သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ

နိဒါန်း ၁

အခန်း (၁) သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၏ တည်ဆောက်ပုံ နှင့် လုပ်ငန်းတာဝန်များ ၅
၁.၁ သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၏ တည်နေရာနှင့် ဖွဲ့စည်းပုံ ၅
၁.၂ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်းများ ထုတ်လုပ်ခြင်း ၇
၁.၃ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း ထွက်ရှိမှုကို ထိန်းချုပ်ခြင်း ၁၀
၁.၄ ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့အပြားသို့ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်းများ ရောက်ရှိပြီး အလုပ်လုပ်ခြင်း ၁၁
၁.၅ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်းများ၏ တာဝန်များ ၁၂

အခန်း (၂) သိုင်းရွိုက်ဂလင်း အခြေအနေကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း ၁၇
၂.၁ တီသရီး၊ တီဖိုး နှင့် တီအက်စ်အိပ်ချ် တိုင်းတာခြင်း ၁၈
၂.၂ သိုင်းရွိုက် ပါအောက်ဆီဒေ့စ်ကို တိုင်းတာခြင်း ၂၃
၂.၃ သိုင်းရွိုက် အင်တီဘော်ဒီများ ၂၄
၂.၄ သိုင်းရွိုက်ဂလင်းကို အာထရာဆောင်း ရိုက်ခြင်း ၂၆
၂.၅ သိုင်းရွိုက်ဂလင်းကို စကင်ဖတ်ခြင်း ၂၈
၂.၆ သိုင်းရွိုက်ဂလင်းကို အမ်အာအိုင် ခေါ် သံလိုက်ဓာတ်မှန် ရိုက်ခြင်း ၃၀
၂.၇ သိုင်းရွိုက်ဂလင်းကို စီတီဓာတ်မှန် ရိုက်ခြင်း ၃၁
၂.၈ သိုင်းရွိုက်ဂလင်းကို အပ်ငယ်ဖြင့် စုပ်ယူစမ်းသပ်ခြင်း ၃၂

အခန်း (၃) မရှိမဖြစ်သော အိုင်အိုဒင်း ၃၇
၃.၁ အိုင်အိုဒင်းဆိုသည်မှာ ၃၈
၃.၂ အိုင်အိုဒင်းကို စတင်ရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်း ၃၈

၃.၃ အိုင်အိုဒင်းကို စီးပွားဖြစ် ထုတ်လုပ်ခြင်း ၃၉
၃.၄ အိုင်အိုဒင်း၏ ဂုဏ်သတ္တိများ ၄၃
၃.၅ အိုင်အိုဒင်းနှင့် ပတ်သက်သည့် အခြေခံအချက်အလက်များ ၄၃
၃.၆ အိုင်အိုဒင်းကို အသုံးပြုသည့် နေရာများ ၄၄
၃.၇ လူတစ်ယောက်အတွက် အိုင်အိုဒင်း နေ့စဉ်လိုအပ်ချက် ၄၄
၃.၈ အိုင်အိုဒင်းပါဝင်သော အစားအစာများ ၄၅
၃.၉ အိုင်အိုဒင်း၏ ကောင်းကျိုးများ ၄၇
၃.၁၀ အိုင်အိုဒင်းချို့တဲ့မှုကြောင့် ဖြစ်လာနိုင်သော ကျန်းမာရေးပြဿနာများ ၄၉
၃.၁၁ အိုင်အိုဒင်း၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ၅၀
၃.၁၂ အိုင်အိုဒင်း ဖြည့်စွက်ထားသော အိမ်သုံးဆား ၅၀

အခန်း (၄) သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း များနေသည့် အခြေအနေ ၅၅
၄.၁ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း များရသည့် အကြောင်းအရင်းများ ၅၆
၄.၂ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း များပြားခြင်း၏ လက္ခဏာများ ၆၁
၄.၃ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခြင်း ၆၅
၄.၄ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း များပြားခြင်းကို ကုသခြင်း ၆၉
၄.၅ နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးများနှင့် ယင်းတို့ကို ကုသခြင်း ၈၂

အခန်း (၅) သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း လျော့နည်းခြင်း ၈၇
၅.၁ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း လျော့နည်းရသည့် အကြောင်းအရင်းများ ၈၇
၅.၂ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း လျော့နည်းခြင်း၏ လက္ခဏာများ ၉၂
၅.၃ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခြင်း ၉၇
၅.၄ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း လျော့နည်းခြင်းကို ကုသခြင်း ၉၈

အခန်း (၆) ဟာရှီမိုတို သိုင်းရွိုက်ရောင်ရောဂါ ၁၁၇
၆.၁ ဟာရှီမိုတို သိုင်းရွိုက်ရောင်ရောဂါ ဆိုသည်မှာ ၁၁၈
၆.၂ ဟာရှီမိုတို သိုင်းရွိုက်ရောင်ရောဂါ၏ လက္ခဏာများ ၁၁၉
၆.၃ ရောဂါဖြစ်ပွားရသော အကြောင်းအရင်း ၁၂၀
၆.၄ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခြင်း ၁၂၂
၆.၅ ဟာရှီမိုတို သိုင်းရွိုက်ရောင်ရောဂါကို ကုသခြင်း ၁၂၂
၆.၆ ရောဂါသက်သာပျောက်ကင်းမှု အခြေအနေ ၁၂၅
၆.၇ ဗူးအတွင်းရှိ ဘက်တီးရီးယားများနှင့် ဟာရှီမိုတို သိုင်းရွိုက်ရောင်ရောဂါတို့ ဆက်စပ်မှု ၁၂၆
၆.၈ ဟာရှီမိုတိုရောဂါမှ သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာ ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိ/မရှိ ၁၂၉

အခန်း (၇) သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာများ ၁၃၃
၇.၁ သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာ ဖြစ်ပွားရသော အကြောင်းအရင်းများ ၁၃၄
၇.၂ သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာ၏ လက္ခဏာများ ၁၃၆
၇.၃ သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာ အမျိုးအစားများ ၁၃၇
၇.၄ ကင်ဆာအဆင့် သတ်မှတ်ခြင်း ၁၄၄
၇.၅ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခြင်း ၁၄၇
၇.၆ သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာများကို ကုသခြင်း ၁၅၀

အခန်း (၈) သိုင်းရွိုက်လင်ဖိုးမား ၁၆၀
၈.၁ သိုင်းရွိုက်လင်ဖိုးမား၏ ရောဂါလက္ခဏာများ ၁၆၂
၈.၂ သိုင်းရွိုက်လင်ဖိုးမား အမျိုးအစားများ ၁၆၃
၈.၃ သိုင်းရွိုက်လင်ဖိုးမားကို အဆင့်သတ်မှတ်ခြင်း ၁၆၃
၈.၄ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခြင်း ၁၆၄
၈.၅ သိုင်းရွိုက်လင်ဖိုးမားကို ကုသခြင်း ၁၆၇

အခန်း (၉) ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ ၁၇၅
၉.၁ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၏ ပြောင်းလဲမှုများ ၁၇၆
၉.၂ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၏ လုပ်ငန်းကို တိုင်းတာခြင်း ၁၇၈
၉.၃ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း များပြားခြင်း ၁၇၉
၉.၄ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း လျော့နည်းခြင်း ၁၈၂
၉.၅ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် သိုင်းရွိုက်ဂလင်းမှ အကျိတ်များ ထွက်ခြင်း ၁၈၅
၉.၆ မီးဖွားပြီး သိုင်းရွိုက်ရောင်ရောဂါ ၁၈၆

အခန်း (၁၀) ကလေးများ၌ဖြစ်သော သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ ၁၉၁
၁၀.၁ ကလေးများ၌ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း များပြားခြင်း ၁၉၂
၁၀.၂ ကလေးများ၌ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း နည်းပါးခြင်း ၁၉၅
၁၀.၃ ကလေးများ၌ဖြစ်သော လည်ပင်းကြီးရောဂါ ၂၀၂
၁၀.၄ ကလေးများ၌ဖြစ်သော သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာ ၂၀၈

နိဂုံး ၂၁၅
ကျမ်းကိုးစာရင်း ၂၁၉
ဝေါဟာရစာရင်း ၂၂၅

နိဒါန်း

မိမိအနေနှင့် 'ဆီးချိုရောဂါ' စာအုပ်ကို ၂၀၂၀ ခုနှစ်က ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ရာ ဆီးချိုဝေဒနာရှင်များက ဖတ်ရှုပြီးနောက် ယင်းတို့အတွက် အကျိုးကျေးဇူး များလှကြောင်း တဖြင့်တစ်ဖုံ၊ ဆိုရှယ်မီဒီယာများမှတစ်ဆင့်၊ တယ်လီဖုန်းဖြင့်တစ်မျိုး ပြောကြားခဲ့ကြ၍ အထူးပင် ဝမ်းမြောက်ဝီတိ ဖြစ်မိပါသည်၊ အလားတူ သိုင်းရွိုက်ဝေဒနာရှင်များ အထူးသဖြင့် မိမိ၏ လူနာများကလည်း ယင်းတို့အတွက် 'ဆီးချိုရောဂါ' စာအုပ်ကဲ့သို့ သိုင်းရွိုက်ရောဂါများအကြောင်း စာအုပ်ထုတ်ပေးပါရန် တောင်းဆိုလာကြပါသည်။

မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း ရောဂါများနှင့်ပတ်သက်သည့် ဗဟုသုတများကို ရေးသားထုတ်ဝေရန် အထူးပင် ဝါသနာပါလှသည်ဖြစ်ရာ မဆိုင်းမတွပင် ထုတ်ပေးပါမည်ဟု ကတိပေးခဲ့ပါသည်၊ အမှန်တကယ်၌လည်း ဟော်မုန်းနှင့်ပတ်သက်သည့် ရောဂါများထဲတွင် နံပါတ် (၁) အဖြစ်အများဆုံးမှာ ဆီးချိုရောဂါဖြစ်ပြီး သူ့နောက် ဒုတိယလိုက်သည့် ရောဂါမှာ 'သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ' ပင်ဖြစ်သည်၊ သိုင်းရွိုက်ရောဂါများဟု ဆိုရာတွင် သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း များပြားသည့်ရောဂါ (Hyperthyroidism)၊ သိုင်းရွိုက်ဟော်မုန်း လျော့နည်းသည့်ရောဂါ (Hypothyrodism)၊ သိုင်းရွိုက်ဂလင်း ကြီးနေခြင်း (Goitre)၊ သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၌ အကျိတ်တစ်ခု သို့မဟုတ် အများအပြား ထွက်နေခြင်း (Thyroid nodules)၊ သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာ (Thyroid cancer)၊ သိုင်းရွိုက်လင်ဖိုးမား (Thyroid lyphoma)၊ သိုင်းရွိုက်ရောင်ခြင်း (Thyroiditis) အစရှိသဖြင့် ရောဂါမျိုးစုံရှိရာ ကျန်းမာရေး ပညာပေးအနေဖြင့် ရေး၍ကောင်းလှသော ခေါင်းစဉ်တစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။

ထိုသို့ သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ ဖြစ်ရာတွင် သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၏ ချို့ယွင်းမှုကြောင့် ဖြစ်ရခြင်း (Primary)၊ ပီကျူထရီဂလင်း၏ ချို့ယွင်းမှုကြောင့်ဖြစ်ရခြင်း (Secondary) နှင့် ဟိုက်ပိုသိုင်းလမတ်ကြောင့် ဖြစ်ရခြင်း (Tertiary) ဟူ၍ ဖြစ်ရသော အကြောင်းအရင်း သုံးမျိုးရှိပါသည်၊ ထို့ကြောင့် သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၏ ရောဂါများသည် လွန်စွာကျယ်ပြန့်လှပေသည်။ ယခုစာအုပ်တွင် သိုင်းရွိုက်ဂလင်း ချို့ယွင်းမှုကြောင့် ဖြစ်ရသော ရောဂါများကိုသာ ရေးသားဖော်ပြထားပြီး ကျန်နှစ်မျိုးကိုမူ ထည့်သွင်းဖော်ပြထားခြင်း မရှိပါ။

မိမိတို့နိုင်ငံအပါအဝင် ကမ္ဘာနှင့်အဝန်း သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ ဖြစ်ပွားမှုမှာ နှစ်စဉ် မြင့်တက်လျက် ရှိနေပါသည်၊ မိမိ၏ ဆေးခန်းသို့ လာရောက်ပြသသော လူနာများကို ကြည့်လျှင်လည်း လွန်ခဲ့သော နှစ် ၃၀ ကျော် ဆရာဝန်ဖြစ်ခါစက သိုင်းရွိုက်ရောဂါနှင့် လာရောက်ပြသည့် လူနာအရေအတွက်မှာ လွန်စွာမှ နည်းပါးလှသော်လည်း ယနေ့အခါတွင် နေ့စဉ်ကြည့်နေရသော လူနာများ ဖြစ်လို့နေပါသည်၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ပျက်စီးမှုကြောင့် လူတို့၏ ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်လာခြင်း၏ ပြယုဂ်တစ်ခုဟု ဆိုနိုင်သည်။ အထူးသဖြင့် သိုင်းရွိုက်ဂလင်းကဲ့သို့ ဟော်မုန်းများနှင့်ပတ်သက်သည့် ရောဂါများမှာ ပို၍အဖြစ်များလာကြောင်း တွေ့ရပါသည်၊ ထို့ကြောင့် ယခုစာအုပ်ကို ရေးသားလိုက်ခြင်းဖြစ်ရာ စာဖတ်သူတို့အတွက် အကျိုးရှိမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။