

# ကျွန်ုပ် နေမကောင်းဖြစ်ပါက သို့မဟုတ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပါက မည်သည့်နေရာသို့ သွားရမည်နည်း။

(သို့မဟုတ် ကျွန်ုပ်၏ ကလေး သို့မဟုတ် မိဘကို မည်သည့်နေရာသို့ ပို့ဆောင်ရမည်နည်း။)

အောက်ပါ လက္ခဏာများ ရှိလျှင် ဆရာဝန်ကို ဖုန်းခေါ်ပါ သို့မဟုတ် ဆရာဝန် နှင့်တွေ့ပါ

- နှာရည်ယိုခြင်း
- အအေးမိ လက္ခဏာများ
- လည်ချောင်းနာခြင်း
- နားကိုက်ခြင်း
- သွားကိုက်ခြင်း
- ဖျားနာခြင်း > 100°F
- နာတာရှည် နာကျင်မှု
- ဆီးသွားရာတွင် နာကျင်ခြင်း
- မအီမသာဖြစ်ခြင်း
- မူးဝေခြင်း
- သင်သောက်နေကျ ဆေးဝါးများ မရှိတော့ခြင်း

အောက်ပါတို့ ဖြစ်နေလျှင် အရေးပေါ် စောင့်ရှောက်မှုသို့ သွားပါ

- ရုံးချိန်နောက်ပိုင်း
- စနေ၊ တနင်္ဂနွေနေ့များ
- သင်၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကူညီပံ့ပိုးသူ/ဆရာဝန်ကို မဆက်သွယ်နိုင်လျှင်
- ဓာတ်မှန်ရိုက်ရန် လိုအပ်လျှင်
- အရိုးကျိုးလျှင် သို့မဟုတ် အဆစ်လွဲလျှင်
- နက်ရှိုင်းသော ပြတ်ရှဒဏ်ရာများ သို့မဟုတ် ထိခိုက်ဒဏ်ရာများ ရလျှင်

အရေးပေါ်ခန်းသို့ သွားပါ သို့မဟုတ် 911 ကိုဖုန်းခေါ်ပါ

- \* တိရစ္ဆာန် အကိုက်ခံရလျှင်
- \* ရင်ဘတ် အောင့်လျှင်
- \* တက်လျှင်
- \* ပုံမှန် နေ့စဉ် ဆောင်ရွက်ချက်များကို မလုပ်ဆောင်နိုင်လျှင် မလုပ်ဆောင်နိုင်လျှင်
- \* အရေပြား၊ နှုတ်ခမ်း နှင့်/သို့မဟုတ် လက်သည်းအရောင် အဖြူ သို့မဟုတ် အပြာရောင်သို့ ပြောင်းလာလျှင်
- \* အသက်ရှူလျှင် လေချွန်သံကဲ့သို့ အသံမြည်လျှင်
- \* သတိလစ်လျှင်
- \* ကိုယ်အပူချိန် 101°F ထက်များလျှင်
- \* ရုတ်တရက် အားနည်းလျှင် သို့မဟုတ် ထုံကျင်နေလျှင်
- \* အလွန်အမင်း ပင်ပန်းနေလျှင်/ သို့မဟုတ် စိတ်ရှုပ်ထွေးနေလျှင်
- \* ဗိုက်နာ၊ ဗိုက်အောင့်လျှင်
- \* ကိုယ်အပူချိန် တက်လျှင်
- \* အသက်မရှူနိုင်လျှင်
- \* ဝမ်းဗိုက်ကြွက်သားများကို အားပြု၍ အသက်ရှူနေရလျှင်
- \* စကားပြောစဉ်/လမ်းလျှောက်စဉ် အသက်ရှူရ ခက်ခဲနေလျှင်
- \* ဦးခေါင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရလျှင် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်စွာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရလျှင်
- \* အမြန်ထုရိုက်နေသကဲ့သို့ နှလုံးတွင် ခံစားရလျှင်
- \* သွေးထွက် လွန်နေလျှင်
- \* အထိန်းအကွပ်မဲ့စွာ အော့အန်နေလျှင်
- \* ဓာတုပစ္စည်းများ မြိုချမိလျှင်