- မျက်နှာ၊ ခြေထောက်တွေ၊ ဒါမှမဟုတ် လက်တွေမှာ ထုံနေရင်
- အကြီးအကျယ် မီးလောင်ဒဏ်ရာရရင်
- ခေါင်းမှာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရင်
- ထိခိုက်ဒဏ်ရာရထားတဲ့ မွေးကင်းစကလေးလေး ရှိနေရင်

အောက်ပါတို့အတွက် အရေးပေါ်လူနာခန်း မသွားပါနဲ့။ ။

- နားကိုက်တာ
- အအေးမိတာ၊ ချောင်းဆိုးတာ၊ ဒါမှမဟုတ် တုပ်ကွေးဖြစ်တာ
- (နည်းနည်းပါးပါး) မီးလောင်ဒဏ်ရာရတာ
- အဆစ်လွဲသွားတာတွေ
- ကာကွယ်ဆေးတွေ
- တုပ်ကွေးကာကွယ်ဆေးတွေ
- လည်ချောင်းနာတာ

ဆက်သွယ်ရန်။ ။
riht@uscridc.org
U.S. Committee for Refugees and Immigrants
1717 Massachusetts Ave., NW
Suite 200
Washington, DC 20036
တယ်လီဖုန်း။ ။ 202 • 347 • 3507
ဖက်စ်။ ။ 202 • 347 • 7177
www.refugees.org

အရေးပေါ်ကိစ္စတခုခုရှိရင် ၉၁၁ ကို ဖုန်းဆက်ပါ။ ။

ဒီလက်ကမ်းစာစောင်ကို ကျန်းမာရေးနဲ့လူမှုဝန်ဆောင်ရေးဌာန ဒုက္ခသည် ပြန်လည်နေရာချထားရေးရုံးရဲ့ ရန်ပုံငွေထောက်ပံ့ကြေးနဲ့ ထုတ်လုပ်တာဖြစ်ပါတယ်။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ကျန်းမာရေးကုသမှု

Medical Care in theUnited States

(BURMESE)

U.S. COMMITTEE FOR REFUGEES AND IMMIGRANTS

USCRI

www.refugees.org

Protecting Refugees, Serving Immigrants, Upholding Freedom since 1911

ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်စွာ နေထိုင်ခြင်း

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ကျန်းမာရေးကုသမှု

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုမှာ ကျန်းမာရေးကုသမှုခံယူဖို့ နည်းအမျိုးမျိုး ရှိပေမဲ့ အများဆုံးသုံးလေ့ရှိတာတွေကတော့။ ။
- ဆရာဝန်ရဲ့ ရုံးခန်းမှာ သွားပြတာတွေ
- အရေးတကြီးကုသမှု (အားဂျင့်ကဲ–Urgent Care) (တခါတလေ walk in clinics လို့လည်း ခေါ်ပါတယ်။)
- အရေးပေါ် လူနာခန်းတွေ (ER)တို့ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆရာဝန်ရုံးခန်းမှာ ဘယ်တော့သွားပြရမလဲ။

အမြဲကပြနေကျဆရာဝန်နဲ့ ပြဖို့ ဆရာဝန်ရဲ့ရုံးခန်းမှာ ရက်ချိန်းယူတဲ့အခါ ရုံးခန်းမှာသွားပြတာဖြစ်ပါတယ်။
- အအေးမိတာ၊ ချောင်းဆိုးတာ၊ ဒါမှမဟုတ် တုပ်ကွေးမိတာ
- နားကိုက်တာ
- ပန်းဝတ်မှုံတွေ၊ အမှုံတွေနဲ့မတည့်လို့ ဆေးထိုးဖို့
- ကာကွယ်ဆေးတွေထိုးဖို့
- နှစ်စဉ် ကိုယ်ခန္ဓာကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုတွေအတွက် ရုံးခန်းမှာ ပြဖို့ ရက်ချိန်းယူပါ။

အရေးတကြီးကုသမှု (URGENT CARE) ဘယ်အခါမှာ လုပ်ရမှာလဲ။

အရေးတကြီးကုသပေးတဲ့ဆေးခန်း– အားဂျင်းကဲတွေ ဒါမှမဟုတ် ရက်ချိန်းမလိုဘဲသွားလို့ရတဲ့ဆေးခန်းတွေက ဆရာဝန်ရုံးခန်းတွေလိုပဲဖြစ်ပေမဲ့ ရက်ချိန်းယူဖို့ မလိုပါဘူး။ အမြဲကပြနေကျဆရာဝန်အစား အရေးတကြီးကုသပေးတဲ့ဆေးခန်းမှာ တာဝန်ကျဆရာဝန်က ကြည့်ပေးပါမယ်။ အရေးတကြီးကုသပေးတဲ့ဆေးခန်းတွေကို ဆေးရုံတွေ ဒါမှမဟုတ် ကုန်တိုက်ကြီးတွေနားတွေမှာ တွေ့ရလေ့ရှိပြီး မနက်အစောကြီးကနေညမိုးချုပ်တဲ့အထိဖွင့်လေ့ရှိပါတယ်။
- နားကိုက်တာတွေ
- နေလောင်တာ ဒါမှမဟုတ် အနည်းငယ်မီးလောင်တာတွေ
- အအေးမိတာ၊ ချောင်းဆိုးတာ၊ ဒါမှမဟုတ် တုပ်ကွေးမိတာ
- အဖျား အနည်းငယ်တက်တာ
- ကျောင်း ဒါမှမဟုတ် အလုပ်အတွက် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုတွေ
- ပန်းဝတ်မှုံတွေ၊ အမှုံတွေနဲ့မတည့်လို့ ဆေးထိုးဖို့ စတာတွေလို အနည်းငယ်ဖျားနာမှုတွေ ဒါမှမဟုတ် ထိခိုက်မှုတွေအတွက် သုံးသင့်ပါတယ်။

အရေးပေါ်လူနာခန်း (ER) ကို ဘယ်အခါမှာ သုံးရမလဲ။

အရေးပေါ်လူနာခန်းတွေ ဒါမှမဟုတ် (ER) တွေက ဆေးရုံတွေမှာရှိပါတယ်။ သူတို့က တနေ့မှာ 24 နာရီ၊ တပတ်မှာ 7 ရက်ဖွင့်ပါတယ်။ အရေးပေါ်လူနာခန်းတွေ သွားတာက ဆရာဝန်ရုံးခန်းမှာသွားတွေ့တာနဲ့ အားဂျင့်ကဲခေါ် အရေးတကြီးကုသပေးတဲ့ဆေးခန်းတွေထက် ပိုက်ဆံပိုကုန်ပါတယ်။ သင့်ရောဂါအခြေအနေက သိပ်အရေးမကြီးဘဲ အရေးပေါ်လူနာခန်းတွေ သွားတဲ့အခါ အကြာကြီး စောင့်ရနိုင်ပါတယ်။
အရေးပေါ်အခြေအနေတွေ ဒါမှမဟုတ်
- ရင်ဘတ်အောင့်တာ၊ မျက်နှာ၊ လက် ဒါမှမဟုတ် ခြေတို့ထုံနေတာ၊ ဒါမှမဟုတ် စကားပြောရာမှာ အခက်အခဲဖြစ်နေတာ
- အဖျားအရမ်းတက်ပြီး လည်ပင်းတောင့်နေတာ၊ စိတ်ထဲမှာရောထွေးနေတာ၊ ဒါမှမဟုတ် အသက်ရှူရာမှာ အခက်အခဲဖြစ်နေတာ

- (လေကို ရှိုက်ရှူရတဲ့အထိ) အသက်ရှူရာမှာ အရမ်းအခက်အခဲဖြစ်နေတာ
- အဆိပ်သင့်တာ
- ရုတ်တရက် သတိလစ်သွားတာ
- ချောင်းဆိုးတာ ဒါမှမဟုတ် သွေးအန်တာ
- ရုတ်တရက် ခါတိုင်းဖြစ်လေ့မရှိတဲ့ လက္ခဏာတွေ ဒါမှမဟုတ် ကြီးကျယ်တဲ့ ရောဂါလက္ခဏာတွေပေါ်လာတာတို့လို ကြီးလေးတဲ့ ဖျားနာမှုတွေအတွက်ပဲ အရေးပေါ်လူနာခန်းကို သုံးသင့်ပါတယ်။

(ER) သွားရင်။ ။

1) သင့်ဆရာဝန်ရဲ့ နာမည်နဲ့ တယ်လီဖုန်းနံပါတ်တွေ အရေးပေါ်လူနာခန်း ယူသွားပါ။
2) အရေးပေါ်လူနာခန်းက သူနာပြုနဲ့ဆရာဝန်တို့ကို သင်ဘာဆေးတွေ (ဆေးလုံးတွေ) သောက်နေတယ်ဆိုတာပြောပြပါ။
3) သင့်မှာ ကျန်းမာရေးပြဿနာတခုခုရှိခဲ့ရင် အရေးပေါ်လူနာခန်းက သူနာပြု ဒါမှမဟုတ် ဆရာဝန်တို့ကို ပြောပြပါ။

အောက်ပါတို့ဖြစ်ခဲ့ရင် အရေးပေါ်လူနာခန်း သွားပါ။ ။

- သတိလစ်သွားရင်
- အရိုးကျိုးရင်
- ချောင်းဆိုးတဲ့အခါ ဒါမှမဟုတ် အန်ရတဲ့အခါ သွေးပါရင်
- ရုတ်တရက် အကြီးအကျယ် ဖျားနာရင်