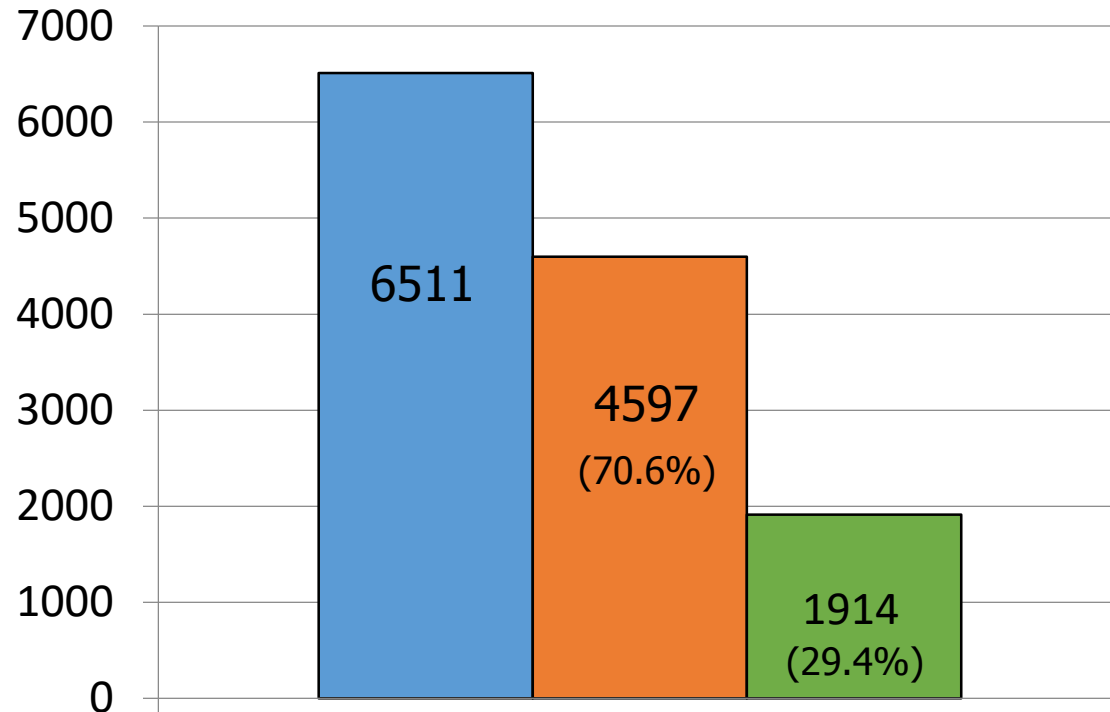
■ လေဖြတ်ရောဂါ                      ■ အခြားရောဂါ

2016 ခုနှစ်တွင် စုစုပေါင်းလေဖြတ်လူနာဦးရေ (7333) ဦးရှိသည့် အနက် ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာဦး (4968) ဦး နှင့် ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ (2365) ဦးရှိပါသည်။

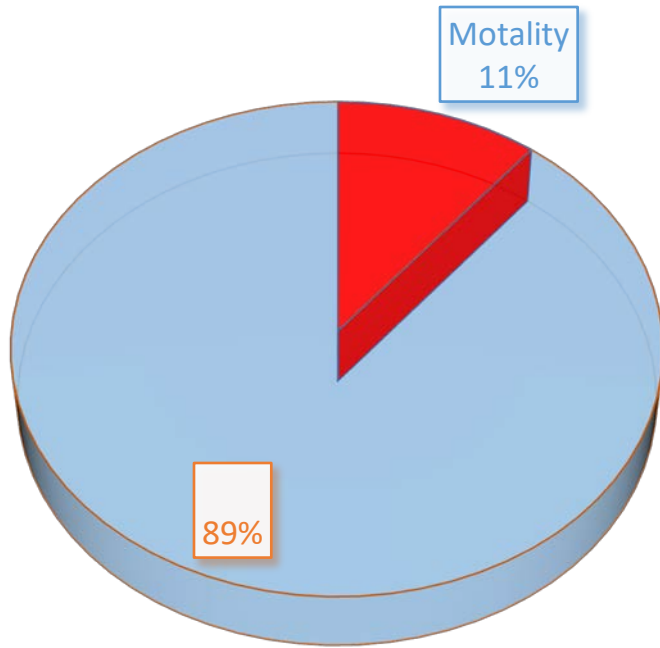


- စုစုပေါင်း လေဖြတ်လူနာ
- ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာ
- ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ

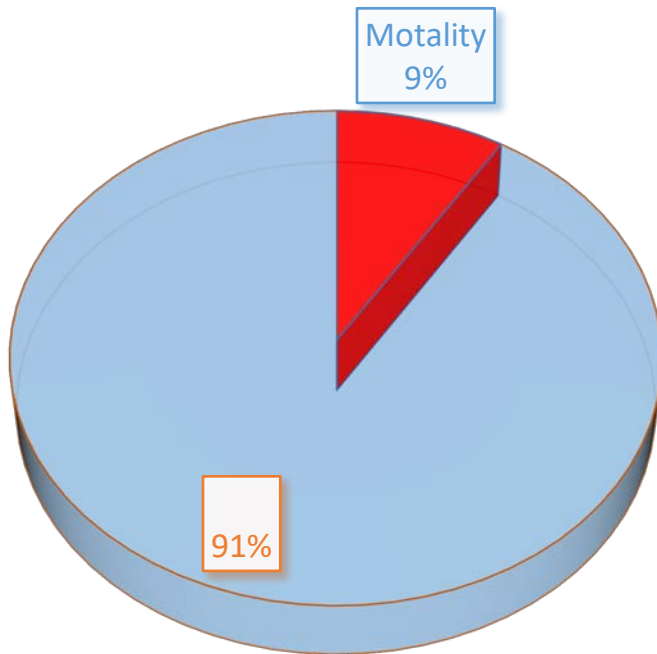
2017 ခုနှစ်တွင် စုစုပေါင်းလေဖြတ်လူနာဦးရေ (6511) ဦးရှိသည့် အနက် ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာဦး (4597) ဦး နှင့် ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ (1914) ဦးရှိပါသည်။



- စုစုပေါင်း လေဖြတ်လူနာ
- ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာ
- ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ

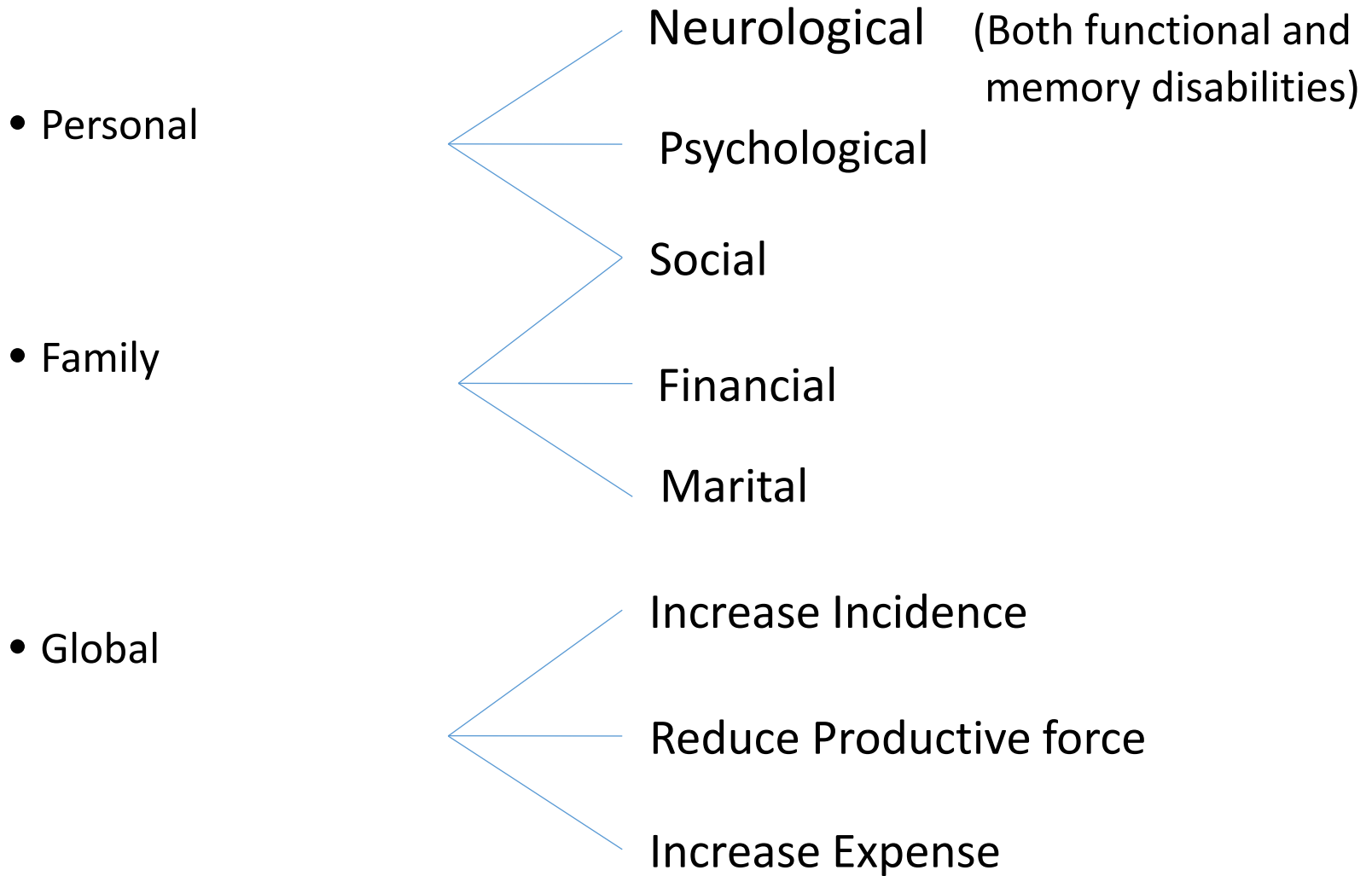


(2016)ခုနှစ်တွင် လေဖြတ်ရောဂါ  
 လူနာ(7333) ဦး အနက် (806) ဦး (11%) မှာ  
 အသက်ဆုံးရှုံးခဲ့သည်။



(2017) ခုနှစ်တွင် လေဖြတ်ရောဂါ  
 လူနာ(6511) ဦး အနက် (586) ဦး (9%)  
 မှာ အသက်ဆုံးရှုံးခဲ့သည်။

# လေဖြတ်ရောဂါကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည့် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ



# (၂) လေဖြတ်ရောဂါ

(၂.၁) လေဖြတ်ရောဂါ အမျိုးအစားများ

(၂.၂) လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာများ

(၂.၃) လေဖြတ်ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အကြောင်းအရင်းများ

# လေဖြတ်ရောဂါဆိုသည်မှာ -

ဦးနှောက်၏ အစိတ်အပိုင်းများသို့ သွေးလည်ပတ်မှု ရပ်ဆိုင်း သွားခြင်း ကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါဖြစ်သည်။

ဦးနှောက်၏ အစိတ်အပိုင်းများသည် ၎င်း၏ လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက် နိုင်ရန် လုံလောက်သော သွေးပုံမှန် ရရှိရန် လိုပါသည်။

လုံလောက်သော သွေးပမာဏကို မရရှိပါက ၎င်း အစိတ်အပိုင်းမှ ထိန်းချုပ် ထားသော ခန္ဓာကိုယ်မှ လုပ်ငန်းများ ရပ်ဆိုင်းသွားသဖြင့် လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာ များကို ဖြစ်ပေါ် စေပါသည်။

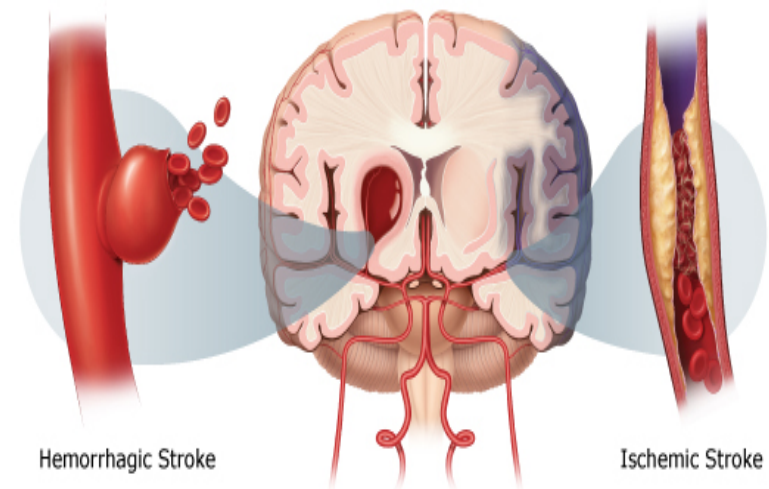


# (၂.၁) လေဖြတ်ရောဂါ အမျိုးအစားများ

ဦးနှောက် သွေးကြောတွင်း ပြောင်းလဲမှုများပေါ်မူတည်၍ လေဖြတ် ရောဂါ အမျိုးအစား (၂)မျိုး ရှိပါသည်။

(၁) ဦးနှောက် သွေးကြောပိတ်၍ လေဖြတ်ခြင်း။

(၂) ဦးနှောက် သွေးကြောပေါက်၍ လေဖြတ်ခြင်း။



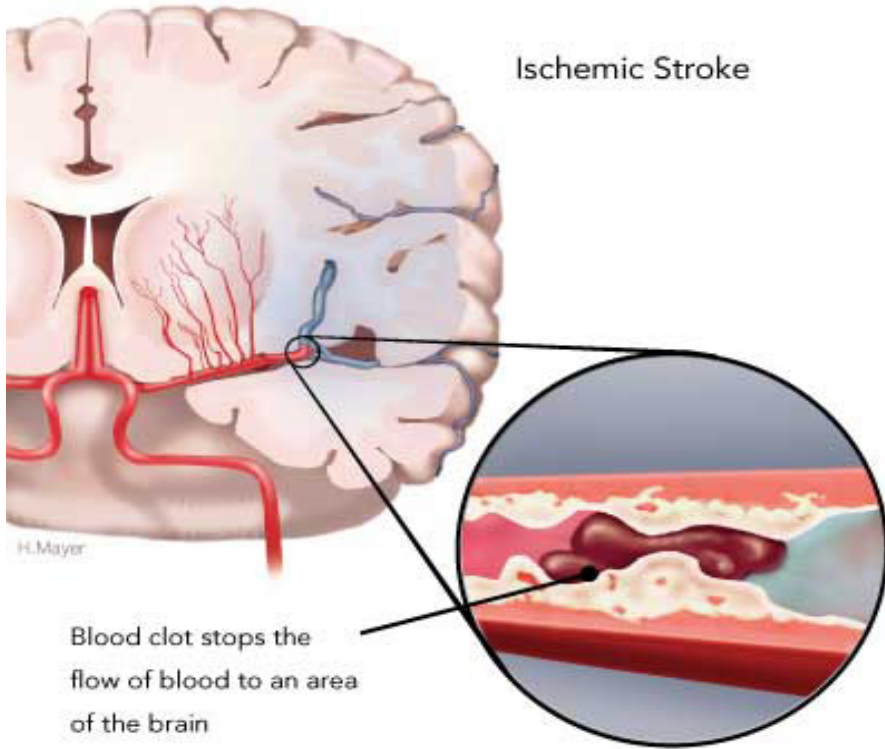
# လေဖြတ်ရောဂါ အမျိုးအစားများ

## (က) ဦးနှောက် သွေးကြောပိတ်၍ လေဖြတ်ခြင်း။

လေဖြတ်သော လူနာ (၁၀) ယောက်တွင် (၇) ယောက်မှာ သွေးကြောပိတ်၍ လေဖြတ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

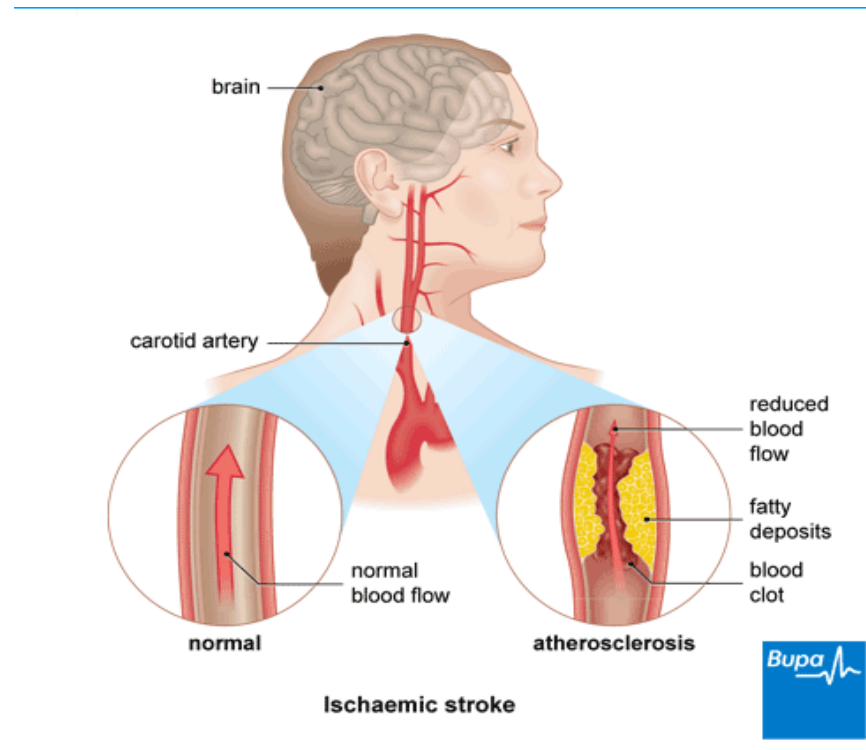
- ဦးနှောက်အတွင်းရှိသွေးကြောငယ်များကျဉ်း၍ ပိတ်ခြင်း။
- နှလုံးနှင့်သွေးလွှတ်ကြောများထဲမှ သွေးခဲငယ်များ လာရောက် ပိတ်ဆို့ခြင်း။

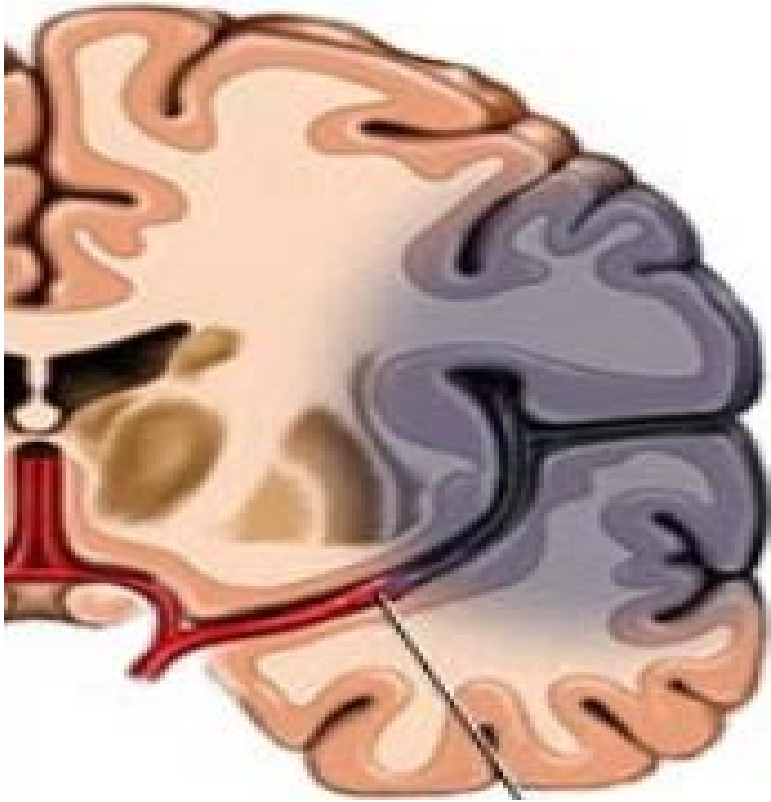
# ဦးနှောက်အတွင်းရှိ သွေးကြောငယ်များ ကျဉ်း၍ ပိတ်ခြင်း။



© Heart and Stroke Foundation of Canada

# နှလုံးနှင့်သွေးလွှတ်ကြောများထဲမှ သွေးခဲငယ်များ လာရောက်ပိတ်ဆို့ခြင်း။

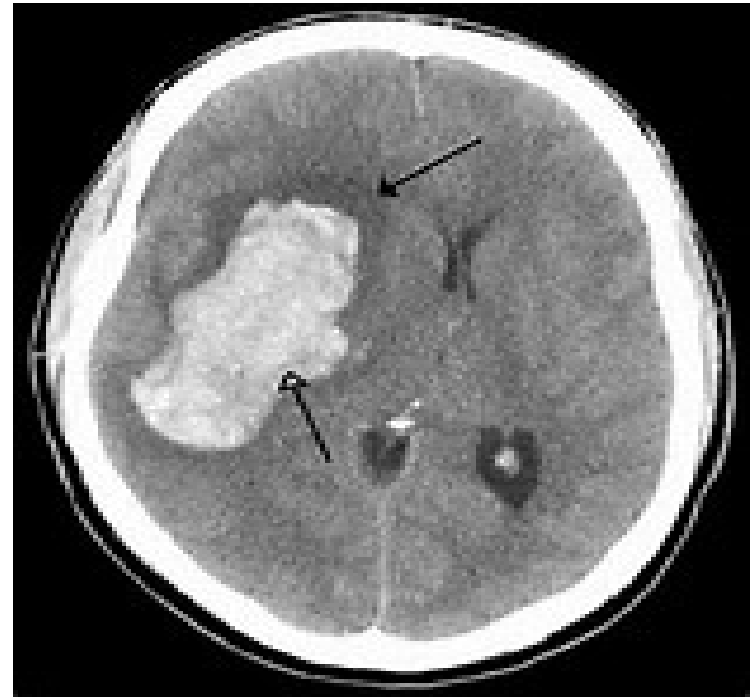
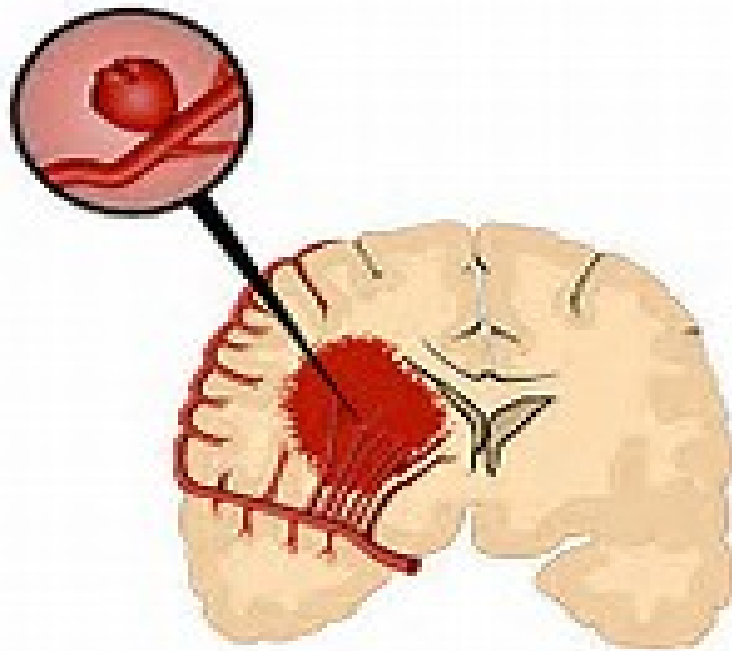




## (ခ) ဦးနှောက် သွေးကြောပေါက်၍ လေဖြတ်ခြင်း။

ဦးနှောက်အတွင်းရှိ သွေးကြောနံရံများ ပျက်စီးခြင်း၊ သွေးကြော ဖောင်းခြင်း၊ သွေးကြော ထုံးခြင်း တို့ကြောင့် ဦးနှောက်အတွင်း သို့ သွေးယိုစီးခြင်း ဖြစ်သဖြင့် လေဖြတ် ရောဂါ လက္ခဏာများ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

# ဦးနှောက် သွေးကြောပေါက်၍ လေဖြတ်ခြင်း



# (၂.၂) လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာများ

ဦးနှောက်သို့ ထောက်ပံ့သော သွေးကြောကြီးငယ်များ ပိတ်သည့် နေရာ ပေါက်သည့်နေရာ ကို လိုက်၍ ခံစားရသော ရောဂါလက္ခဏာများ ကွဲပြား နိုင်ပါသည်။

ထို လက္ခဏာများမှာ

- လက်၊ ခြေ တစ်ဖက် (သို့) နှစ်ဖက် အားနည်းခြင်း၊ လေးလံခြင်း၊ လုံးဝ မလှုပ်ရှား နိုင်ခြင်း။
- စကားမပြောနိုင်ခြင်း၊ အမေး တခြား အဖြေ တခြား ဖြစ်ခြင်း၊ စကားပလုံး ပထွေး ဖြစ်ခြင်း၊ မိမိပြောသော စကားကို သူများနားမလည်ခြင်း။
- မျက်နှာတခြမ်း ထုံကျဉ်ခြင်း၊ ရွဲ့သွားခြင်း။

- ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းများ ထုံကျဉ်ခြင်း။
- လမ်းလျှောက်လျှင် ဒယိမ်း ဒယိုင် ဖြစ်ခြင်း၊ ထိန်းချုပ်မှု အားနည်းခြင်း။
- အမြင် အာရုံ ချို့ယွင်းခြင်း။
- ခေါင်းမူးခြင်း။
- အစာ၊ ရေ မျိုရ ခက်ခြင်း။
- ဆီး၊ ဝမ်း မထိန်းနိုင်ခြင်း။
- မှတ်ဉာဏ် ချို့ယွင်း ခြင်း နှင့် အာရုံစူးစိုက်မှု အားနဲခြင်း။
- သတိလစ်ခြင်း၊ ကယောင် ကတမ်း ဖြစ်ခြင်း။
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း။
- တက်ခြင်း။



အထက်ဖော်ပြပါ လေဖြတ်သည့် လက္ခဏာများ အပေါ်မူတည်၍ လေဖြတ်မှု ပုံစံ အမျိုးအစား(၃) မျိုး ခွဲခြားနိုင်ပါသည်။

- (1) **Transient Ischaemic Attack(TIA)** - လေဖြတ်သည့် လက္ခဏာများ သည် (၂၄)နာရီအတွင်း လုံးဝပကတိ ပြန်ကောင်းသွားခြင်း။
- (2) **Evolving Stroke** - လေဖြတ်သည့် လက္ခဏာများသည် (၂၄) နာရီကျော် သည် အထိ တစတစ ပို၍ ဆိုးရွားလာခြင်း။ (ဥပမာ - လက်/ခြေ တစ်ဖက် အားနည်းရာမှ လုံးဝမလှုပ်နိုင်တော့ခြင်း)
- (3) **Completed Stroke** - လေဖြတ်သည့် လက္ခဏာများမှာ စတင်ခံစားရသည့် ပမာဏ အတိုင်း ရှိနေခြင်း။

# (၂.၃) လေဖြတ်ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် အကြောင်းအရင်းများ

## (က) ပြုပြင်ပြောင်းလဲ၍ မရနိုင်သော အကြောင်းတရားများ

- (၁) အသက်ကြီးလာခြင်း။
- (၂) အမျိုးသားဖြစ်ခြင်း။
- (၃) လူမျိုးအရ လူမည်းနှင့် အာရှတိုက်သားများတွင် ပိုဖြစ်ခြင်း။
- (၄) မိဘမျိုးရိုးတွင် လေဖြတ်ရောဂါ နှင့် နှလုံးရောဂါ ရှိခြင်း။
- (၅) ယခင်က လေဖြတ်၊ လေဖြန်း၊ နှလုံးသွေးကြောပိတ်ဖူးခြင်း။

# (ခ) ပြုပြင်ပြောင်းလဲ၍ ရနိုင်သော အကြောင်းတရားများ

- (၁) သွေးတိုးရောဂါရှိခြင်း။
- (၂) နှလုံးရောဂါရှိခြင်း။ (နှလုံးခုန် မမှန်ခြင်း၊ နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းခြင်း)
- (၃) လည်ပင်းရှိ သွေးလွှတ်ကြောမကြီး ထူခြင်း၊ ကျဉ်းခြင်း။
- (၄) ဆီးချို၊ သွေးချို ရောဂါရှိခြင်း။
- (၅) သွေးအတွင်း အဆီဓာတ်များခြင်း။
- (၆) ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း။
- (၇) အရက်အလွန်အကျွံ သောက်သုံးခြင်း။
- (၈) အဝလွန်ခြင်း။
- (၉) ခန္ဓာကိုယ် လှုပ်ရှားမှု နည်းခြင်း။
- (၁၀) သွေးကျဲဆေး၊ သွေးပျော်ဆေး သောက်ထားသူများ။ \*
- (၁၁) သွေးကြောဖောင်းခြင်း၊ သွေးကြောထုံးခြင်း။ \*
- (၁၂) စိတ်ကြွဆေးများသုံးခြင်း။ \*
- (၁၃) သွေးထွက်လွန်ရောဂါရှိခြင်း။ \*

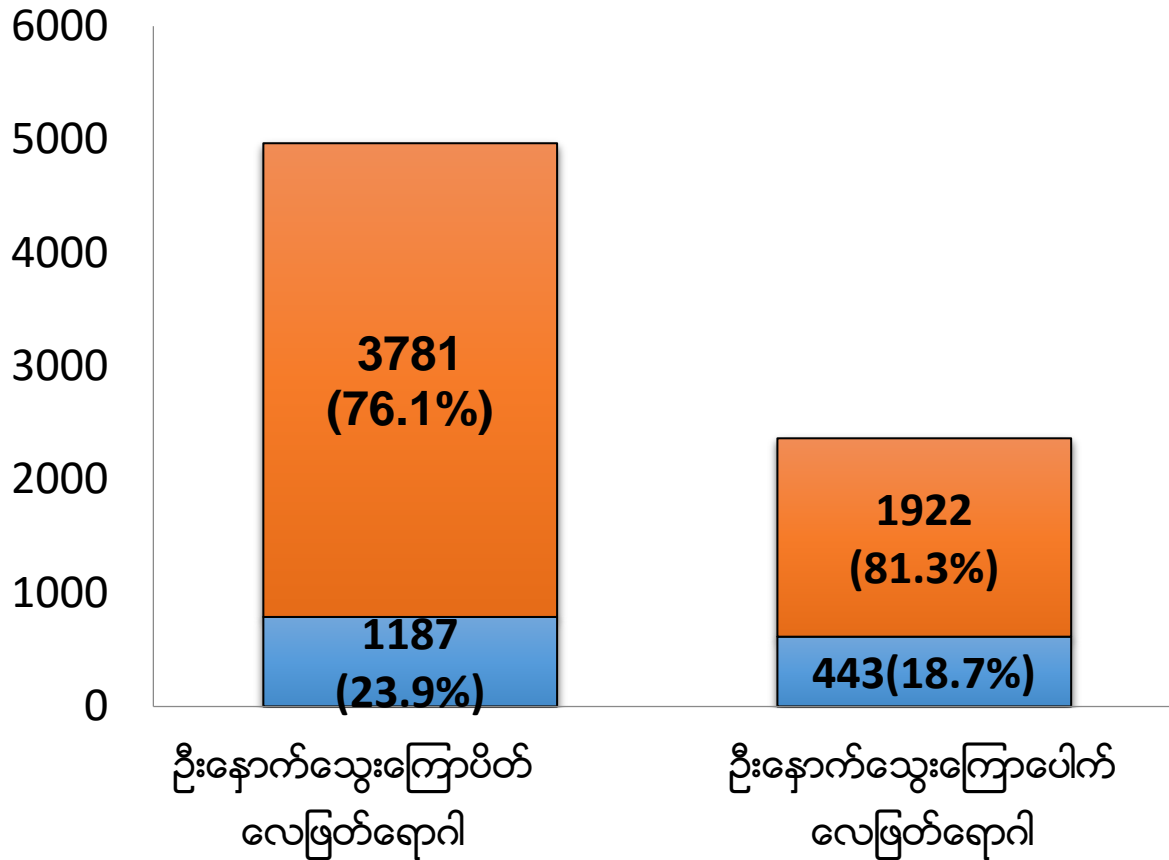
(\* များ သည် ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက်ခြင်း ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။)

# ဆေးလိပ် နှင့် လေဖြတ်ရောဂါ ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း ( 2016 ,YGH data)

စုစုပေါင်းလေဖြတ်လူနာဦးရေ (7333) ဦး

ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာဦး (4968) ဦး

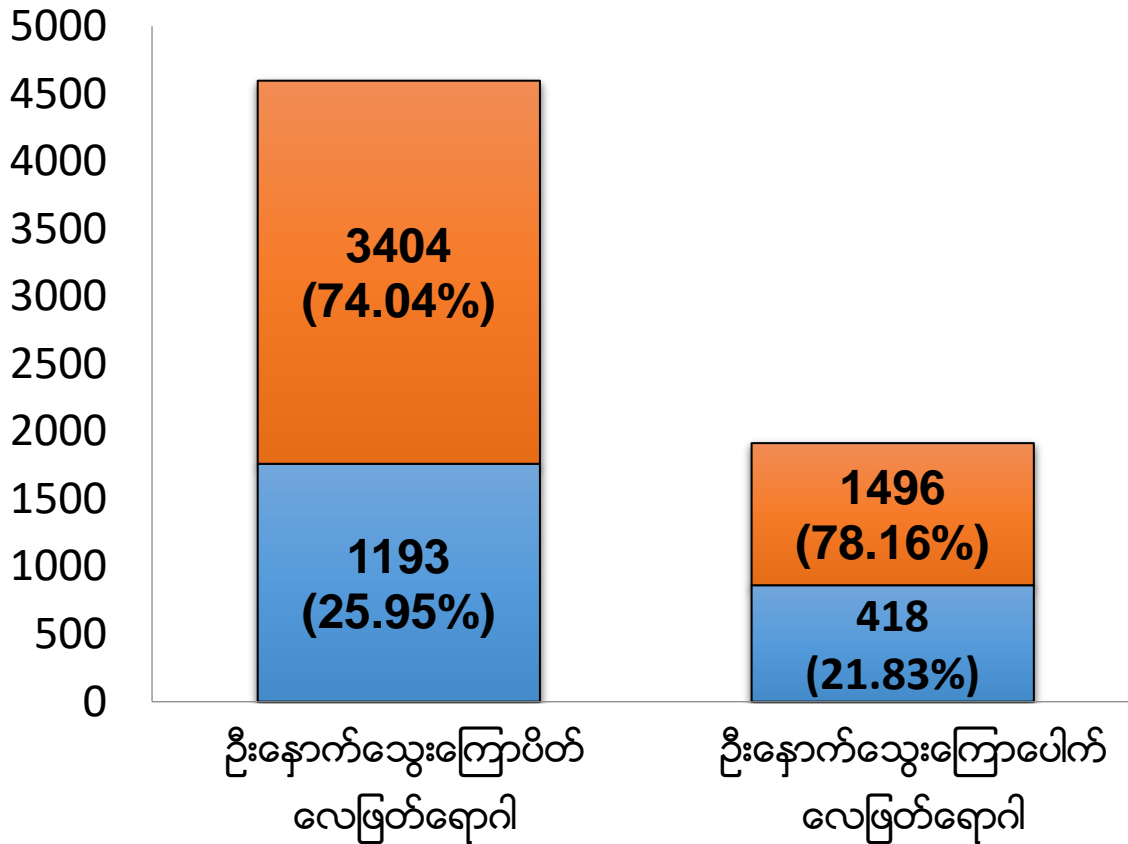
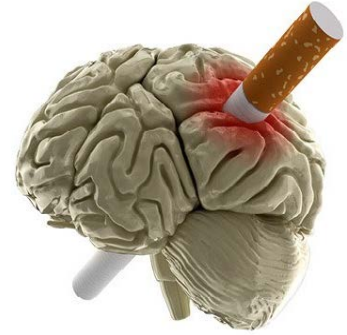
ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ (2365) ဦး



■ ဆေးလိပ်သောက်သူ  
■ ဆေးလိပ်မသောက်သူ

# ဆေးလိပ် နှင့် လေဖြတ်ရောဂါ ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း ( 2017 , YGH data)

စုစုပေါင်းလေဖြတ်လူနာဦးရေ (6511) ဦး  
 ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာဦး (4597) ဦး  
 ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ (1914) ဦး



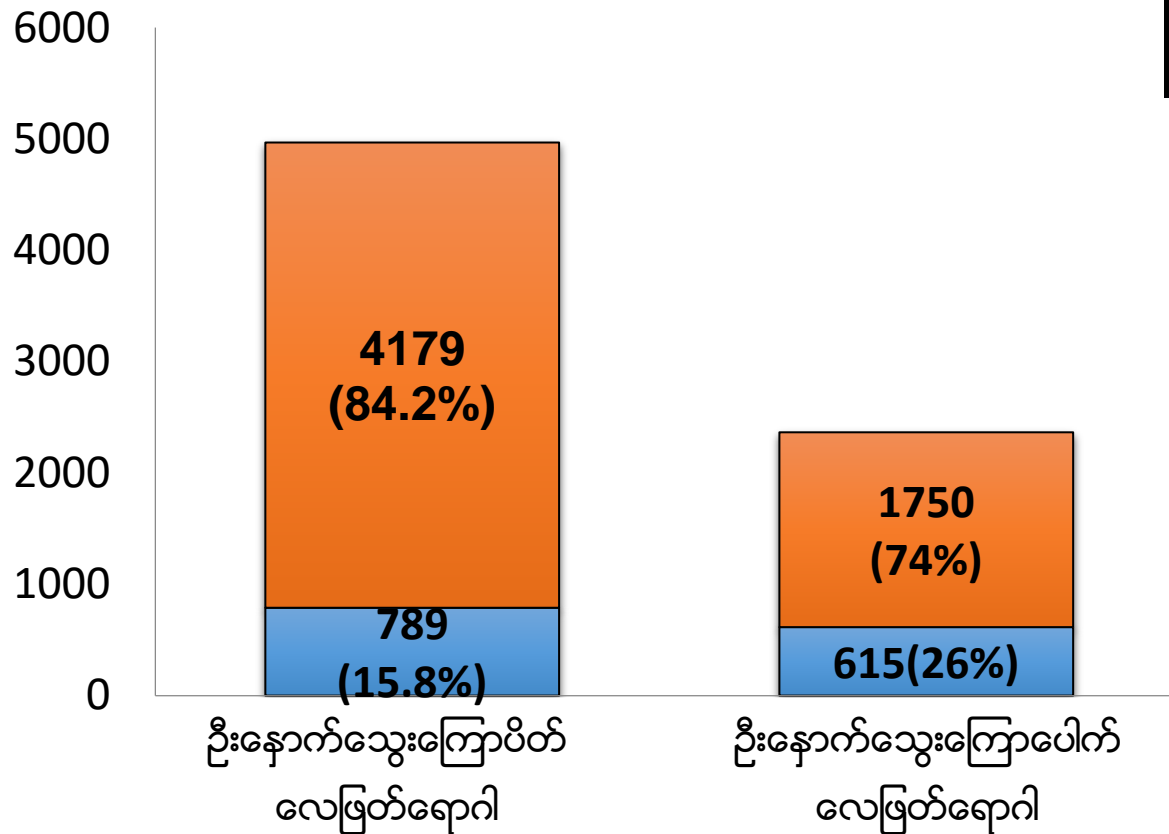
■ ဆေးလိပ်သောက်သူ  
 ■ ဆေးလိပ်မသောက်သူ

# အရက်သောက်ခြင်း နှင့် လေဖြတ်ရောဂါ ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း ( 2016 ,YGH data)

စုစုပေါင်းလေဖြတ်လူနာဦးရေ (7333) ဦး

ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာဦး (4968) ဦး

ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ (2365) ဦး



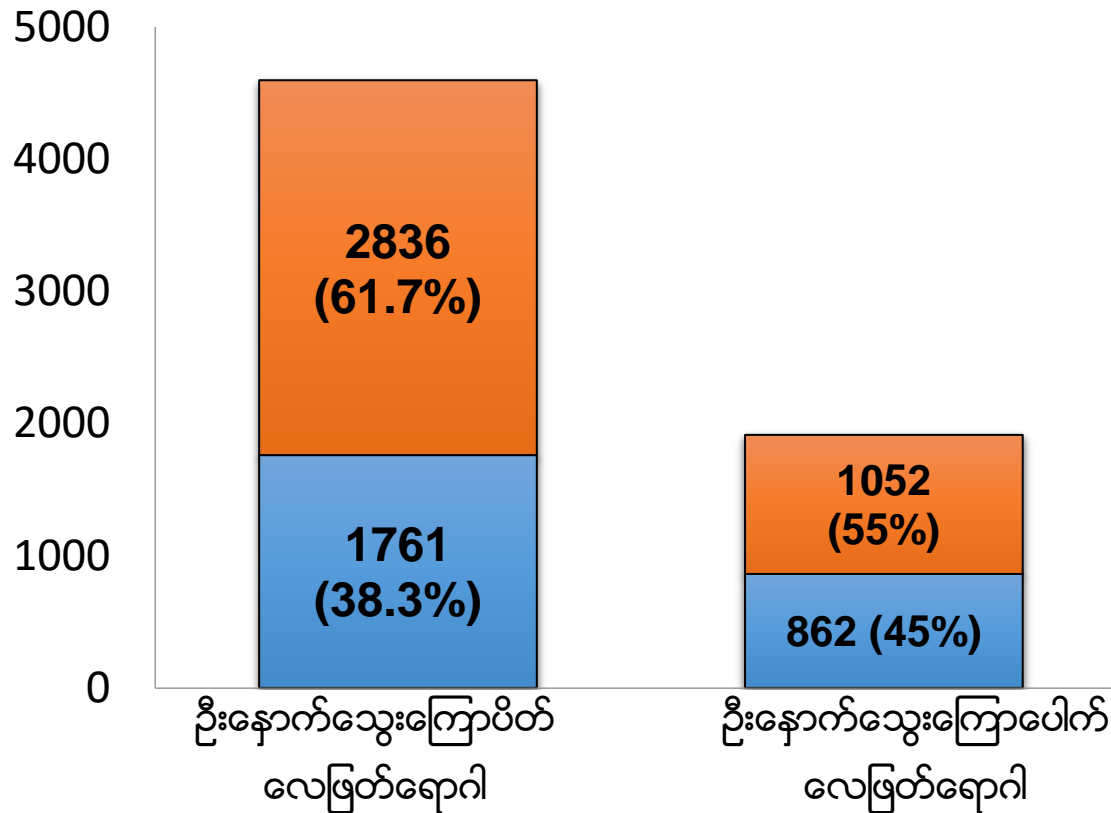
- အရက်သောက်သူ
- အရက်မသောက်သူ

# အရက်သောက်ခြင်း နှင့် လေဖြတ်ရောဂါ ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း ( 2017 ,YGH data)

စုစုပေါင်းလေဖြတ်လူနာဦးရေ (6511) ဦး

ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်လူနာဦး (4597) ဦး

ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်လူနာ (1914) ဦး



- အရက်သောက်သူ
- အရက်မသောက်သူ

# (၃) လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာကို မည်သို့သိရှိနိုင်မည်နည်း

## (FAST)

- **Face** (မျက်နှာ)
- **Arm** (လက်)
- **Speech** (စကားပြောခြင်း)
- **Time** (အချိန်)



# လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာကို အလျင်အမြန် သိရှိရန် ဆန်းစစ်ခြင်း

## (၁) Face – Facial Drooping (မျက်နှာရွဲခြင်း)

မျက်နှာတခြမ်းရွဲခြင်း၊ တဖက်သို့ ဆွဲနေခြင်း၊ ထုံကျဉ်မှု ခံစားရခြင်း။



# Face



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်



## (၂) Arm – Arm Weakness (လက်တစ်ဖက် အားနည်း နေခြင်း)

လက်မောင်း နှစ်ဖက်ကို မြှောက်ကြည့်ပါက တစ်ဖက် အားနည်း နေခြင်း။

သတိပြုရန် တချို့လူနာ များတွင် ခြေထောက် တစ်ဖက် (သို့) နှစ်ဖက် အားနည်းခြင်းမှာ လက်အားနည်းခြင်းထက် ပိုသိသာ နိုင်ပါသည်။



# Arm



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်



## (၃) Speech – Speech Problem (စကားပြောရာတွင် အခက်အခဲ ရှိခြင်း)

စကားပလုံးပထွေး ဖြစ်ခြင်း၊ ပြောသောစကားကို သူများနားမလည်ခြင်း၊ စကားလုံးဝ မပြောနိုင်ခြင်း။



# Speech



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်



## (၄) Time – Time to Act

အထက်ပါ လက္ခဏာများထဲမှ တစ်ခုခုကို တွေ့ပါက ဆေးရုံသို့ အရေးပေါ်  
စေလွှတ်ခြင်း။

လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာများ စတင်ခံစားရပြီ ဆိုသည် နှင့် ဦးနှောက်အတွင်း မှ  
ဆဲလ် ကလပ်စည်းများ လျင်မြန်စွာ ထိခိုက် ပျက်စီး နေသဖြင့် လေဖြတ်သည့် အမျိုးအစား  
အလိုက် အချိန်မှီ စမ်းသပ် စစ်ဆေး ကုသရန် အတွက် စက်ပစ္စည်း ကိရိယာများ ရှိသည့်  
ဆေးရုံများသို့ လျင်မြန်စွာ ရောက်ရှိမှသာလျှင် လေဖြတ်ရောဂါ ၏ နောက်ဆက်တွဲ  
ဆိုးကျိုး နှင့် အသက်အန္တရာယ် ထိခိုက်ခြင်းတို့မှ ကာကွယ်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။



# (၄) လေဖြတ်ရောဂါ ကုသခြင်း

လေဖြတ်ရောဂါသည် ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောဆိုင်ရာ အရေးပေါ် အခြေအနေ ဖြစ်သဖြင့် ကုသမှုကို လျင်မြန်စွာ ရရှိရန် လိုအပ်သည်။

လေဖြတ်ရောဂါ အမျိုးအစားအလိုက် အချိန်မီ ပေးရသည့် ကုထုံး တချို့မှာ ကွဲပြားမှု ရှိပါသည်။

ဥပမာ - သွေးကြော ပိတ်ခြင်း အတွက် rTPA သွေးပျော်ဆေး၊ Aspirin သွေးကျဲ ဆေးများ ဖြင့် ကုသရသော်လည်း သွေးကြောပေါက်၍ လေဖြတ်ခြင်းတွင် ၎င်း ဆေးများ ပေးမိပါက လူနာ၏ အခြေအနေကို ပိုမို ဆိုးရွား စေနိုင်ပါသည်။



# (၄.၁) ဆေးရုံတွင် ပြုလုပ်သော စမ်းသပ် စစ်ဆေးမှုများ

## (၁) ဦးနှောက်ကို ကွန်ပျူတာ ဓါတ်မှန်ရိုက်ခြင်း (CT Scan သို့မဟုတ် MRI Scan)

ကွန်ပျူတာ ဓါတ်မှန် ရိုက်ခြင်းဖြင့် လေဖြတ်ရောဂါ အမျိုးအစား ခွဲနိုင်သဖြင့် ထိရောက်သော ကုသမှုကို ပေးနိုင်ပါသည်။  
လေဖြတ်ခြင်းနှင့် အလားတူသော ရောဂါများ (ဥပမာ- ဦးနှောက်အကြိတ်၊ ဦးနှောက်ရောင်ခြင်း) ကို သိရှိနိုင်ပါသည်။

## (၂) သွေးစစ်ဆေးခြင်း

Blood for Complete Picture (သွေးဖြူဥ၊ သွေးနီဥ၊ သွေးဥမွှားဓာတ်) RBS (သွေးချိုဓါတ်)၊ Cholesterol (အဆီဓါတ်)၊ Uric acid၊ PT (INR) သွေးပျော်နှုန်း စသည့် စစ်ဆေးမှုများကို လိုအပ်သလို စစ်ဆေးရပါသည်။

## (၃) အခြားစမ်းသပ်မှုများ

ECG ဆွဲခြင်း၊ ရင်ဘတ်ဓါတ်မှန်ရိုက်ခြင်း၊ Echo ရိုက်ခြင်း။  
လိုအပ်ပါက လည်ပင်းသွေးကြောကို Ultrasound ရိုက်ခြင်း။

# ကွန်ပျူတာဓာတ်မှန် (CT Scan)



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်



# ဓာတ်ခွဲခန်း (Lab)



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်



# (၄.၂) လေဖြတ်ရောဂါ ကုထုံးများ

(၄.၂.၁) လေဖြတ်ရောဂါ အမျိုးအစားအလိုက် ပေးရသော ကုသမှု

(၄.၂.၂) အထွေထွေကုသမှု

# (၄.၂.၁) အမျိုးအစားအလိုက် ပေးရသော ကုသမှု -

## (က) ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်ရောဂါ ကုထုံးများ

- (၁) သွေးခဲပျော်ဆေး (rTPA) ပေး၍ ကုသခြင်း။
- (၂) သွေးကျဲဆေး (Aspirin) ပေး၍ ကုသခြင်း။

# ( ၁ ) သွေးခဲပျော်ဆေး (rTPA) ပေး၍ ကုသခြင်း

rTPA ဟု အတိုကောက် ခေါ်သော သွေးခဲပျော်ဆေးကို လေဖြတ်သည့်ရောဂါ လက္ခဏာ ခံစားရချိန်မှ စ၍ (၄) နာရီခွဲ အတွင်း တွင် ပေးနိုင်ပါက လေဖြတ်ရောဂါ လက္ခဏာများ လျင်မြန်စွာ သက်သာ နိုင်သဖြင့် နာတာရှည် ခံစားမှု ကို လျော့နည်းစေနိုင် ပါသည်။

သို့သော် ၎င်း သွေးခဲပျော်ဆေး ကို ပေးရန် သင့်တော်သော လူနာ ဟုတ် မဟုတ် စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် ကြာမြင့်ချိန်မှာ အနည်းဆုံး (၁) နာရီ မှ (၁) နာရီခွဲ အထိ ရှိသဖြင့် ရောဂါလက္ခဏာ စတင်ချိန်မှ (၃) နာရီ အတွင်း ဆေးရုံသို့ ရောက်နိုင် မှ သာလျှင် အချိန်မီ ဆေးသွင်း ကုသ၍ ရပါသည်။



# rTPA သွေးခဲပျော်ဆေး



rTPA သွေးခဲပျော်ဆေး (၁) လုံး သွင်းရန် ကုန်ကျစရိတ်မှာ (၇၅၀,၀၀၀) ကျပ်

လူနာတစ်ဦးလျှင် rTPA သွေးခဲပျော်ဆေး (၂) လုံး သွင်းရန် ကုန်ကျစရိတ်မှာ (၁,၅၀၀,၀၀၀) ကျပ်

# သွေးခဲပျော်ဆေး (rTPA) ၏ အဖြစ်များသော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ

## သွေးယိုစိမ့်မှု

ဦးနှောက်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် (ဥပမာ - အစာအိမ်၊ ဆီးလမ်းကြောင်း၊ နှာခေါင်း မှ သွေးယိုခြင်း။)

လူ (၁၀၀) လျှင် (၈) ယောက်ခန့် ဤ ပြင်းထန်သော သွေးယိုစိမ့်မှု ဖြစ်ပွားနိုင် ပါသည်။

လူ (၁၀၀၀) တွင် (၇)ယောက် မှာ သွေးယို စိမ့်မှုကြောင့် အသက်ဆုံးရှုံး နိုင်ပါသည်။



# သွေးခဲပျော်ဆေး (rTPA) ပေးသွင်းရန် မသင့်တော်သော လူနာများ

- အသက် (၈၀) ကျော် ခြင်း၊ သွေးပေါင်ချိန် အလွန် မြင့်မားနေခြင်း
- ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ်သည့် ပမာဏ များသဖြင့် လူနာ ၏ ရောဂါလက္ခဏာများ ဆိုးနေခြင်း။
- သွေးပျော်ဆေး သောက်ထားခြင်း၊ သွေးထွက်နှုန်းများနေခြင်း။
- ရက်ပိုင်း၊ လပိုင်း အတွင်းတွင် နှလုံးသွေးကြော ပိတ်ထားခြင်း၊ ခွဲစိတ်ကုသမှု ခံယူထားခြင်း၊ အစာအိမ် နှင့်အူလမ်းကြောင်း၊ ဆီးလမ်းကြောင်း မှ သွေးယိုခြင်း။
- ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက်ဖူးခြင်း။
- ဆီးချို နှင့် ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် ရောဂါ ဖြစ်ဖူးခြင်း။
- သွေးတွင်း အချို့ဓာတ် နည်းလွန်းခြင်း၊ များလွန်းခြင်း။

## (၂) သွေးကျဲဆေး (Aspirin) ဖြင့် ကုသခြင်း

- သွေးခဲပျော်ဆေးပေး၍ ကုသရန် စံနှုန်းများ နှင့် ကိုက်ညီမှု မရှိသော ဦးနှောက် သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်သည့် လူနာများကို သွေးကြဲ ဆေးဖြင့် ကုသ ပေးပါသည်။
- ရောဂါလက္ခဏာ ဖြစ်ပြီးချိန်မှ (၂၄) နာရီ အတွင်း သွေးကျဲဆေးဖြင့် ကုသပါက လေဖြတ်ရောဂါ ၏ နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများကို လျော့နည်း စေနိုင်ပါသည်။

# Aspirin သွေးကျဲဆေး



# (ခ) ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်ရောဂါ ကုထုံးများ

- သွေးယိုစေသည့် အကြောင်းအရင်းပေါ် မူတည်၍ အချို့သော လူနာများ တွင်သာ "ခွဲစိတ်ကုသရန်" လိုအပ်ပါသည်။ (ဥပမာ - သွေးကြောဖောင်းခြင်း၊ သွေးကြောထုံးခြင်း ကြောင့်ဖြစ်သော သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်ခြင်း)
- ဦးနှောက်သွေးကြောပေါက် လေဖြတ်ကာစ ၌ သွေးပေါင် တက်ခြင်းကို သွေးပေါင်ကျဆေး၊ ထိုးဆေး သောက်ဆေး များဖြင့် ထိရောက်စွာ ကုသရန် အရေးကြီးပါသည်။

# (၄.၂.၂) အထွေထွေကုသမှု

- သွေးပေါင်ချိန် တက်ပါက လေဖြတ်ရောဂါ အမျိုးအစားပေါ် မူတည်၍ သွေးပေါင် ကျဆေး (ထိုးဆေး၊ သောက်ဆေးများ) ပေးခြင်း။

(သတိပြုရန် ဦးနှောက်သွေးကြောပိတ် လေဖြတ်သည့် လူနာများတွင် သွေးပေါင်ချိန် တက်ပါက သွေးပေါင်ချိန်ကို နာရီပိုင်းအတွင်း မြန်မြန်ချခြင်း သည် ရောဂါလက္ခဏာကို ပိုဆိုးစေပါသည်။)



- လိုအပ်ပါက အစာသွင်းပိုက်  
(နာခေါင်းပိုက်) ထည့်ခြင်း။
- ဆီးပိုက်ထည့်ခြင်း။
- အဆီကျဆေး၊ ဆီးချို ကျဆေးများ  
လိုအပ်ပါက ပေးခြင်း။



## ခြေထောက် သွေးပြန်ကြော ပိတ်ခြင်း

## အိပ်ယာနာပေါက်ခြင်း



- လေဖြတ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပွားတတ်သည့် နောက်ဆက်တွဲ ရောဂါများ မဖြစ်ပွားအောင် ကြိုတင် ကာကွယ်ခြင်း၊ ဖြစ်ပွားပါက ထိရောက်စွာ ကုသမှု ပေးခြင်း။

# ပြန်လည်သန်စွမ်းရန် လေ့ကျင့်ခြင်း (Rehabilitation)

လေဖြတ်ရောဂါ ဖြစ်ပြီးနောက် ကိုယ်ခန္ဓာ မသန်မစွမ်း ဖြစ်ခြင်း၊ စကား မပြောနိုင်ခြင်း၊ အမြင် အာရုံချို့တဲ့ခြင်း၊ မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက်ခြင်း၊ စိတ်ဓါတ် ကျဆင်းခြင်း တို့ကို ခံစားရသဖြင့် တတ်ကျွမ်းနားလည်သော ဆရာဝန်၊ ဆရာမများ၊ စက်ပစ္စည်း ကိရိယာများဖြင့် အချိန် နှင့် တပြေးညီ ပြန်လည် သန်စွမ်းလေ့ကျင့်ခြင်း၊ ကုသမှု ပေးခြင်း ပြုလုပ်ပေးရန် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။



# ပြန်လည်သန်စွမ်းရန် လေ့ကျင့်ခြင်း



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်



# ပြန်လည်သန်စွမ်းရန် လေ့ကျင့်ခြင်း



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်



# ပြန်လည်သန်စွမ်းရန် လေ့ကျင့်ခြင်း



11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်





# လေဖြတ်ရောဂါကို ကာကွယ်၍ ရပါသလား

ကာကွယ်၍ ရပါသည်။

(၁) လေဖြတ်ရောဂါ မဖြစ်မှီ ကာကွယ်ခြင်း။

(၂) နောက်တကြိမ် လေဖြတ်ခြင်းမှ ကာကွယ်ခြင်း။

# လေဖြတ်ရောဂါကာကွယ်ခြင်း

- အမှန်စင်စစ် လေဖြတ်ရောဂါ၏ (၈၀%) နှုန်းမှာ မဖြစ်မီ ကြိုတင်ကာကွယ် ၍ ရပါသည်။
- လေဖြတ်ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေသော အခြေခံအကြောင်းအရာများကို သိရှိပြီး အောက်ပါအတိုင်း ပြုမူနေထိုင်ခြင်းဖြင့် လေဖြတ်နိုင်သည့် ရာခိုင်နှုန်းကို လျော့နည်းနိုင်ပါသည်။

- သွေးပေါင်ချိန် ပုံမှန်ရှိရန် ထိန်းပါ။

- သွေးချို၊ ဆီးချိုကို စနစ်တကျ ကုသပါ။

- သွေးတွင်း အဆီဓာတ် မတက်အောင် ဂရုစိုက်ပါ။

- ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော အစားအစာများကို စားသုံးပါ။

(အချို့ဓာတ်၊ အဆီဓာတ်၊ အငန်လွန်ကဲသော အစား အသောက်များကို ရှောင်၍ အမျှင်ဓာတ် ပါဝင်မှု များသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ သစ်သီးဝလံများကို နေ့စဉ် စားသုံးသင့်ပါသည်။)

- ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်း မှန်မှန်လုပ်ပါ။

(တပါတ်အနည်းဆုံး ၅ကြိမ်၊ တစ်ရက် နာရီဝက်ခန့် လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သင့်သည်။)

- ကိုယ်အလေးချိန်ပုံမှန်ထိန်းပါ။

- လေမဖြတ်မီ ကြိုတင်သတိပေးသည့် လက္ခဏာများရှိပါက ဆောလျင်စွာ ကုသမှု ခံယူပါ။

- စိတ်ဖိစီးမှုကို ဖြေဖျောက်ပါ။

- ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။

- အရက်အလွန်အကျွံသောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။



# လေဖြတ်ရောဂါကုသရန်အတွက် မှန်းခြေ ကုန်ကျစရိတ်

လေဖြတ်လူနာအတွက်လိုအပ်သောစစ်ဆေးမှု များပြုလုပ်ရန်အတွက် မှန်းခြေ ကုန်ကျစရိတ်များမှာ-

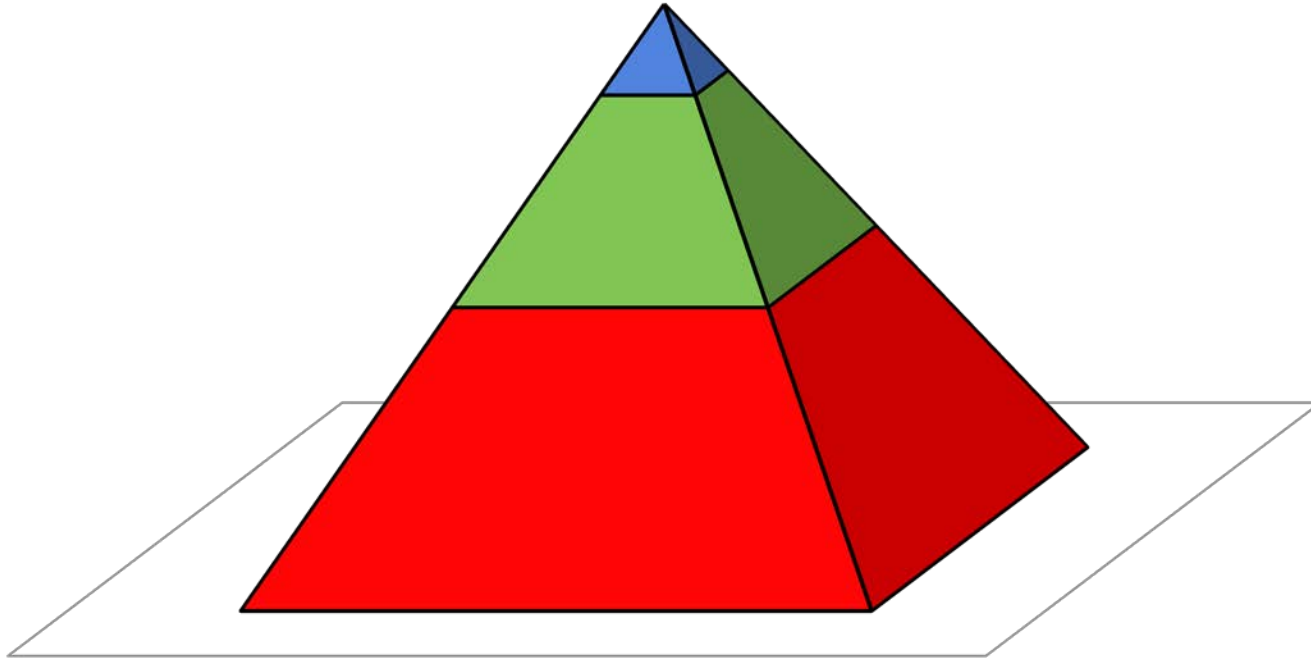
- CT ကွန်ပျူတာဓာတ်မှန် တစ်ကြိမ်ရိုက်ရန်အတွက် ကုန်ကျစရိတ် - ၆၀,၀၀၀ ကျပ်  
(သွေးခဲပျော်ဆေး rTPA ဆေးသွင်းသော သူများတွင် အနည်းဆုံး နှစ်ကြိမ်ရိုက်ရန်လိုအပ်သည်။)
- လိုအပ်သောသွေးစစ်မှုများပြုလုပ်ရန်ကုန်ကျစရိတ် - ၂၀,၀၀၀ ကျပ်
- rTPA သွေးခဲပျော်ဆေး သွင်းရန် ကုန်ကျစရိတ် - ၁,၅၀၀,၀၀၀ ကျပ်
- ဆေးရုံတက်နေစဉ်အတွင်းလိုအပ်သော ထိုးဆေး  
သောက်ဆေးများအတွက် ကုန်ကျစရိတ် - ၅၀,၀၀၀ ကျပ်
- စုစုပေါင်းကုန်ကျစရိတ် - (၁၇) သိန်း ကျပ်

သို့ဖြစ်၍ rTPA သွေးခဲပျော်ဆေးသွင်းရသည့် လူနာတစ်ယောက်အတွက် သွေးခဲပျော်ဆေးသွင်းရန် နှင့် ဆေးရုံတက်စဉ် တစ်ပါတ်စာ ကုန်ကျစရိတ် မှန်းခြေ (၁၇) သိန်းကျပ် ဖြစ်ရာ (၁) လလျှင် rTPA သွေးခဲပျော်ဆေးသွင်း ကုသရန် လိုအပ်သည့်လူနာ (၂၀) ခန့်အတွက် စုစုပေါင်း သိန်း (၃၄၀) ခန့် ကို နိုင်ငံတော်မှ ကျခံသုံးစွဲပေးနေရပါသည်။

rTPA သွေးခဲပျော်ဆေးသွင်းရန်မလိုအပ်သည့် လေဖြတ်လူနာတစ်ယောက် အတွက် ဆေးရုံတက်စဉ် တစ်ပါတ်စာ ကုန်ကျစရိတ်မှာ မှန်းခြေ (၁၅၀,၀၀၀) ဖြစ်ရာ (၁) လလျှင် လေဖြတ်လူနာ (၅၀၀) ခန့်အတွက် စုစုပေါင်း သိန်း (၇၅၀) ခန့် ကို နိုင်ငံတော်မှ ကျခံသုံးစွဲပေးနေရပါသည်။



# ဆေးကုသမှုခံယူနိုင်သည့်အခြေအနေ



မြန်မာနိုင်ငံ လူဦးရေ ( ၅၄ သန်း ) ရှိသည့် အနက်

- ပြည်ပတွင် ဆေးကုသမှုခံယူသော လူဦးရေ ခန့်မှန်းခြေ ( ၁ သန်း ) (၁.၈%)
- ပုဂ္ဂလိကဆေးရုံများတွင် ဆေးကုသမှုခံယူသော လူဦးရေ ခန့်မှန်းခြေ ( ၁၀ သန်း ) (၁၈.၅ %)
- အစိုးရဆေးရုံများတွင် ဆေးကုသမှုခံယူသော လူဦးရေ ခန့်မှန်းခြေ ( ၄၃ သန်း ) (၇၉.၇ %)

rTPA သွေးခဲပျော်ဆေးသွင်းကုသခြင်းကို -

- ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွင် အစိုးရ ရုံးပိတ်ရက် များမှအပ နံနက်(၇)နာရီ မှ ည(၇)နာရီ အတွင်း တိုးချဲ့ ကုသပေးလျက် ရှိပါသည်။
- သွေးခဲပျော်ဆေး သွင်းကုသနိုင်ရန်အတွက် ဦးနှောက်အာရုံကြောဆေးကုဌာန၊ ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးမှ ဦးဆောင်၍ သင်တန်းများ ပို့ချပေးခြင်း၊ ဟောပြောပွဲများပြုလုပ်ပေးခြင်း၊ လိုအပ်သော ကုသမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ ပါဝင်သည့် စာရွက်စာတမ်း များ ဖြန့်ချိပေးခြင်း တို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ပါသည်။

လေဖြတ်သူတို့ဘဝ ...

တိုးတက်ကောင်းမွန်ဖို့ ...

တိကျမြန်ဆန်ကုသဖို့ ...

## Take Home Message

- လေဖြတ်ရောဂါသည် **ကာကွယ် ကုသ၍ ရသောရောဂါ** ဖြစ်သည်။
- လေဖြတ်ရောဂါသည်များ၏ ဘဝ တိုးတက်ကောင်းမွန်အောင် ...
  - လေဖြတ်ရောဂါလက္ခဏာများကို ဆောလျင်စွာ သိရှိရန်လိုအပ်ပါသည်။
  - တတ်ကျွမ်းနားလည်သော ပညာရှင်များနှင့် ပြသ၍ သတ်မှတ်ထားသော ကုထုံးများဖြင့် အချိန်မီ အရေးပေါ် ကုသရပါမည်။
  - လေဖြတ်ရောဂါအထူးကုဌာနများတွင် စနစ်တကျ ဆေးကုသမှုခံယူခြင်းဖြင့် ရောဂါဝေဒနာ လျင်မြန်စွာ ပြန်လည်ကောင်းမွန်နိုင်ပါသည်။

# Know STROKE

TOGETHER  
LET'S BEAT NCDs  
#beatNCDs



## လေဖြတ်ရောဂါ သိကောင်းစရာ

လေဖြတ်ရောဂါဆိုသည်မှာ  
ဦးနှောက်အတွင်းရှိ သွေးလည်ပတ်မှု  
ရုတ်တရက် ရပ်ဆိုင်းသွားခြင်းကြောင့်  
ဖြစ်ပါသည်။



### လေဖြတ်ခြင်း လက္ခဏာများကို သတိပြုပါ

-  မျက်နှာ၊ လက်၊ ခြေတစ်ဖက်  
ရုတ်တရက် ထုံခြင်း၊ လေးလံခြင်း။
-  ရုတ်တရက် စကားပြောမရခြင်း၊  
ပြောသောစကားကို နားမလည်ခြင်း။
-  ရုတ်တရက် အမြင်အာရုံဝေဝါးခြင်း၊  
ပုံရိပ် နှစ်ထပ်မြင်ခြင်း။
-  ရုတ်တရက် မူးဝေခြင်း။
-  ရုတ်တရက် ပြင်းထန်စွာ  
ခေါင်းကိုက်ခြင်း။

### အမြန်ဆုံး ကုသမှု ခံယူပါ

လေဖြတ်ခြင်းသည် အရေးပေါ်ရောဂါဖြစ်ပါသည်။  
လေဖြတ်ခြင်းကို သိရှိနိုင်ရန် အောက်ပါ အချက် (၃) ချက်ကို  
ဆန်းစစ်လေ့လာပါ။

-  မျက်နှာ တစ်ဖက် ရွဲ့စောင်းခြင်း။
-  လက် တစ်ဖက် လေးလံ အားနည်းခြင်း။
-  စကား ဝလုံးဝလွှေး ဖြစ်ခြင်း။
-  အထပ်ပါ လက္ခဏာများ  
တွေ့ရှိပါက နီးစပ်ရာ ဆေးရုံသို့  
အမြန်ဆုံး သွားပါ။

# Prevent STROKE

TOGETHER  
LET'S BEAT NCDs  
#BeatNCDs



## လေဖြတ်ဧရာဂါ ကာကွယ်ပါ

### ဆေးလိပ်ဖြတ်ပါ

အရက်ကို  
အလွန်အကျွံ  
မသောက်ပါနှင့်



### သွေးပေါင်ချိန်

ပုံမှန်ရှိစေရန် ထိန်းသိမ်းပါ  
သွေးတွင်းအဆီဓာတ်  
မတက်အောင်  
ဂရုစိုက်ပါ



### ဆီးချို သွေးချို

စနစ်တကျ ကုသပါ



### ခန္ဓာကိုယ် အလေးချိန်

ပုံမှန် ထိန်းပါ



### ကျန်းမာရေး နှင့်

ညီညွတ်စွာ  
စားသောက်ပါ



### ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်း မှန်မှန်လုပ်ပါ

တစ်ပါတ် အနည်းဆုံး (၅) ကြိမ်  
တစ်ရက် နာရီဝက်ခန့်



# ကျေးဇူးတင်ပါသည်

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်

11.09.2018 (TUESDAY)  
နေပြည်တော်

ဦးနှောက်နှင့်အာရုံကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍  
ရှင်းလင်းတင်ပြခြင်း

ပါမောက္ခဒေါက်တာဝင်းမင်းသစ်

