

## About Jennifer Chu

Jennifer Chu, M.D. is the founder and chief executive officer of eToims® Medical Technology, LLC. She is an emeritus associate professor in the Department of Physical Medicine and Rehabilitation at the University of Pennsylvania Medical School, where she has been on the faculty for over 31 years as Director of Electrodiagnostic Laboratories .

To address the growing need of effective, non-invasive pain management, Dr. Chu combined years of clinical training and research in electrodiagnostic medicine, anatomy and physiology, pain management, physical medicine and rehabilitation and acupuncture to develop the non-invasive eToims® therapy in 2006.

Along with over 60 peer-reviewed publications, Dr. Chu is the author of a textbook entitled Electrodiagnosis: An Anatomical and Clinical Approach. She is an active member at numerous prestigious national medical societies including American Association of Electrodiagnostic Medicine and the American Academy of Pain Management and currently holds honorary membership at the European Society of Physical Medicine and Rehabilitation. Dr. Chu also holds several patents for non-invasive solutions in providing pain rehabilitation.

Dr. Chu obtained her medical degree from the University of Medicine 2 at Rangoon, Burma, with residency training at the University of Pennsylvania. Board-certified in 1979 in Physical Medicine and Rehabilitation, Dr. Chu had post-graduate training in electrodiagnostic medicine at the University of Uppsala in Sweden in 1982, where she studied recording techniques for disorders of the neuromuscular junction. In 1988, Dr. Chu became certified in the practice of acupuncture to gain knowledge about acupuncture points. She also founded the eToims® Soft Tissue Comfort Center in Philadelphia, Pennsylvania in 2006.

## SKILLS

1.	Automated and Electrical Twitch-Obtaining Intramuscular Stimulation (ATOIMS and ETOIMS patented inventions)
2.	Quantitative electrodiagnostic medicine
3.	Acute and chronic refractory myofascial and neuropathic pain
4.	Medico-legal diagnostic and treatment aspects of blunt trauma related soft tissue pain
5.	Sports medicine

## စာရေးသူ Jennifer Chu(ဂျီနီဖါချူး) ၏ကြောင်း

စာရေးသူသည်မြန်မာပြည်ဆေး တက္ကသိုလ်(၂)မှ ၁၉၇၁ တွင်M.B.B.S ဘွဲ့ထူးကိုရထားခဲ့ပါသည်။အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှM.Dဘွဲ့အား၁၉၇၅ခုနှစ်တွင်ရရှိခဲ့ပါသည်။အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုပန်ဆေးဗေးနီးယားပြည်နယ်ရှိUNIVERSITY OF PENNSYLVANIAတွင် ပါမောက္ခအနေဖြင့်(၃၁)နှစ်လုပ်ခဲ့ပါသည်။ဤဆေးကျောင်းသည်အမေရိကန်နိုင်ငံတွင်ပထမဆုံးစတင်တည်ထောင်ပြီးဆေးပညာဖြန့်ဖြူးသည့်ဆေးကျောင်းဖြစ်ပါ၏။

စာရေးသူသည်ကိုယ်အင်္ဂါပြန်လည်သန်စွမ်းရေးဌာနမှအထူးဆရာဝန်ဖြစ်ပြီးအာရုံကြောနှင့် ကြွက်သားစမ်းသပ်ရေး(EMG)တွင်နာမည်ရရှိခဲ့ပါသည်။ခန္ဓာဗေဒနှင့်ဇီဝကမ္မဗေဒဘာသာနှစ်ရပ်တွင် ကျွမ်းကျင်သည့်အတွက်ကြောင့်အထူးကုဆရာဝန်များလက်သုံးအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်ရန် ELECTRODIAGNOSIS AN ANATOMICAL & CLINICAL APPROACH စာအုပ်အား၁၉၈၅တွင်ရေးခဲ့ပါသည်။

လျှပ်စစ်ဖွင့်ကြွက်သားနှင့်အာရုံကြောလှုံ့ဆော်နှိုးကြွနိုင်လျှင်နာကျင်သောရောဂါဝေဒနာများအား

ကုသနိုင်သည်။ဆေးသပ္ပံနည်းလမ်းအား၂၀၀၆ခုနှစ်တွင်တီထွင်ခဲ့သည်။၎င်းသိပ္ပံဖွံ့ဖြိုးဆက်စပ်သည့် မူပိုင်တီထွင်ခွင့်မှတ်ပုံတင်(၂၀)ကျော်တီထွင်ထားပါသည်။စာရေးသူသည်မြန်မာ့ဆေးပညာတိုးတက်အထောက်အကူပြုရေး၊မြန်မာ့ဆေးလောနာမည်တွင်ကျန်စေရေးအတွက်စိတ်ပါဝင်စားပြီးမြန်မာပြည်ဆေးလောကကိုအထောက်အပံ့ပေးရေးအတွက် အထူးစိတ်ပါဝင်စားသည့်သူ မြန်မာပြည်မှ ပညာရှင်များအား လေးစားသည့်သူဖြစ်ပါသည်။

## အကျဉ်းချုပ်

မြန်မာပြည်တွင်ကုသရန်ခက်ခဲသည့်နာကျင်ကိုက်ခဲမှုနှင့်ဆိုင်သောရောဂါဝေဒနာများကိုကုသနိုင်ရန်မြန်မာပြည်ရှိဆေးကျောင်းများတွင်ပညာသင်သည့်အခါ၊ခန္ဓာဗေဒနှင့်ဇီဝကမ္မဗေဒဘာသာ(၂)ရပ်အားပိုမိုအသုံးပြုနိုင်သောနည်းလမ်းများရပါမည်ဟုအကြံပြုလိုပါသည်။ဆေးကျောင်းသားများ၎င်းဘာသာ(၂)ရပ်တွင် ပိုမိုစိတ်ပါဝင်စားလာစေ ရန်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်ဤဘာသာ(၂)ရပ်နှင့်သက်ဆိုင်သော EToims

ဆေးသိပ္ပံသင်နည်းကိုအသေးစိတ်ဖော်ပြထားပါသည်။ဤရောဂါမျိုးသည်ဒဏ်ရာရရှိသောအာရုံကြော၊

ကြွက်သားနှင့်အဆစ်အမြစ်နာကျင်သောရောဂါများကိုကုသရန်သင့်လျော်သင့်အတွက်ကြောင့်ပြည်

ပထွက်၍ကုသရန်မလိုအပ်သည့်အတွက်ကြောင့်ပြည်တွင်းလူနာများအတွက်အများကြီးအကျိုးရှိပါသည်။

ပြည်ပမှလူနာများမြန်မာပြည်သို့လာ၍ကုသရန်အတွက်ဆေးဆရာဝန်များအသင့်ကုသရေးအတွက်အများကြီးအထောက်အပံ့ပြုပါလိမ့်မည်။

ဆရာဝန်များသည်ETOIMSနည်းပညာကိုသုတေသနများပြုလုပ်ပြီးရလဒ်များကိုပြည်တွင်းပြည်ပ၌ဆေးပညာအစည်းအဝေးများတွင်တင်ပြဖို့အကြံပြုလိုပါသည်။ဆေးပညာဂျာနယ်များတွင်ရလဒ်များကိုဖြန့်ဖြူးရေးသားသင့်သည်။

ETOIMSကိုလူနာများမသိခင်ကာလတွင်ကုသရန်မလွယ်ဖြစ်ခဲ့သော်လည်းယခုမြန်မာပြန်မှာကုသလို့ရကြောင်းသင်းကောင်းဖြန့်ဖြူးမည်။ETOMISသည်မြန်မာပြည်အတွက်သီးသန့်ဖြစ်ပါသည်။ စာရေးသူ၏ETOIMS နည်းပညာသည်ကမ္ဘာကျော်နိုင်ငံများတွင် ်မူပိုင် တီထွင်မှု မှတ်ပုံတင်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ETOIMSသည်နိုင်ငံခြားငွေအသစ်ဝင်ရန်လုပ်မည့်ဆေးနည်းလမ်းဖြစ်၏။

ETOIMSသိပ္ပံနည်းဖြင့်မြန်မာပြည်လူထု၏ကျန်းမာရေး၊အားကစားရေးနှင့်ပတ်သက်သောကျန်းမာရေးတိုးတက်အောင်ပြုလုပ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။စာရေးသူနှင့်စီးပွားရေးဆောင်ရွက်ရန်ကုမ္ပဏီများကိုအသိပေးပါသည်။ခေတ်မှီသောဆေးခန်းနှင့်ETOIMSစက်များ၊အခြားပစ္စည်းများ၊အလုပ်သမားများ၊ဆရာဝန်များ လခစရိတ်များအတွက်လူထုအတွင်းမှစေတနာဖြင့်ဒါနပြုရန်အတွက်လည်းဖိတ်ခေါ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်တွင်ခန္ဓာဗေဒနှင့်ဇီဝကမ္မဗေဒများကိုသင်ကြားခြင်းသည်လူနာများ၏နာကျင်ကိုကံခွဲမှုနှင့်ဆိုင်သောရောဂါဝေဒနာများကိုထိထိရောက်ရောက်ကုသနိုင်ရန်ဖြစ်သည်။

## ဆေးသိပ္ပံသင်ကြားရေးရာဇဝင်

ဆေးသိပ္ပံပညာအခြေခံဘာသာများဖြစ်သည့်ခန္ဓာဗေဒနှင့်ဇီဝကမ္မဗေဒဘာသာများသည်ဆေးကျောင်းသားများအတွက်အရေးကြီးဆုံးသောအခြေခံဘာသာရပ်များဖြစ်ပါသည်။ဤသိပ္ပံဘာသာနှစ်ရပ်၏အရေးပါကြောင်းကိုစတင်လမ်းဖော်သွားသူသည်Abraham Flexnerဖြစ်ပါသည်။အနှစ်(၁၀၀

)ကျော်ရှိခဲ့ပြီ။သို့သော်လည်းယခုခေတ်နိုင်ငံတကာဆေးပညာအသင်းတို့ကAbiahamFlxner၏လမ်းကြောင်းချက်သည်မှန်ကန်ကြောင်းထောက်ခံခဲ့ပါသည်။ထောက်ခံသော တိုင်းပြည်များတွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၊ အင်္ဂလန် ၊ ကနေဒါ နှင့် အာရှတိုက် တိုင်းပြည် များ ပါဝင်ပါသည်။ဆေးကျောင်းတက်ခါစ

ဆေးကျောင်းသားတို့သည် ခန္ဓာ ဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒ ဘာသာများကို အသေးစိတ် တိတိကျကျ လေ့လာကြရပါသည်။သို့သော်လည်းလူနာကုသမှုနှင့်အတွေ့အကြုံမရှိကြသေးသောဆေးကျောင်းသားများသည် ဤဘာသာ (၂) ရပ် ကို စိတ်ဝင်စားမှု နည်းပါးကြသည်။ကုသရန်အတွက် မည်သို့အရေးကြီးပြီး အသုံးပြုနိုင်သည်ကို ဆက်စပ်အသုံးပြုနိုင်စွမ်း နည်းပါးကြသည် ။

ဤအတွက်ကြောင့် ဘာသာရပ် (၂) ခု သင်ကြားရေးကို အထောက်အကူပြုပေးသော နည်းလမ်းများ လိုအပ်ပါသည် ။ ဆေးကျောင်းရောက်သည့် အချိန်မှစ၍ ဤဘာသာရပ် ( ၂ ) ရပ်ကို လူနာဖြင့်တွေ့ကြုံကုသရန်အတွက်ပြင်ဆင်ရန်လိုပါသည်။ထိုသို့ပြင်ဆင်ထားပြီးဖြစ်သည့်အတွက်ငြိမ့်ဝှေ့ လူနာကို ဆေးရုံတွင် စမ်းသပ်သည့်အခါတွင်ဆေးကျောင်းသားများသည်ဆေးကျောင်းမှသင်ထားသော ပညာကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။သင်ထားသည့်ပညာကိုလက်တွေ့အသုံးပြုရသည့်အတွက်အကျိုးရှိပါသည်

၂၁ရာစုဆေးကျောင်းသားများသည်ခန္ဓာဗေဒနှင့်ဇီဝကမ္မဗေဒဘာသာများကိုအသုံးပြုနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည် ။ ဘာသာရပ် ( ၂ ) မျိုးလုံးကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင် အသုံးပြုနိုင်လျှင် ဤစာရေးသူ၏ နာတာရှည် နာကျင်သည့်သီးသန့်ရောဂါဝေဒနာကုသနည်းကိုသင်ကြားရန်လွယ်ကူပါလိမ့်မည်။ဤကုသနည်း တို့သည် ဆေးမပါဘဲ အရေပြားအပေါ် အပေါ်ယံမှ လျှပ်စစ်ကို အသုံးပြုပြီး အာရုံကြောမလှုပ်နိုင်သည့် ရောဂါဝေဒနာကို ကုသနိုင်သည် ။ အာရုံကြော ယောင်ရမ်းနာကျင်သည့်အခါ ကြွက်သားကျိုးပေါင်းဖြစ်ပြီး အဆစ်ရောင်သည့်ရောဂါမျိုးကိုလည်း ကုသရန် လွယ်ကူစေပါသည် ။

ဤကဲ့သို့ နာတာရှည်ရောဂါရသည့် လူနာများကို စာရေးသူထွင်ထားသည့် ETOIMS ဟုခေါ်သော လျှပ်စစ်နည်းဖြင့်ကုသလိုရပါသည်။ဤနေရာတွင်စာရေးသူအထူးပြောလိုသောအရာသည်ဤကဲ့

သို့နည်းပညာကို တီထွင်စဉ်းစားလာနိုင်ခြင်းသည် မြန်မာပြည်ဆေးတက္ကသိုလ် (၂) မှ  
တတ်ထားသည့် ခန္ဓာဗေဒ နှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒကို (၂) နှစ် လေ့လာခွင့်ရရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ။

ကျောင်းသားများအတွက်ပို၍အကျိုးရှိစေရန်လူနာဖြင့်စမ်းသပ်သည့်အတွေ့အကြုံမစခင်က  
တည်းက အသုံးပြုနိုင်သည့် ခန္ဓာဗေဒ နှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒကို စပြီးလေ့လာရပါမည်  
။ဆေးကျောင်းသားတို့သည်  
အာရုံကြောနာကျင်သောရောဂါဝေဒနာ၊ကြွက်သားတင်းပြီးကျီးပေါင်းဖြစ်သောရောဂါနှင့်အဆစ်အငြ  
ဉ်တင်းပြီး ယောင်သောရောဂါကို ကုသနိုင်ရန်  
လိုပါသည်။ဤရောဂါများသည်ကျောရိုးအိုပြီးကျောရိုးတဆင့်မှ တဆင့်ကြားတွင် ရှိသည့်  
အရွတ်မာသည့်အတွက်လှုပ်ရှားသည့်အခါအရွတ်သည်အာရုံကြောကိုထိနိုင်၏။  
အာရုံကြောရောင်လျှင် နာကျင်မှုခံစားရသည်။ ။ ကြွက်သားများ ကြွက်တက်ပြီး  
တင်းခဲနေ၍လှုပ်လို့မရပါ။ အတွင်းက မလှုပ်နိုင်သော ကြွက်သားသည်  
သွေးမရောက်နိုင်ပါ။ကျီးပေါင်းဖြစ်သည့်အခါအဆစ်အမြစ်ကို ဆွဲထားသည့်အတွက်ကြောင့်  
အဆစ်တို့ရောင်တတ်ပါသည်။ ။

ကြွက်သားနှင့်အာရုံကြောများဆီသို့ သွေးလှည့်လည် စီးဆင်းမှု ရှိရမည်။ ။ ဤကြွက်သားများ  
လှုပ်ရှားအောင် အာရုံကြောကို လျှပ်စစ်ဖြင့် နှိုးရပါသည်။ ။ ကြွက်သားပိုတင်းလာလျှင်  
ကြွက်သားအတွင်း မြှတ်နေသော အာရုံကြောကို ရှာရန် ပိုခက်ပါသည်။ ။ ခန္ဓာဗေဒ နှင့်  
ဇီဝကမ္မဗေဒ ဘာသာများကို ကျွမ်းကျင်ရပါမည်။ ။ သို့မှသာလျှင် လူနာကုသရန် လွယ်ကူမည်။ ။

ဤETOIMSပညာမပေါ်ခင်တွင်ဤလိုမျိုးရောဂါများကိုမကုနိုင်ပါ။ဆေးဘဲပေးနိုင်ပါသည်။  
သွေးမရောက်သွေးမလှည့်လည်နိုင်သည့်အာရုံကြောရောင်သည့်ရောဂါသည်ဆေးပေးဆေးထိုးလျှင်  
မပျောက်ပါ။သွေးစီးဆင်းလည်ပတ်မှသာနာကျင်သောရောဂါကိုကုသလို့ရပါသည်။သွေးမရောက်နိုင်  
သည့်နေရာများသည် နက်သည့် အရိုးအဆစ်နှင့် နီးသောနေရာဖြစ်၍ ဤနေရာများသို့  
သွေးသွားရန် အာရုံကြောကို လျှပ်စစ်ဖြင့် ရှာပြီး နှိုးရသည်။ ။ ကျန်းမာသော ကြွက်သား၏  
အာရုံကြောသည် လျှပ်စစ်ထိသည်နှင့် ချက်ချင်း နှိုးသည်။ ။ တစ်စက္ကန့် အတွင်း နှိုးကြွလာနိုင်သည်။ ။  
အာရုံကြောနှိုးသည့် အခါ ကြွက်သားမှ ခုန်လှုပ်လာပါသည်။ ။ ဤလှုပ်ရှားမှုကြောင့် ကြွက်သားကို  
ဆွဲဖြန့် ပေးပါသည်။ ။ ကြွက်သားလေ့ကျင့်ခန်း ပေးပါသည်။ ။ ကြွက်သားခုန်သည့်  
အစွမ်းရှိသည့်နေရာတွင် ကြာကြာ လှုံ့ဆော်ပေးရန် မလိုပါ။ ။ ကြွက်သားခုန်ရန်  
အစွမ်းမကောင်းသည့်နေရာမျိုးတွင်(၅)မိနစ်လောက်အားကစားလှုပ်ရှားမှုပေးရသည်။

ဤနည်းဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး ကို ကုပေးနိုင်သည်။ကြွက်သားသည် မတင်းတော့သည့်အခါ အဆစ်အမြစ်ကို မစွဲပါ။ အဆစ်အရောင် ကျပြီး အနာအကျင်ကျ အောင် ကုပေးတတ်ရမည်။ အာရုံကြော ရောဂါပေါ် မူတည်ပြီး နာကျင်ခြင်းကို တစ်ခေါက်ထဲဖြင့် လျော့ပေးတတ်သင့်သည်။

ကြွက်သားနှင့် အာရုံကြောများသည် ဒါဏ်ရာရရန် လွယ်သည်။ နေ့စဉ်တိုင်း လှုပ်ရှားမှုများသည် ကျောရိုးကို ဒါဏ်ရာပေးပါသည်။ အရှိန်ပြင်းလျှင်ဒါဏ်ရာကပိုကြီးပါသည်။ဥပမာလေးသောပစ္စည်းများကို သယ်မခြင်း၊ကားအက်ဆီးတင့်များတွင်အရှိန်မြင့်ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်၊ဇက်လှုပ်၊ခါးလှုပ်ခံရခြင်း၊ချော်လဲခြင်း၊

ကြွက်သားများအားအနားမပေးဘဲဆက်တိုက်သုံးခြင်း၊အားကစားလုပ်ခြင်းသည်ကျောရိုးကိုဒါဏ်ရာပေးပါသည်။ဒါဏ်ရာပေါင်းများလျှင်ကျောရိုးကြားမှအရွတ်သည်ပိုထိခိုက်၍အာရုံကြောအားပိုထိပိုဆိုးနိုင်သည်။ အာရုံကြော ရောင်ခြင်းသည် ဒါဏ်ရာပေါင်းများလာသည့်အခါ အာရုံကြော အရောင်မကျနိုင်ပါ။ လေးဘက်နာအဆစ်ရောင် ရောဂါဖြစ်လျှင်ပိုဆိုးပါသည်။ အရိုးကြားမှ အာရုံကြောသွားသည့် လမ်းကြောင်းကျဉ်းသွားလျှင် အာရုံကြောနှင့်အရိုးသည် ပိုထိပါသည်။

အာရုံကြောရောင်သည်ကို စမ်းသပ်သည့်နည်းလမ်းများသည် အာရုံကြောရောင်ခြင်းကိုမပြနိုင်ပါ။ ရိုးရိုးဓာတ်မှန်ရိုက်၊ သံလိုက်ဖြင့်ဓာတ်မှန် (MRI) တို့ဖြင့်မမြင်နိုင်ပါ။ ကြွက်သား နှင့်အာရုံကြောအလုပ်ကို စစ်ဆေးသော(EMG)ဖြင့်စမ်းသပ်လျှင်လည်းအာရုံကြောဒါဏ်ရာရ၍ရောင်ခြင်းကိုမမြင်နိုင်ပါ။ဤသို့ စမ်းသပ်သည့်နည်းလမ်းများသည်ဈေးကြီးသည့်အတွက်မြန်မာပြည်နှင့်မကိုက်ပါ။အချိန်စောပြီးစမ်းသပ်လျှင်မပေါ်ပါ။ ခဏခဏစမ်းသပ် ရန်လည်းမသင့်ပါ။ မလိုအပ်ပါ။

ဤသို့အာရုံကြောနာသည့် သူများနာတာရှည်မဖြစ်အောင် ကုသသည့်နည်းသစ်လိုအပ်ပါ၏။ ဆေးမပါဘဲကုသသည့်နည်းသည် စွမ်းဆောင်ရည်ကောင်းရမည်။ ဤလူနာများ နာတာရှည် နာကျင်လျှင် ဤကုသရမည့်နည်းသစ်သည်စွမ်းရမည်၊စိတ်ချရမည့်နည်းဖြစ်ရပါမည်။လူနာအားအန္တရာယ်မဖြစ်ရ နလိုအပ်ပါသည်။ မကောင်းသော ရလဒ်မဖြစ်ရပါ။

ဤအတွက်ကြောင့်စာရေးသူတီထွင်ထားသောလျှပ်စစ်ဖြင့်အာရုံကြောကိုနှိုးပြီးကြွက်သား ကိုထခုန်သည့်eToimsနည်းလမ်းသည်အန္တရာယ်မရှိပါ။နေ့တိုင်းသုံး၊တသက်လုံးကုသရန်ရပါသည်။

ကြွက်သားအလေးချိန်သည် ခန္ဓာကိုယ်၏ (၄၀) ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်။ အရိုး၏အလေးချိန်သည် (၁၅) ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်။

ကြွက်သားနှင့်အရိုးတို့သည်ခန္ဓာကိုယ်၏(၅၅)နှုန်းရှိသောဖြင့်အခြားရောဂါပေါင်းစုံကိုပိုဆိုးအောင် လုပ်နိုင်သည်။

ကြွက်သား၊ အာရုံကြော၊ အဆစ်အမြစ်ကျန်းမာရေးသည် အထူးအရေးကြီးပါသည်။  
တခြားရောဂါ  
ကုဘို့ရန်အတွက်နာကြင်ရောဂါကိုထိန်းရသည်။ဥပမာသွေးတိုးရှိသည့်လူနာကိုကုသလျှင်နာကျင်သ  
ည့်အခါ သွေးတိုးသည် ပိုတက်၍ကုသရေးသည် ပိုခက်၏။ လူနာ၏ နာကျင်သောရောဂါကို  
ဆေးမပါသော  
လျှပ်စစ်နည်းလမ်းETOIMSဖြင့်လျော့ထားလျှင်သွေးတိုးကျနိုင်သဖြင့်သွေးတိုးကုဖို့ရာပိုလွယ်ပိုစွမ်း  
သည်။

ကြွက်သား၊ အာရုံကြော၊ အဆစ်အမြစ်နာကျင် ခြင်းကိုကုသသည့်လျှပ်စစ်နည်းလမ်းကို  
ဆေးကျောင်းသားများအားသင်ကြားပေးဖို့သင့်ပါသည်။အသွားအပြန်သွေးကြောနှင့်အာရုံကြောရေ  
ောင်၍  
ကြွက်သားတင်သည့်အခါတွင်ကြွက်သားကအာရုံကြောကိုဖိညှစ်နိုင်ပါသည်။ဤကဲ့သို့ဖြစ်ညှစ်ခြင်း  
ကြောင့် အာရုံကြော ဒဏ်ရာရနိုင်သည်။ ဤကဲ့သို့ ဒဏ်ရာမျိုးမရရှိခင်  
အသားကိုပျော့အောင်ထားတတ်ရမည်။ ကြွက်သားကို လှုပ်ရှားရန်အသင့်တော်သော  
သိပ္ပံနည်းအသစ် ETOIMS ဖြင့်နှိပ်ပေးရမည်။ လက်ဖြင့်  
ရိုးရိုးအနှိပ်သည်ETOIMSနှင့်ကွားခြားပါသည်။လျှပ်စစ်နည်းETOIMSသည်အတွင်းမှနှိပ်ပေးပြီးကြွက်  
သားကိုလှုပ်ပေးသည်။အာရုံကြောတို့သည်အဆစ်အမြစ်တို့ဖြင့်နီးသည်ဖြစ်၍အပြင်ကနေလက်ဖြင့်  
နှိပ်လို့မရပါ။ ETOIMS သိပ္ပံကို အသုံးပြုပြီး အတွင်းရှိ အာရုံကြောကို လျှပ်စစ်ဖြင့်  
ရောင်ယမ်းနေသော အာရုံကြော  
နှင့်ကြွက်သားတို့ဆုံသည့်နေရာကိုလျှပ်စစ်သွင်းပြီးနှိုးရပါသည်။မော်တော်ကားဘက်ထရီအိုးကလျှ  
ပ်စစ်ဖြင့်နှိုးသည့်ဥပမာနှင့်တူ၏။ဘက်ထရီအိုးကအိုပြီးအစွမ်းမရှိပြီးအားလျော့ခြင်းကြာလျှင်ပိုနှိုးရ  
ခက်ပါသည်။ကားနှိုးပြီးလျှင်ဘက်ထရီအိုး၏အားသည်ကြာကြာမခံ၍ခဏခဏပြန်နှိုးရသည်။ဤဥ  
ပမာအတိုင်းနာတာရှည်နာကျင်ပြီး ကြွက်သားတင်း အားကစား လှုပ်ရှားမှုပေးရသည်။  
ဤနည်းဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး ကို ကုပေးနိုင်သည်။ကြွက်သားသည် မတင်းတော့သည့်အခါ

အဆစ်အမြစ်ကို မစွဲပါ။ အဆစ်အရောင် ကျပြီး အနာအကျင်ကျ အောင် ကုပေးတတ်ရမည်။  
အာရုံကြော ရောဂါပေါ် မူတည်ပြီး နာကျင်ခြင်းကို တစ်ခေါက်ထဲဖြင့် လျော့ပေးတတ်သင့်သည်။

ကြွက်သားနှင့် အာရုံကြောများသည် ဒါဏ်ရာရရန် လွယ်သည်။ နေ့စဉ်တိုင်း  
လှုပ်ရှားမှုများသည် ကျောရိုးကို ဒါဏ်ရာပေးပါသည်။  
အရှိန်ပြင်းလျှင်ဒါဏ်ရာကပိုကြီးပါသည်။ဥပမာလေးသောပစ္စည်းများကို သယ်မခြင်း၊  
ကားအက်ဆီးတင့်များတွင် အရှိန်မြင့် ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်၊ ဇက်လှုပ်၊ခါးလှုပ်ခံရခြင်း၊ချော်လဲခြင်း၊  
ကြွက်သားများအားအနားမပေးဘဲဆက်တိုက်သုံးခြင်း၊အားကစားလုပ်ခြင်းသည်ကျောရိုးကိုဒါဏ်ရာ  
ပေးပါသည်။ဒါဏ်ရာပေါင်းများလျှင်ကျောရိုးကြားမှအရွတ်သည်ပိုထိခိုက်၍အာရုံကြောအားပိုထိ  
ပိုဆိုးနိုင်သည်။ အာရုံကြော ရောင်ခြင်းသည် ဒါဏ်ရာပေါင်းများလာသည့်အခါ အာရုံကြော  
အရောင်မကျနိုင်ပါ။ လေးဘက်နာအဆစ်ရောင် ရောဂါဖြစ်လျှင်ပိုဆိုးပါသည်။ အရိုးကြားမှ  
အာရုံကြောသွားသည့် လမ်းကြောင်းကျဉ်းသွားလျှင် အာရုံကြောနှင့်အရိုးသည် ပိုထိပါသည်။

အာရုံကြောရောင်သည်ကို စမ်းသပ်သည့်နည်းလမ်းများသည် အာရုံကြောရောင်ခြင်းကိုမ  
ပြနိုင်ပါ။ ရိုးရိုးဓာတ်မှန်ရိုက်၊ သံလိုက်ဖြင့်ဓာတ်မှန် (MRI) တို့ဖြင့်မမြင်နိုင်ပါ။ ကြွက်သား  
နှင့်အာရုံကြောအလုပ်ကို  
စစ်ဆေးသော(EMG)ဖြင့်စမ်းသပ်လျှင်လည်းအာရုံကြောဒါဏ်ရာရ၍ရောင်ခြင်းကိုမမြင်နိုင်ပါ။ဤ  
သို့စမ်းသပ်သည့်နည်းလမ်းများသည်ဈေးကြီးသည့်အတွက်မြန်မာပြည်နှင့်မကိုက်ပါ။အချိန်စောပြီး  
စမ်းသပ်လျှမပေါ်ပါ။ ခဏခဏစမ်းသပ် ရန်လည်းမသင့်ပါ။ မလိုအပ်ပါ။

ဤသို့အာရုံကြောနာသည့် သူများနာတာရှည်မဖြစ်အောင် ကုသသည့်နည်းသစ်လိုအပ်ပါ၏။  
ဆေးမပါဘဲကုသသည့်နည်းသည်စွမ်းဆောင်ရည်ကောင်းရမည်။ဤလူနာများနာတာရှည်နာကျင်  
လျှင်ဤကုသရမည့်နည်းသစ်သည်စွမ်းမည်၊စိတ်ချရမည့်နည်းဖြစ်ရပါမည်။ လူနာအား  
အန္တရာယ်မဖြစ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ မကောင်းသော ရလဒ်မဖြစ်ရပါ။

ဤအတွက်ကြောင့် စာရေးသူတီထွင်ထားသော လျှပ်စစ်ဖြင့်အာရုံကြောကိုနှိုးပြီး  
ကြွက်သားကိုထုခန့်သည့်eToimsနည်းလမ်းသည်အန္တရာယ်မရှိပါ။နေ့တိုင်းသုံး၊တသက်လုံးကုသရန်  
ရပါသည်။ ကြွက်သားအလေးချိန်သည် ခန္ဓာကိုယ်၏ (၄၀) ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်။  
အရိုး၏အလေးချိန်သည်(၁၅)

ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်။ ကြွက်သားနှင့်အရိုးတို့သည်ခန္ဓာကိုယ်၏(၅၅)နှုန်းရှိသောဖြင့်အခြားရောဂါပေါင်းစုံကိုပိုဆိုးအောင်လုပ်နိုင်သည်။

ကြွက်သား၊ အာရုံကြော၊ အဆစ်အမြစ်ကျန်းမာရေးသည် အထူးအရေးကြီးပါသည်။  
တခြားရောဂါ  
ကုသိုရန်အတွက်နာကြင်ရောဂါကိုထိန်းရသည်။ ဥပမာသွေးတိုးရှိသည့်လူနာကိုကုသလျှင်နာကျင်သည့်အခါ သွေးတိုးသည် ပိုတက်၍ကုသရေးသည် ပိုခက်၏။ လူနာ၏ နာကျင်သောရောဂါကို ဆေးမပါသော  
လျှပ်စစ်နည်းလမ်းETOIMSဖြင့်လျော့ထားလျှင်သွေးတိုးကျနိုင်သဖြင့်သွေးတိုးကုဖို့ရာပိုလွယ်ပိုစွမ်းသည်။

ကြွက်သား၊ အာရုံကြော၊ အဆစ်အမြစ်နာကျင်ခြင်းကိုကုသသည့်လျှပ်စစ်နည်းလမ်းကို ဆေးကျောင်းသားများအား  
သင်ကြားပေးဖို့သင့်ပါသည်။ အသွားအပြန်သွေးကြောနှင့်အာရုံကြောရောင်၍  
ကြွက်သားတင်သည့်အခါတွင်ကြွက်သားကအာရုံကြောကိုဖိညစ်နိုင်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ဖြစ်ညစ်ခြင်းကြောင့် အာရုံကြော ဒဏ်ရာရနိုင်သည်။ ဤကဲ့သို့ ဒဏ်ရာမျိုးမရရှိခင်  
အသားကိုပျော့အောင်ထားတတ်ရမည်။ ကြွက်သားကို လှုပ်ရှားရန်အသင့်တော်သော  
သိပ္ပံနည်းအသစ် ETOIMS ဖြင့်နှိပ်ပေးရမည်။ လက်ဖြင့်  
ရိုးရိုးအနှိပ်သည်ETOIMSနှင့်ကွားခြားပါသည်။ လျှပ်စစ်နည်းETOIMSသည်အတွင်းမှနှိပ်ပေးပြီးကြွက်သားကိုလှုပ်ပေးသည်။ အာရုံကြောတို့သည်အဆစ်အမြစ်တို့ဖြင့်နီးသည်ဖြစ်၍အပြင်ကနေလက်ဖြင့်နှိပ်လို့မရပါ။ ETOIMS သိပ္ပံကို အသုံးပြုပြီး အတွင်းရှိ အာရုံကြောကို လျှပ်စစ်ဖြင့်  
ရောင်ယမ်းနေသော အာရုံကြော  
နှင့်ကြွက်သားတို့ဆုံသည့်နေရာကိုလျှပ်စစ်သွင်းပြီးနှိုးရပါသည်။ မော်တော်ကားဘက်ထရီအိုးကလျှပ်စစ်ဖြင့်  
နှိုးသည့်ဥပမာနှင့်တူ၏။ ဘက်ထရီအိုးကအိုပြီးအစွမ်းမရှိပြီးအားလျော့ခြင်းကြာလျှင်ပိုနှိုးရခက်ပါသည်။  
ကားနှိုးပြီးလျှင်ဘက်ထရီအိုး၏အားသည်ကြာကြာမခံ၍ခဏခဏပြန်နှိုးရသည်။ ဤဥပမာအတိုင်းနာတာရှည်နာကျင်ပြီးကြွက်သားတင်းသည့်လူနာများတွင်ရေဝင်နေသောအာရုံကြောနှင့်ကြွက်သွားဆုံသည့်နေရာများကို ရှာရခက်ပါသည်။ မူမှန်လူများတွင် ဤနေရာမျိုးကိုရှာရလွယ်ပါသည်။

အာရုံကြောကိုနှိုးပြီး နောက်နေ့တိုင်း လျှပ်စစ်နည်းအားလှုပ်ရှားရန်အတွက်နေ့တိုင်းမလိုပါ။ နာတာရှည်လူနာများတို့သည် နေထိုင်မှု အဆင့်အတန်းကောင်းရန်အတွက် ETOIMS လျှပ်စစ်နည်းဖြင့် ခဏခဏနှိုးပေးရန်လိုပါသည်။ နေ့တိုင်းလှုံ့ဆော်နှိုးပေးခြင်းသည် အကောင်းဆုံးအဖြေရလဒ် ရနိုင်ပါသည်။ နာတာရှည်နာကျင်သည့် သူများ၏လှုပ်ရှားမှုအတွက်၊ နာကျင်အရောင်ကျရန် အတွက် အသင့်တော်ဆုံးကုနည်းဖြစ်ပါ၏။

ETOIMS သိပ္ပံနည်းလမ်းအားနားလည်လွယ်ကူရန် သင်ကြားပေးခြင်း လွယ်ကူရန် ခန္ဓာဗေဒ ဘာသာ(၂)ရပ်ကို လိမ္မာကျွမ်းကျင်ရမည်။ ဤသို့ကျွမ်းကျင်ရန် ခန္ဓာဗေဒ နှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒအသုံးချ သိပ္ပံပညာများအားဆေးကျောင်းဝင်စနစ်တွေမှစ၍သင်ပေးရန်လိုပါသည်။ဤဘာသာ(၂)ရပ်၏အစွမ်းကိုဆေးကျောင်းများသည်နားလည်လျှင်ဆေးရုံတွင်လူနာကိုစမ်းသပ်ကုသလျှင်လွယ်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးကျောင်းသားတို့သည်ETOMISပညာကိုအသုံးချ၍မည်သည့်လူနာသည်ကောင်းသောရလဒ်ရနိုင်ပြီး၊မည်သည့်လူနာသည်ကောင်းသောရလဒ်ရမည်ကိုလွယ်လွယ်ကူကူသိနိုင်ပါသည်။ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်း၊ EMG ဖြင့်ကြွက်သားစစ်ဆေးမှုများ မလိုအပ်ပါ။

ETOMISသိပ္ပံနည်းအားအသုံးပြုလျှင်ကြွက်သားလှုပ်ရန်လွယ်သည့်လူနာများသည်ကောင်းကောရလဒ်ရမည်ဖြစ်ပြီးနာကျင်သောဝေဒနာရောဂါများအတွက်ပိုလွယ်သည်။လျှပ်စစ်ဖြင့်ကြွက်သားအားလှုံ့ဆော်ရန် ခက်လျှင်၊ ဤလူနာများသည် ရောဂါ ပိုပြင်းကြောင်း၊ ပိုရင့်ကြောင်းကို ချက်ချင်းသိနိုင်ပါ၏ ။

ရလဒ်မကောင်းသည့်လူနာများသည်နာတာရှည်ကုသပေးရမည်ကိုခွဲခြားသိနိုင်ပါ၏။ဤနာတာရှည်လူနာများသည်အာရုံကြောလှုံ့ဆော်ခံရလျှင်အာရုံကြောဒဏ်ရာရရန်လွယ်သည်။ဤသို့လှုံ့ဆော်သည့်အားသည်

မူမှန်သူများနှင့်ဒဏ်ရာမကြီးသည့်လူနာများအားအာရုံကြောမရောင်စေပါ။အသုံးချခန္ဓာဗေဒဆေးကျောင်းသားများသည် လူနာဖြင့် အတွေ့အကြုံ

မရှိသေးည့်အချိန်မှပင်ကြွက်သားစုများ၏လုပ်ဆောင်ချက်များ

(ဥပမာအားဖြင့်ခေါင်းကိုက်၊ဇက်ကိုက်၊ခါးကိုက်၊ခုံပေါ်ဖြစ်စေ၊ကြမ်းပြင်ပေါ်ဖြစ်စေ၊အထိုင်အထ၊

လမ်း လျှောက်၊ လှေခါးအတက်အဆင်း တို့တွင် ပါဝင်သော ကြွက်သားစု များ

လုပ်ဆောင်ချက်များ၏ အရေးပါပုံကို သိရမည်။

အားကစားပြုသည့်အခါနာကျင်မှုများဖြစ်လျှင်မည်သည့်ကြွဉ်ကသားစု၊မည်သည့်အာရုံကြောများသည် ပုံမှန် အလုပ်မလုပ်နိုင်၍ နာကျင်မှုဖြစ်ပေါ်ကြောင်းကိုသိရမည်။လက်မောင်းမြှောက်လျှင်မည်သည့် ကြွဉ်ကသားစု မည်သည့်အာရုံကြောစုတို့ပါဝင်သည်ကိုသိရန်လိုသလိုပြေးလျှင်၊အလေးမလျှင်၊ရေကူးလျှင်၊ လက်သီးဖြင့် ထိုးကြိတ်လျှင်၊ ခြေထောက်ဖြင့်ကန်လျှင် မည်သည့် ကြွဉ်ကသား၊ မည်သည့်အာရုံကြောစု အလုပ်မှန်သည့် အတွက် အစွမ်းရှိ၊ အစွမ်းမှန်နိုင်ခြင်းကို နားလည်ရမည်။

ကျောရိုးကြားကထွက်သော အာရုံကြောတို့သည် ကျောရိုးတလျှောက်ဒဏ်ရာရရန်လွယ်ပါသည်။ ဇက်နှင့်ခါးရိုးကျောတို့သည်ဒဏ်ရာအရနိုင်ဆုံးနေရာများဖြစ်ပါသည်။ETOMISဖြင့်ကုလျှင်၍အာရုံကြောများဖြင့်သက်ဆိုင်သည့်ကြွဉ်ကသားစုကိုလှုပ်ရှားသွေးလျှောက်နိုင်စေရန်ကုသပေးရပါမည်။ဇက်နာခြင်း၊ နောက်ကျောနာခြင်း၊ တို့အတွက် ကုသပေးသည့်အခါတွင် အန္တရာယ်ကြီးသော ကြွဉ်ကသားစုများကို ရွေးပြီးကုရမည်။ ဇက်နာသည်ကို ကုပေးလျှင်ပုခုံးနှင့် လက်မောင်းကို မြှောက်ပေးသည့် ကြွဉ်ကသားများ၊ တင်ပါးနှင့် ပေါင်တွင်းကြောကြွဉ်ကသားများကို ကုသပေးရမည်။ ဤကြွဉ်ကသားစုသည် အကြောရိုးကြားမှ ထွက်သောအာရုံကြောများနှင့်သက်ဆိုင်၏။ဤကြွဉ်ကသားများတင်းလျှင်ကျောရိုးနဘေးမှကြွဉ်ကသားများတင်း၍အာရုံကြောများနာကျင်ခြင်းမပျောက်နိုင်ပါ။သွေးအသားအပြန်မှရှိလျှင်အာရုံကြောများကျန်းမာသန်စွမ်းရေးမရနိုင်ပါ။

အာရုံကြောကြွဉ်ကသားစုနာကျင်သည့်အခါချက်ချင်းကုသဖို့လိုသည်။(၂၄)နာရီအတွင်းကုသနိုင်လျှင်အကောင်းဆုံးပါ။(၃)လကျော်လျှင်နာတာရှည်ဟုခေါ်ပါသည်။လှုပ်ရှားလျှင်နာတာရှည်လူနာများသည် အလုပ်မလုပ်နိုင်၊ မိသားစု နှင့် အိမ်နှင့် ပတ်သတ်သည့် ဝေရာဝစ္စကို မလုပ်နိုင်ပါ။ ဇနီခင်ပွန်း ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရန်ခက်သည်၊အပျော်ကစားမှုများမလုပ်နိုင်၊အပြင်လူများဖြင့်လူမှုရေးကိစ္စများမလုပ်နိုင်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကို သန့်ရှင်းရေး ကောင်းစွာမလုပ်နိုင်၊ အိပ်လျှင်လည်းနာကျင်၊ စားလျှင်လည်းနာကျင်၊ အသက်ရှူရင်လည်း နာကျင်သည့်အတွက် နာတာရှည်နာကျင်သည့်လူနာများသည် စိတ်ညစ်ငြိုးပြီးစိတ် ဒုက္ခရောက်ရှိပါသည်။ နေထိုင်မှု အဆင့်အတန်းများကြပါသည်။

နာကျင်လျှင် အဆစ်အမြစ်ကို မဆန့်နိုင်သဖြင့် ကြွက်သားများသည် အင်အားပိုသုံးရသည်။  
အမြဲနာကျင်နေသောအာရုံကြောကြောင့်အင်အားပိုသုံးရသည်။အမြဲနာကျင်နေသောအာရုံကြောကြောင့်  
သွေးတိုးရနိုင်သည်။

အင်အားပိုသုံးရ၍နှလုံးရောဂါရနိုင်ပါသည်။အသက်ပြင်းပြင်းမရှုနိုင်၍ရင်ကျပ်ရောဂါ  
ကိုပိုဆိုးစေနိုင်သည်။ လှုပ်ရှားမှုနည်းသဖြင့် ပေါင်ချိန်တိုးပြီး ဆီးချို ရောဂါများရနိုင်သည်။

ဆရာဝန်များသည်ဤရောဂါပေါင်းစုံနှင့်နာကျင်သောရောဂါပေါင်းစုံသည်ဤမျှဆက်စပ်သ  
ည်ကိုသိရမည်။ နာကျင်မှုကိုမကုလျှင် ရောဂါမျိုးစုံကို ကုသရန်ခက်သည်။

ဤနာကျင်ရောဂါဝေဒနာကို

အမေရိကန်မှာကုသလျှင်မြန်မာငွေ၆၅၀,၀၀၀,၀၀၀,၀၀၀,၀၀၀ကျပ်ကျော်ပါသည်။ဆေးကုသခွဲစရိ  
တ်သည် ကြီးမား၏။ ခွဲစိတ်ပြီး နောက်ဆက်တွဲ ပြဿနာများ ပေါ်လျှင်ကုသပေးရသည့် စရိတ်၊  
ဆေးခြောက်မိ၊

ဘိန်းမိပြဿနာပေါ်လျှင်ကုသပေးရသည့်စရိတ်၊အလုပ်မလုပ်နိုင်သည့်လူနာများကိုအစိုးရမှငွေကြေး  
ထောက်ပံ့ရသော စရိတ်၊ တရားစွဲရသောစရိတ် အမျိုးစုံသည် ကြီးမားပါ၏။ မြန်မာပြည်လည်း  
ဤစရိတ်မျိုးသည် ကြီးမားပါသည်။

အသုံးချဇီဝကမ္မဗေဒ

ဤဘာသာရပ်သည်ကိုယ်တွင်းရှိ အင်္ဂါများမည်သို့ အလုပ်လုပ်သည် ကို သင်ပြသည့် အပြင်  
အာရုံကြောရောင်သည့်အခါလုပ်ဆောင်မှုမှားလျှင်ပြင်ပေးသည်။အာရုံကြောရောင်သည့်အခါလှုံ့ဆေ  
တ်အားမကြီးသော်လည်း အာရုံကြောသည် ကြွက်သားစုကို ကြွေရန်အောင်လုပ်ပါသည်။

ကြွက်သားစုသည်

အာရုံကြောထံမှအခွင့်မရခင်ကြွေရန်နိုင်သည်။သွေးအသွားအပြန်မရှိခြင်းကြောသည့်အချိန်တွင်အာရုံ  
ကြောကိုနှိုးရခက်သည်။သွေးအသွားအပြန်ရှိပြီးအာရုံကြောလုပ်ဆောင်မှုရှိစေရန်ဇီဝကမ္မဗေဒဖြင့်ချိ  
န်စပြီးပြင်ပေးသည်။

ထို့ကြောင့် ဆေးကျောင်းသားတို့သည် ဇီဝကမ္မဗေဒဘာသာ လုပ်ငန်းများကိုကျွမ်းကျင်ရန်  
လေ့လာရမည်။ဆေးရုံတွင်လူနာများစကိုစမ်းသပ်သည့်အခါလူနာ၏ရောဂါများကိုနာလည်သဘော  
ပေါက်နိုင်ပါမည်။

ဆေးရုံဆင်းပြီးလူနာဖြင့် တွေ့ကြုံမည့် ဆေးကျောင်းသားများသည် တယောက်ကိုတယောက် စမ်းသပ်ရမည်။ နှစ်ဦးတအုပ်ဖွဲ့ပြီး တယောက်ကိုတယောက် လျှပ်စစ်စက်ဖြင့် ETOMIS သိပ္ပံကိုစကျင်က ရမည်။ ကြွက်သားများကို ကြွေရန်ရန်လုပ်ပေးတတ်ရမည်။ အထက်တန်းဆေးကျောင်းသား များသည် ဆေးရုံရောက်ခါစ လူနာဖြင့် အတွေ့အကြုံ မရှိသေးသော ကျောင်းသားများအားစောင့်ပြီးပြင်ရမည်။ မှန်သည့် နည်းလမ်းကိုပြပေးရမည်။ အထက်တန်းကျောင်းသားများကို ပြင်ပေးသူများသည်မဟာသိပ္ပံ ကျောင်းသားများ၏တာဝန်ဖြစ်သင့်သည်။ဤမဟာသိပ္ပံကျောင်းသားများသည်ကိုယ်အင်္ဂါပြန်လည် သန်စွမ်းရေးဌာနမှ ကျောင်းသားများဖြစ်ရမည်။