နာတာရှည် အသက်ရှူရခက်သည့် အဆုတ်ရောဂါကို ထိန်းချုပ်စီမံရန် ဇုန်များ (COPD)

အစိမ်းရောင် ဇုန် – (အားလုံး ရှင်းသည်)

- ချောင်းဆိုးခြင်း မရှိပါ၊ အသက်ရှူလျှင် လေချွန်သံကဲ့သို့ မြည်ခြင်း မရှိပါ၊ နေ့ သို့မဟုတ် ညတွင် အသက်ရှူရ ခက်ခဲနေချိန်များ မရှိပါ
- ပုံမှန် နေ့စဉ် လှုပ်ရှားမှုများကို ပြုလုပ်နိုင်သည်

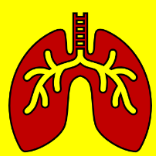
အစိမ်းရောင် ဇုန် ဆိုလျှင်-

- သင့်တွင် မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာမျှ မရှိပါ
- ညွှန်ကြားထားသည့်အတိုင်း ဆေးကို ဆက်လက်သောက်သုံးပါ
- ရက်ချိန်းပေးထားသည့်အတိုင်း သွားရောက်တွေ့ဆုံပါ

အဝါရောင် ဇုန် = သတိ

သင့်တွင် အောက်ပါ သင်္ကေတများ သို့မဟုတ် ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေလျှင်

- သလိပ် (ချွဲသလိပ်) များ ပျစ်လာခြင်း သို့မဟုတ် အဝါရောင်၊ အစိမ်းရောင်၊ အနီရောင်သို့ ပြောင်းလဲလာခြင်းများ
- သင်၏ဆေးကိုသောက်ပြီးသည့်တိုင်အောင် ပို၍ ချောင်းဆိုးလာခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူလျှင် လေချွန်သံကဲ့သို အသံပိုမြည်လာခြင်း
- ခြေကျင်းဝတ်များ နှင့်/သို့မဟုတ် ခြေထောက်များ ပို၍ဖူးရောင်လာခြင်း
- ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု သို့မဟုတ် နေ့စဉ် လှုပ်ရှားမှု ဆောင်ရွက်စဉ် ပို၍အသက်ရှူရ ခက်ခဲလာခြင်း
- တစ်ပတ်အတွင်း 3 ပေါင်နှင့်အထက် ကိုယ်အလေးချိန်တိုးလာခြင်း သို့မဟုတ် ကိုယ်အလေးချိန်ကျခြင်း
- ကိုယ်အပူချိန် 100.5 F နှင့်အထက်ရှိနေခြင်း
- လဲလျောင်းရာတွင် သို့မဟုတ် ညဘက် အိပ်ရာထဲ၌ အိပ်စက်ရာတွင် အခက်အခဲ ဖြစ်လာလျှင်



အဝါရောင် ဇုန် ဆိုလျှင်-

- သင့်တွင် ထိုရောဂါလက္ခဏာတစ်ခုခု ရှိပါက သင့်ဆရာဝန်ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပြီး သင်မည်သို့ ခံစားရသည်ကို ၎င်းတို့အား ပြောပြပါ
- အရေးပေါ်ဆေး ကိုသုံးပါ

____

____

အနီရောင် ဇုန် = ဆေးကုသရန် သတိပေးချက်

- မလှုပ်မရှားဘဲ နားနေသည့်အချိန်တွင် အသက်ရှူရ ခက်ခဲခြင်း
- အသက်ရှူလျှင် လေချွန်သံကဲ့သို အသံမြည်ခြင်း သို့မဟုတ် ရင်ဘတ်တင်းကျပ်နေခြင်း
- အမြန်ထုရိုက်နေသကဲ့သို့ နှလုံးတွင် ခံစားရခြင်း
- သင်၏နှုတ်ခမ်း သို့မဟုတ် လက်သည်းများ အဖြူရောင် သို့မဟုတ် အပြာရောင်သို့ ပြောင်းနေခြင်း
- အလွန်အမင်း ပင်ပန်းနေခြင်း နှင့်/သို့မဟုတ် စိတ်ရှုပ်ထွေးမှုခံစားနေရခြင်း
- သင်အသက်ရှူသောအခါ သို့မဟုတ် ချောင်းဆိုးသောအခါ ရင်ဘတ်နာကျင်မှု ပိုဆိုးလာခြင်း

အနီရောင် ဇုန် ဆိုလျှင်-

- **သင်သည် အရေးပေါ်စောင့်ရှောက်မှု လိုအပ်နေပြီ။**
- **911 ကိုခေါ် ပြီး လူနာတင်ယာဉ်ကို ခေါ်ပါ**