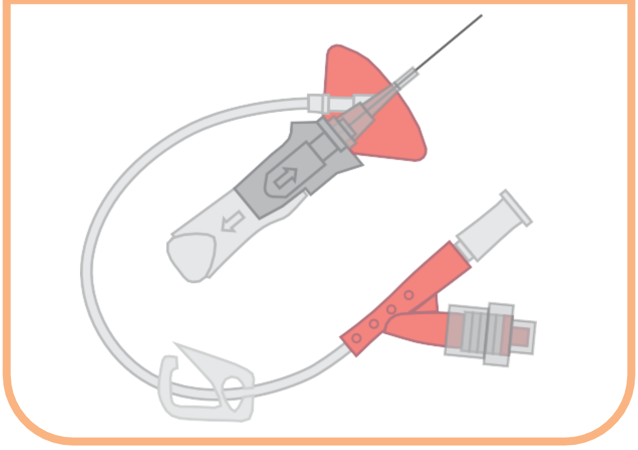
အရေပြားအောက်အဆီလွှာတွင်း ထိုးထားသောအပ်မှတဆင့် ထိုးဆေးပေးခြင်း

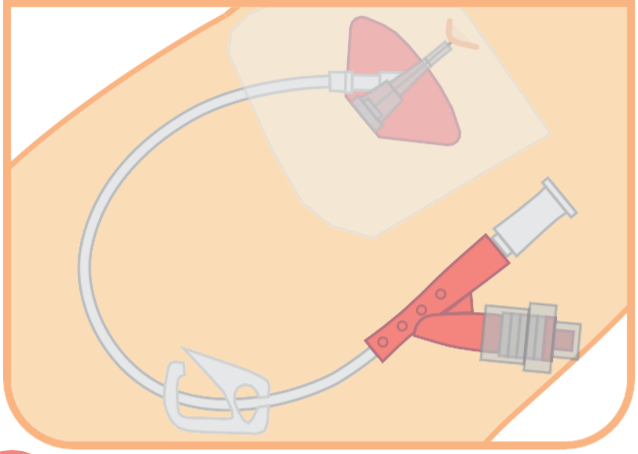
1

ပုံမှာပြထားတာကတော့ အဆီလွှာထဲကိုထိုးတဲ့ အပ်ဖြစ်ပါတယ်။



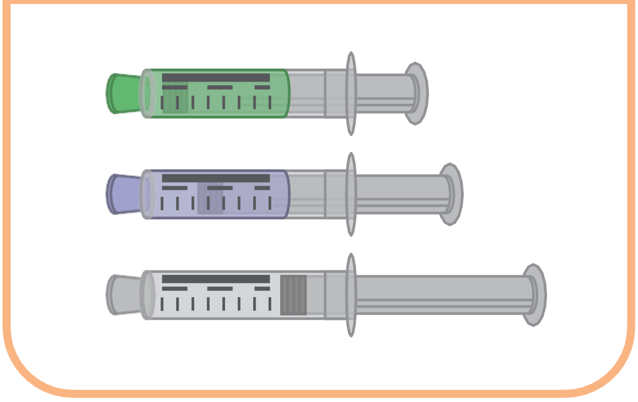
2

ဒီအပ်ကို ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သူနာပြုမှ ထိုးပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။ အပ်ထိုးထားသောနေရာသည် သန့်ရှင်းပြီး နီရဲရောင်ရမ်းခြင်းမရှိရပါ။



3

ဆေးပေးတော့မည်ဆိုလျှင် ပြင်ပေးထားသောဆေးထိုးအပ်များအား ညွှန်ကြားထားသည့်အတိုင်း မှန်ကန်စေရန် သေချာစွာစစ်ပါ။ ညွှန်ကြားသည့်ဆေးပေးပြီးလျှင် အပ်ထဲတွင်ဆေးမကျန်စေရန် ဆားငံရည် အနည်းငယ် ထပ်ထိုးပေးရပါမည်။



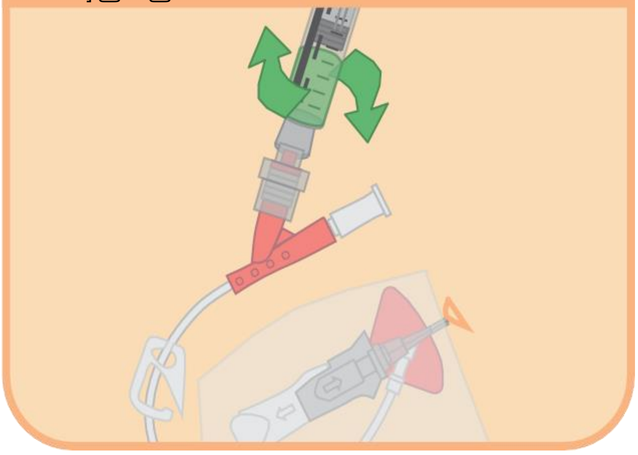
4

လက်ဆေးပြီး ခြောက်အောင်သုတ်ပါ။ ပုံ (4a) မှာပြထားသည့်အတိုင်း အပ်ပိတ်နေရာမှ တိုက်ရိုက်ဆေးထိုးခြင်း သို့မဟုတ် ပုံ (4b) မှာပြထားသည့်အတိုင်း အဖုံးဖွင့်ပြီးမှဆေးထိုးနည်းကို ဆရာဝန်/သူနာပြုမှ ညွှန်ကြားပေးမည်။

4A

အဖုံးဖွင့်ရန်မလိုပဲဆေးထိုးခြင်း

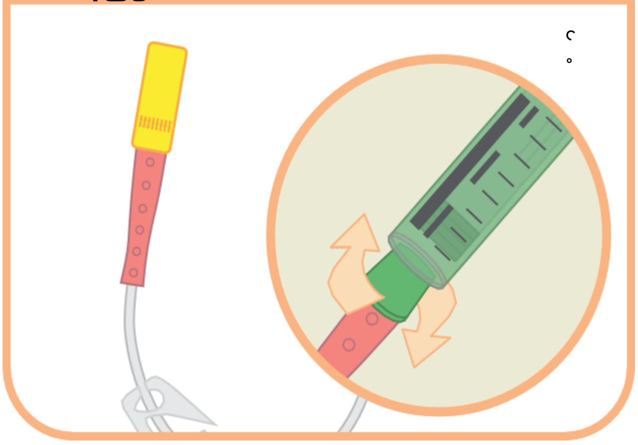
အပိတ်ကို အရက်ပြန်နှင့် သုတ်ပြီးသန့်စင်ပါ။ ပြီးလျှင် ဆေးထိုးပြွန်ကို ဆေးထိုးအပ်နှင့် ဆက်ရန် သေချာစွာ လှည့်ထည့်ပါ။



4B

အဖုံးဖွင့်ပြီးဆေးထိုးခြင်း

အဖုံးဖွင့်ထားသောနေရာကို အရက်ပြန်နှင့်သုတ်ပြီး သန့်စင်ပါ။ ဆေးထိုးပြွန်ကို အဖုံးဖွင့်ထားသောနေရာနှင လှည့်ပြီးဆက်ပါ။



အချက်အလက် အပြည့်အစုံ သိလိုလျှင် ဤနေရာ တွင် စကန် ဖတ်ပါ

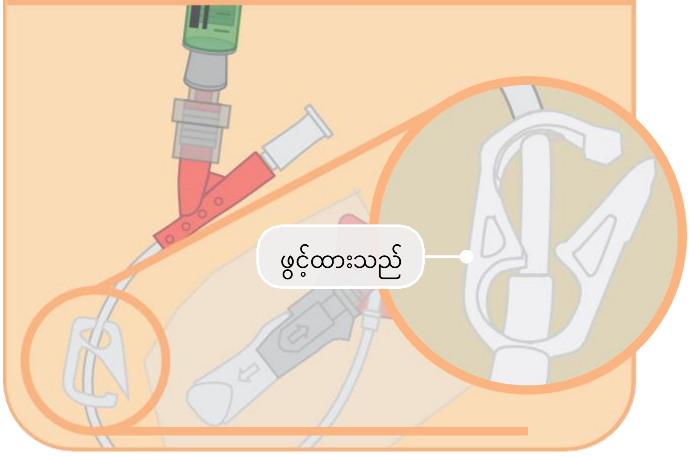
စက်တင်ဘာ ၂၉၊ ၂၀၂၁

SINGAPORE HOSPICE COUNCIL

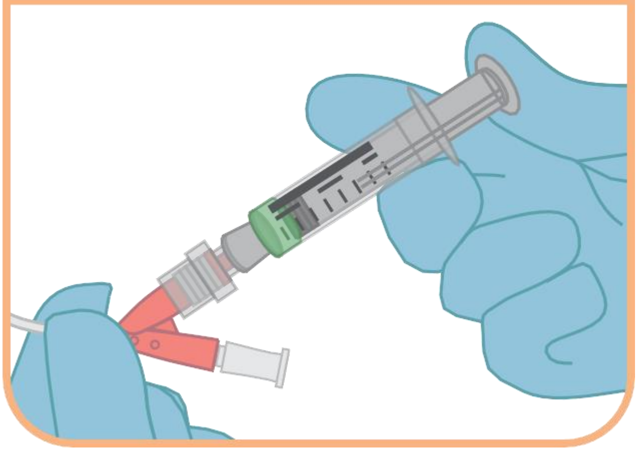
Living before Leaving

အရေပြားအောက်အဆီလွှာတွင်း ထိုးထားသောအပ်မှတဆင့် ထိုးဆေးပေးခြင်း

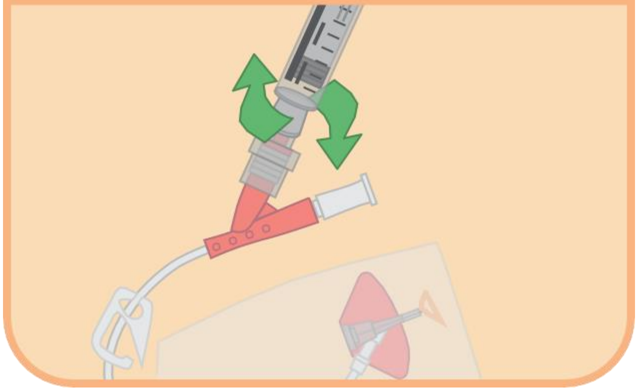
5 ပိတ်ထားသောခလုတ်/ညှပ်ကိုဖွင့်ပါ။



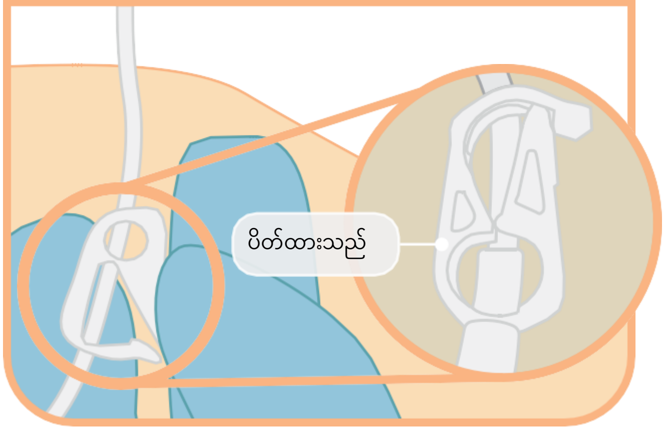
6 ဆေးထိုးပြွန်ကို ဖြည်းညင်းစွာတွန်းပြီး ဆေးထိုးသွင်းပါ။



7 ဆေးထိုးပြီးလျှင် ဆေးထိုးပြွန်ကို ဖြည်းညင်းစွာလှည့်ပြီးဖြုတ်ပါ။ ဆေးထိုးပြီးတိုင်း ဆားငံရေပါသောဆေးထိုးပြွန်နှင့်ဆက်ပြီး ဆားငံရေအနည်းငယ်ထိုးပါ။



8 ခလုတ်/ညှပ်ကိုပိတ်ပါ။ အဖုံးဖွင့်ပြီးဆေးထိုးလျှင် အဖုံးပြန်ပိတ်ပါ။



9 အသုံးပြုပြီးသား ဆေးထိုးပြွန်ကို စွန့်ပစ်ပါ။
ဆေးထိုးသော အချိန်နှင့် ရက်စွဲကို ရေးမှတ်ပါ။
ဆေးထိုးပြီး သက်သာမှုရှိ၊မရှိ စောင့်ကြည့်ပါ။

အချက်အလက် အပြည့်အစုံ သိလိုလျှင် ဤနေရာ တွင် စကန် ဖတ်ပါ

စက်တင်ဘာ ၂၉၊ ၂၀၂၁

SINGAPORE HOSPICE COUNCIL
Living before Leaving