(별지 제5호서식)
(ဖိုင်တွဲ 5)

(앞면)
(ဖေါင့်)

□ 배치전
□ကြိုတင်ခွဲဝေသတ် မှတ်ထားသည
□ 특수
□ အထူ
□ 수시 ः
□ ပုံမှန်
□ 임시
□ ယာယီ

건 강 진 단 개 인 표
တကိုယ်ရေ ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးချက် ဇယား

유해인자 :

အွန္တရာယ်ပြုနိုင်သော အချက်များ -

주민등록번호 နေထိုင်သူ မှတ်ပုံတင်နံပါတ် ..		이름 အမည်		나이 အသက်	만___세 __ နှစ်	성별 လိင်		사원번호 ဝန်ထမ်းနံပါတ် -	
근로자 주소 အလုပ်သမား၏ လိပ်စာ								전화번호 တယ်လီဖုန်း	
사업체명 လုပ်ငန်းသုံးအမည်				업종 စက်မှုနယ်ပယ်					
현작업부서 လက်ရှိ ဌာန			현작업내용 လက်ရှိအလုပ်အကြောင်းအရ ာ			지방사무소 ဒေသဆိုင်ရာ အလုပ်သမား ရုံးခန်း			
입사년월일 ဝန်ထမ်းခန့်အပ်ခြင်း ရက်စွဲ		현직전입일 လက်ရှိရာထူးသို့လွှ ပြောင်းသည့်ရက်စွဲ		폭로 기간 ထိတွေ့မှုဒဏ် အချိန်ကာလ		1일 폭로시간 နေ့စဉ်ထိတွေ့မှု အချိန်			

과거 직력 အတိတ် မှ အတွေ အကြုံ	작업 공정명 အလုပ်ခွင်တွင်အသုံးပြုသည့် အမည်	근무년수 အလုပ် သက်တမ်း	기간 ကာလ	문진 ဆေးဘက် ဆိုင် ရာ အမေးအမြ ဖ (အင်တာ ဗျူး)	과거병력 ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ မှတ်တမ်း		진찰 စစ်ဆေးချ က်	신경계, 이비인후과, 안과, 피부과 진동장애 등 အာရုံကြောစနစ်၊ နား၊နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်းအ ထူးကုခြင်း၊ မျက်စိအထူးကု၊ အရေးပြားအထူးကု၊ တုန်ခါမှုကြောင့်ဖြစ်သည့်ပြ ဿနာ များ၊ စသည်ဖြင့်။	
					가족력 မိသားစု၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ မှတ်တမ်း				
					업무기인성 흡연, ဓူ အလုပ်ကြောင့် ဆေးလိပ် သို့မဟုတ် အရက်သောက်ခြင်း				

취급 물질 အရာဝတ္ထုများကိုင်တွယ်ခြင်း	
현재증상 လက်ရှိ ရောဂါလက္ခဏာများ	

항목 ပစ္စည်း	신장 (Cm) အမြင့် (Cm)	체중 (Kg) အလေးချိန် (Kg)	혈압(mmHg)* သွေးပေါင်ချိန် (mmHg)*		흉부방사선검사(촬영번호: 번) ရင်ဘတ် ရေဒီယိုနည်းပညာဖြင့် စစ်ဆေးချက် (ရုပ်ပုံနံပါတ် .:) ဦးဆောင်သည့်ဆရာဝန်၏ လိုင်စင်နံပါတ် ( )	
			최고 အပေါ်	최저 အောက်		
참고치 ကိုးကားသော တန်ဖိုး			139이하 139 အောက်	89이하 89 အောက်		
( ) 년도 ( ) နှစ်						
( ) 년도 ( ) နှစ်						

치 과 소 견 သွားဘက်ဆိုင်ရာ ယူဆချက်များ		치과의사 သွားဆရာဝန်	인 လက်မှတ်

건 강 진 단 항 목 ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးချက် ပစ္စည်းများ				
검사항목 စစ်ဆေးချက် ပစ္စည်းများ	검사결과 စစ်ဆေးချက် အဖြေ	참고치 ကိုးကားသော တန်ဖိုး	( ) 년도 ( ) နှစ်	( ) 년도 ( ) နှစ်

판정 စီရင်ဆုံးဖြတ်ချက်	검 진 소 견 စစ်ဆေးချက် ယူဆမှု	사 후 관 리 조 치 နောက်ဆက်တွဲစစ်ဆေးမှု စီမံခန့်ခွဲရေး တိုင်းထွားချက်များ	업무수행 적합여부 အလုပ်ခွင်အတွက်ကိုက်ညီမှု	유해인자별 건강구분 အန္တရာယ်ပြုနိုင်သော အချက်များမှ ကျန်းမာရေး အခန်းကဏ္ဍ	
				유해인자 အန္တရာယ်ပြုနိုင်သော အချက်များ	건강구분 ကျန်းမာရေး အခန်းကဏ္ဍ

건강진단일자 စစ်ဆေးချက်ပြုလုပ်သည့် ရက်စွဲ	. . .	건강진단기관 စစ်ဆေးချက်ပြုလုပ်သည့် အဖွဲ့အစည်း		건강진단의사 စစ်ဆေးချက်ကို ဦးဆောင်သည့် ဆရာဝန်	(서명 또는 인) (လက်မှတ်)
근로자 ဝန်ထမ်း (စစ်ဆေးခံသူ)		(서명 또는 인) (လက်မှတ်)			

* 혈압은 근로자 건강상태를 파악하기 위한 참고자료로 해당 유해인자별 검사항목에 포함되지 않은 경우에는 판정하지 않음

* သွေးပေါင်ချိန်မှာ ဝန်ထမ်းတစ်ဦး၏ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ရန်အတွက် ကိုးကားချက်ဖြစ်၍ စစ်ဆေးချက်ပြုလုပ်သည့်ပစ္စည်းမှာ အန္တရာယ်ပြုနိုင်သောအချက်တစ်ခုစီနှင့်မဆက်မှုမရှိချိန်တွင် အသုံးမပြုနိုင်ပါ။

210mm×297mm
(전산용지(특급) 45g/㎡)
(ကွန်ပျူတာ စာရွက် (အထူး) 45g/㎡)

1. 건강관리구분·사후관리내용 및 업무적합성 평가 (뒷쪽)

1. အလုပ်ခွင်စီမံခန့်ခွဲရေးအခန်း၊ နောက်ဆက်တွဲစစ်ဆေးချက် စီမံခန့်ခွဲရေးအကြောင်းအရာများ၊နှင့်အလုပ်ခွင် ကိုက်ညီမှုကိုအကဲဖြတ်ဓောင့်စစ်ဆေးခြင်း (နောက်ပိုင်း)

건강 관리 구분 ကျန်းမာရေး စီမံခန့်ခွဲမှု အခန်း		사후 관리 내용 နောက်ဆက်တွဲစစ်ဆေးမှု စီမံခန့်ခွဲရေး အကြောင်းအရာများ		업무수행적합여부(질병유소견자에 대하여 구분함) အလုပ်ခွင်အတွက်ကိုက်ညီမှု (ရောဂါဖြစ်ပွားနေသည့်သူများအသုံးပြုနိုင်ရန်အတွက် ကဏ္ဍအလိုက်ခွဲထားပါသည်)	
A	건강한 근로자 또는 경미한 이상소견이 있는 근로자 ကျန်းမာသောဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် မဆိုစလောက်သော ပုံမှန်မဟုတ်သည့် ဝန်ထမ်း	0	필요 없음 မလိုအပ်ပါ	○	건강관리상 현재의 조건하에서 작업이 가능한 경우 ကျန်းမာရေးအခြေအနေအရ အလုပ်ခွင်မှာဖြစ်နိုင်သည့် လက်ရှိအခြေအနေ အောက်တွင် အလုပ်လုပ်ချိန်
C_1	직업성 질병으로 진전될 우려가 있어 추적검사 등 관찰이 필요한 근로자(요관찰자) လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာရောဂါဖြစ်ပွားမှုကိုဦးတည်နိုင်သည့် စိုးရိမ်မှုများရှိသဖြင့် စစ်ဆေးချက်ကို ဓောင့်ကြည့်စစ်ဆေးလိုမျိုး (ဓောင့်ကြည့်အကဲဖြတ်မှုလိုအပ်ခြင်း) လေ့လာအကဲဖြတ်မှုလိုအပ်သည်	1	건강상담 ကျန်းမာရေးအကြောင်းတိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု		
		2	보호구착용 အကာအကွယ်ပေးသည့် ကိရိယာကိုသုံးစွဲပါ	○	일정한 조건(환경개선, 개인보호구 착용, 건강진단의 주기를 앞당기는 경우 등)하에서 현재의 작업이 가능한 경우 အချို့သောအခြေအနေအရလုပ်အောက်တွင် လက်ရှိအလုပ်ခွင်ကဖြစ်နိုင်ချေရှိချိန်တွင် (ပိုမိုကောင်းမွန်ထားသည့် အလုပ်ခွင်ပတ်ဝန်းကျင်၊ တကိုယ်ရေ အကာအကွယ်ပေးသည့် ကိရိယာသုံးစွဲခြင်း၊ ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးချက် အကြိမ်ရေများကို လျော့ချခြင်း စသည်ဖြင့်)
C_2	일반질병으로 진전될 우려가 있어 추적관찰이 필요한 근로자(요관찰자) ပုံမှန်ဖြစ်ပွားသည့်ရောဂါ (ဓောင့်ကြည့်စစ်ဆေးဖို့လိုအပ်ခြင်း) ကိုဦးတည်ဓေနိုင်သည့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကြောင့်ဓောင့်ကြည့်စစ်ဆေးဖို့လိုအပ်နေသည့် အလုပ်သမားများ	3	အကြိမ်ကြိမ် စစ်ဆေးချက်ကိုဓောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း		
		4	근무중치료 အလုပ်ချိန်အတွင်း ကုသမှု		
C_N	질병으로 진전될 우려가 있어 야간작업시 추적관찰이 필요한 근로자(요관찰자) ရောဂါများ(ဓောင့်ကြည့်စစ်ဆေးဖို့လိုအပ်ခြင်း) ကိုဦးတည်ဓေနိုင်သည့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကြောင့်ဓောင့်ကြည့်စစ်ဆေးဖို့လိုအပ်နေသည့် အလုပ်သမားများ	5	근로시간 단축 အလုပ်ကြိမ်ရေးကိုလျော့ချခြင်း	○	건강장해가 우려되어 한시적으로 현재의 작업을 할 수 없는 경우(건강상 또는 근로조건상의 문제를 해결한 후 작업ပြန်ရောက်ခြင်း ရှိ) ကျန်းမာရေးစိုးရိမ်မှုများကြောင့် လက်ရှိအလုပ်ခွင်မှာ အလုပ်မဖြစ်နိုင်ချိန် (ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်လာပြီး(သို့) အလုပ်ခွင်အခြေအနေပြဿနာများ ပြင်ဆင်ကောင်းမွန်ပြီး နောက်တွင် အလုပ်ခွင်သို့ပြန်ဆင်းနိုင်သည်)
		6	작업전환 အလုပ်ခွင်ပြောင်းခြင်း		
D_1	직업성질병의 소견이 있는 근로자(직업병 유소견자) လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာ ရောဂါဖြစ်နေသည့်အလုပ်သမားများ (လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာ ရောဂါဖြစ်နေသည့်လက္ခဏာပြခြင်း)	7	근로금지 및 제한 အလုပ်ကိုတားမြစ်ထားခြင်းသို့မဟုတ် ကန့်သတ်ထားခြင်း		
D_2	일반질병의 소견이 있는 근로자(일반질병 유소견자) ပုံမှန် ရောဂါဖြစ်နေသည့်အလုပ်သမားများ (လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာ ရောဂါဖြစ်နေသည့် လက္ခဏာပြခြင်း)			○	건강장해의 악화 혹은 영구적인 장해발생으로 현재의 작업을 해서는 안 되는 경우 ပိုမိုဆိုးဝါးလာနေသည့်ကျန်းမာရေးကြောင့် ဖြစ်စေ တသက်တာနာတာရှည် ရောဂါကြောင့်ဖြစ်စေ လက်ရှိအလုပ်ကိုမဆောင်ရွက်သင့်ချိန်
D_N	질병의 소견을 보여 야간작업시 사후관리가 필요한 근로자(유소견자) ရောဂါလက္ခဏာပြသဖြစ်ပွားနေသည့် အလုပ်သမားများကြောင့် အလုပ်ညဆိုင်းအတွင်း နောက်ဆက်ဆွဲစစ်ဆေးမှု စီမံခန့်ခွဲခြင်းလိုအပ်ခြင်း (ရောဂါလက္ခဏာဖြစ်ပွားသည်)	8	직업병확진의뢰안내(건강진단기관이 안내) လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာ ရောဂါဖြစ်နေခြင်းကိုအတည်ပြုသည်ကိုအကြောင်းကြားဖို့ အလုပ်သမားများကို မေတ္တာရပ်ခံသည် (ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက် အဖွဲ့အစည်းမှ ပုံပိုးထားသည်)		
R	건강진단 1차 검사결과 건강수준의 평가가 곤란하거나 질병이 의심되는 근로자(제2차 건강진단 대상자) ပထမဆုံးဆေးဘက်ဆိုင်ရာစစ်ဆေးချက်၌ ကျန်းမာရေးအဆင့်ပြအခြေအနေများကို အကဲဖြတ်စိစစ်ရန်ခက်ခဲသည့်အလုပ်သမားများအတွက် သို့မဟုတ် ရောဂါဖြစ်ပွားနေသည်ဟုသံသယရှိခံရသည့်အလုပ်သမားများအတွက် (ဒုတိယအကြိမ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးချက်ခံယူရမည့်ပုဂ္ဂိုလ်များ)	9	기타 တခြား		

※ 특수건강진단 과정에서 퇴직 등의 사유로 건강관리구분을 판정할 수 없는 경우에는 "U"로 분류함.

※ အထူးကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက်အတွင်း အဖော်လိုက်ပါသူရှိနေသည့်အကြောင်းပြချက်ကြောင့် ကျန်းမာရေး စီမံခန့်ခွဲမှုကိုမရနိုင်သည့်အချိန်တွင် 'U' အဖြစ်ကဏ္ဍခွဲထားပါ။

2. 건강관리상 참고사항

2. ကျန်းမာရေး စီမံခန့်ခွဲမှု အတွက်ကိုးကားချက်များ

유해요인 အန္တရာယ်ပြုနိုင်သော အချက်			인체에 미치는 영향 ရှုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကျိုးသက်ရောက်မှုများ	예방 တားဆီးကာကွယ်ခြင်း
1. 화학적 인자 1. ဓာတုဗေဒပိုင်းဆိုင်ရာ အချက်	유기 화합물 အော်ဂဲနစ်ဒြပ်ပေါင်းများ		-눈, 피부, 호흡기 점막의 자극 증상 - မျက်လုံးအရေပြား သို့မဟုတ် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ချဲ့သလိပ်အမြေးဘားတို့တွင် ကျိန်းစပ်သောလက္ခဏာများ -ခွဲပေတစ်ခုခင်းတွင်မူတည်၍ အဆင့်အမျိုးမျိုးတွင် အတိတ်မေ့ခြင်းမဖြစ်ခဲမြည်းသသည့် လက္ခဏာအမျိုးမျိုးရှိသည်။ ခြေစုပ်ယူမှုတိုးလာချိန်တွင် သတိမဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီးနောက် တခြားနည်းဖြင့်ဆိုရသော်၊ မူးဝေခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားခြင်း၊ ဓမာပန်းနွမ်းလျခြင်း၊ အိပ်ငိုက်ခြင်း၊ အော့အန်လိုခြင်း၊ သတိကင်းလွတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း။ -ပျမ်း ဦးဝ ကြီးလေးသည်ကို ကျန်းမာရေးအတွက် (ဒုတိယ (ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက် (ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက် (ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက်

	연. 4 알킬연 ခဲ၊ ခဲစိမ်း	-ရေတဲ့ ဆေးမိတယ်ဆိုရင် ဆေးရုံတက်ကုသ ရမယ်ဖြစ်ပြီး ရေတိုကာလ ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေး ပြဿနာများ ဖြစ်စေသည်။ ဆေးလက်စုပ်ယူမိနေချိန်၌ ခဲသတ္တုစုပုံလာခြင်းက ဝမ်းပိုက်အောင့်ခြင်း၊ အဆစ်အမြစ်များနာကျင်ခြင်းကိုပိုမိုတိုးဖြစ်စေနိုင်၍ လက်နှင့်ခြေတို့တွင် ခွန်အားကင်းမဲ့ခြင်းနှင့်အိပ်ငိုက်ခြင်းလိုမျိုး ရောဂါလက္ခဏာများဖြစ်စေနိုင်သည်။ -4 ရေတိုကာလ ကိုယ်ခန္ဓာတွင် ခဲသတ္တုလိုမဟုတ်ဘဲ၊ ဝဟိုအာရုံကြောစနစ်တွင် ပြင်းထန်သည့် ရောဂါလက္ခဏာများ - အဇီဝမူလ ခဲသတ္တုလိုမဟုတ်ဘဲ၊ ဝဟိုအာရုံကြောစနစ်တွင် ပြင်းထန်သည့် ရောဂါလက္ခဏာများရှိ၍ ထိတွေ့ပြီး ရှစ်ရက်လောက်တွင် စိုးရိမ်မှုစိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ ကြွက်သားဆန့်ငင်ဆန့်ငင်ဖြစ်မှု၊ ထင်ရောင်ထင်မှားဖြစ်မှုနှင့်စိတ်လှည့်စားမှုတို့ကိုဖြစ်စေနိုင်ပြီး သွေးပေါင်ချိန်ကျဆင်းခြင်း၊ သွေးဖွဲ့စည်းမှုကျဆင်းခြင်းနှင့် သွေးပုန်နှန်းလျော့ကျခြင်းတို့ဖြစ်နိုင်သည်။	-ရေတိုကာလ ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေး ပြန်လည်ကောင်းမွန်ရန် ဆေးကုသ ရန်လိုအပ်ပါ။ ဆေးလိပ်အရက်သောက်ခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ပါ။ ပုံမှန်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ပါ။ -ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းသို့ဝင်ရောက်ပြီး ကျန်းမာရေး ပြဿနာများ ဖြစ်စေသည်။ ဆေးလက်စုပ်ယူမိနေချိန်၌ ခဲသတ္တုစုပုံလာခြင်းက ဝမ်းပိုက်အောင့်ခြင်း၊ အဆစ်အမြစ်များနာကျင်ခြင်းကိုပိုမိုတိုးဖြစ်စေနိုင်၍ လက်နှင့်ခြေတို့တွင် ခွန်အားကင်းမဲ့ခြင်းနှင့်အိပ်ငိုက်ခြင်းလိုမျိုး ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ -ရေတိုကာလ ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာ ရေးပြန်လည်ကောင်းမွန်ရန် ဆေးကုသ ရန်လိုအပ်ပါ။ ဆေးလိပ်အရက်သောက်ခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ပါ။ ပုံမှန်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ပါ။ -ကိုယ်ခန္ဓာက ခဲကိုစုပ်ယူမိချိန်တွင်၊ ရှေးဦးစွာ အဆိုပါသူက မောပန်းမှုကိုခံစားရသည်၊ ထို့နောက်တွင် အိပ်ရေးပျက်ခြင်း၊ ခြေထောက်လက်များတွင် နာကျင်ခြင်းနှင့် အစာစားလိုစိတ်ဆုံးရှုံးခြင်းတို့ဖြစ်စေသည်။ ဆေးလက်စုပ်ယူမိနေချိန်၌ ခဲသတ္တုစုပုံလာခြင်းက ဝမ်းပိုက်အောင့်ခြင်း၊ အဆစ်အမြစ်များနာကျင်ခြင်းကိုပိုမိုတိုးဖြစ်စေနိုင်၍ လက်နှင့်ခြေတို့တွင် ခွန်အားကင်းမဲ့ခြင်းနှင့်အိပ်ငိုက်ခြင်းလိုမျိုး ရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ -4 ရေတိုကာလ ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာ ရေးပြန်လည်ကောင်းမွန်ရန် ဆေးကုသ ရန်လိုအပ်ပါ။ ဆေးလိပ်အရက်သောက်ခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ပါ။ ပုံမှန်လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ပါ။ -ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုကိုထိန်းသိမ်းပါ (အစာမစားမီလက်ဆေးခြင်း၊ ဓာတ်ငွေ့မျက်နှာဖုံးအုပ်ခြင်း၊ အလုပ်ခွင်ဝတ်အဝတ်များလျှော်ဖွတ်ခြင်း၊ စသည်ဖြင့်) အခြေခံအားဖြင့်သင့်ကိုယ်ခန္ဓာတွင်ခဲသတ္တုအောင်နေခြင်းမှတားဆီးပါ။ -ဓာတ်ငွေ့မျက်နှာဖုံးများ ဝတ်ဆင်ပါ။ -ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ပါ။ -ဓာတ်ငွေ့ကိုရှူရှိုက်မိခြင်းကို ရှောင်ရှားပါ။ -ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာ ရေးပြန်လည်ကောင်းမွန်ရန် ဆေးကုသ ရန်လိုအပ်ပါ။ -ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုကိုထိန်းသိမ်းပါ (အစာမစားမီလက်ဆေးခြင်း၊ ဓာတ်ငွေ့မျက်နှာဖုံးအုပ်ခြင်း၊ အလုပ်ခွင်ဝတ်အဝတ်များလျှော်ဖွတ်ခြင်း၊ စသည်ဖြင့်) အခြေခံအားဖြင့်သင့်ကိုယ်ခန္ဓာတွင်ခဲသတ္တုအောင်နေခြင်းမှတားဆီးပါ။ -ဓာတ်ငွေ့ကိုရှူရှိုက်မိခြင်းကို ရှောင်ရှား

	2. 분진 **2. ဖုန်မှုန်**	-광물성분진: 진폐증의 자·타각증상이나 소견은 호흡기계에서 비롯된 호흡 곤란, 기침, 담액과다, 흉통, 혈담, 피로 등의 증상이 나타난다. -မင်နရာ ဖုန်မှုန့်များ - ဓိမိကိုယ်ကို ဖုန်မှုန့်တက်ခြင်းကြောင့် အဆုတ်ရောင်ခြင်း ရောဂါလက္ခဏာနှင့် သက်တမ်းများကို သတိပြုမိခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းစနစ်မှ စ၍ အသက်ရှူရခက်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အဆက်မပြတ် ချွေတာပ်ခြင်း၊ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊သွေးအန်ခြင်း နှင့် ခြေကန်လက်မန်းကျခြင်း စသည်ဖြင့်။ -면분진: 특징적인 자각증상인 월요증상(Monday disease)은 흉부압박감, 가슴통증, 호흡곤란, 기침 등인데 특히 월요일에 심하며 주말에 이를수록 점차 경미하여 진다(월요일에는 면분진에 노출되지 않는 것을 전제로 한다). -ဝါဂွမ်းမှုန့် - နိုက်ထရိုဂျင်ဆိပ်တက်ခြင်းကိုဖြစ်စေသည့် ဓိမိကိုယ်ကိုသတိပြုမိသော ရောဂါလက္ခဏာနှင့် ရင်ဘတ်ဆောင့်ဖိမိခြင်း၊ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်းနှင့် ချောင်းဆိုးခြင်း တို့ဖြစ်စေသည်။ ၎င်းမှာ တနင်္လာနေ့တွင်အပြင်းထန်ဆုံးဖြစ်၍ စနေတနင်္ဂနွေတို့တွင် ပိုဆိုးတတ်ပါသည် (တနင်္လာနေ့တွင် ဝါဂွမ်းမှုန့်နှင့်ထိတွေ့မှုပေါ်မူတည်၍ ယူဆချက်ဖြစ်သည်)။ ဝါဂွမ်းမှုန့်နှင့် အလုပ်သမားက တနင်္လာနေ့မှသောကြာနေ့အထိ ထိတွေ့ခံရ၍ အပြင်းအထန်ဖြစ်ကာ စနေတနင်္ဂနွေနေ့များတွင် သက်သာရာရနိုင်သည် (တနင်္ဂနေ့တွင် ဝါဂွမ်းမှုန့်နှင့်မထိတွေ့မှုပေါ်မူတည်၍ ယူဆချက်ဖြစ်သည်)။	-발진 공정의 습식화 및 분진억제 대책을 수립, 시행한다. - အမှုန့်အစိုများက စတင်ဖြစ်တည်၍ ဖိသိပ်လာသည့်အမှုန့်များကို ဖယ်ထုတ်ပါသည်။ -발진원 포위 격리 및 밀폐 등을 실시한다. - ဝန်းရံထားသည်၊ ရောဂါခြေချုပ်ထား၍ ဖစ်မြစ်ဖြစ်သူများကို သီးသန့်ခွဲထားရမည်။ -방진마스크를 반드시 착용하고 작업한다. - အလုပ်ဆင်းချိန်တွင် ဖုန်ကာအမြဲတမ်းဝတ်ဆင်ပါ။
3. ရပ်ဝန်းပတ်ဝန်းကျင် အရေးကိစ္စများ	3. ရပ်ဝန်းပတ်ဝန်းကျင် အရေးကိစ္စများ		
	소음 ဆူညံသံများ	-불쾌감, 정신피로를 발생시켜서 재해를 증가시킬 수 ရှိသည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေး ထိခိုက်ခြင်း ဖြစ်ပေါ်ခြင်း ကို ကာကွယ်ခြင်း - ပြင်းထန်သော ဆူညံသံများ ကြားရခြင်း ကြောင့် ကြားနာမှု ပျက်စီးခြင်း ဖြစ်ပေါ်ခြင်း -청력장해는 일시적인 난청인 경우와 영구적으로 오는 난청 2 가지의 경우가 있다. 영구적인 난청(직업성난청)은 높은 소음에 장기간 노출될 때 회복되지 않는 내이성 난청의 일종이며, 나중에는 말소리까지도 침범 당하여 잘 듣지 못한다. -အကြားအာရုံ ချွတ်ယွင်းမှုတွင် ယာယီနားမကြားမှုနှင့် ထာဝရ နားမကြားခြင်းတို့ရှိပါသည်။ ထာဝရ နားမကြားခြင်း (လုပ်ငန်းခွင်ကြောင့်ဖြစ်သည့် နားမကြားခြင်း)မှာ အတွင်းပိုင်းနားစည်ပျက်စီးခြင်းဖြစ်၍ ရေရှည်အချိန်ကြာမြင့်စွာဖြစ်ပွားပါက အကောင်းပကတိပြန်မဖြစ်နိုင်သည့် အမျိုးအစားဖြစ်ပြီး တခြားသူများစကားပြောဆိုရာတွင် ကြားရဖို့ ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။	-소음발생이 큰 기계, 기구를 교체하거나 격리시킨다. - ဆူညံသံများတွက်စေသည့် စက်များသို့ကိရိယာတန်ဆာပလာများကို အစားထိုးပါ သို့မဟုတ် သီးသန့်ခွဲထားပါ။ -발생원에 대한 방음흡음시설 설치(칸막이 등) 등을 한다. - အသံကာနှင့်ဆူညံသံ စုပ်ယူသည့် ပစ္စည်းများ(အကန့် စသည်ဖြင့်) ကို ဖစ်မြစ်တွင်တပ်ဆင်ပါ။ -작업 시에는 귀마개, 귀덮개 등 차음보호구 착용을 생활화 한다. - အလုပ်ဆင်းချိန်တွင် နားကြပ်များလိုမျိုး အကာအကွယ်ပေးသည့် ကိရိယာများကို ဝတ်ဆင်သည့်အလေ့အထ ပြုလုပ်ထားပါ။
	ခြေတုန်ခါမှု တုန်ခါမှု	-국소진동이 직접 수지부에 가하여져 수지부 혈관 및 관절에 기계적 공진현상을 일으켜 말초장해를 유발하며 중추, 말초, 골관절 장해를 일으킨다. 즉 손가락의 창백현상, 손가락의 감각이상, 투통, 감작 등의 증상을 일으킨다. - ပြိမ်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့် တုန်ခါမှုကို လက်နှင့်လက်ချောင်းတို့တွင်တိုက်ရိုက်တင်ထားပါက၊ လက်နှင့်လက်ချောင်းသွေးလွှတ်ကြောနှင့်သွေးပြန်ကြောများတွင် စက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပဲ့တင်သံဖြစ်စေလျက် အဝေး-ပြင်ပ အာရုံကြောချွတ်ယွင်းမှုဖြစ်စေသဖြင့် ဟတ်၊ အဝေးနှင့် အဆစ်အမြစ်တို့တွင် ချွတ်ယွင်းမှုဖြစ်စေသည်။ တခြားနည်းဖြင့်ဆိုရသော်၊ လက်ချောင်းဖြူဖက်ဖြူရောဖြစ်ခြင်း၊ လက်ချောင်းတွင် အာရုံခံစနစ်ချွတ်ယွင်းခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ဆတ်ဆတ်ထိမခံဖြစ်ခြင်းတို့ဖြစ်စေနိုင်သည်။	-진동흡수 장갑을 착용하고 작업한다. - အလုပ်လုပ်ချိန်တွင် တုန်ခါမှုကိုစုပ်ယူနိုင်သည့် လက်အိတ်များဝတ်ဆင်ပါ။ -공구의 보수관리를 철저히 한다. - ကိရိယာတန်ဆာပလာများကို သေချာပြင်ဆင်စီမံပါ။ -작업시간을 단축한다. - အလုပ်ကြိမ်ရေးကိုလျော့ချပါ။
	ဓာတုရောင်ခြည်များ ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်များ	-피부의 홍반현상, 색소침착, 각막의 부종과 괴사, 피부암 등을 일으킬 수 있다. - အရေပြားရောင်ရမ်းခြင်း၊ အရေပြားတွင် အရောင်ပါဝင်မှုဖြစ်ခြင်း၊ ဇောရောင်ခြင်း၊ မျက်ကြည်လွှာတွင်အသားပုပ်နာတည်ခြင်း၊ အရေပြားကင်ဆာဖြစ်ခြင်း စသည်ဖြင့်။ -용접 시에 발생되는 자외선은 각막결막염과 노출된 피부에 장해를 일으키며, 불활성가스 또는 금속 아크용접 등은 강력한 자외선을 발ရှိပါသည်။ ဖြစ်ပွားတတ်ပြီး ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်ရှိ ဆဲလ်များ ပျက်ယွင်းခြင်း ကြောင့် ကင်ဆာ ဖြစ်ပွားတတ်ပါသည်။ - ဂဟေဆော်ချိန်တွင်ထွက်လာသည့် ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်များသည် မျက်ကြည်လွှာပျက်စီးခြင်း(သို့) အရေပြားပေါ်နေသည့်နေရာတွင်ပြဿနာဖြစ်ခြင်းတို့ဖြစ်စေနိုင်၍ သတ္တု သို့မဟုတ်ဓာတ်ငွေ့ထည့်ထားသည့် ဂဟေဆော်ခြင်းသည် ပြင်းထန်သည့် ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်တို့ကိုထုတ်လွှင့်စေသဖြင့် မျက်လုံးနှင့်အရေပြားတို့တွင်ပူစပ်မှုဖြစ်စေသည်။	-유해광선 장해를 예방하는 근본원칙은 방사선 발생원의 격리, 산란선 누선방지 등 방사선의 피폭방지에 있어 필름밧지(film badge) 또는 포켓선량계로 피폭량을 측정한다. - အန္တရာယ်ရှိသည့် ရောင်ခြည်ဖြစ်ပွားမှုကိုတားဆီးရန်အတွက် အခြေခံစည်းကမ်းချက်များမှာ ရောင်ခြည်ထွက်သည့်အပေါက်ကို သီးသန့်ခွဲထား၍ ရောင်ခြည်ယိုစိမ့်မှုကို ဖြာထွက်ခြင်းဖြင့် တားဆီးခြင်း၊ ဓရီယိုဓာတ်ကြွနေသည့် ရောင်ခြည်များကို တားဆီးရာတွင် ဖလင်လိပ်သို့မဟုတ် အိပ်ဆောင် ဒိုစီမီတာကို ဓာတ်ကြွမှုပမာဏကိုတိုင်းတွာဖို့သုံးသည်။ -피부보호의, 보호안경, 보호장갑, 안전모(방열용) 등 개인보호구를 착용한다. - အရေပြားအကာအကွယ်ပေးသည့် အဝတ်များ၊ မျက်မှန်များ၊ လက်အိတ်များ၊ ဦးကင်းရေဦးထုပ်များ (အပူချိန် ဓာတ်ကြွမှုအတွက်) စသည်တို့ကဲ့သို့ တကိုယ်ရေ အကာအကွယ်ကိရိယာများဝတ်ဆင်ပါ။	
	ဓာတုရောင်ခြည်များ ပုံမှန်မဟုတ်သည့် လေထုဖိအား	-고압에서는 가스가 혈액 속에 용해되어 있다가 급격한 감압으로, 특히 질소가 혈관과 조직 내에 기포를 형성하고 혈관이 약한 부위에 따라 피부의 가려움 및 근육통, 관절통, 호흡곤란, 시력장해, 반신불수 등을 일으킨다. ဖိအားမြင့်ဖြင့် သွေးကြောထဲတွင် အရည်ပျော်သည့် ဓာတ်ငွေ့များ၊ အထူးသဖြင့် နိုက်ထရိုဂျင်ငွေ့သည် မြန်ဆန်သော သွေးပေါင်ချိန်ချဆင်းခြင်းနှင့်အတူ ပူပေါင်းများဖြစ်စေနိုင်သည်။ သွေးကြောများနှင့်ကိုယ်အင်္ဂါကလီစာများ၌ရှိသည့် ပူပေါင်းများသည် သွေးကြောအားနည်းသည့်နေရာများအထိ လျှောက်ပတ်သွားနိုင်၍ အရေပြားယားယံခြင်း၊ ကြွက်သားကိုက်ခဲခြင်း၊ အဆစ်အမြစ်များနာကျင်ခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း၊ အမြင်အာရုံချွတ်ယွင်းခြင်းနှင့် ကိုယ်တခြမ်းသေခြင်းတို့ဖြစ်စေနိုင်သည်။	-수심에 따른 체재시간의 한도와 적절한 감압법을 엄수하여야 한다. - သင့်လျော်သော ဖိအားလျော့ချခြင်း နည်းလမ်းနှင့်တကွ ရေနက်နှင့်အညီ အချိန်အကန့်အသတ်ဖြင့်လုံးဝလိုက်နာပါ။ -고기압 환경에 부적절한 고령자, 결핵천식 등의 만성호흡기 질환자, 심맥관계 이상 자. 만성부비강염, 중이염, 골관절 이상 자 등은 그 작업을 하지 않도록 하여야 한다. - ဖိအားမြင့်သည့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင်ကိုက်ညီမှုမဖြစ်သည့် အသက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ အဆုတ်ရောင်နှင့် ပန်းနာနရင်ကျပ်ရှိသည့် နာတာရှည်အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများရှိသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ နာတာရှည် မျက်ရိုးကိုက်သူများ၊အလယ်ပိုင်းနားစည်ရောင်သူများ၊သို့မဟုတ် အဆစ်အမြစ်ရောဂါရှိသူများကို ဤနယ်ပယ်တွင် အလုပ်မခန့်သင့်ပေ။	
	4. ဝဲကျောက်ခြင်း **4. အလုပ်ညှဆိုင်းချိန်**	-야간작업은 뇌심혈관질환의 위험을 증가시키며, 생체리듬의 불균형으로 인해 수면장애가 발생할 수 있고, 소화성궤양과 같은 위장관질환을 유발할 수 있다. 또한 유방암과의 관련으로 인해 국제암연구소(IARC)에서 2A 등급으로 지정되어 있다. - ညပိုင်းအလုပ်သည် ဦးနှောက်သွေးကြောနှင့်နှလုံးသွေးကြောဆိုင်ရာရောဂါများဖြစ်နိုင်ချေ မြင့်မားမှု ခန္ဓာဇီဝဖြစ်စဉ်ဟန်ချက်မညီမျှမှုကြောင့် ညအိပ်ရေးပျက်ခြင်းအပြင်အစာခြေယှဉ်ရားတွင်အနာဖြစ်တည်နိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင်၊ ရင်သားကင်ဆာနှင့်ဆက်နွယ်မှုရှိနေသောကြောင့်၊ နိုင်ငံတကာ ကင်ဆာသုတေသနအဖွဲ့အစည်း (IARC) ကြီးမှ အဆင့် 2A အဖြစ်သတ်မှတ်ခံထားရပါသည်။	-뇌심혈관질환과 관련된 위험요인을 관리하기 위한 생활습관요법을 실천한다. - ညပိုင်းအလုပ်သည် ဦးနှောက်သွေးကြောနှင့်နှလုံးသွေးကြောဆိုင်ရာရောဂါများနှင့်ဆက်စပ်သည့် အန္တရာယ်အချက်များကို စီမံနိုင်ရန် နေ့စဉ်အလေ့အထကျင့်သုံးပါ။ -교대근무 일정을 바람직한 형태로 설계하며, 필요시 야간작업 중에 수면시간을 제공한다. - ဆန္ဒရှိသည့် နည်းလမ်းဖြင့် အလုပ်ဆိုင်းကို အချိန်ဇယားဆွဲ၍ လိုအပ်ပါက အလုပ်ညှဆိုင်းအချိန်တွင် အိပ်ချိန်ထားပေးပါ။ -심혈관질환, 중추신경장해, 조혈기계질환, 생식기계 기능이상 등이 있는 경우 야간작업 배치 전 업무 적합성 평가를 실시한다. - နှလုံးသွေးကြောဆိုင်ရာရောဂါများဖြစ်သည့်ဖြစ်ရပ်များတွင်၊ ဝဟိုအာရုံကြောစနစ်ချွတ်ယွင်းမှု၊ ရိုးတွင်းချဉ်ဆီစနစ်ချွတ်ယွင်းမှု၊ သို့မဟုတ် မျိုးဗွားစနစ်ချွတ်ယွင်းမှုတို့သည် ညအလုပ်ဆိုင်းကိုတာဝန်မယူပေးဘဲ အလုပ်နှင့်ကိုက်ညီသည့် အကဲဖြတ်စီစစ်မှုများကို ဖော်ဆောင်နိုင်ပါသည်။	

အထူးကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက် မေးခွန်းလွှာ (အလုပ်အကိုင်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆေးဝါး ဆိုင်ရာ ကိုရီးယား အဖွဲ့အစည်း)

ကုမ္ပဏီ:
အမည်:

※ရောဂါရာဇဝင်ဆိုင်ရာ မေးခွန်းများ (လူနာ ရာဇဝင်၊ မိသားစု ရာဇဝင်)

※အောက်ပါ မေးခွန်းများကို ဖတ်ပြီး **လက်ရှိအခြေအနေကို [O]** ဖြင့် ဖော်ပြပါ။

၁။ သင်သည် အောက်ပါရောဂါများအနက်မှ တစ်ခုခုခံစားနေရကြောင်း စစ်ဆေးခံဖူးခြင်း သို့မဟုတ် အဆိုပါ ရောဂါများအတွက် လက်ရှိတွင် ဆေးကုသမှုခံယူနေရခြင်း ရှိပါသလား?

ရောဂါ	လေဖြတ်	နှလုံး ရောဂါ (နှလုံးဖောက်ခြင်း/ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း)	သွေးတိုး	ဆီးချို	သွေးထဲတွင် အဆီများခြင်း	တီဘီ	အခြား (ကင်ဆာအပါအဝင်)
ဆေးစစ်ချက်							
ဆေးကုသချက်							

၂။ သင့်မိဘများ၊ ညီအစ်ကိုများသို့မဟုတ် အစ်မ/ညီမများအနက်မှ အောက်ပါရောဂါတစ်ခုခုဖြင့် ဆုံးပါးဖူးသူ တစ်ဦးဦး ရှိပါသလား?

ရောဂါ	လေဖြတ်	နှလုံးရောဂါ (နှလုံးဖောက်ခြင်း/ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း)	သွေးတိုး	ဆီးချို	အခြား (ကင်ဆာအပါအဝင်)
ဟုတ်ကဲ့					

၃။ သင့်မှာ အသဲရောင်အသားဝါ ဘီပိုး ဆာဗေ့စ်အင်တီဂျင် ရှိလား? ① ရှိသည် ② မရှိ ③ မသိပါ

※ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း

၄။ အောက်ပါတို့ကို ဖတ်ပြီး သင့်လက်ရှိအခြေအနေကို ဖော်ပြပါ။

၄-၁။ သင့်ဘဝတလျှောက်လုံး စီးကရက် ၅ဘူး (၁၀၀လိပ်) ထက် ပိုသောက်ဖူးပါသလား?

① မသောက်ဖူးပါ။ (☞မေးခွန်း ၅သို့ သွားပါ)
② သောက်ဖူးပါသည်။ သို့သော် ယခု ဖြတ်လိုက်ပြီ။ (☞မေးခွန်း ၄-၂ သို့ သွားပါ)
③ သောက်ဖူးပါသည်။ ဆက်သောက်နေဆဲလည်း ဖြစ်သည်။ (☞ မေးခွန်း ၄-၃ သို့ သွားပါ)

၄-၂။ သင် အတိတ်ကာလတွင် ဆေးလိပ်သောက်ခဲ့ပြီး ထို့နောက် ဆေးလိပ်ဖြတ်ခဲ့လျှင်:

ဆေးလိပ်မဖြတ်ခင် ဘယ်နှစ်နှစ် သင်ဆေးလိပ်သောက်ခဲ့လဲ?	စုစုပေါင်း _____ နှစ်များ
ဆေးလိပ်မဖြတ်ခင် တစ်ရက်ကိုစီးကရက် ဘယ်နှစ်လိပ်သောက်ခဲ့လဲ?	_____ စီးကရက်

၄-၃။ သင်ဆေးလိပ် သောက်နေဆဲဖြစ်လျှင်

ဆေးလိပ်သောက်သည့် နှစ်ပေါင်းမည်မျှရှိပြီနည်း?	စုစုပေါင်း _____ နှစ်များ
ပျမ်းမျှ တစ်ရက်လျှင် စီးကရက် ဘယ်နှစ်လိပ်သောက်လဲ?	_____ စီးကရက်

※ အရက်

၅။ အောက်ပါတို့ကိုဖတ်ပြီး သင့်လက်ရှိအခြေအနေကို ဖော်ပြပါ။

၅-၁။ တစ်ပတ်ကို ဘယ်နှစ်ကြိမ်သောက်လဲ?

□၀ □ ၁ □၂ □၃ □၄ □၅ □၆ □၇

၅-၂။ သောက်သုံးသည့်အခါတွင် တစ်ရက်လျှင် မည်မျှသောက်ပါသလဲ? (※အရက်အမျိုးအစားကို မထည့်စဉ်းစားပါနှင့်) (နှစ်ခွက်)

※ ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားမှု (လေ့ကျင့်ခန်း)

၆။ အောက်ပါမေးခွန်းများဖတ်ပြီးနောက် လွန်ခဲ့သော အပတ်ကပြုလုပ်ခဲ့သည့် လှုပ်ရှားမှုများကို '√' အမှတ်အသားဖြင့် ဖော်ပြပါ။

၆-၁။ လွန်ခဲ့သည့်အပတ်က သင့်ကို မိနစ်၂၀ ထက်ကျော်လွန်ပြီး ပုံမှန်ထက်ပို၍ အသက်ပြင်းပြင်းရှူရစေသည့် ပြင်းထန်သော ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများကို သင်ဘယ်နှစ်ရက်ပြုလုပ်ခဲ့လဲ (ဥပမာ: အပြေး၊အေရိုးဘစ်၊စက်ဘီးအမြန်စီး၊ တောင်တက် စသည်ဖြင့်)?

□၀ □ ၁ □၂ □၃ □၄ □၅ □၆ □၇

၆-၂။ လွန်ခဲ့သည့်အပတ်က သင့်ကို မိနစ်၃၀ ထက်ကျော်လွန်ပြီး ပုံမှန်ထက်ပို၍ အသက်အနည်းငယ် ပြင်းပြင်းရှူရသည့် အလယ်အလတ်-အဆင့်ရှိ ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားမှုများကို သင်ဘယ်နှစ်ရက်ပြုလုပ်ခဲ့လဲ (ဥပမာ: လမ်းမြန်မြန်လျှောက်ခြင်း၊စက်ဘီးပုံမှန်စီးခြင်း၊ကြမ်းပြင်တိုက်ခြင်း)?
※အဖြေ ၆-၁ နှင့်သက်ဆိုင်သော ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားမှု မပါပါ။

□၀ □ ၁ □၂ □၃ □၄ □၅ □၆ □၇

၆-၃။ တခါလျှောက်လျှင် ၁၀မိနစ် အနည်းဆုံးနှင့် လွန်ခဲ့သည့်အပတ်က မိနစ်၃၀ ထက်ပိုပြီး ရက်ပေါင်းမည်မျှ လမ်းလျှောက်ခဲ့ပါသနည်း။ (ဥပမာ: ပေါ့ပေါ့ပါးပါး လေ့ကျင့်ခန်း၊ အလုပ်သို့ အသွားအပြန် လမ်းလျှောက်ခြင်းအပါအ၀င် သို့မဟုတ် အားလပ်ချိန်အတွက်)?
※အဖြေ ၆-၁၊ ၆-၂ နှင့်သက်ဆိုင်သော ကိုယ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှု မပါပါ။

□၀ □ ၁ □၂ □၃ □၄ □၅ □၆ □၇

※ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာများအကြောင်း မေးခွန်းများ

၇။ လွန်ခဲ့သောဒီလအတွင်းလက္ခဏာများနှင့်ခံစားရလျင် အဖြေပေးပါ။

ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်း	လက္ခဏာ	ပြင်းထန်မှု		
		အမြင့်	အလယ်	မရှိ
အထွေထွေ	ခံတွင်းပျက်ခြင်းနှင့် အလေးချိန်ကျဆင်းခြင်း			
	မကြာခဏ မောပန်းနွမ်းနယ်မှု ခံစားရခြင်း			
	ကိုယ်ခန္ဓာတွင်း အကျိတ်အခဲများစမ်းမိခြင်း			
အရေပြား	ယားယံခြင်းနှင့် ရောင်ယမ်းခြင်း			
	အရေပြားတွင် အင်ပြင်ထခြင်း			
	ဆံပင်၊လက်သည်း သို့မဟုတ် ခြေသည်းများ တွင် အပြောင်းအလဲဖြစ်ခြင်း			
	အရေပြားကြမ်းလာပြီး အက်ကွဲခြင်း			
မျက်လုံး	မျက်လုံးများ ယားယံပြီး မျက်ရည် မကြာခဏကျခြင်း			
	အမြင်အာရုံချို့ယွင်းလာခြင်း			
	မျက်လုံးများနီခြင်း သို့မဟုတ် နာလာခြင်း			
နား	ကောင်းကောင်းမကြားရခြင်း			
	နားထဲတွင် အသံမြည်ခြင်း			
နာခေါင်း	မကြာခဏ နာခေါင်း သွေးယိုခြင်း			
	နာရည်ယိုခြင်း သို့မဟုတ် နာပိတ်ခြင်း			
	အနံ့ခံခက်ခဲခြင်း			
ပါးစပ်	သွေးယိုခြင်းနှင့်သွားဖုံးရောင်ခြင်း			
	အရသာခံရခက်ခဲခြင်း			
အစာခြေစနစ်	အစာအိမ်ထိုးအောင့်မှုခံစားရခြင်း			
	ပါးစပ်ထဲတွင် ဖန်ကပ်ကပ်အရသာခံစားရခြင်း			
	ဝမ်းချုပ်ခြင်း			
နလုံးသွေးကြော/ အသက်ရှူလမ်းကြောင်း	လမ်းလျှောက်နေစဉ် ရင်ထဲတလုပ်လုပ်ဖြစ်ခြင်း			
	အလုပ်လုပ်စဉ်ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် အသက်ရှူမဝခြင်း			
	ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း			
	အိပ်ရာနိုးချိန်တွင် ချောင်းဆိုးခြင်းသို့မဟုတ် ချွဲထခြင်း			
	အားလပ်ရက်ပြီးနောက်လုပ်ငန်းခွင်ပြန်လည် ဝင်ရောက်ချိန်တွင်ချောင်းဆိုးခြင်း			
ကျောရိုး/ခြေလက်များ	လက်မောင်း၊ ခြေထောက်များ နှင့် ပခုံးများ ကိုက်ခြင်း			
	ခြေနှင့်လက်များတုန်ခါခြင်းသို့မဟုတ် အားနည်းခြင်း			
	လက်နှင့်ခြေများ ထုံကျင်ခြင်း			
	အေးချိန်တွင် လက်ချောင်းများ ဖြူဖျော့လာခြင်း			
	ကျောနာခြင်း			

ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်း	လက္ခဏာ	ပြင်းထန်မှု		
		အမြင့်	အလယ်	မရှိ
စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ/အာရုံကြောစနစ်	ခေါင်းကိုက်ခြင်း			
	မူးဝေခြင်း			
	မှတ်ဉာဏ်ယိုယွင်းလာခြင်းနှင့် မေ့တတ်ခြင်း			
	ပူပန်သောကများခြင်းနှင့် အနားမရခြင်း			
	ဦးခေါင်းထုံကျင်ခြင်း သို့မဟုတ် အရက်မူးသကဲ့သို့ ခံစားရခြင်း			
	အာရုံစိုက်ရန် ခက်ခဲခြင်း			
ဆီးသွားခြင်း/မျိုးပွားအင်္ဂါ	ဆီးသွားရန် ခက်ခဲခြင်း			
	ကိုယ်ခန္ဓာ ရောင်ရမ်းခြင်း			
	ရာသီသွေးမမှန်ခြင်း			
	ကိုယ်ဂန်ပျက်ကျဖူးခြင်း			

အခြားလက္ခဏာတစ်ခုခု ခံစားရဖူးခြင်းရှိလျှင်လည်း အောက်ပါကွက်လပ်တွင် ကျေးဇူးပြု၍ ၄င်းတို့ကိုဖော်ပြပါ။

* အလုပ်ချိန်တွင်း ကျန်းမာရေးပြဿနာများ(ကိုယ်လက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများ) ကြုံတွေ့ဖူးပါသလား? ☐ဟုတ်ကဲ့ ☐မဟုတ်ပါ

*အလုပ်တွင် သင်ထိတွေ့ကိုယ်တွယ်ရသော ပစ္စည်းများကြောင့် သင့်တွင် ကျန်းမာရေးပြဿနာ ဖြစ်သည်ဟု သင်ထင်မြင်ပါသလား? ☐ ဟုတ်ကဲ့ ☐ မဟုတ်ပါ

ဆရာဝန်၏ မှတ်ချက်များ	

* အသည်းရောင်အသားဝါဘီပိုးဆာဗေ့စ်အင်တီဂျင် ပေါ့စတစ် (တုန့်ပြန်မှုရှိ) - ဤသည်မှာ ရေတို သို့မဟုတ် နာတာရှည် အသည်းရောင်အသားဝါဘီပိုးရှိကြောင်း ဆိုလိုသည်။ ရောဂါပိုးရှိသူသည် အခြားသူများကို ၄င်း၏ ပိုးရှိသည့်သွေး သို့မဟုတ် ကိုယ်တွင်းအရည်များမှတဆင့် ကူးစက်စေနိုင်သည်။ HBsAg ပေါ့စတစ်ရှိသူများအတွက် ၄င်းတို့၏ အသည်းရောင်အသားဝါဘီပိုးကူးစက်မှု အဆင့်ကိုသိနိုရန် နောက်ဆက်တွဲ ဓာတ်ခွဲခန်း စမ်းသပ်ချက်(စာမျက်နှာ ၅) တွင် ဖော်ပြထားသည်။