

စိတ်ဖိစီးမှုအကဲဖြတ်ပုံ

Covid 19 အခြေအနေ

Dr. Suriya Deo Tripathi မှမေးခွန်းလွှာကိုဖန်တီးထားသည်

ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာမြင့်တင်ရေးစင်တာ၏ဒါရိုက်တာ ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန

လူတိုင်းစိတ်ဖိစီးမှုခံစားရနိုင်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုအကြောင်းတရားများအများကြီးရှိပါတယ်။ ဝင်ငွေမလုံလောက်ခြင်းနှင့်အကြွေးအများကြီးရှိခြင်း အမျိုးမျိုးသောဘေးအန္တရာယ်များနှင့်ဆုံးရှုံးမှု စိတ်ဖိစီးမှုဟာကောင်းကျိုးရောဆိုးကျိုးရောပါပါတယ်။ အလွန်များလွန်းပါက၎င်းသည်ကို ယ်ခန္ဓာနှင့်စိတ်ကိုဆိုးကျိုးသက်ရောက်စေသည်။ သင်ခံစားချက်အရမှတ် 0-2 ကိုရေးပါ။

0 အဆင့်သည်အလွန်သေးငယ်သည် (သို့) မခံစားရပါ

အမှတ် 1=တစ်ခါတစ်ရံ

အမှတ် 2=ခဏခဏ/ အမြဲတမ်း

အထွေအထွေစာရင်း

အသက် ဂဏန်းဖြင့်ရေးပါ။

အမျိုးစား ☐ ယောက်ျား ☐ မိန်းမ ☐ အခြားသော

အလုပ်အကိုင်

ပြည်နယ်

အပိုဒ် 1။စိတ်ဖိစည်းမှုကြောင့်ခေါင်းကိုက်ခြင်း

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပိုဒ် 2။လည်ပင်းကြွက်သားနာကျင်ခြင်း

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပိုဒ် 3။သူများပြောရင်အစာစားခြင်စိတ်ရှိသည်။ ဒါပေမဲ့စိတ်ထဲမစားချင်ပါ။

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပိုဒ် 4။အိတ်မပျော်ခြင်း

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပိုဒ် 5။covid 19ဗိုင်းရပ်စ်နှင့်ပတ်သက်ပြီးပြီးညှုခြင်း

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပုဒ် 6။ covid 19 နှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းတွေကြည့်ရှုနားထောင်ရင်းတစ်ခါတစ်ရံ ဆိုးမှဖြစ်ခြင်း

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပုဒ် 7။ covid 19 ဗိုင်းဂျစ်ကူးစက်ခံရသည်ကိုစိုးရိမ်ခြင်း

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပုဒ် 8။ ဘယ်သူနဲ့မှစကားမပြောခြင်း

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပုဒ် 9။ တစ်ယောက်တည်းနေခြင်းတယ် quarantine နှင့်မဆိုင်ပါ

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

အပုဒ် 10။ နေစဉ်လှုပ်မှုများကိုမလုပ်ဆောင်နိုင်ပါ

☐ အနည်းငယ် ☐ တစ်ခါတစ်ရံ ☐ အမြဲတမ်း

ဘာသာပြန်ထားသော အဓိပ္ပါယ်ကိုအမှတ်ပေးခြင်း

အမှတ်စဉ်ပေါင်း	ဘာသာပြန်ထားသော အဓိပ္ပါယ်	လုပ်ပုံလုပ်နည်း
အမှတ်ပေါင်း 0-5 မှတ်	ပုံမှန်အခြေအနေ	လူတိုင်းမိမိရဲ့အနီးအနားမှလူတွေကိုကြည့်ပြီးကိုယ့်ကိုယ်ကိုကာကွယ်ပါ။
အမှတ်ပေါင်း 6-14 မှတ်	တစ်ခါတလေစိုးရိမ်ပူပန်မှုအလည်အလာတိဖြစ်ခြင်း	ညွှန်ကြားသူပြောသည့်အတိုင်းအနားယူပါ-စိတ်ချမ်းသာရန်ကျန်မာရေးဂရုစိုက်ပါ။
အမှတ်ပေါင်း 15-20 မှတ်	အရမ်းစိတ်ဖိစည်းမှုဖြစ်ခြင်း	လိုအပ်ပါကကူညီမှုတောင်းဆိုပါ။ အရေးပေါ်ဖုန်း 1667 ဆာကုဝန်ထံဆေးစစ်မှုခံယူပါ။