



မိခင်အန္တရာယ်ဆေးကုတ် အသက်ခြင်းခြင်း

## အမေးများသော မေးခွန်းများဆိုင်ရာ စာစောင် - မိခင်နို့တိုက်ခြင်းမှာ ဘေးအန္တရာယ်အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်ချက် ဖြစ်သည်



**အရေးပေါ်အခြေအနေတစ်ခုအတွင်း မိခင်နို့တိုက်ခြင်းသည် အသက်များစွာကို ဘယ်လိုကယ်တင်ပြီး ရောဂါဘယကို ဘယ်လိုကာကွယ်ပေးပါသလဲ။**  
မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းက သင့်ကလေးကို မသန့်ရှင်းသောရေ သောက်သုံးရသည့် ဘေးအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ပေးပါသည်။ မိခင်နို့တိုက်ခြင်းက ဘေးအန္တရာယ်အတွင်း သေစေနိုင်သော ရောဂါများဖြစ်သည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါနှင့် ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှော့ကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။ မိခင်နို့ရည်ကို အသင့်ရရှိနိုင်ပြီး မွေးစကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များအတွက် လိုအပ်သော အာဟာရဓာတ်အားလုံးကို ပေးစွမ်းပါသည်။



**မိခင်များသည် စိတ်ဖိစီးနေသောအခါနှင့် ခက်ခဲကြမ်းတမ်းသော အခြေအနေများ ကြုံတွေ့ရသောအခါ ဆက်လက်နို့ရည်ထွက်ပါသလား။**  
ထွက်ပါသည်။ မိခင်များသည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ခံစားချက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖိစီးမှု ကြုံတွေ့ရချိန်များတွင် နို့ရည်ဆက်လက်ထွက်ပြီး မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းက အောက်စီတိုစင် ဟော်မုန်းဓာတ်ကို ထွက်စေပါသည်။ ထိုဟော်မုန်းသည် မိခင်နှင့် ကလေးအပေါ် စိတ်တည်ငြိမ်စေသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို ဖြစ်စေဖို့ ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ မကြာမကြာ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်း တိုက်ကျွေးခြင်းက မိခင်နို့ ဆက်လက်ထွက်နေစေဖို့ သေချာစေပြီး ကလေးအနေဖြင့် လုံလောက်သော အာဟာရဓာတ်ကို အသေအချာ ရရှိစေပါသည်။



**အာဟာရချို့တဲ့သော အမျိုးသမီးများအနေဖြင့် နို့တိုက်နိုင်ပါသလား။**  
တိုက်နိုင်ပါသည်။ အာဟာရချို့တဲ့သော အမျိုးသမီးများနှင့် ကျန်းမာရေးချို့တဲ့သော အမျိုးသမီးများအနေဖြင့် နို့တိုက်နိုင်ပါသည်။ ကလေးငယ်ကို ဖော်မြူလာနို့တိုက်ခြင်းထက် မိခင်ကို အစားအစာပိုမို ပေးခြင်းက ပိုပြီးဘေးကင်းစိတ်ချ လွယ်ကူပြီး စျေးသက်သာပါသည်။



**အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် မိခင်များအနေဖြင့် အောင်မြင်စွာ နို့တိုက်ကျွေးနိုင်ဖို့ ဘာကိုလိုအပ်ပါသလဲ။**  
မိခင်များအနေဖြင့် နို့တိုက်ကျွေးဖို့ ဘေးကင်းစိတ်ချရပြီး သန့်ရှင်းသည့်နေရာလတ်တစ်ခု လိုအပ်ပါသည်။ မိခင်နို့တိုက်ဖို့ အခြားသော ထောက်ပံ့ပစ္စည်းများ မလိုအပ်ပါ။



**အရေးပေါ်အခြေအနေအတွင်း မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို ဘယ်လို ကူညီထောက်ပံ့ပေးနိုင်ပါသလဲ။**  
ကူညီကယ်ဆယ်သူများအနေဖြင့် အထောက်အထားအခြေပြု မိခင်နို့တိုက်ခြင်းဆိုင်ရာ ကူညီထောက်ပံ့မှုကို ပေးနိုင်ပါသည်။ မွေးကင်းစများနှင့် ကလေးငယ်များအတွက် မိခင်နို့ချို ဆက်လက်ရရှိရေးနှင့် အကောင်းဆုံး အာဟာရကို ပေးစွမ်းဖို့ရာ မကြာမကြာ မိခင်နို့တစ်မျိုးတည်းတိုက်ကျွေးရန် မိခင်များကို တိုက်တွန်းအားပေးပါ။



**အရေးပေါ်အခြေအနေအတွင်း ကလေးအတွက် ဖော်မြူလာနို့ဖူး လိုအပ်ပါသလား။**  
မလိုအပ်ပါ။ ကလေးအတွက် ဖော်မြူလာနို့ဖူးသည် အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် မလိုအပ်ဘဲ အောင်မြင်စွာ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနိုင်စွမ်းကို လျော့ပါးစေပါသည်။ ၎င်းက ရောဂါဘယ၊ အာဟာရချို့တဲ့မှုနှင့် သေဆုံးမှု ဘေးအန္တရာယ်တို့ကို မွေးစကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များအပေါ် ပြင်းထန်စွာ ကျရောက်စေနိုင်ပါသည်။ ထောက်ပံ့ပေးထားသောရေ မသန့်ရှင်းခြင်းနှင့် အစားအစာထောက်ပံ့မှုတွင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို အခြေခံပြီး အရေးပေါ်အခြေအနေအတွင်း ကလေးအတွက် ဖော်မြူလာနို့ဖူး ဘေးကင်းစိတ်ချရနိုင်ကြောင်း အာမခံနိုင်သောကြောင့် ထိုနို့ဖူးများ လျှော့ချခြင်းက တိုက်ရိုက်ကျန်းမာရေး ဘေးအန္တရာယ်ကို ဖြစ်စေပါသည်။ နို့တိုက်မိခင်များအနေဖြင့် အရေးပေါ်အခြေအနေအတွင်း ကလေးအတွက် ဖော်မြူလာနို့ဖူး မတိုက်စေဖို့ ကူညီထောက်ပံ့ခြင်းနှင့် ပညာပေးခြင်းတို့ကို လိုအပ်ပါသည်။