မာတိကာ

စာရေးသူ၏အမှာ ၃၃

မြန်မာနိုင်ငံဆရာဝန်များ ဆေးတက္ကသိုလ်ဘွဲ့နှင်းသဘင်၌ ရွတ်ဆိုကြရသည့် အခ်ြခ်ာနန်ကြေးတော်များ ၃၆

ခွဲစိတ်ရောဂါအကြောင်း တစ်ခုတာစောင်း

၁ လိပ်ခေါင်းလေလား၊ ကင်ဆာလား ၃၉
လိပ်ခေါင်းလေလား ကင်ဆာလား-၁၆၊ လိပ်ခေါင်းနှစ်ဖျိုးနှင့် ခွဲစိတ်မှု အတွေ့အကြုံ-၂၀။

၂ ရွက်ထေးသောဂရင်ကျီနာ ၂၇

၃ အဆုတ်ထဲက ဘာအလုံးအဖုလဲ ၂၇
အဆုတ်ထဲက အလုံး-၂၃၊ ရောဂါမရှိခဲ့မီ ကုသခဲ့-၂၉။

၄ သွေးမှာ ဘာရောဂါတွေ ရှိနေပြီလဲ ၃၃
အနှာခေါ်-ရေတည်ခဲရင်-၃၃၊ ခေတ်မီဂေ်ဂင်ရိယာတွေ အသုံးပြုလာနိုင်သော အခါ-၃၇။

၅ အမျိုးသမီးများတွင် အဖြစ်များသော ရောဂါများ ၃၉
သိုင်းရွိုက်ရောဂါများမှ သီဒရာ-၃၉ သိုင်းရွိုက်ကလင်းရောဂါ-၄၀၊ လည်ပင်းကြီး ရောဂါများအကြောင်း သီကောင်းစရာ-၄၃၊ လည်ပင်းကြီးရောဂါများအကြောင်း သီကောင်းစရာ-၄၅၊ လည်ပင်းကြီးရောဂါတွေကို ဘယ်လိုကုသပါသလဲ-၄၇။

၆ လျှာနှင့်ခံတွင်းပေါ်သော လည်ပင်းကြီးရောဂါ ၅၁

အလွေထွေရောဂါနှင့် ခွဲစိတ်ကုသမှုအကြောင်း သီကောင်းစရာ

၇ ဆီးချိုရောဂါနှင့် ခွဲစိတ်ကုသခြင်း ၅၅
ဆီးချိုရောဂါဆိုတာ-၅၅ ဆီးချိုနောက်ဆက်တွဲရောဂါများ-၅၇၊ ဆီးချိုရောဂါနဲ့ ခွဲစိတ်မှု-၅၉၊ ခွဲစိတ်မှုပြီး ဆီးချိုရောဂါကို ကုသခြင်း-၆၀။

၈ ခွဲစိတ်မှုပြင် အလေဂျီရောဂါကို ကုသခြင်း ၆၅

၉ စိတ်ကောင်းစေခြင်းနှင့် လူမမာတစ်ဦး သတိထားကြပါစို့ ၆၉

၁၀ ရေနှစ်နေသူကို ဝါးကျည် မနှစ်မိပါစေနှင့် ၇၃

တားဆီးကာကွယ်စရာ ရောဂါများ

၁၁ ရောဂါများအား တားဆီးကာကွယ်ခြင်း ၇၉
အာရောဂါ ပရမ် လာဘ်-၇၉ အသည်းရောင်အသားဝါရောဂါများ-၈၁၊ အသည်း ရောင်အသားဝါ "ခီ"ရောဂါ-၈၃၊ အသည်းရောင် အသားဝါရောဂါ ကာကွယ်ပါ-၈၆။

၁၂ နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါကို တားဆီးကာကွယ်ကြပါစို့ ၈၉
နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါ-၈၉၊ နှလုံးရောဂါ နောက်ဆက်တွဲ-၉၁။ နှလုံးရောဂါ နဲ့ ကျွန်းမာရေးနဲ့ညီညွတ်တဲ့ အစားများ-၉၃၊ စီတန်နဲ့နှလုံးဆက်စပ် ဆက်နွယ်မှု-၉၅၊ နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါ တားဆီးကာကွယ်နည်းလမ်းများ-၉၈။

၁၃ တားဆီးကာကွယ်စရာ အစာမကြေ လေရောဂါ ၁၀၁

၁၄ အူကျွံကျရောဂါ (Hernia) တားဆီးကာကွယ်စရာ ၁၀၅

၁၅ တားဆီးကာကွယ်ကြပါ ခံတွင်းကင်ဆာရောဂါ ၁၀၉

၁၆ တားဆီးကာကွယ်စရာ အုမကြီးနှင့် ဓမင်အိမ်ကင်ဆာ ၁၁၁
အုမကြီးနဲ့ ဓမင်အိမ်ကင်ဆာ-၁၁၁၊ အမျိုးနွဲ့ ခွဲစိတ်ကုသခြင်း-၁၁၃။

၁၇ တားဆီးကာကွယ်ရမည့် ရောဂါများ ကင်ဆာ၊ ရောဂါ ၁၁၅
ရင်သားကင်ဆာ ဘာကြောင့်ဖြစ်-၁၁၇၊ ရင်သားကင်ဆာ ဖြစ်စေနိုင်မည့်များ-၁၁၉။

ကင်ဆာရောဂါ သိသင့်တာ

၁၈ ရွက်ကျပင်ပွား ကင်ဆာရောဂါများ ၁၂၅

၁၉ ရင်သားကင်ဆာ ထပ်ဆောင်းသိစရာ ၁၂၉
ကြောက်စရာ ရောဂါ-၁၂၉၊ စောစောသိလေ ကောင်းလေ-၁၃၀၊ ကုသခြင်း-၁၃၃၊ ရင်သားကင်ဆာအကြောင်း သီကောင်းစရာ အမေးအမြေးများ-၁၃၅။

၂၀ မေးခွန်းပေါင်းများစွာ ရင်သားကင်ဆာရောဂါ ၁၃၉
လူနာပေါင်းများစွာရဲ့ မေးခွန်းပေါင်းများစွာ-၁၃၉၊ အထွေထွေမေးခွန်းများ-၁၄၀ ရင်သား ကင်ဆာဆိုတာ ဘယ်လိုရောဂါပါလဲ -၁၄၀ ရင်သားကင်ဆာ ဘာကြောင့် ဖြစ်ပါသလဲ-၁၄၂ ရင်သားကင်ဆာဟာ ဘယ်လိုအပြုသဘောမျိုးတွေမှာ အဖြစ်ပိုများပါသလဲ-၁၄၃၊ ရင်သားကင်ဆာဆိုတော့ ဒီရောဂါဟာ တစ်မျိုးတစ်စားတည်းဖြစ်ရေတာလား-၁၄၄၊ ရင်သားကင်ဆာမှာ အမျိုးအစား Grade ရဲ့အဆင့်တွေက ဘယ်လို အကျိုးသက်ရောက်မှုမျိုး ဖြစ်စေပါသလဲ-၁၄၄၊ ရင်သားကင်ဆာမှာ ဘယ်လိုကုသမှု ပေးနိုင်ပါသလဲ-၁၄၅ ရင်သားကင်ဆာရောဂါ ရောဂါသတ်မှတ်မှုအဆင့်-၁၄၅၊ ရင်သားအကျိတ်အမှတိုင်းဟာ ကင်ဆာလား-၁၄၅၊ ရင်သားမှာဖြစ်နေတဲ့ အကျိတ် အမှတာ ကင်ဆာရောဂါကြောင့် ဟုတ် မဟုတ် ဘယ်လိုစမ်းသပ်နိုင်မလဲ-၁၄၆ ရောဂါရှာဖွေ စမ်းသပ်သည်မှတ်ရေး-၁၄၈ ကင်ဆာရောဂါအပြင် အခြားဘယ်လို အကျိတ်အမှတွေ ရင်သားမှာ ဖြစ်နိုင်ပါသလဲ-၁၄၈၊ အချို့ရင်သားအကျိတ်အမှရဲ့သွေး တွေမှာ အမျိုးစုံ စမ်းသပ်စစ်ဆေးပြီး အချို့မှာတော့ ထူးထူးထွေထွေ မမေ်းသပ် မစစ်ဆေးဘဲ ဘာကြောင့် ခွဲစိတ်မှုပြုတာပါလဲ-၁၄၈၊ ရင်သားကင်ဆာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အခြားဘာတွေ စစ်ဆေးပါသလဲ၊ စစ်ဆေးခေတ္တေက ရေးကြောက် ဘီ ဆစ် စစ်ဆေးမှုတွေက လူနာအတွက် ဘယ်လိုအကျိုးဖြစ်ပါသလဲ-၁၄၉၊ ကင်ဆာရောဂါ အတွက်သာမက အခြား စမ်းသပ်စစ်ဆေးရောဂေတော့ ရှိပါသေးသလား-၁၅၀၊ ရင်သားကင်ဆာကို စောစီးစွာ သိရှိကုသနိုင်ဖို့ ဘာလုပ်သင့်ပါသလဲ-၁၅၀၊ ကျွန်မ စီတန်ဆွေ ရင်သားကင်ဆာဖြစ်နေတာ ရင်သားတစ်ခုလုံး ဖြတ်ပစ်ဝါ အကျိတ် အမှကိုပဲ ဖြတ်ထုတ်ထားပါတယ်။ ကျွန်မကိုတော့ ဆရာကြီးက ဘာဖြစ်လို့ ရင်သား တစ်ခုလုံးကို ဖြတ်ထုတ်ပစ်ရတာလေ-၁၅၁၊ ရင်သားတစ်ခုလုံး ဖြတ်ထုတ်ထားတဲ့ အပြင် ဓာတ်ရောင်ခြည်နဲ့ ကုသတာ၊ ကင်ဆာကုသဆေးတွေနဲ့ ထပ်ပြီးကုသတာက ဘာကြောင့်ပါလဲ-၁၅၂ အချို့ရင်သားကင်ဆာရောဂါသည်တွေမှာ ခွဲစိတ်တာအပြင် ငါးနှစ်သောကိုမမယ်ပြောတဲ့သောပေးပြီး အချို့မှာတော့ အခီသေးမသောကိန်ခိုင်းတာ ဘာကြောင့်ပါလဲ-၁၅၂ ဒီအပြင် တချို့ ရောသပ်ကြီးတဲ့ဆေးပေးပြီး ကုသကြတာ ဘာကြောင့်ပါလဲ-၁၅၃၊ ရင်သားကင်ဆာကို ခွဲစိတ်ကုသရာမှာ အမျိုးအစား ဘယ် နှယ်မျိုး ရှိပါသလဲ၊ ဘာကြောင့် ကုပြောခြားနားမှု ရှိနေတာလဲ-၁၅၃၊ အချို့ရင်သား ကင်ဆာကို ခွဲစိတ်ပြီးတော့ ဘာဖြစ်လဲ ဝေဒနာ ပြန်ရှိလာ ရင်ကောင်ပင်ဟာ ဆင်ခြေထောက်ရောဂါမှာ လို ရောင်ကိုင်းမာတောင့် ကြမ်းတမ်းလာပါသလဲ-၁၅၄ ဆရာဝန်နဲ့ ခွဲစိတ်ကုသမှု ဓာတ်ရောင်ခြည်နဲ့ ကုသမှု၊ ကင်ဆာကျရောဂေတွေနဲ့ ကုသမှုကြောင့် ဘယ်လို နောက် ဆက်တွဲရောဂါတွေ ဖြစ်လာနိုင်ပါသလဲ-၁၅၄၊ ရင်သားကင်ဆာကြောင့် မသေရစေ ဖို့-၁၅၅၊ ရင်သားကင်ဆာဖြစ်ခေမို့ ခွဲစိတ်ဖြတ်ထုတ်ခြင်းဟုဆိုတဲ့ တားဆီးနိုင်ပါ သလား-၁၅၅ ရင်သားကင်ဆာကြောင့် မသေရစေဘဲ ဘာတွေလုပ်သင့်ပါသလဲ -၁၅၈ ရင်သားကင်ဆာ တားဆီးကာကွယ်ရေး-၁၅၉ ရင်သားကင်ဆာမြစ်ခဲ့ ဘာ ကြောင့်ဖြစ်ပါသလဲ-၁၆၀ ရင်သားကင်ဆာ ထိုးရေကောင်းမလဲ-၁၆၃ ရင်သားကင်ဆာကို ကာကွယ်တားဆီးဖို့ ဘယ်လိုနည်းလမ်းတွေ ရှိပါသလဲ-၁၆၀။

၂၁ ရင်သားအကျိတ်အမှတိုင်း ကင်ဆာမဟုတ်ပါ သို့သော် ... ၁၆၁

၂၂ ကင်ဆာရောဂါမှာ နည်းလမ်းတစ်မျိုးတည်းဖြင့် ကုသလို့ မရဘူးလား ၁၆၅

၂၃ ကင်ဆာရောဂါ ခွဲစိတ်ကုသရာ ၁၆၉

ထွေထွေမျှားစွာ သိကောင်းစရာ

၂၄ ပညာဆည်းပူးရာဝယ် ၁၇ဝ

၂၅ သွေးသည်အသက် ၁၇ဝ

၂၆ အိပ်ယျော်နေစဉ် အသက်ရှူရလွယ်မှ သတိပြု ၁၈ဝ

၂၇ မဆုံးခဏ်းသင့်သော ဝေးရောတစ်လုံး ၁၈ဝ

၂၈ တရားဥပဒေနှင်းမိုးရေး ရိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ပေး ၁၈ဝ

၂၉ အမှန်တကယ်လိုအပ်ပါသလား ၁၈ဝ

၃ဝ သွေးကြောကျဉ်းတိတ်ရောဂါ ကြောက်စရာ ၁ဝ

၃၁ သွားကိက်လိုယ်ဘက် စဉ်းစားကြစို့ ၁ဝ

၃၂ သာခေါ်ပါသည် ၁ဝ

၃၃ ခေတ်ပေါ်နည်းပညာများ အသုံးပြုခြင်း ၁ဝ

၃၄ စည်ဆက်ပြတ် ပညာဆည်းပူးခြင်း ၁ဝ

၃၅ နိုင်ငံခြားတွင် ကျွန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်းနှင့် ဆေးကုသခြင်း ၁ဝ

၃၆ ရုတ်ယိုယွင်းခြင်းများ ဂရုပြုရေး ၁ဝ

၃၇ ချင့်ယှဉ်ကြပါ ၁ဝ

၃၈ Molecular Imaging အကြောင်း သိကောင်းစရာ
Molecular Imaging-၂၂ဝ၊ Molecular Imaging ၏ အကျိုးကျေးဇူးနှင့် ကန့်သတ်မှုများ-၂၂ဝ။ ၁ဝ

၃၉ ဓိတာများ သတ်ထားရာ သားသမီးကို ဆုံးမရာ ၁ဝ

၄ဝ အပြေးလိုက်ရင်း နောက်ကျကျနန်ခဲခြင်း
နောက်ကျကျနန်ရစ်ခြင်းအကြောင်း-၂၃ဝ၊ စီးဆင်လိုက်ရန် ပြင်ဒိုးလိုတာများ-၂၃ဝ။ ၁ဝ

၄၁ ဝမ်းသာတိတ်ဖြစ်ပါတယ် သို့သော် ... ၁ဝ

၄၂ ပြန်လည်ဆုံစည်းကြရာ ကြည်နူးမှုအခြေခြာ ၁ဝ

၄၃ Rip Van Winkle ကို ပြန်လည်သတိရမိခြင်း ၁ဝ

၄၄ ကျန်းမာရေးပညာပေးစာစောင်များ လေ့လာရာ သတိထားစရာ ၁ဝ

၄၅ Auto-immune Disease သို့မဟုတ် မိမိခန္ဓာ မိမိပြန်ဖျက်ဆီးသော ရောဂါများ ၁ဝ

၄၆ ကျမ်းတတ်မခက် ကျမ်းညီခက်၏ ၁ဝ

၄၇ စာတွေ့နှင့်လက်တွေ့ ၁ဝ

၄၈ အသိတရားနှင့် အသိပညာ ၁ဝ

၄၉ အထူးဆေးကုသခွင့်လိုင်စင် ထုတ်ပေးခြင်း ၁ဝ

၅ဝ ဦးနှောက်များ ဗီးဝင်လာကြပါစေ ၁ဝ
ပြန်လည်ဒီးဝင်လာတဲ့အါ-၂၇၃၊ Brain Drain တွေ များလေလေ တိုင်းပြည်နှစ်ခုလေလေ-၂၇၄၊ စိတ်ကောင်းစေတာနာကောင်း-၂၇၆၊ အမ္ဘာမရ မျှတဖို့-၂၈၁။

ကုသမှုဆိုင်ရာ တွေးတောစဉ်းစားစရာများ

၅၁ ခွဲစိတ်ကုသမှုဆိုင်ရာ သိကောင်းစရာ ၂ဝ၇
ခွဲစိတ်ကုသဖို့ဆိုတာ-၂၈၇ ခွဲစိတ်ကုသရာတွင်-၂၈၉၊ ၂ဝ၇

၅၂ တံလျှပ်ဂိုက်ရေထင် ရွေသမင်အလိုက်မမှားစေဖို့ ၂ဝ၈

၅၃ ခွဲစိတ်ကုသရာ မြန်နောင်ပင်သက်သာစေပါ
မြန်နောင်-သက်သာ-သက်သာဆိုတာ-၂၉၇ ကုသမှုကောင်းဖို့လည်းလို-၂၉၉။ ၂ဝ၈

၅၄ ဇရာပျိုယွင်း အူလမ်းကြောင်းပိတ်ဆိုခြင်း ၂ဝ၉

၅၅ သနားစရာလူနာများနှင့် သနားစရာသမားတော်များ
သမားတော် နာမည်ကျော်အောင်-၃ဝ၅၊ အလိမ်အညာသမားကလည်း တစ်မှောင့်-၃ဝ၇၊ မဟုတ်တမ်းတရား တိုင်ကြားမှုတွေ-၃ဝ၈ သနားစရာလူနာများနှင့် သနားစရာသမားတော်များ၏ ကြောင်းကျိုးဆက်နွယ်မှုများ-၃ဝ၂ ၂ဝ၉

၅၆ အန္တရာယ်ကင်းပြီး အေးပြိမ်သော ဆေးကုသမှုခန်းကျင်သို့ ၂ဝ၇

၅၇ အနည်းငယ်သိတတ်ကျွမ်းမှသည် အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင် ၂ဝ၈

၅၈ ရောဂါများကုသရာ အလေးထားစဉ်းစားဖို့လို ၂ဝ၉

၅၉ သူတို့ဘာတွေ ဘယ်လိုပြောရမလဲ
ရောဂါအခြေအနေ လူနာကို အမှန်အတိုင်း ပြောရမလား-၃၂၇၊ သမားကောင်း တို့ အရည်အသွေး-၃၃ဝ။ ၂ဝ၉

၆ဝ Discussion ဆွေးနွေးခြင်းအမိပ္ပာယ် ၂ဝ၉

၆ဝ သူတို့အကြိုက် လိုက်သင့်၊ မလိုက်သင့် ၂ဝ၉

ဗဟုဒေသနာနှင့် ကျန်းမာရေး

၆၁ ဗဟုဒေသနာနှင့် ကျန်းမာရေး
အတိမ္မာအဖြေခဲ-၃ဝ၄၊ ကံရဲ့စွမ်းအား ကမ္မသည္ဓိအကြောင်း-၃ဝ၇၊ ကျန်းမာ ရေးအတွက် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ-၃ဝ၉၊ တရားဘာဝနာဖြင့် ထိန်းကျောင်း-၃၇ဝ၊ သင့်တင့်မျှတ ရေတိုင်ရေး-၃၇၂၊ ကျန်းမာရေးအတွက် အဟာရ အရေးပါ ပုံ (၁)-၃၇၅၊ ကျန်းမာရေးအတွက် အဟာရ အရေးပါပုံ (၂)-၃၇၆၊ အာဟာရ ဓာတ် အရေးကြီးခြင်း-၃၇၉၊ အာဟာရရတိုင်းရာ ဆုံးမစာ-၃၆၀၊ အာဟာရ သတိ ထားရာ-၃၆၃၊ ဆင်ခြေတံ့တရား လက်ကိုင်ထားပါ-၃၆၄။

ဆေးရုံဆေးနန်း

၆၂ ဝက်ကြီးရွယ်အို ရှေ့ကြိုမှာ-ကြေတ္တေ့ခရာတာ
မှ နဲ့ ရှေ့-၃၇၉၊ ဆေးရုံဆေးနန်း အခေါ်-၄ဝ၁၊ နာမည်ကြီးဖို့ လုသိများဖို့-၄ဝ၄၊ အရေးပေါ်ဌာန-၄ဝ၆၊ လူနာ၃ နေ့ ဆရာဝန်ဦးရေ မမျှတမှု-၄ဝ၈၊ ဆရာ၀န် ဆက်ဆံရေး-၄ဝ၉၊ လူနာ၃ ဆောင် (၁) - ၄ဝ၉ လူနာ၃ ဆောင် (၂) - ၄ဝ၉၊ ခွဲစိတ်ခန်း-၄ဝ၉၊ ခွဲသင့်မခွဲပါ-၄ဝ၆၊ အထူးကြပ်မတ်ကုသမှုဌာန-၄ဝ၆၊ လူနာ၃ကို ညှာတာပါ-၄ဝ၆။ ၂ဝ၉

စည်းစားဝေနဲ့ သုံးသပ် ဆုံးဖြတ်နိုင်ကြပါစေ

၇၂ အများသူပေါ်- စည်းစားဝေနန်ရောဂ
သမားတော်တို့ရဲ့ ကျင့်ဝတ်ဂုဏ်သိက္ခာနဲ့ဆိုင်သောကိစ္စ-၄ဝ၃၊ ဘယ်သူမှာတာဝန် ရှိသလဲ-၄ဝ၃၊ WHO ၏ Check list-၄ဝ၆။ ၂ဝ၉

ခွဲစိတ်ဆရာဝန်စစ်ဒီးဏီ ဖြော်ရျက် ၃ဝ

၇၃ ကြောင်းကျိုးဆက်လိုသည်ကို မှန်မှန်ကန်ကန် ဝင်ဆံုးခြင်းငါ့ ကြောင်းကျိုးဆက်လိုသည်-၄ဝ၉၊ ရှင်ယပ်ကြေပါ-၄ဝ၃၊ ဘက်မလိုက်ဘဲ ဝင်ဆံုး ဆုံးဖြတ်-၄ဝ၄ သူများကြောက်ပါယဲရဲ့ အညာခံရတာတာမယ်-၄ဝ၆၊ အန္တရာယ် မရှိခေတ်ရဲ့ ဘက်ရဲသိအောင်ကြိုးစားပါ-၄ဝ၈၊ ဝဋ်ဆက်မပြတ် လေ့လာဆည်းပူး ပါ-၄ဝ၉။

၇၄ ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် ဆုံးဖြတ်ခြင်း ၄ဝ၉

၇၅ အညာတြ သမားအိုတစ်ဦး၏ ဆန္ဒနှင့်ဆုတောင်း ၄ဝ၉

ဝေါဟာရသူ၏ အတ္တပျက္ခရိုအကျင့် ၅ဝ၂