

အူရောင်ရမ်းနာ (Gastroenteritis (gastro))

Burmese



အူရောင်ရမ်းနာ (Gastroenteritis (gastro)) သည် အူလမ်းကြောင်းပိုးကူးစက်မှု တစ်ခုဖြစ်ပြီး ဝမ်းလျှောခြင်း (diarrhoea) (အရည်ပါသည့်ချိုး) ဖြစ်စေပြီး တစ်ခါတစ်ရံ အော့အန်ခြင်း (အန်ခြင်း) ကိုဖြစ်စေပါသည်။ အန်ခြင်းသည် လျင်မြန်စွာ သက်သာသွားနိုင်သော်လည်း ဝမ်းလျှောခြင်း (diarrhoea) မှာ 10 ရက်အထိ ကြာနိုင်ပါသည်။

ဝမ်းလျှောခြင်းကို များစွာသော ပိုးများက ဖြစ်စေနိုင်သော်လည်း အဖြစ်အပျက်ဆုံးပိုးမှာ ဝိုင်းရတ်စ်ပိုးကူးစက်မှုဖြစ်ပါသည်။ အများစုသော ကလေးများမှာ ဝမ်းလျှောခြင်းအတွက် ဆေးဝါးတစ်ခုခုသောက်ရန် မလိုအပ်ပါ။ သို့သော်လည်း ရေဓါတ်မချို့တဲ့လာစေရန် ရေများများသောက်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

ဝမ်းလျှောခြင်းသည် လွယ်ကူစွာ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ပြီး ပိုမို အဖြစ်များကာ နို့စို့ကလေးငယ်များနှင့် ငယ်ရွယ်သော ကလေးများတွင် ပြင်းထန်ပါသည်။ အသက် ခြောက်လ အောက် ကလေးငယ်များမှာ အလွန် လွယ်ကူစွာ ရေဓါတ်ချို့တဲ့လာနိုင်ပြီး ကလေးအား ဝမ်းလျှောလျှင် ဆရာဝန်နှင့်ပြသစစ်ဆေးရန်လိုအပ်ပါသည်။

ဝမ်းလျှောခြင်း၏ သင်္ကေတများနှင့် ရောဂါလက္ခဏာများ

အကယ်၍ သင့်ကလေး ဝမ်းလျှောလျှင် ကလေးသည် -

- နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နိုင်ပြီး မစားချင် သို့မဟုတ် မသောက်ချင်ပါ
- ပထမ 24 နာရီမှ 48 နာရီအတွင်း (သာမန်အားဖြင့် ဝမ်းမလျှောမီ) အန်နိုင်သည်
- ဝမ်းလျှောမည်၊ 10 ရက်အထိ ကြာနိုင်သည်။
- ဝိုက်နာနိုင်သည်။
- အဖျားတက်နိုင်သည်။

အိမ်၌ စောင့်ရှောက်မှု

အဓိက ကုသမှုမှာ သင့်ကလေးအား မကြာခင် အရည်တိုက်ပေးပါ။ အန်ခြင်းနှင့်ဝမ်းလျှောခြင်းကြောင့် လျော့နည်းသွားသော အရည်ကို အစားထိုးပြန်ဖြည့်ပေးရန် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။

ဂက်စ်ထရိုလိုက် (Gastrolyte)၊ ဟိုင်ဒရိုလိုက် (HYDRAlyte)၊ ပက်ဒရိုလိုက် (Pedialyte) နှင့် ရီပိုလိုက် (Repalyte) တို့မှာ ပါးစပ်ဖြင့်သောက်ရသော ရေဓါတ်ပြန်ဖြည့်ပေးသည့် ဓါတ်ဆားအမျိုးမျိုးဖြစ်ပြီး ရေဓါတ်နှင့် ကိုယ်ခန္ဓာ ဆားဓါတ်ကို ပြန်ဖြည့်ရန် သုံးနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ အကယ်၍ သင့်ကလေးသည် ရေဓါတ်ချို့တဲ့နေလျှင် အကောင်းဆုံးနည်းဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို ရေခဲချောင်းအဖြစ်နှင့်လည်း ရရှိနိုင်ပြီး ကလေးများ စားရန် များသောအားဖြင့် ကြိုက်နှစ်သက် ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်ကလေးသည် ရေ သို့မဟုတ် ဓါတ်ဆားရည်ကို သောက်ရန်ငြင်းဆိုလျှင် ပန်းသီးဖျော်ရည်ကို ရေရော၍တိုက်ကြည့်ပါ။ သင်သည် သင့်ကလေးအား ပုံမှန်နို့ကိုလည်း တိုက်နိုင်ပါသည်- သို့သော် အချို့ကလေးများမှာ ဝမ်းလျှောနေလျှင် နို့မသောက်ချင်ပါ။

- အကယ်၍ သင်သည် သင့်ကလေးအား မိခင်နို့တိုက်လျှင် ဆက်၍တိုက်ပါ။ ပိုမို၍ မကြာခင် တိုက်ပါ။ ဓါတ်ဆားရည်ကိုလည်း တိုက်နိုင်ပါသည်။ သင့်ကလေးအား အန်တိုင်း သောက်စရာတစ်ခုကို တိုက်ပါ။
- အကယ်၍ သင်သည် သင့်ကလေးအား နို့ပူးတိုက်လျှင် နို့အစား ဓါတ်ဆားရည် သို့မဟုတ် အရည်ကြည်ကို ပထမ 12 နာရီတွင် တိုက်ပါ။ ယင်းနောက် ပုံမှန် ဖော်မြူလာနို့ကို နည်းနည်းစီ မကြာခင် တိုက်ပေးပါ။ သင့်ကလေးအား အန်တိုင်း သောက်စရာတစ်ခုကို တိုက်ပါ။
- ကလေးအားလုံးအတွက် အရည်နည်းနည်းစီ မကြာခင် တိုက်ပါ - ဝမ်းလျှော သို့မဟုတ် အန်သည့် ကလေးအားလုံးကို 15 မိနစ်တိုင်း တစ်စုံစာ အကြိမ်အနည်းငယ်တိုက်ပါ။ ၎င်းမှာ အကယ်၍ သင့်ကလေးသည် များများအန်ထားလျှင် အထူးသဖြင့် အရေးကြီးပါသည်။
- သင့်ကလေးသည် ဝမ်းလျှောခါစတွင် အစားရန် ငြင်းဆိုနိုင်ပါသည်။ ၎င်းမှာ ကလေးများအနေဖြင့် အရည်ကိုသောက်နေသမျှ ပြဿနာတစ်ခု မဟုတ်ပါ။

အန်ခြင်းနှင့် ဝမ်းလျှောခြင်းကို လျော့ပေးမည့် ဆေးညွှန်းစာ မပါဘဲဝယ်နိုင်သည့် ဆေးဝါးများကို သင့်ကလေးအား မတိုက်ပါနှင့်။ ဤဆေးများသည် သင့်ကလေးများအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

ဝမ်းလျှောနေသည့်ကလေးသည် ကူးစက်တတ်သည်။ ထို့ကြောင့် သင့်ကလေးအား ကိုင်တွယ်ပြီးနောက် လက်ကို အသေအချာဆေးကြောပါ။ အထူးသဖြင့် အစာမကျွေးမီနှင့် သေးခံလဲပေးပြီးသည့်အခါ ဖြစ်သည်။ သင့်ကလေးကို အခြားကလေးများနှင့် တတ်နိုင်သမျှ ဝမ်းလျှော ရပ်သွားသည်အထိ ဝေးဝေးထားပါ။

ဆရာဝန်ကို မည်သည့်အချိန်၌ တွေ့ရန်

အသက် ခြောက်လအောက် ကလေးငယ်များကို အကယ်၍ ဝမ်းလျှောလျှင် ဆရာဝန်နှင့်အမြဲတမ်း စစ်ဆေးခိုင်းပါ။ ရေဓါတ်ချို့တဲ့နိုင်မည့်အန္တရာယ် မြင့်မားသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

ဝမ်းလျှောသည့် မည်သည့်ကလေးကိုမဆို အောက်ပါတို့ဖြစ်လျှင် ဆရာဝန်နှင့်တွေ့သင့်သည်-

- အန်နေပြီး ဝမ်းလျှောနေကာ အရည်မသောက်လျှင်
- ဝမ်းများများလျှောလျှင် (ချီးအရည် တစ်နေ့ ရှစ်ခါမှ 10 ခါ သို့မဟုတ် တစ်နေ့ နှစ်ခါမှ သုံးခါ ချီးများများ) သို့မဟုတ် အကယ်၍ ဝမ်းလျှောသည်မှာ 10 ရက် ကြာပြီးနောက် မသက်သာလျှင်
- မကြာခင် အန်နေပြီး အရည်ကို မသောက်နိုင်ပုံရလျှင်
- ရေဓါတ်ချို့တဲ့သည့် သင်္ကေတများ ပြသနေလျှင် ဥပမာ- သေးခံအနည်းငယ်သာ သို့မဟုတ် အိမ်သာသို့ များများ မသွားလျှင်၊ သေးမှာ အဝါ သို့မဟုတ် အညို၊ ခေါင်းရိုက်တီ သို့မဟုတ် ခေါင်းမူး၊ နှုတ်ခမ်းနှင့်ပါးစပ် ခြောက်လျှင်
- ဆိုးရွားစွာ ဝမ်းဗိုက်နာလျှင်
- ချီးတွင် သွေးပါလျှင်
- အစိမ်းရောင် အန်လျှင်
- အခြား အကြောင်းရင်းတစ်ခုခုကြောင့် သင့်အား စိုးရိမ်စေလျှင်

အကယ်၍ သင့်ကလေးသည် အလွန် ရေဓါတ်ချို့တဲ့နေပြီး အရည်မသောက်နိုင်လျှင် ကလေးအား ဆေးရုံတင်၍ အရည်ကို ပြန်ဖြင့်နားခေါင်းမှတစ်ဆင့် (နားခေါင်းပိုက်) အစာအိမ်အတွင်းသို့ သွင်းရန်လိုသည် သို့မဟုတ် ပိုက်ဖြင့် သွေးကြောမှတစ်ဆင့် (အကြောဆေးသွင်းပိုက် သို့မဟုတ် အကြောဆေးကုထုံး) တိုက်ရိုက်သွင်းရန်လိုသည်။

သတိရရန် အဓိက အချက်များ

- အသက် ခြောက်လ အောက် ကလေးငယ်များမှာ အလွန် လွယ်ကူစွာ ရေဓါတ်ချို့တဲ့လာနိုင်ပြီး ဝမ်းလျှောလျှင် ကလေးအား ဆရာဝန်နှင့် ပြသစစ်ဆေးရန်လိုအပ်ပါသည်။
- သင့်ကလေးအား အန်တိုင်း သောက်စရာတစ်ခုကို တိုက်ပါ။ မိခင်နို့ရည်ကို ဆက်တိုက်ပါ။ အကယ်၍ နို့ဗူးတိုက်လျှင် ဓါတ်ဆားရည်ကို ပထမ 12 နာရီတွင် တိုက်ကျွေးပါ။
- ကလေးများအား အရည်နည်းနည်းစီကို မကြာခင် တိုက်ပါ။
- သင့် ကလေးငယ် သို့မဟုတ် ကလေးမှာ ကူးစက်တတ်သည်။ ထို့ကြောင့် သင့်လက်များကို ပုံမှန် အသေအချာ ဆေးကြောပါ။ အထူးသဖြင့် အစာမကျွေးမီနှင့် သေးခံလဲပေးပြီးနောက် ဆေးကြောပါ။
- အကယ်၍ သင့်ကလေးသည် ရေဓါတ်ချို့တဲ့လာလျှင်၊ ဆိုးရွားစွာ ဝမ်းဗိုက်နာလျှင် သို့မဟုတ် သင် စိုးရိမ်နေလျှင် ဆရာဝန်ဆီ ခေါ်သွားပါ။

ပိုမိုသော အချက်အလက်များ အတွက်

- Better Health Channel- [အူရောင်ရမ်းနာ Gastroenteritis](http://betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/gastroenteritis) (betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/gastroenteritis)
- Raising Children Network: [အူရောင်ရမ်းနာ Gastroenteritis](http://raisingchildren.net.au/articles/gastroenteritis.html) (raisingchildren.net.au/articles/gastroenteritis.html)
- ကလေး ကျန်းမာရေး အချက်အလက်- [ရေဓါတ်ချို့တဲ့ခြင်း](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Dehydration) (rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Dehydration)



Royal Children’s Hospital မှ Victorian State Government rch.org.au/kidsinfo ၏ အထောက်အပံ့ဖြင့် ထုတ်လုပ်သည်။

ပြန်လည်သုံးသပ်ပြီး 2018

Kids Health Info ကို The Royal Children’s Hospital Foundation မှ အထောက်အကူပြုထားသည်။ အလှူငွေထည့်ရန် rchfoundation.org.au တွင်ကြည့်ပါ။

တာဝန်ယူခြင်းဆိုချက်

ဤအချက်အလက်များကို သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အတတ်ပညာရှင်နှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှုအား အစားမထိုးသင့်ပါ။ RCH သည် ဤအချက်အလက်များကို ထုတ်ဝေချိန်၌ အတိအကျဖြစ်ကြောင်း သေချာစေရန် အမျိုးမျိုး အားထုတ်၍ လုပ်ထားသည်။ RCH သည် မှားယွင်းမှု တစ်ခုခု၊ နားလည်မှုလွဲမှားမှုတစ်ခုခု သို့မဟုတ် ဤလက်ကမ်းစာစောင်ပါ ကုသမှုတစ်ခုခု၏ အောင်မြင်မှု တို့အတွက် တာဝန်ယူပါ။ ဤအချက်အလက်များကို ပုံမှန် ပြင်ဆင်ရေးသား ထားသည်။ သင့်တွင် နောက်ဆုံးထုတ်ဝေချက်ရှိကြောင်း အမြဲတမ်း စိစစ်ပြီး သေချာအောင်လုပ်ပါ။