အမှာစာ

ဒီစာအုပ်လေးကို ရေးသားရတဲ့အကြောင်းရင်းကတော့ ဆေးခန်းမှာ လူနာတွေကို ရှင်းပြလေ့ရှိတဲ့ အချက်တွေကို တခြားလူနာတွေကိုလည်း သိစေချင်တဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ဖြစ်ပါတယ်။ အချိန် (၂) နှစ်ကျော်အတွင်း ရေးလိုက်၊ ပြင်လိုက်နဲ့ စာဖတ်သူ စိတ်ဝင်စားအောင်၊ အကျိုးရှိအောင် ပြင်ဆင်ခဲ့ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် စာဖတ်သူ နားလည်လွယ်အောင် ပုံတွေကို ဝဝဝဆာဆာ အသုံးပြုထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူနာတွေအတွက် ရည်ရွယ်ထုတ်ထားတယ်ဆိုပေမယ့် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာကို သင်ယူနေတဲ့ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတွေအတွက်လည်း လူနာတွေကို ရှင်းပြရာမှာ အထောက်အကူပြုပေးနိုင်ဖို့ ပြင်ဆင်ပေးထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီစာအုပ်မှာပါတဲ့ တစ်ချို့အင်္ဂလိပ်စာသားတွေဟာ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးကျောင်းသားများ၊ သူနာပြုများအတွက် ရည်ရွယ်ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရိုးရိုးစာဖတ်သူတွေဟာ အင်္ဂလိပ်စာသားတွေကို ဖတ်စရာမလိုဘဲ စာရေးသူပေးချင်တဲ့ ပညာဗဟုသုတကို ရရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

စာရေးစာဖတ်ကို ဝါသနာအရ လုပ်ချင်နေတာရို၊ လုပ်ဖြစ်နေတာရို ဝါသနာအရင်းခံပြီး ဒီစာအုပ်လေးကို ထုတ်ဖို့ စိတ်အားထက်သန်ခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးပညာနဲ့ဆိုင်တဲ့ ကုသမှုတွေဟာ နေ့စဉ်ပြောင်းလဲနေတတ်တာမို့ စာဖတ်သူတွေအနေနဲ့ မိမိကို ကုသပေးမယ့် သွားနှင့်ခံတွင်းဆရာဝန်ရဲ့လမ်းညွှန်ချက်ကို အဓိကထားပြီး လိုက်နာရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

စာရေးသူရဲ့ စာအုပ်လေးကို ဖတ်ပြီး ဆရာဝန်တွေကို ဆရာသွားမလုပ်ဖို့ အနူးအညွတ် တောင်းဆိုပါရစေ။ ဒီစာအုပ်လေးထဲမှာ ရေးထားတဲ့အကြောင်းအရာတွေဟာ အများနားလည်လွယ်အောင် သွားနှင့်ခံတွင်းဆေးပညာရဲ့ သဘောတရားလေးတွေကိုပဲ ရေးပြထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သွားနှင့်ခံတွင်းဆေးပညာရဲ့ အတိမ်အနက်ကို ပြောပြရရင် စာရေးသူကိုယ်တိုင် နေ့စဉ်ဖတ်မှတ်လေ့လာနေရဆဲအဆင့်သာ ဖြစ်ပါတယ်။ လေ့လာလို့ ကုန်ဆုံးသွားမယ့် ပညာရပ် မဟုတ်ပါဘူး။

ဒီစာအုပ်လေးမှာ အပိုင်း(၃)ပိုင်း ပါရှိပါတယ်။ အပိုင်း(၁) သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ အပိုင်းကို စာဖတ်သူအားလုံးအတွက် ရည်ရွယ်ရေးသားထားပါတယ်။ အပိုင်း(၂) သွားမြစ်တုကုသမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများအပိုင်းကို သွားမြစ်တုကုသမှုမခံယူမီ သွားမြစ်တုအကြောင်းလေ့လာလိုတဲ့ လူနာများအတွက် အထူးရည်ရွယ်ပါတယ်။ အပိုင်း(၃) သွားညှိကုသမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများအပိုင်းကို သွားညှိကုသမှုမခံယူမီ သွားညှိကုသမှုအကြောင်းကို လေ့လာလိုတဲ့ လူနာများအတွက် အထူးရည်ရွယ်ထားပါတယ်။ စာမျက်နှာတစ်ခုချင်းစီမှာ သက်ဆိုင်ရာအကြောင်းအရာကို အနှစ်ချုပ်ပုံစံ ရေးသားထားတာမို့ စာဖတ်သူဟာ စာအုပ်ရဲ့ဘယ်နေရာက စဖတ်သည်ဖြစ်စေ ဆိုလိုတဲ့အကြောင်းအရာနဲ့ သိစေလိုတဲ့ဗဟုသုတကို အမြန်ဆုံး သိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ရှင်းပြချက်တွေဟာ ကုသမှုအကြောင်းကို လူနာက နားလည်နိုင်စေဖို့သာ အဓိကရည်ရွယ်ထားတာမို့ ခက်ခဲတဲ့အပိုင်းတွေကို ထည့်သွင်းဖော်ပြထားခြင်း မရှိပါဘူး။

မြန်မာနိုင်ငံရှိ လူနာများအတွက် သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ ပညာပေးမှုကို ဒီစာအုပ်လေးနဲ့ ပါဝင်ခွင့်ရပြီလို့ ခံယူရင်း ကျွန်တော့်ကို သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာသင်ကြားပေးခဲ့တဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမအားလုံးကို ဒီစာအုပ်လေးနဲ့ ကန်တော့လိုက်ပါတယ်။

ဒေါက်တာနေအောင်
BDS(Mdy), PhD(Tokyo, Japan)

မာတိကာ

	အပိုင်း (၁) သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ
စာမျက်နှာ	ခေါင်းစဉ်
၁	ကလေးသွားကျန်းမာရေး အခြေခံ
၂	ကလေးကျန်းမာရေးအတွက် သတိထားစရာများ
၃	ငယ်သွားများကို အချိန်မတိုင်ခင် ဘာ့ကြောင့် မနုတ်သင့်သလဲ
၄	ကလေးလေးတွေ သွားကိုက်သွားနာတဲ့အခါ
၅	သင့်ကလေးကို သွားနှင့်ခံတွင်းဆရာဝန်ထံ ဘယ်အချိန်မှာ ပြသင့်သလဲ
၆	အသက်(၁)နှစ်မှ (၅)နှစ်ကလေးများ၏ သွားနှင့်ခံတွင်းကို ဂရုစိုက်ခြင်း
၇	စနစ်မှန် သွားတိုက်နည်း
၈	သွားတစ်ချောင်း၏ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံ
၉	သွားများ၏ တာဝန်နှင့်တန်ဖိုး
၁၀	သွားဖုံးရောဂါ သိကောင်းစရာ
၁၁	သွားဖုံးရောဂါ ကာကွယ်ပါ
၁၂	သွားဖုံးရောဂါ သတိပြုပါ
၁၃	သွားဖုံးရောဂါကို လျှော့မတွက်ပါနဲ့
၁၄	သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး နှင့် အစားအသောက်
၁၅	သွားကိုက်ဝေဒနာ နှင့် ဆေးသောက်ခြင်း
၁၆	သွားဖာပြီးနောက် ဘယ်လိုနေသင့်သလဲ
၁၇	သွားနုတ်ပြီးနောက် လိုက်နာသင့်သော အချက်များ
၁၈	သွားနုတ်ပြီး သွားပြန်မစိုက်မိရင် ဘာတွေ ဖြစ်နိုင်သလဲ
၁၉	အံဆုံးသွားတွေကို ဘာ့ကြောင့် နုတ်သင့်သလဲ
၂၀	ခံတွင်းမှာ ဖြစ်တတ်တဲ့ အနာလေးများ
၂၁	ကျွမ်းယောကြောင့် ဘာတွေ ဖြစ်နိုင်သလဲ
၂၂	သွားဖြူအောင် ပြုလုပ်ခြင်း
၂၃	သွားတွေ ဘာ့ကြောင့် မဖြူသလဲ

မာတိကာ

စာမျက်နှာ	ခေါင်းစဉ်
၂၄	ဝါနေ မဲနေတဲ့ သွားတွေကို ဖြူဖြူလာအောင် လုပ်နိုင်သလား
၂၅	သွားရောက်နှာပြင်ကို လှပအောင် ပြုပြင်ခြင်း
၂၆	သွားငုံးပေါက်ရှိုသာ ဘာ့ကြောင့် မြန်မြန် တသင့်သလဲ
၂၇	နေ့စဉ်လိုက်နာ သွားကျန်းမာ
၂၈	ခံတွင်းအနံ့ပြသနာ အဖြေရှာ
၂၉	ခံတွင်းအနံ့ မွှေးပျံ့အောင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ
၃၀	ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ နှင့် သွားကျန်းမာရေး
၃၁	တစ်သက်တာ သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်စေရန်
၃၂	သွားပြန်မစိုက်ခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများ
၃၃	သွားမြစ်တုစိုက်ခြင်း၏ အားသာချက်၊ အားနည်းချက်များ
၃၄	သွားပွတ်ကြိုး အသုံးပြုနည်း
၃၅	ရှေ့သွားတွေ ကျဲနေရင် လှသွားအောင် ဘယ်လိုပြုပြင်နိုင်သလဲ
၃၆	ဘေးသွားများကို အသုံးပြုပြီး တံတားထိုးသွားစိုက်ခြင်း
၃၇	အံကပ်ကို အသုံးပြုကြမယ်
၃၈	သွားကျွံတာကို ဘယ်လိုကုမလဲ
၃၉	သွားနှင့်ခံတွင်းဆေးခန်းသို့ ဘယ်အချိန်မှာ ပြသင့်သလဲ
၄၀	သွားအကြောကုတ်ကုသခြင်း ဆိုသည်မှာ
၄၁	သွားအပေါက်ကို ဘယ်လိုဖာသလဲ
၄၂	အပြုံးအလှကို ဖန်တီးခြင်း
၄၃	ထိရောက်သော သွားတိုက်ခြင်း နည်းလမ်းများ
၄၄	စပ်ဆေး လိမ်းဆေး အန္တရာယ်
၄၅	သွားကျောက်တွေကို ဖယ်တာ ကောင်းသလား
၄၆	သွားကိုက်ဆေး ဝယ်ကြတဲ့အခါ

မာတိကာ

စာမျက်နှာ	ခေါင်းစဉ်
၄၇	သွားမနုတ်ဘဲ သွားအကြောထုတ်လို့ ရနိုင်သလား
၄၈	မတည့်တဲ့ဆေး၊ သောက်နေတဲ့ဆေး အသိပေးပါ
၄၉	သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးအတွက် ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း
၅၀	သွားခေါက်မှန် စိုက်ဖို့ လိုသလား
၅၁	သွားမှာ စိန်အလှ တပ်ဆင်ခြင်း
၅၂	သွားရောဂါကုသမှု နှင့် အာမခံ
၅၃	သွားတုအစွပ်အကြောင်း သိကောင်းစရာများ
၅၄	အံကပ် တပ်တော့မည်ဆိုလျှင်
၅၅	အံကပ်တွေကို ဘယ်လို ဆေးကြော သန့်ရှင်းမလဲ
၅၆	ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ နှင့် သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး
၅၇	သွေးတိုးရောဂါ နှင့် သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး
၅၈	အစာအိမ်အူလမ်းကြောင်း နှင့် သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး
၅၉	လျှာကို ဘာ့ကြောင့် သန့်ရှင်းရေး လုပ်သင့်သလဲ
၆၀	သွားကိုက်ပျောက်တဲ့ ဆေးမြီးတိုတွေ ရှိလား
၆၁	ဆားရေနွေးကို အသုံးပြုပြီး ပါးလုပ်ကျင်းခြင်း
၆၂	လေညှင်းဆီကို အသုံးပြုပြီး သွားကိုက်သွားနာ သက်သာစေခြင်း
၆၃	ကလေးငယ်ရဲ့သွားတွေ ထပ်နေလို့ ကျဲနေလို့ မညီလို့ စိုးရိမ်ရလား
၆၄	Veneer ဆိုသည်မှာ
၆၅	Veneer or Braces ဘယ်ဟာကို ရွေးချယ်မလဲ
၆၆	အင်္ဂနွတ်ငင်းမလား၊ ပုဆိန်နဲ့ ပေါက်မလား
၆၇	လမ်းဘေး သွားစိုက်ဆိုင်ခေတ် မဟုတ်တော့ပါ သွားဆရာဝန်နဲ့ ပြပေးပါ
၆၈	ပါးလုပ်ကျင်းဆေးရည်ကို အသုံးပြုဖို့ လိုအပ်သလား
၆၉	ဆေးခန်းသိတ်ထားချိန် ကလေးများအတွက် သွားကိုက်တာ ယာယီသက်သာစေဖို့

မာတိကာ

	အပိုင်း (၂) သွားမြစ်တုကုသမှုဆိုင်ရာ သိမှတ်စရာများ
စာမျက်နှာ	ခေါင်းစဉ်
၇၀	သွားမြစ်တုနဲ့ သွားစိုက်တယ်ဆိုတာ ဘယ်လိုလဲ
၇၁	လူနာမှာ တခြားရောဂါတွေ ရှိနေရင် သွားမြစ်တု စိုက်ပေးလို့ ရသလား
၇၂	သွားမြစ်တုစိုက်လို့ ရသလား၊ မရဘူးလားဆိုတာ ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲ
၇၃	သွားမြစ်တုစိုက်ဖို့ သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး ကောင်းနေဖို့ လိုသလား
၇၄	သွားမြစ်တုကုသမှုခံယူတာ အစအဆုံး အချိန်ဘယ်လောက်ကြာနိုင်သလဲ
၇၅	သွားမြစ်တုကုသမှုမခံယူမီ ဘာတွေ သိထားသင့်သလဲ
၇၆	သွားမြစ်တုစိုက်လိုက်ရင် ဘယ်လောက်ကြာကြာခံသလဲ
၇၇	သွားမြစ်တုတစ်ချောင်းအပေါ်မှာ သွားတုဘယ်နှစ်ချောင်း တပ်ထားနိုင်သလဲ
၇၈	သွားမြစ်တုသွားတု စိုက်ပုံ အဆင့်ဆင့်
၇၉	သွားမြစ်တုစိုက်မယ့် မေးရိုး အနေအထား စစ်ဆေးခြင်း
၈၀	အရိုးပမာဏဆုံးရှုံးမှုကို ဘာတွေက ဖြစ်စေတတ်သလဲ
၈၁	သွားမြစ်တုစိုက်ခြင်းက အရိုးပမာဏဆုံးရှုံးမှုကို ထိန်းပေးနိုင်သလား
၈၂	သွားမြစ်တုကုသမှုမပြီးခင်မှာ ယာယီသွားတု တပ်ထားလို့ ရသလား
၈၃	သဘာဝသွားတွေရဲ့ အနားမှာ သွားမြစ်တု ထည့်လို့ရပါသလား
၈၄	သွားမြစ်တုတွေအပေါ်က သွားတုတွေကို တွဲထားလို့ရသလား
၈၅	သွားမြစ်တုထည့်တဲ့အခါ နာသလား၊ သက်သောင့်သက်သာ ရှိပါ့လား
၈၆	သွားမြစ်တုထည့်တဲ့အခါ အာရုံကြောတွေ လွတ်ပါ့မလား
၈၇	သွားမြစ်တုထည့်တာ အချိန်ကြာမယ်ဆိုရင် စိတ်ငြိမ်ဆေး ပေးဆေးသုံးမလား
၈၈	သွားမြစ်တုထည့်ဖို့ မေးရိုး တိုနေ၊ ကျဉ်းနေ၊ သေးနေရင် ဘာလုပ်လို့ရမလဲ
၈၉	သွားမြစ်တုစိုက်ဖို့ အရိုးထပ်ဖြည့်ဖို့ လိုတဲ့အခါ ဘယ်က အရိုးကို ယူမလဲ
၉၀	အရိုးအစားထိုးထည့်ထားရင် သွားမြစ်တုကုသမှုအချိန် ပိုကြာသွားမလား
၉၁	သွားမြစ်တုကို ဘယ်လို ဂရုစိုက်မလဲ
၉၂	သွားမြစ်တုစိုက်ပြီး အဆင်မပြေရင် ဘာလုပ်နိုင်သလဲ

မာတိကာ

စာမျက်နှာ	ခေါင်းစဉ်
၉၃	သွားမြစ်တုစိုက်နည်း အမျိုးမျိုး
၉၄	သွားမြစ်တုကုသမှု အားသာချက်၊ အားနည်းချက်များ
၉၅	သွားမြစ်တုကုသမှုအကြောင်း မေးလေ့ရှိသော အချက်များ
၉၆	သွားမြစ်တုထည့်ပြီးနောက် သတိပြုလိုက်နာရန် အချက်များ
၉၇	သွားမြစ်တုကုသမှုနှင့်ပတ်သက်သည့် သဘောတူညီချက် နမူနာပုံစံ
၉၈	CBCT ဓါတ်မှန်ရဲ့ အသုံးဝင်ပုံ