

မာတိကာ

ထုတ်ဝေသူအမှာ
မူရင်းစာရေးသူ၏အမှာစာ

အပိုင်း (၁)

အခြေခံများ

မေးခွန်း (၁ မှ ၂၂ အထိ)

- သွေးတိုးတယ်ဆိုတာ ဘာလဲ။
- ဘာတွေကြောင့် သွေးတက်ရတာလဲ။
- မိမိအိပ်နေတုန်းမှာ သွေးပေါင်က ဘယ်လိုရှိနေမှာလဲ။ စသည်တို့အပါအဝင် သွေးပေါင် ချိန် (သွေးဖိအား၊ ပရက်ရှာ)နှင့် ဟိုက်ပါတဲန်းရှင်းနံခေါ် သွေးတိုးနှင့်ပတ်သက်ရာသိ ကောင်းစရာ အခြေခံအချက်အလက်များ။

အပိုင်း (၂)

ဘဝနေနည်းထိုင်တန် (လိုက်ဖဲစတိုင်လ်) နှင့် လေ့ကျင့်ခန်း

မေးခွန်း (၂၃ မှ ၄၁ အထိ)

- သွေးတိုးနှင့်ပတ်သက်သည့် နိစ္စစွဲဝဘဝစိစိကိစ္စများအတွက် စပ်စုစေ့ငုချင်စရာများ ဖြစ်ကြသော
- သွေးတိုးရှိလျက်သားနှင့် ဘယ်လိုများနေပုံထိုင်ဟန်တွေကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲပစ်ရပါမည်လဲ။
- စိတ်ဖိစီးမှုက သွေးတိုးအပေါ်ဘယ်လိုသက်ရောက်မှုရှိသလဲ။ ဘယ်လောက်များများ သက်ရောက်မှုရှိသလဲ။
- တရုတ်အပ်စိုက်ကုထုံးက သွေးပေါင်လျော့ချပေးနိုင်သလား။

အပိုင်း (၃)

အစာအာဟာရ

..... ၈၃

မေးခွန်း (၄၂ မှ ၄၆ အထိ)

- သွေးတိုးအတွက် အထူးဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များ။
- အရက်က သွေးပေါင်ကျစေသလား။
- ကျွန်မအိမ်နီးချင်းက သွေးပေါင်မတက်အောင် ငါးကြီးတွေရဲ့အဆီပါတယ်ဆိုတဲ့ ဆေး တောင့်တွေစားနေပါတယ်။ သွေးပေါင် တကယ်ကျစေပါသလား။
- အခုသောက်နေရတဲ့သွေးကျဆေးကြောင့် ဂရိတ်ဖရူမစားနဲ့၊ ဂရိတ်ဖရူဖျော်ရည်လည်း မသောက်နဲ့လို့ ပြောပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ။

အပိုင်း (၄)

ဆေးဝါးများနှင့်ပတ်သက်၍

..... ၉၁

မေးခွန်း (၄၇ မှ ၇၅ အထိ)

- သွေးတိုးလူနာများအနီးအနားရှိ ဝိုင်းအုံဆေးဝါးများနှင့်ပတ်သက်၍ သွေးနွေးစရာ အချက်များ။
- သွေးကျဆေး စသောက်ဖို့လိုပြီဆိုတာကို ဘယ်လိုသိနိုင်ပါမလဲ။
- ဆေးမမျှီချင်ပါ။ ဆေးမျှီရတာကိုလည်း မကြိုက်ပါ။ ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။
- သွေးတိုးလူနာကို မည်သည့်သွေးကျဆေးပေးရမယ်ဆိုတာကို ဆရာဝန်များက ဘယ်လို စဉ်းစားဆုံးဖြတ်လေ့ရှိသလဲ။ စသည်တို့အပါအဝင်။

အပိုင်း (၅)

ဆရာဝန်/ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးရသူများဘက်ကကိစ္စများ

..... ၁၄၁

မေးခွန်း (၇၆ မှ ၈၆ အထိ)

- ဆရာဝန်နှင့်လူနာ၊ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးရသူများကြားရှိ အရေး အရာများ။
- ဆရာဝန်ပေါင်းစုံက သွေးကျဆေးမျိုးစုံပေးလာရင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။
- သွေးကျဆေးများရဲ့ဘေးထွက်အာနိသင်များ ခံစားရလျှင် လူနာပြောသမျှ ဆရာဝန် က လုံးစေ့ပတ်စေ့နားထောင်ဖော်ရစေရန် မည်ကဲ့သို့ယုံကြည်စိတ်ချနိုင်ရပါမလဲ။
- ကျွန်ုပ်လက်မောင်းက ကြီးနေတယ်။ ဒါကြောင့် ဆရာဝန်က လက်ကောက်ဝတ်ကနေ သွေးပေါင်တိုင်းတယ်။ အဲဒါ မှန်ကန်တိကျပါ့မလား။

အပိုင်း (၆)

သွေးတိုးနှင့်အခြားကျန်းမာရေးပြဿနာများ

..... ၁၅၉

မေးခွန်း (၈၇ မှ ၉၉ အထိ)

- သွေးတိုးနှင့်ဆက်စပ်နေသော အခြားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များ။
- သွေးချို့ ဆီးချိုရှိတဲ့ မိမိသွေးပေါင်က သွေးတိုးရှိတဲ့ဘဝတွင်လူနာများထက် ဘာကြောင့် သွေးပေါင်ကျနေရတာဘာလဲ။
- မိမိမှာဆိုးရွားတဲ့ဓာတ်မတည့်မှု ရောဂါရှိပါတယ်။ မိမိသွေးပေါင်ကို မထိခိုက်စေမယ့် ဘယ်လိုဓာတ်မတည့်မှုပျောက်ဆေးများကို သောက်ရပါမလဲ။
- သွေးတိုးက ကျောက်ကပ်များကို ဘယ်လိုထိခိုက်စေပါသလဲ။
- ကျွန်မ အခုမွေးတဲ့၊ မွေးကင်းစကလေးကို ပြုစုစောင့်ရှောက်နေရပါတယ်။ အဆိုပါ ကိစ္စကို မထိခိုက်စေတဲ့ ဘယ်လိုသွေးကျဆေးမျိုးကို သောက်ရပါမည်လဲ။