

# ပိုးသွေးထဲရောက်ရောဂါ

သင်သိရှိရန် လိုအပ်သည်များ

ပိုးသွေးထဲရောက်ရောဂါ

ဘတ်တီးရီးယားကြောင့်ဖြစ်သော (ဘတ်တီးရီးယားဆိုင်ရာ ဦးနှောက်ဖုံးမြှေးရောင်ခြင်း) ရှားပါးသော်လည်း လျင်မြန်

စွာ ဖွံ့ဖြိုးပြီး သေစေနိုင်ခြေ ရှိသည်။

အဓိကအားဖြင့် အမျိုးအစား ၅ မျိုးကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်။

A-B-C-W-Y



## လက္ခဏာရပ်များ

- ရုတ်တရက် အပြင်းဖျားခြင်း
- အလင်းဒဏ်မခံနိုင်ခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- လည်ပင်းတောင့်တင်းခြင်း
- မူးဝေခြင်း
- အော့အန်ခြင်း
- စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်း
- တက်ခြင်း

## စကဲန်ဖတ်ရန်



ချောင်းဆိုးခြင်း သို့မဟုတ် နမ်းခြင်းမှတစ်ဆင့် ပါးစပ်မှ အရည် ထွက်ခြင်းဖြင့် သို့မဟုတ် တစ်အိမ်ထောင်တည်းတွင် ရှည်ကြာ စွာ ထိတွေ့ခြင်းဖြင့် ကူးစက်ပြန့်နှံ့သည်။



ကာကွယ်ဆေး အပြည့်အစုံ ထိုးရန် ဦးနှောက်ဖုံးမြှေးရောင်

ကာကွယ်ဆေး အမျိုးအစား နှစ်မျိုး ထိုးရသည်။

- MENACWY: နှစ်ကြိမ်ထိုးခြင်း
  - ပထမအကြိမ် ၁၁-၁၂ နှစ်၌
  - ဒုတိယအကြိမ် ၁၆ နှစ်၌
- MENB: နှစ်ကြိမ်ထိုးခြင်း
  - ပထမအကြိမ် ၁၆-၂၃ နှစ်၌
  - ဒုတိယအကြိမ် ပထမအကြိမ် ထိုးပြီးနောက် ၁-၆ လ

