

# တၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသး ဒီးပုၤလၢအနၢဘၣ် မိၣ်/တၢ်ဩၣ်းနၢတၢ်အလုၣ်အသံဝံ

## ပုၤလၢအနၢဘၣ် မိၣ်/တၢ်ဩၣ်းနၢတၢ်အလုၣ်အသံဝံ အတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်

- အိၣ်ဖျၢၣ်ထီၣ်ဖိဆိတလၢ ဖဲဖိသၢ်ဆံးတဒိၣ်ထီၣ်လၢလၢပုၤပုၤအခါ
- ဖိသၢ်အနီၣ်အိၣ်အတယၢ်စ့ၤ, ဖဲဖိသၢ်ဆံးအိၣ်ဖျၢၣ်ထီၣ် ဖဲအကတီၢ်ဘၣ်အခါဒၣ်လဲၣ်
- ဖိသၢ်ဆံးသံ (လၢဟူးသးဟးဂီၤ, အိၣ်ဖျၢၣ်လီၤဖိသၢ်လၢအသံ, မ့တမ့ၢ် ဖိသၢ်ဆံး သံသတူၢ်ကလၢ် တၢ်ဆါပနီၣ် (Sudden Infant Death Syndrome-SIDS))
- တၢ်အိၣ်ဖျၢၣ်ထီၣ်တဘၣ်လိၣ်ဘၣ်စး လၢအဟဲပၣ်လၢမိၣ်ဟၢဖၢပုၤလံၤလံၤ (သးဖျၢၣ် တဘၣ်လိၣ်ဘၣ်စးတဖၣ်, နိးဖံး ဒီးကိၣ်ပုၤ တဘၣ်လိၣ်ဘၣ်စးတဖၣ်)

## တၢ်အိၣ်မိၣ်/တၢ်ဩၣ်းနၢတၢ် (Vaping) လၢဟံၣ်ပုၤ

တဘျီတခါ ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးဟူးသး လၢအတအိၣ်မိၣ်/ဩၣ်းနၢတၢ်တဖၣ် ကအိၣ်ဆိးသကိး ဒီး ပုၤတဂၤလၢလၢအအိၣ်မိၣ်ဩၣ်းနၢတၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသး မ့ၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢအဂ့ၤ လၢကစးထီၣ်တဲသကိးတၢ်ဘၣ်ယးဒီး တၢ်မၤပူၤဖျဲးဟံၣ်ဒီး သိလုၣ် လၢမိၣ်/တၢ်ဩၣ်းနၢတၢ်အလုၣ်အသံဝံ အဂ့ၢ် လၢကဒိသဒါ ဖိသၢ်ဆံး ဖဲတၢ်အိၣ်ဒီးဟူးသးအခါ ဒီးလၢကဒုးအိၣ်ထီၣ်န့ၣ်ဆၢခိၣ်ခိၣ်ယၢၤလၢအပူၤဖျဲး လၢကဟဲက့ၤဖိသၢ်ဆံး ဆူဟံၣ်ပုၤန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်မၤပူၤဖျဲး မိၣ်/တၢ်ဩၣ်းနၢတၢ်အလုၣ်အသံဝံ လၢဖိသၢ်ဆံးဒီးယၢအဂီၢ်

- မၤဒဲသိး နဟံၣ်ဒီးဖျၢၣ် ဒီးသိလုၣ် ပူၤဖျဲး လၢမိၣ်/တၢ်ဩၣ်းနၢတၢ် အလုၣ်အသံဝံတဖၣ်
- အိၣ်ယံးဒီးပုၤတဖၣ် ဖဲအဝဲသ့ၣ် အိၣ်မိၣ်/ဩၣ်းနၢတၢ်အခါ
- တဲသကိးတၢ်ဒီး နဟံၣ်ဖိယီဖိ မ့တမ့ၢ် တံၤသကိးတဖၣ် လၢကပတုၣ်တၢ်အိၣ်မိၣ်အဂ့ၢ်
- ဟးဆဲးဟံၣ်ဃီ ဒီးသိလုၣ်တဖၣ် လၢအိၣ်ဒီးပုၤလၢ အိၣ်မိၣ်/ဩၣ်းနၢတၢ်လၢအပူၤတဖၣ်