ミャンマー語

Sổ ghi chép thuốc

お薬手帳

máy tính xách tay thuốc

お薬手帳

全結果のリストを読み込めません

再試行

再試行しています...

再試行しています...

全結果のリストを読み込めません

再試行

再試行しています...

再試行しています...

Cách sử dụng sổ ghi chép

手帳の使い方

Làm thế nào để sử dụng máy tính xách tay

ノートパソコンの使い方

全結果のリストを読み込めません

再試行

再試行しています...

再試行しています...

全結果のリストを読み込めません

再試行

再試行しています...

再試行しています...



ဆေးမှတ်တမ်း　（服薬手帳）

တီဘီရောဂါသည် ကုသ၍ ပျောက်ကင်းနိုင်သော ရောဂါဖြစ်တယ်။

တီဘီရောဂါကိုကုသရာတွင်အရေးကြီးဆုံးအချက်မှာဆေးကိုနေ့တိုင်းသေချာစွာသောက်ရန်ဖြစ်တယ်။

ရောဂါလက္ခဏာတွေ သက်သာလာသောအခါ လူတိုင်းဟာ ဆေးသောက်ဖို့ မေ့သွားတတ်ကြပါတယ်။

ဒါက အရမ်းအန္တရာယ်များတယ်။

ရောဂါအခြေအနေသက်သာလာပြီဆိုပြီးကိုယ့်ဘာသာကိုယ့်တွေးပြီးဆေးသောက်ခြင်းကိုရပ်လိုက်လျှင် ရောဂါအခြေအနေသည်　ပိုမိုဆိုးရွားလာနိုင်သည်　သို့မဟုတ်　ဘက်တီးရီးယားများသည်　ဆေးကို ခံနိုင်ရည်ရှိလာနိုင်ပြီး ဆေးအာနိသင် မရှိတော့ပါ။

ဆေးသောက်သည့်အလေ့အကျင့်ဖြစ်စေရန် ဤမှတ်စုစာအုပ်ကို အသုံးပြုပါ။

結核は治療を受ければ治る病気です。

結核の治療でもっとも大切なのは、確実に毎日薬を飲むことです。

症状が治まると、誰でも薬を飲むことを忘れがちになってしまいます。

これはとても危険なことです。

治ったと思って勝手に服薬を中止すると、再び悪くなったり、菌に耐性がついて薬が効かなくなります。

この手帳を使って、薬を飲むことを習慣にしてください。

မှတ်စုစာအုပ်ဘယ်လိုသုံးလဲ။　（手帳の使い方）

ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

ဆေးရုံ၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန၊ ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုဖူလုံရေးရေးဌာန သို့မဟုတ် ဆေးဆိုင်သို့ သွားသည့်အခါ ဆေးမှတ်တမ်းစာအုပ်ကို သင်နှင့်အတူ ယူဆောင်သွားပါ။

薬を飲んだ日は、〇を付けてください。

病院、保健所、保健福祉センター、薬局に行くときは、

必ず手帳を持ってきてください。

တီဘီရောဂါဆိုတာဘာလဲ။　（結核とは）

တီဘီရောဂါသည် တီဘီဗက်တီးရီးယားများကို ရှူရှိုက်မိခြင်းကြောင့် အဆုတ်တွင် ရောင်ရမ်းမှုကို အဓိကဖြစ်စေသော ရောဂါဖြစ်သည်။

တီဘီဗက်တီးရီးယားတွေကို ရှူရှိုက်မိလျှင်တောင် ကျန်းမာစွာ ရှိနေလျှင် ခန္ဓာကိုယ် ခုခံအားစနစ်က တီဘီဗက်တီးရီးယားတွေကို နှိမ်နင်းပေးပါလိမ့်မည် ။

လူတိုင်းက တီဘီရောဂါ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး ။

အလုပ်အလွန်အကျွံလုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် နေထိုင်မှုပုံစံ စနစ်မကျခြင်းကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် ခုခံအားက အားနည်းပါက ဖျားနာနိုင်ခြေပိုများပါသည်။

တီဘီရောဂါဖြင့်ဖျားသောအခါတွင်　ချောင်းဆိုးခြင်း၊　သလိပ်ထွက်ခြင်း၊　အဖျားတက်ခြင်း၊ ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်မအီမသာဖြစ်ခြင်းနှင့် ညဘက်ချွေးထွက်များခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သည်။

တီဘီရောဂါသည်　ရောဂါအခြေအနေဆိုးလာသည်နှင့်အမျှ ချောင်းဆိုး နှာချေခြင်းဖြင့် လေထဲသို့ တီဘီရောဂါပိုး ထွက်လာနိုင်သည်။

ထိုတီဘီဗက်တီးရီးယားပိုးကို　ရှူရှိုက်ခြင်းဖြင့်　ပိုးသည်　သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို　ပျံ့နှံ့သွားပါသည်။ (လေမှတဆင့် ကူးစက်ခြင်း)

結核は、結核菌を吸い込むことにより、主に肺に炎症が起こる病気です。

結核菌を吸い込んでも健康であれば、免疫の働きによって結核菌を抑え込むことができます。

すべての人が発病するわけではありません。

過労や、食事・睡眠が十分にとれないような生活が続いて免疫力が低下したとき発病しやすくなります。

発病すると、せき、たん、発熱、胸痛、体のだるさ、寝汗等が見られます。

結核が進行すると、せきや、くしゃみによって、空気中に結核菌が出てくるようになります。

その結核菌を吸い込むことにより、まわりの人に感染が広がります。

（空気感染）



တီဘီရောဂါအတွက် ပြည်သူ့ဘဏ္ဍာငွေစနစ်　（結核医療費の公費負担制度）

တီဘီရောဂါအတွက်ဆေးကုသမှုခံယူသည့်အခါဆေးဘက်ဆိုင်ရာကုန်ကျစရိတ်၏တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကို ပြည်သူ့ဘဏ္ဍာငွေဖြင့်ပေးဆောင်ကာတစ်ဦးချင်း၏ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကို လျှော့ချပေးသည့် စနစ်တစ်ရပ်ကို ထူထောင်ခဲ့သည်။

နိုင်ငံခြားသားများနှင့် ကျန်းမာရေး အာမခံကတ် မရှိသော သူများလည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။

သို့ရာတွင် တီဘီရောဂါလို့ သတ်မှတ်လို့မရသေးသောအချိန်ထိ ကုန်ကျခဲ့သောစရိတ်နှင့်

အခြားသောရောဂါများကြောင့် ကုန်ကျခဲ့သောစရိတ်များကို သင်ကိုယ်တိုင်ပေးဆောင်ရပါမည်။

結核の治療を受ける場合には、医療費の一部を公費で負担し、自己負担を軽減する制度が設けられています。

外国人や健康保険証を持っていない人も利用できます。

ただし、結核と診断されるまでにかかった費用や、他の病気の治療費はあなたが負担してください。

တီဘီရောဂါကုသမှု　（結核の治療）

တီဘီရောဂါကုသရာမှုတွင် အဓိကဆေးဝါးသောက်ခြင်းဖြင့် ကုသပါသည်။

တီဘီရောဂါရှိကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိပါက ဆရာဝန်ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဆေးကို ၆ လမှ ၁၂ လခန့် သောက်ရပါမည်။

ပြင်းထန်သော လက္ခဏာများ ရှိသူများသည် နှစ်လခန့် ဆေးရုံတင်သင့်ပါသည်။

ဆေးရုံတက်ရသော　ရည်ရွယ်ချက်သည် သင့်တော်သော　ကုသမှုခံယူရန်နှင့် သင့်ပတ်ဝန်းကျင်က လူတွေကို ကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် ဖြစ်သည်။

သင်၏ရောဂါအခြေအနေပေါ် မူတည်၍ ဆေးရုံတက်ချိန်ပိုကြာနိုင်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် တီဘီဘက်တီးရီးယားပိုးအရေအတွက် လျော့နည်းသွားတဲ့အခါ ဆေးရုံကဆင်းနိုင်ပါ သည်။

ဆေးရုံမှဆင်းပြီးသည့်တိုင် 4 လကြာ ဆေးကိုဆက်လက်သောက်ပါ။

ဆေးကို လေးလ သို့မဟုတ် ထို့ထက်ပို၍ သောက်ပေးရပါမည်။

ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်ကို သေချာလိုက်နာပါ။

နေ့တိုင်း ဆေးသောက်နေလျှင် ပုံမှန်အတိုင်းအလုပ် ဒါမှမဟုတ် ကျောင်းသွားနိုင်ပါ သည်။

အလုပ်သို့ ကျောင်းသွားသည့်အခါ သင့်ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာပါ။

ရောလက္ခဏာ မပြင်းသောသူသည် သောက်ဆေးဖြင့် ကုသမှူ ခံယူနိုင်သည်။

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနရှိ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး သူနာပြုများသည် သင့်အား မြန်မြန်သက်သာလာစေရန် ကူညီပေးရန် ဆေးရုံရှိ ဆရာဝန်များနှင့် သူနာပြုများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်သည်။

တခါတရံ သောက်ပြီးဆေးအိတ်လွတ်များကို ပြသရန် တောင်းဆိုတတ်သောကြောင့် အိတ်လွတ်များကို မစွန့်ပစ်ပါနှင့်။

結核の治療は、服薬治療が中心になります。

結核と診断されたら、医師の指示どおりに、約6か月から12か月間、薬を飲んでください。

症状が重い人は、約２か月間、入院してください。

入院の目的は、適切な治療を受けるためと、まわりの人への感染を防ぐためです。

体の状態によっては、入院期間が長くなることがあります。

入院しても、まわりの人へうつす心配がなくなれば、退院できます。

体の中の結核菌が少なくなると退院できます。

退院しても、４か月間は薬を飲み続けてください。

４カ月以上薬を飲まなければならないこともあります。

必ず医師の指示に従ってください。

毎日服薬していれば、仕事や学校に行くことができます。

仕事や学校に行く時期は医師の指示に従ってください。

症状が軽い人は、通院にて服薬治療を行います。

保健所の保健師さんは、病院の医師や看護師と協力

して、あなたが早く良くなるように支えてくれます。

薬の空袋を見せてもらうことがありますので捨てないで

ください。

အထွေထွေကုသမှု　（一般的な治療）

တီဘီရောဂါအတွက်ဆေးဝါးတစ်မျိုးတည်းကိုသာ အသုံးပြုပါက ၎င်းကို ခုခံနိုင်စွမ်းရှိလာမည်ဖြစ်သဖြင့် ကုသမှုအတွက် ဆေးဝါးအများအပြားကို အသုံးပြုကြသည်။

ဆေးနှင့်တီဘီရောဂါကို တိုက်ဖျက်ရန် အနည်းဆုံး 6 လ လိုအပ်ပါသည်။ ဆေးကို 6 လ သို့မဟုတ် ထို့ထက်ပို၍ သောက်ရပါမည်။

結核の薬を単独で使うと薬に対して耐性ができてしまうので、複数の薬で治療します。

薬で結核菌を殺すには最低６カ月が必要です。６か月以上服薬しなければならないこともあります。

ဆေးနာမည်　薬名　　　ဆေးသောက်ကာလ　服薬期間



လ（月）

ပ်လျှိုးနေသော တီဘီရောဂါကူးစက်မှုကို ကုသခြင်း။　（潜在性結核感染症の治療）

အကယ်၍ သင့်တွင်တီဘီရောဂါ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေရှိကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိပါက ရောဂါမဖြစ်ပွားစေရန် ကာကွယ်ရန် ကြိုဆင်ဆေးသောက်ရမည် ဖြစ်သည်။

ရောဂါရှိသည်မဟုတ်သောကြောင့် အခြားသူများကို ကူးစက်မည်ကို စိုးရိမ်စရာမလိုပါ။

ခွင့်ပြုချက်မရပဲ ဆေးသောက်ခြင်းကို ရပ်လိုက်ပါက ပိုးတွေ ခံနိုင်ရည်ရှိလာပြီး ရောဂါဖြစ်ခဲ့လျှင် ဆေးသောက်လဲ ဆေးမတိုးတော့ပါ။

ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်ကို သေချာလိုက်နာပါ။

結核発病の危険があると診断されたときは、発病を予防する薬を飲んでもらいます。

発病ではないので、他の人に感染させる心配はありません。

勝手に服薬を中止すると、菌に耐性がついて発病したときに薬が効かなくなります。

必ず医師の指示に従ってください。

ဆေးနာမည်　薬名　　ဆေးသောက်ကာလ　服薬期間



လ（月）

တီဘီဆေး၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ 　（結核薬の副作用）

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးဟုထင်ရသော လက္ခဏာများခံစားရပါက သင့်ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ပါ။

副作用と思われる症状がでたら、医師に相談してください。

|  |  |
| --- | --- |
| ဆေးနာမည်薬名 | အဓိကဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ Tác dụng phụ chính主な副作用主な副作用全結果のリストを読み込めません再試行再試行しています...再試行しています... |
| I N H | လက်ချောင်းထိပ်များထုံကျင်ခြင်း၊　ယားယံခြင်း၊　အစာစားချင်စိတ်မရှိခြင်း၊ အသည်းပျက်စီးခြင်း၊　အနီဖုများထွက်ခြင်း။ Tê, ngứa, chán ăn, tổn thương gan, phát ban trên đầu ngón tay指先のしびれ、かゆみ、食欲不振、肝障害、発疹しびれ、かゆみ、食欲不振、肝障害、指先の発疹Tê, ngứa, mất cảm giác ngon miệng, tổn thương gan, phát ban trên đầu ngón tayしびれ、かゆみ、食欲不振、肝障害、指先の発疹全結果のリストを読み込めません再試行再試行しています...再試行しています... |
| R F P | အသည်းပျက်စီးခြင်း၊ အစာအိမ် အူလမ်းကြောင်း ပျက်စီးခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊肝障害、胃腸障害、発疹、かゆみဆီးက အနီရောင်ပြောင်းသွားပေမယ့် စိတ်ပူစရာမရှိပါဘူး။尿が赤くなりますが心配ありません。 |
| E B | အမြင်အာရုံ　ကျဆင်းခြင်း၊　ဥမင်မြင်ယောင်ခြင်း၊　ခြေလက်အောက်ပိုင်း ထုံကျင်ခြင်း။視力の低下、視野狭窄、下肢のしびれ |
| P Z A | အသည်းပျက်စီးခြင်း၊ အဆစ်နာခြင်း ၊ သွေးတွင်းUric acidများခြင်း肝障害、関節痛、高尿酸血症 |
| S M | မူးဝေခြင်း၊ နားအူခြင်း၊ အကြားအာရုံဆုံးရှုံးခြင်း၊ ကျောက်ကပ်ပျက်စီးခြင်း။めまい、耳鳴り、難聴、腎障害 |
| L V F X | မူးဝေခြင်း၊ ပျို့ခြင်း၊ အိပ်မပျော်ခြင်း၊ ယားယံခြင်း။めまい、吐き気、不眠、発疹 |

တီဘီဆေးသောက်နေစဉ် အရက်ကို မသောက်ရပါ။ ။

အရက်သောက်ခဲ့လျှင်　ဆေးဝါးနဲ့　အရက်ကြောင့်　အသည်းကို　ကြီးမားသော　ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး ဖြစ်စေပါတယ်။

ဆေးသောက်နေစဉ်မှာ မျှတစွာအစားအသောက်ကို စားပြီး လုံလောက်စွာ အိပ်စက်ပါ။

結核の薬を服用している間は、お酒は禁止です。

お酒を飲むと、薬とお酒のため肝臓に大きな負担がかかります 。

服薬中は、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠を取ってください。

　　　　　　　　　　　**လ（月）**

ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

薬を飲んだ日は、〇をつけてください。



နောင်ကြိမ် ဆေးခန်းလာပြရမည့်ရက်ရက်စွဲ-　 လ၊ နေ့၊ နာရီ - မိနစ်

次の外来受診日　　　　　　　　　　　　　　月　　　　日　　　　時　 ：　 分

　　　　　　　　　　　**လ（月）**



ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

薬を飲んだ日は、〇をつけてください。



နောင်ကြိမ် ဆေးခန်းလာပြရမည့်ရက်ရက်စွဲ-　 လ၊ နေ့၊ နာရီ - မိနစ်

次の外来受診日　　　　　　　　　　　　　　月　　　　日　　　　時　 ：　 分

　　　　　　　　　　　**လ（月）**



ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

薬を飲んだ日は、〇をつけてください。



နောင်ကြိမ် ဆေးခန်းလာပြရမည့်ရက်ရက်စွဲ-　 လ၊ နေ့၊ နာရီ - မိနစ်

次の外来受診日　　　　　　　　　　　　　　月　　　　日　　　　時　 ：　 分

　　　　　　　　　　　**လ（月）**



ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

薬を飲んだ日は、〇をつけてください。



နောင်ကြိမ် ဆေးခန်းလာပြရမည့်ရက်ရက်စွဲ-　 လ၊ နေ့၊ နာရီ - မိနစ်

次の外来受診日　　　　　　　　　　　　　　月　　　　日　　　　時　 ：　 分

　　　　　　　　　　　**လ（月）**



ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

薬を飲んだ日は、〇をつけてください。



နောင်ကြိမ် ဆေးခန်းလာပြရမည့်ရက်ရက်စွဲ-　 လ၊ နေ့၊ နာရီ - မိနစ်

次の外来受診日　　　　　　　　　　　　　　月　　　　日　　　　時　 ：　 分

　　　　　　　　　　　**လ（月）**



ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

薬を飲んだ日は、〇をつけてください。



နောင်ကြိမ် ဆေးခန်းလာပြရမည့်ရက်ရက်စွဲ-　 လ၊ နေ့၊ နာရီ - မိနစ်

次の外来受診日　　　　　　　　　　　　　　月　　　　日　　　　時　 ：　 分

　　　　　　　　　　　**လ（月）**



ဆေးသောက်သည့်နေ့ကို〇အမှတ်အသားပြုပါ။

薬を飲んだ日は、〇をつけてください。



နောင်ကြိမ် ဆေးခန်းလာပြရမည့်ရက်ရက်စွဲ-　 လ၊ နေ့၊ နာရီ - မိနစ်

次の外来受診日　　　　　　　　　　　　　　月　　　　日　　　　時　 ：　 分

ဆေးသောက်ပြီး သင့်ခန္ဓာကိုယ်ထဲက တီဘီပိုးတွေ သေသွားသော အခါ ဆေးကုသမှုက

သို့သော်လည်း ရှားရှားပါးပါး အခြေအနေများတွင် ပြန်ဖြစ်နိုင်သောကြောင့် ကုသမှုခံယူပြီး နှစ်နှစ်မှ သုံးနှစ်ကြာ ရင်ဘတ်ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်းနှင့် သလိပ်စစ်ဆေးမှု ပုံမှန်ပြုလုပ်ပါ။

ဆေးစစ်ဖို့ အချိန်ကျလာလျှင်ါ သင့်အား အကြောင်းကြားပါမည်။

ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာပြီး ဆေးစစ်မှုကို ခံယူပါ။ ကုန်ကျစရိတ်လည်း မရှိပါဘူး။

နှစ်ပတ်ထက်ပို၍ ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် သလိပ်ထွက်ခြင်းကဲ့သို့သော လက္ခဏာများ ဆက်လက်ရှိနေပါက နောက်တစ်ကြိမ်စစ်ဆေးမှုကို မစောင့်ဆိုင်းဘဲ ဆေးရုံဆေးခန်းနှင့်နှင့် တိုင်ပင်ပါ။

သင့်လိပ်စာပြောင်းသည့်အခါ　သို့မဟုတ်　သင့်ဇာတိနိုင်ငံသို့　ပြန်သည့်အခါတွင်　　　　　　　　　　　　　　ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနသို့ မဖြစ်မနေ အကြောင်းကြားပါ။။

薬を飲んで、体の中の結核菌が死んでしまうと治療は終わりです。

しかし、まれに再発することがありますので、治療が終わってから2年から3年間は、定期的に胸部エックス線検査や、たんの検査を受けてください。

検査の時期が来たらお知らせします。

案内に従って検査を受けてください。　費用はかかりません。

咳や痰などの症状が2週間以上続くときは、次の検査を待たずに医療機関を受診してください。

住所が変わるときや帰国するときは、必ず保健所に連絡してください。

ဂျပန်နိုင်ငံရှိ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနများသည် ရပ်ကွက် ရှိလူတိုင်း၏ ကျန်းမာရေးကို ကာကွယ်ရာတွင် အရေးကြီးသောအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည်။

အစားအသောက်သန့်ရှင်းရေး၊ စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် တီဘီရောဂါနှင့် ကူးစက်ရောဂါများ တိုက်ဖျက်ရေး　စီမံချက်များကဲ့သို့သော ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို လုပ်ဆောင်ပါသည်။



日本の保健所は、地域の皆さんの健康を守る重要な役割を担っています。食品衛生や、精神保健、結核や感染症の対策など、公衆衛生業務を行っています。

****

大阪府・大阪市・堺市・東大阪市・高槻市・豊中市・枚方市・八尾市・寝屋川市・吹田市

（令和7年７月）