နေ့စွဲ

ဂုဏ်သရေရှိ [တရားသူကြီးအမည်အပြည့်အစုံကို ဖြည့်ရန်]

[တရားရုံးလိပ်စာ]

နှင့်ပတ်သက်၍: [အမှုသည်အမည်ကိုဖြည့်ရန်]

လေးစားရပါသော တရားသူကြီး [မျိုးရိုးအမည်ကိုဖြည့်ရန်] -

ကျွန်ုပ်သည် သင်၏တရားခွင် တွင်အမိန့်ချမှတ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်ုပ်၏အမှုသည် [အမည်ကိုဖြည့်စွက်ရန်] ကိုယ်စား ဤစာကို [နေ့စွဲကိုဖြည့်စွက်ရန်] တွင် ရေးသား ရ ခြင်းဖြစ် ပါတယ်။ ဤစာ၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ အမိန့်ချမှတ်ရန် စဉ်းစားချင့်ချိန်ရာတွင် ကျွန်ုပ်အမှုသည်နှင့် သူမ၏ကလေးကြားတွင်ရှိသော မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် သံယောဇဉ်၏ အရေးကြီးသည့်အချက်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးပါရန် တောင်းဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်အနေနဲ့ ဤအမှုတွင် သင့်ကို အထောက် အကူ ဖြစ်စေနိုင်မည့် သတင်းအချက်အလက် များကို အကြမ်းဖျင်းတင်ပြ ထားပါသည်။

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် ရွေးချယ်လို့ရတဲ့ လူနေမှုပုံစံတစ်ရပ် မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့ လူနေမှု အသိုင်းအဝိုင်းထဲက မိသားစု တွေအတွက် လူထု ကျန်းမာရေး ပြဿနာ တစ်ရပ် ဖြစ်ပြီး ကလေး များ ကို ကျွေးမွေး စောင့်ရှောက် ရာမှာ အကောင်းဆုံး နည်းလမ်း တစ်ရပ် အဖြစ် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လက်ခံထားကြပါတယ်။ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းမှ အနည်းဆုံး အသက် နှစ်နှစ်အထိ၊ အမေရိကန် မိသားစုဆရာဝန်များ အသင်းအဖွဲ့မှ အနည်းဆုံး အသက် ၁၂ လအထိ နှင့် အမေရိကန် ကလေးအထူးကုဆရာဝန်များ အဖွဲ့မှ အသက်ခြောက်လအထိ တိုက်ကျွေးရန်နှင့် မိခင်နှင့်ကလေး နှစ်ဦးနှစ်ဖက် ဆန္ဒရှိသလောက် ကျော်လွန်၍လည်း တိုက်ကျွေးနိုင်သည်ဟု အကြံပြုထားပါသည်။

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးနေသရွေ့ အာဟာရအနေနှင့်သာမက ရောဂါများကို ကာကွယ်ပေးနိုင်သောအကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိစေပါသည်။ မိခင်နို့တွင်ပါဝင်သော ဆဲလ်များ၊ ဟော်မုန်းဓာတ်များနှင့် ရောဂါကာကွယ်သောပဋိပစ္စည်းများ (antibodies) ကြောင့် ကိုယ်ခံအားကို မြှင့်တင်ပေးပါသည်။ မိခင်နို့တိုက်ခြင်းသည် အထူးသဖြင့် အသက် တစ်နှစ်အတွင်း မွေးကင်းစကလေး သေဆုံးမှုနှုန်း လျော့နည်းစေခြင်း၊ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါ၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါ (pneumonia)၊ အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်း ရောဂါ၊ နားပိုးဝင်ခြင်းနှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်ခြင်း ကဲ့သို့ များစွာသော ရောဂါတို့ကို ကာကွယ်ပေးပါတယ်။

ဒီ ကျန်းမာရေး အတွက်အကျိုး ကျေးဇူးတွေ သာမက မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် လူမှုရေးနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှုကိုပါ မြှင့်တင်ပေးပါသည်။ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် ကောင်းမွန်သော မိခင် ပုံရိပ် ကို ရရှိစေပြီး ခိုင်မာသော မိခင်နှင့်မွေးကင်းစကလေးကြား သံယောဇဉ်ကိုတိုးပွား လာစေပါသည်။ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုံခြုံစိတ်ချမှုနှင့် နွေးထွေးမှုများသည် ကလေး၏ရှေ့ဆက် ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် အရေးကြီးသည့် ကနဦး လုံခြုံစိတ်ချမှုခံစားရသော တွယ်တာမှုကို မြှင့်တင်ပေးပါသည်။ ဒီတွယ်တာမှု သံယောဇဉ်တွေကို ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် ကလေးသူငယ်များကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရမည့် ယေဘုယျ လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ တာဝန်တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်သည်။ ကလေးတစ်ယောက်ကို မိခင်နို့ရှည်ကြာစွာတိုက်ကျွေးပါက အသက် ၆နှစ်မှ ၈နှစ်အရွယ်ရောက်လာလျှင် လူမှုဆက်ဆံရေးပိုကောင်းကြသည်ဟု သုတေသနများက ဆိုပါသည်။

မိခင်နို့ညှစ်ထုတ်ခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးသော ဆေးပညာဆိုင်ရာ လိုအပ်ချပ်တစ်ရပ်ဖြစ်ပြီး မိခင်နို့တိုက်ခြင်းကို ရပ်စဲလိုက်ပါက အကျဉ်းကျနေသောသူတွင် ကျန်းမာရေးပြဿနာများကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ အကယ်၍ သင့်တင့်လျောက်ပတ်သော ဆေးကုသ စောင့်ရှောက်မှု မပေးပါက အောက်ပါပြဿနာအားလုံး ဒါမှမဟုတ် တချို့တစ်ဝက် ဖြစ်ပွားတတ်ပါတယ်။ သားမြတ်ရောင်ရမ်းခြင်း (ရင်သားပိုးဝင်ခြင်း)၊ နို့ထွက်နည်းခြင်း၊ နို့ပြတ်စေခြင်း၊ ရင်သားရောင်ရမ်းခြင်းမှ နာကျင်မှုနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပူပန်သောကရောက်ခြင်း တို့ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ အကျဉ်းကျနေသူများတွင် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် မိခင်နှင့် ကလေးကြား သံယောဇဉ်ကို ခိုင်မာစေ ပြီး မိခင်ရော ကလေး အတွက်ပါ ကျန်းမာရေး ကောင်းစေပါသည်။

ဤအမှုအတွက် အမိန့်ချမှတ်ခြင်းအပေါ် အကြံပြုဆုံးဖြတ်ရာတွင် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် စာထဲတွင်တင်ပြထားသောအချက်များကို ကျေးဇူးပြု၍ ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးပါရန် ကျွန်ုပ်တောင်းဆိုအပ်ပါသည်။ အခြားသောနည်းလမ်းများမှာ လူ့အဖွဲ့အစည်းထဲ ပြန်မဝင်မီ တထောက်စခန်း၊ အိမ်တွင်း အကျဉ်းချုပ်ခြင်း၊ ခံဝန်ချုပ်ဖြင့်လွှတ်ပေးခြင်း၊ အမိန့်ချမှတ်ခြင်းကို ရွှေ့ဆိုင်းခြင်းနှင့် မိသားစုအပေါ်အခြေခံ၍ အရေးယူခြင်း တို့ဖြစ်ပါတယ်။ အနည်းဆုံးတော့ နို့ညှစ်စက်ပစ္စည်းကို စီစဉ်ပေးထားပြီး နို့ညှစ်ဖို့အတွက် ပုံမှန်အချိန်စီစဉ်ပေးခြင်း၊ ကလေးထိန်းလာမယူခင်အထိ ညှစ်ထုတ်ထားပြီးသော နို့များကို လုံခြုံ သန့်ရှင်းအောင် သိမ်းဆည်းပေးခြင်းနှင့် ပုံမှန်ထောင်ဝင်စာလာတွေ့ချိန်တွေမှာ ကလေးကိုနို့တိုက်ခွင့်ပေးခြင်းတွေကိုတော့ ကျေးဇူးပြု၍ ခွင့်ပြုပေးရန် တောင်းဆိုအပ်ပါသည်။ ကျေးဇူးတင်ပါသည်။

လေးစားစွာဖြင့်

[သင့်အမည်ကိုဖြည့်စွက်ရန်]