



မိဘအတွက် လမ်းညွှန်

မွေးပြီး ပထမ ရက်သတ္တပတ် အတွက်

သင်၏ မွေးကင်းစ ကလေး နေကောင်းပါသလား။

ကျန်းမာသော မွေးကင်းစ ကလေးတစ်ဦး တွင် ပန်းရောင် နှုတ်ခမ်းများနှင့် ပန်းရောင် လျှာရှိသင့်သည်။ ၎င်းတို့တွင် ချိုင်းကြား အပူချိန် 36.8°C နှင့် 37.3°C အကြား (သင့် အပူချိန်နှင့်အလားတူ) လည်းရှိသင့်သည်။ ၎င်းတို့သည် ဆီး (သေး) နှင့် ဝမ်း (ချေး) ကို ပုံမှန် အချိန်ခြား၍ သွားသင့်သည်။

ကျန်းမာသော မွေးကင်းစ ကလေး-

- » ကို မကြာခဏ (၂၄ နာရီအတွင်း ၈-၁၂ ကြိမ်) နို့တိုက်ပါ
- » ၎င်းတို့ အိပ်ရာမှ နိုးနေချိန်တွင် တိတ်တဆိတ် သတိရှိနေပြီး သင့်အသံ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ အနီးအနားရှိ ဆူညံသံများကို တုံ့ပြန်ပါသည်။
- » အသက်ကို သင့် အသက်ရှူပုံထက် အနည်းငယ် မြန်မြန် မကြာခဏ ဆိုင်းငံ့လျက် ရှူပါမည်။
- » ၎င်းတို့၏ အသားရောင် ပြောင်းလဲသည်အခါ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ ငိုယို ၊ လူးလွန် သို့မဟုတ် တုန်တုန်ယင်ယင် ဖြစ်သည့်အခါ ၎င်းတို့ ခက်ခဲနေပြီး အကူအညီလိုနေသည်ဟု ဤ နည်းအားဖြင့် သင့်အား အသိပေးပါသည်။

သင်၏ မွေးကင်းစ ကလေး နေကောင်းပါသလား။

အကယ်၍ သင့်ကလေးသည်-

- » အသက်ရှူရပ်သွားလျှင် သို့မဟုတ် မျက်နှာ အပြာရောင်သန်းသွားလျှင်
- » တက်ခြင်း/အကြောဆွဲခြင်း/လေသင်တန်းဖြတ်ခြင်း (မျက်စိများ၊ ပါးစပ်၊ လက်များ သို့မဟုတ် ခြေထောက်များ အကြောဆွဲခြင်း သို့မဟုတ် ဆတ်ခနဲတုန်ခြင်း) ဖြစ်လျှင်
- » အိပ်ရာမှ မနိုးနိုင်လျှင်
- » ကျယ်လောင်သော ဆူညံသံများ၊ သူ၏ မျက်လုံးထိုးပြသော ဆူးရှသည့် မီးအလင်းရောင် သို့မဟုတ် လက်ကို အသာအယာ ဆိတ်ခြင်းကို မတုံ့ပြန်လျှင်



အရေးယူလုပ်ဆောင်ချက်

ဆေးရုံတွင်
ချက်ချင်း သင်၏ သားဖွားဆရာမ သို့မဟုတ် ဆရာဝန်ကို အကြောင်းကြားပြီး အကူညီ တောင်းသည့်ခလုတ်ကို နှိပ်ပါ

အိမ်တွင်
ဖုန်းနံပါတ် **000**ကိုဆက်ပါ။

မွေးပြီး ပထမ ရက်သတ္တပတ် အတွက်

အကယ်၍ သင့်ကလေး-

- » ကို ၆ နာရီထက်ကျော်လွန်ပြီး နို့မတိုက်လျှင်
- » သေးခံအနီး မစိုသေးလျှင် နှင့်/သို့မဟုတ် သေးခံအနီး မညစ်ပတ်သေးလျှင်
- » အသားဝါနေပုံ တွေ့ရလျှင်
- » **မျက်စိ၊ ပါးစပ်၊ လက် သို့မဟုတ် ခြေ လှုပ်ရှားမှုများမှာ** အကြောဆွဲနေပုံ သို့မဟုတ် ဆတ်ခနဲတုန်နေလျှင်
- » **ကိုယ်ခန္ဓာ** ဦးခေါင်း၊ လည်ပင်း၊ လက်များနှင့် ခြေများမှာ ပျော့ခွေနေပုံတွေ့ရလျှင်
- » **အသက်ရှူခြင်းမှာ** အလွန်မြန်ဆန်နေပြီး တအိအိအော်နေလျှင်
- » သာမန်မဟုတ်သည့် **ငိုယိုနေမှု** (ဥပမာ- အားပျော့စွာ၊ အသံဆူးစွာ၊ ညည်းတွားလျက်၊ သို့မဟုတ် နာကျင်စွာ ငိုယိုနေမှု) ဖြစ်နေလျှင်
- » ၎င်းတို့၏ **ချေး** တွင် သွေးပါနေလျှင်
- » **အရေပြားအရောင်မှာ** အလွန် ပျော့နေလျှင် သို့မဟုတ် အဝါရောင် သန်းနေလျှင်
- » **ဝမ်းဗိုက်** (ဗိုက်) သို့မဟုတ် ရင်ဘတ်အောက်ခြေမှာ အသက်ရှူတိုင်း ဖောင်းကြွနေလျှင်
- » **အော့အန်ခြင်း**အလွန်အကျွံဖြစ်နေလျှင် (နောက်ဆုံး သုံးကြိမ်လုံး နို့တိုက်ပြီးတိုင်း တိုက်ထားသည့်နို့ ထက်ဝက်ကျော်ကို အန်ခြင်း)
- » **အန်ဖတ်** မှာ အရောင်နောက်နေလျှင်၊ နို့ သို့မဟုတ် အဝါရောင် ပျော့ပျော့ဖြစ်နေလျှင်

ကြည်လင်နေသည်	နို့	အဝါရောင်ပျော့ပျော့	ရောင်မှန်သင်းရောင်	အစိမ်းရောင်	အစိမ်းရောင်	အစိမ်းရောင်	အစိမ်းရောင်	သွေး
--------------	------	--------------------	--------------------	-------------	-------------	-------------	-------------	------

သို့မဟုတ်

- » သင့် **သဘာဝ အသိစိတ်ကတစ်စုံတစ်ခု** လွဲနေသည်ဟု သင့်အား သိစေသည်။



အရေးယူလုပ်ဆောင်ချက်

ဆေးရုံတွင်
သင့် သားဖွားဆရာမ သို့မဟုတ် ဆရာဝန်ကို အကြောင်းကြားပါ

အိမ်တွင်

- » မိခင် နှင့် ကလေး ကျန်းမာဆိုင်ရာ ဖုန်းလိုင်း ၁၃ ၂၂ ၂၉
- » ၂၄ နာရီ သူနာပြု ဖုန်းလိုင်း ၁၃၀၀ ၆၀ ၆၀ ၂၄
- » သင့် ဒေသခံ ဆရာဝန် (GP) နှင့် ပြုပါ
- » ဆေးရုံ အရေးပေါ်လူနာဌာနကို သွားပါ။
- » အရေးပေါ်ကိစ္စဖြစ်လျှင် ဖုန်း **000**ကိုဆက်ပါ။

* ကျေးဇူးပြု၍ သတိပြုရန်- မြင်သာပေါ်ကြည့်ရှုသည့်အခါ နှင့်/သို့မဟုတ် ဒေါင်းလုဒ်ဆွဲ၍ ပုံနှိပ်သည့်အခါ ပုံပြကာချပ်ရှိ အရောင်များမှာ သင့်ကိရိယာ၏ သတ်မှတ်ထားချက်များအရ မတူညီပြီး ကွဲပြားခြားနားနိုင်သည်။
အသိအမှတ်ပြုခြင်း- Baby Check - ၎င်းမှာ သင့်ကလေး အမှန်တကယ် နေထိုင်မကောင်း ဖြစ်မဖြစ် စစ်ဆေးသည့် ရင်းမြစ်ကိရိယာဖြစ်သည်။ ဤရင်းမြစ်ကို သင့်ကလေး ဆရာဝန်နှင့်ပြုရန် လိုအပ်သည် ဟုတ်မဟုတ် ဆုံးဖြတ်ရန်အတွက် သင့်အား ကူညီရန် ထူထောင်ထားသည်။ - JUNE 2021