

- GERD ရောဂါအစပျိုးဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည့်အချက်များမှာ အဘယ်နည်း။
- GERD ရောဂါလက္ခဏာများ သက်သာအောင် မည်ကဲ့သို့ ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

**အပိုင်း (၂)**  
**GERD ရောဂါ၏လက္ခဏာများနှင့် ထူးခြားသောခံစားရမှုများ** . . . . . ၃၀  
 မေးခွန်း (၁၃ မှ ၂၀ အထိ)

- ကျွန်တော့်နှလုံးက ရင်ဘတ်နာစေနေခြင်းကို ကျွန်တော်ဘယ်လိုလုပ်သိနိုင်မလဲ။
- ရင်ဘတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ GERD ၏ အခြားလက္ခဏာများကား အဘယ်နည်း။
- GERD ရောဂါကြောင့်အပြင် အခြားအကြောင်းများကြောင့်ရော ရင်ဘတ်နာခြင်း ခံရတတ်ပါသလား။
- ရောဂါလက္ခဏာမရှိဘဲ GERD ရောဂါဖြစ်ပွားနေနိုင်ပါသလား။
- GERD ရောဂါတွင် ထူးခြားသောရင်ဘတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လက္ခဏာများမရှိဘဲနှင့် ပါးစပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လက္ခဏာဖြစ်နိုင်ပါသလား။
- GERD အစာချဉ်ပြန်ဖြစ်မှုတွင် နေ့အချိန်နှင့် ညဉ့်အချိန်ကွာခြားမှုရှိပါသလား။
- GERD ရောဂါက ကျွန်ုပ်၏အသံကို ပြောင်းလဲစေနိုင်ပါသလား။
- GERD ရောဂါ၏ သတိပေးလက္ခဏာများကား အဘယ်နည်း။

**အပိုင်း (၃)**  
**အစာအိမ်ကျွဲခြင်း၊ အစာမျိုပြွန်အောက်ပိုင်းရှိ ကြွက်သားအဆို့ရှင်နှင့် အစာချဉ်ပြန်ခြင်း** . . . . . ၄၇  
 မေးခွန်း (၂၁ မှ ၂၄ အထိ)

- အစာမျိုပြွန်အောက်ပိုင်းရှိကြွက်သားအဆို့ရှင် (Lower Esophageal Sphincter-LES) နှင့် အစာအိမ်တို့က Reflux ဖြစ်ခြင်းကို မည်သို့တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ကြသနည်း။
- Hiatal Hernia ခေါ် အစာအိမ်ကျွဲခြင်းဟူသည် အဘယ်နည်း။ မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ယင်းက Reflux ဖြစ်စေသနည်း။
- အစာအိမ်ကျွဲခြင်း၏ ရောဂါလက္ခဏာများကား အဘယ်နည်း။
- ကျွန်ုပ်၏ အစာအိမ်ကျွဲခြင်းသည် ပိုမိုဆိုးဝါးလာတတ်ပါသလား။ ယင်း၏ နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများကား အဘယ်နည်း။

**အပိုင်း (၄)**  
**စားသောက်နေထိုင်မှုပုံစံ၊ ဆေးဝါးကုသမှုများ၊ အစားအစာများနှင့် GERD** . . . . . ၅၃  
 မေးခွန်း (၂၅ မှ ၃၉ အထိ)

- ဖိစီးမှု (Stress) သည် GERD ရောဂါလက္ခဏာများကို ပိုမိုဖြစ်ပွားစေနိုင်ပါသလား။
- ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းက GERD ဖြစ်ပွားစေနိုင်ပါသလား။
- ဆေးဝါးများက GERD ဖြစ်ပွားမှုကို လှုံ့ဆော်နိုင်ပါသလား။
- မည်သည့်ဆေးဝါးများက GERD ကို ပိုမိုဖြစ်ပွားစေသနည်း။ သို့မဟုတ် အစာမျိုပြွန်ကို ပျက်စီးစေသနည်း။
- မည်သည့်ဆေးမျိုးက အစာအိမ်တို့ကို ထိခိုက်စေနိုင်သနည်း။
- ကျွန်ုပ်ဆေးသောက်လျှင် ထိုသို့သော GERD ဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ရှောင်ရှားရန် မည်သို့ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသနည်း။
- ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုက အစာချဉ်ပြန်မှုကို ထိခိုက်စေသလား။
- မည်သို့သော အစားအစာမျိုးက GERD ဖြစ်စေသနည်း။
- GERD အစာချဉ်ပြန်ရောဂါရှိလျှင် မည်သို့သော အစားအစာမျိုးကို စားသုံးသင့်ပါသနည်း။
- အမြန်စာများ စားသုံးခြင်းက GERD အစာချဉ်ပြန်မှုကို ပိုမိုဆိုးဝါးစေနိုင်ပါသလား။
- GERD မဖြစ်စေရန် ကျွန်ုပ်၏ စားသောက်မှုပုံစံကို မည်သို့ ပြောင်းလဲသင့်ပါသနည်း။
- အသက်အရွယ်ကို လိုက်ပြီး GERD ရောဂါပိုဆိုးလာတတ်ပါသလား။
- ကျွန်ုပ်၏ခုတင်ကြောင့် ညဉ့်အချိန်ဝေဒနာဖြစ်ပေါ်မှုမှာ ကွဲပြားခြားနားတတ်ပါသလား။
- ကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်အလေးချိန်က GERD ရောဂါအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိပါသလား။
- GERD ဝေဒနာအတွက် မည်သည့်အချိန်တွင် ဆေးဝါးကုသမှုခံယူသင့်ပါသနည်း။

**အပိုင်း (၅)**  
**GERD ရောဂါ၏နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများ** . . . . . ၈၅  
 မေးခွန်း (၄၀ မှ ၅၆ အထိ)

- GERD ရောဂါ၏နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများကား အဘယ်နည်း။ ယင်းတို့သည် စိုးရိမ်ဖွယ်လား။

- Regurgitation ခေါ် အစာအန်ထွက်ခြင်းဆိုသည်အဘယ်နည်း။
- အစာမျိုပြွန်ရောင်ခြင်းဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- အစာမျိုပြွန်ကျဉ်းခြင်း၊ သို့မဟုတ် Ring ခေါ် ကွင်းပုံသဏ္ဍာန်ဖြစ်ခြင်းဆိုသည်မှာ မည်သို့နည်း။
- အစာမျိုပြွန်ချဲ့ခြင်းဟူသည် အဘယ်နည်း။
- Barrett's Esophagus ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- Barrett's Esophagus ဖြစ်နေလျှင် ကင်ဆာရောဂါဖြစ်တတ်ပါသလား။
- Barrett's Esophagus ကိုပိုကောင်းလာအောင် ဘာလုပ်သင့်သနည်း။ သို့မဟုတ် လျစ်လျူရှုနေသင့်သလား။
- ကျွန်ုပ်မှာ Barrett's Esophagus ဖြစ်နေလျှင် ဆက်လက်စောင့်ကြည့်ဖို့လိုပါသလား။
- အစာမျိုပြွန်ကင်ဆာရောဂါဟု ထင်ရမည့် သတိပေး၊ သို့မဟုတ် သတိပြုစရာလက္ခဏာများမှာ အဘယ်နည်း။
- အစာမျိုပြွန်ကင်ဆာဖြစ်နိုင်စေတတ်သည့် အန္တရာယ်အချက်အလက်များကို မည်သို့ လျှော့ချနိုင်ပါသနည်း။
- ရှူရှိုက်မိမှု (Aspiration) ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- Laryngopharyngeal Reflux ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- GERD သည် ရင်ကျပ်ပန်းနာ၊ သို့မဟုတ် နာတာရှည်အဆုတ်ရောဂါတို့နှင့် ဆက်စပ်မှု ရှိပါသလား။
- GERD နှင့် နာတာရှည် ချောင်းဆိုးမှုဆက်စပ်နေပါသလား။
- GERD သည် နာတာရှည်ရင်ဘတ်နာမှုတွင် ပါဝင်ပတ်သက်မှုရှိပါသလား။
- GERD နှင့်ဦးခေါင်းပိုင်း၊ လည်ပင်းပိုင်းဆိုင်ရာ ကင်ဆာရောဂါများ ဆက်စပ်မှုရှိပါသလား။

**အပိုင်း (၆)**  
**ဆရာဝန်များ၏ ရောဂါကိုဖော်ထုတ်မှု** . . . . . ၁၂၀  
 မေးခွန်း (၅၇ မှ ၆၀ အထိ)

- ကျွန်ုပ်၏ GERD ရောဂါဆိုင်ရာ လက္ခဏာများနှင့်ပတ်သက်၍ မည်သည့်အချိန်တွင် ဆရာဝန်နှင့် တွေ့ဆုံပြသသင့်သနည်း။
- မည်သည့်ဆရာဝန်မျိုးက GERD ရောဂါကို ကုသပါသနည်း။

- မည်သို့သော ဝေဒနာလက္ခဏာမျိုးက ဆရာဝန်၏ ရောဂါဖော်ထုတ်မှုကို အထူးပြုနိုင်ပါသနည်း။
- GERD ရောဂါအစမ်းကုသမှုကို ခံယူသင့်ပါသလား။

**အပိုင်း (၇)**  
**GERD ရောဂါကို ရှာဖွေစစ်ဆေးခြင်း** . . . . . ၁၂၉  
 မေးခွန်း (၆၁ မှ ၆၉ အထိ)

- Barium Study ခေါ် ဘေရီယံနည်းဖြင့် စစ်ဆေးခြင်း၊ သို့မဟုတ် Upper GI Series (အစာအိမ်အထက်ပိုင်းစစ်ဆေးပုံအဆင့်ဆင့်) ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- Endoscopy ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- Endoscopy စစ်ဆေးမှုက နာကျင်သလား။ အန္တရာယ်ရော ရှိပါသလား။
- အစာမျိုပြွန်၏အသားစယဖို့ လိုမလား။ ထိုသို့လုပ်ရင် နာကျင်မှုရော ရှိပါသလား။
- H.Pylori ပိုးများကို Endoscopy ပြုလုပ်စဉ် စစ်ဆေးနိုင်ပါသလား။
- GERD ရောဂါရှိသူတို့တွင် Endoscopy ကြည့်ရှုခြင်းဖြင့် မည်သို့ တွေ့ရှိရပါသနည်း။
- Endoscopy ကို မည်သို့သောသူတို့တွင် ကြည့်ရှုသင့်ပြီး မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ဖြစ်သနည်း။
- Manometry ၊ သို့မဟုတ် Motility Study ဆိုသည် အဘယ်နည်း။ မည်သည့်အတွက်ကြောင့် ဆောင်ရွက်ရသနည်း။
- pH Study ဆိုသည်အဘယ်နည်းနှင့် မည်သည့်အတွက်ကြောင့် လုပ်ရသနည်း။

**အပိုင်း (၈)**  
**H.Pylori ၊ GERD နှင့် အစာအိမ်အနာရောဂါ** . . . . . ၁၄၅  
 မေးခွန်း (၇၀ မှ ၇၆ အထိ)

- အစာအိမ်အနာဖြစ်ခြင်းနှင့် GERD ရောဂါတို့ ဆက်စပ်နေပါသလား။
- GERD ရောဂါသည် အနာများဖြစ်စေနိုင်ပါသလား။
- H.Pylori ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- H.Pylori ပိုးက GERD ဖြစ်စေပါသလား။
- H.Pylori ပိုး ရှိ မရှိ စစ်ဆေးသင့်ပါသလား။
- H.Pylori ပိုးအတွက် စစ်ဆေးစမ်းသပ်မှုတွေက ဘာတွေလဲ။
- ကျွန်ုပ်တွင် H.Pylori ပိုး ရှိပါက ကုသသင့်ပါသလား။

**အပိုင်း (၉)**  
**GERD ရောဂါအတွက် ဆေးကုသမှုများ** . . . . . ၁၅၅  
 မေးခွန်း (၇၇ မှ ၈၆ အထိ)

- Antacids ဆေးဆိုသည် အဘယ်နည်း။ မည်သည့်အချိန်၊ မည်သို့ အသုံးပြုရပါသနည်း။
- Antacids ဆေးတို့သည် အနုစားများဖြစ်လိမ့်မည်။ ယင်းတို့တွင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးရှိပါသလား။
- Antacids ဆေးတို့က အကျိုးမပြုလျှင်၊ သို့မဟုတ် GERD ရောဂါအတွက် မသင့်တော်လျှင် မည်သို့ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။ သို့မဟုတ် အဆင့်ဆင့်ခံယူရမည့်ကုသမှုများကား အဘယ်နည်း။
- H<sub>2</sub> Blockers နှင့် Proton Pump Blockers ဆေးတို့၏ ကွာခြားမှုများကား အဘယ်နည်း။ H<sub>2</sub> Blockers ဆိုသည် အဘယ်နည်း။ ထိုဆေးတို့၏ အချိန်အဆနှင့် သောက်သုံးပုံမှာ အဘယ်နည်း။ ထိုဆေးတို့သည် ဈေးကြီးပါသလား။
- Proton Pump Inhibitors ဆေးအမျိုးကွဲများက အဘယ်နည်း။ ယင်းတို့ကို မည်သို့သုံးစွဲရမည်နည်း။
- H<sub>2</sub> Blockers နှင့် PPIs ဆေးတို့၏ အဓိကဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကား အဘယ်နည်း။ ဆေးများကို ဘယ်ကဲ့သို့ သောက်သုံးရမည်နည်းနှင့် ဆေးတို့က မည်သည့်အချိန်တွင် အလုပ်လုပ်ပါသနည်း။
- ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် နေ့စဉ်ဆေးသောက်ရန်လိုအပ်ပါသလား။ သို့မဟုတ် အစာချဉ်ပြန်စဉ်တွင် သောက်သုံးရမည်လား။
- ဆေးများက အလုပ် ဖြစ် မဖြစ်ကို ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် မည်သို့သိနိုင်ပါသနည်း။
- ကျွန်ုပ်၏ရောဂါအခြေအနေကောင်းလာပါက ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုကို ရပ်ပစ်ရမည်လား။

**အပိုင်း (၁၀)**  
**GERD ရောဂါအတွက် Endoscopy နှင့် ခွဲစိတ်ကုသမှုဆိုင်ရာရွေးချယ်စရာများ** . . . . . ၁၇၉  
 မေးခွန်း (၈၇ မှ ၁၀၀ အထိ)

- အကယ်၍ ကျွန်ုပ်၏ GERD အစာချဉ်ပြန်ရောဂါသည် နာတာရှည်ဖြစ်နေပြီး တစ်သက်လုံးအထိ ခံစားနေရပါက ဆေးများကို တစ်သက်လုံး သုံးစွဲနေရမည်လား။ သို့မဟုတ် အခြားရွေးချယ်စရာနည်းလမ်းများရှိသေးသလား။
- GERD ရောဂါအတွက် ခွဲစိတ်ကုသသင့်ပါသလား။

- GERD ရောဂါအတွက် ခွဲစိတ်ကုသမှုများကား အဘယ်နည်း။
- ခွဲစိတ်ကုသမှု၏ ရေရှည်အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် အန္တရာယ်များကား အဘယ်နည်း။
- ကျွန်ုပ်သည် ခွဲစိတ်ကုသမှုခံယူပြီးပါက GERD ရောဂါဆိုင်ရာ ဆေးဝါးများကို ဖြတ်ပစ်လိုက်နိုင်ပါသလား။
- Barrett's Esophagus ဖြစ်မှုကိုခွဲစိတ်ကုသခြင်းက သက်သာစေသလား။ သို့မဟုတ် ပိုဆိုးသွားစေသလား။
- Barrett's Associated Esophageal Cancer နှင့်တွဲဖြစ်သော အစာမျိုပြွန်ကင်ဆာ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအတွက် ခွဲစိတ်ကုသမှုပြုလုပ်ခြင်းက ဖြစ်နိုင်ခြေနည်းပါးစေပါသလား။
- ခွဲစိတ်ကုဆရာဝန်ကိုမည်သို့ ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါသနည်း။
- GERD ရောဂါအတွက် Endoscopic Therapies (အစာအိမ်မှန်ပြောင်းကြည့်ကုသနည်းများ) ကား အဘယ်နည်း။
- Stretta Procedure ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
- Enterynx ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- EndoCinch ၊ သို့မဟုတ် Endoscopic Plication ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- မခွဲစိတ်ရဘဲ Endoscopic Anti-reflux Procedures (အစာအိမ်မှန်ပြောင်းဖြင့် ပြုလုပ်သည့်နည်းများ) ကို မည်သို့က ပြုလုပ်ပါသနည်း။
- Endoscopic Anti-reflux Procedure များ၏ ရေရှည်အန္တရာယ်များ၊ အကျိုးကျေးဇူးများက အဘယ်နည်း။

**အပိုင်း (၁၁)**  
**အဆုံးသတ်ခြင်းနှင့် အကျဉ်းချုံးစဉ်းစားစရာများ** . . . . . ၂၀၁

**Appendix** . . . . . ၂၀၃

**အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုသောဝေါဟာရများ** . . . . . ၂၀၅

**မာတိကာ**

ထုတ်ဝေသူအမှာ  
 မူရင်းစာရေးသူ၏အမှာစကား  
 ဘာသာပြန်သူ၏အမှာစာ

**အပိုင်း (၁)**  
**Gastroesophageal Reflux Disease (အစာချဉ်ပြန်ရောဂါ) ၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် အခြေခံအချက်များ** . . . . . ၁  
 မေးခွန်း (၁ မှ ၁၂ အထိ)

- GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) အစာချဉ်ပြန်ခြင်းဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- Heartburn (ရင်ပူခြင်း) ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- Acid Reflux (အက်ဆစ်အချဉ်ပြန်တက်ခြင်း) ဆိုသည် အဘယ်နည်း။
- လူပေါင်းမည်မျှ GERD ရောဂါခံစားနေရပါသနည်း။
- GERD သည် မည်သည့်အချက်များကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရသနည်း။
- အဝလွန်ခြင်းနှင့် GERD ရောဂါဖြစ်ပွားမှုတို့ ဆက်စပ်နေမှု ရှိမရှိကို အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် လေ့လာမှုအရ တွေ့ရှိရပါသလား။
- ကလေးများရော GERD ရောဂါဖြစ်တတ်ပါသလား။
- GERD ဖြစ်ပွားမှုသည် ကျားမလိင်ဘဝကွဲပြားမှုအပေါ် ခြားနားသော အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါသလား။
- GERD သည် စိုးရိမ်ဖွယ်ရောဂါဖြစ်ပါသလား။
- GERD ရောဂါ၏ အဓိကရောဂါလက္ခဏာအချို့မှာ အဘယ်နည်း။