



### တၢ်လၢတၢ်ကူစါယါဘျါမ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

တၢ်ကူစါယါဘျါလၢနီၣ်သးအိၣ်ဘၣ်အိၣ်လၢနီၣ်သးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူအတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတခါအဆိၣ်န့ၣ်မ့ၢ်“သးဂ့ၢ်ဝိတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ကူစါယါဘျါ”လၢအဟံၣ်ယုၣ်ကသံၣ်ကသီ,တၢ်ကူစါယါဘျါခိဖျိတၢ်သုလိသဟံၣ်လၢတၢ်မၤဟူးမၤဝးတၢ်အဂီၢ်,ဂ့ၢ်ဂီၤအူသးဂ့ၢ်ဝိတၢ်ကူစါယါဘျါဒီးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူအတၢ်ကူၤထွဲကဟုကယၢ်လၢအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်နတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်ဒ်ပုၤဆါတဂၤအသိးလၢနကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါအဂ့ၢ်ကတၢ်တခါ.ဒီးနကသံၣ်သရၣ်ကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါဒီးကရၢပုၤပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအဂၤတဖၣ်ကတဲဘၣ်န့ၣ်ဘၣ်ယးတၢ်ကူစါယါဘျါအတၢ်ယုထာတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.နကဟံၣ်ယုၣ်လၢတၢ်ကဒုးလိၣ်ထီၣ်ဖးထီၣ်န့ၣ်နီၣ်ကစၢ်အတၢ်ကူစါယါဘျါ.တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤဒီးတၢ်စံၣ်လီၤတၢ်ဆါဟံၣ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ.ဒီးနတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲ(တၢ်အၢၣ်လီၤတူၢ်လီၤ)န့ၣ်တၢ်ကမၤန့ၢ်အိၣ်ထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

### မ့ၢ်တၢ်ကူစါယါဘျါန့ၣ်လၢအထီၣ်ဒါနတၢ်ဘၣ်သးန့ၣ်သ့စ့ၢ်ခါ.

ဖဲနမ့ၢ်ပုၤဆါလၢအသးမ့ၢ်ဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါန့ၣ်နတဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါနီၣ်တမံၤလၢအတအဆိၣ်ဒီးတၢ်ပျဲလၢနဘၣ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါန့ၣ်လီၤ.အဒိဒ်ပုၤလၢအကူၤထွဲကဟုကယၢ်န့ၣ်အဆိၣ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်ပျဲလၢတၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါတၢ်ဂ့ၢ်အခိပညိမ့ၢ်နဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်ကျိၤလၢနအဆိၣ်ဒီးဒီးလိၣ်ဘၣ်အိၣ်လဲၣ်လၢ.ဒီးနန့ၢ်ဟံၣ်နတၢ်ဆါတဲဘၣ်ဒီးတၢ်အၢၣ်လီၤတူၢ်လီၤလၢတၢ်ကူစါယါဘျါအဂီၢ်လၢလၢပုၤပျဲန့ၣ်လီၤ.

ဖဲသးတၢ်ကူစါယါဘျါအံၤတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်လၢတၢ်ကမၤပုၤဖျဲးနသးသမုမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ဒီသဒါန့ၣ်လၢကဒုးကဲထီၣ်နီၣ်ခိတၢ်ဘၣ်ဒီးဘၣ်ထံးဒီးခိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်ဆူၣ်နီၣ်ကစၢ်အသးမ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤအဂၤတဂၤအဂီၢ်တခါ,တၢ်ကဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါလၢတအဆိၣ်ဒီးနတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲန့ၣ်သ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်အံၤတၢ်ကိးအိၣ်လၢဂ့ၢ်ဂီၤအူသးဂ့ၢ်ဝိတၢ်ကူစါယါဘျါန့ၣ်လီၤ.

ဖဲနမ့ၢ်ပုၤဆါလၢကဒီးန့ၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါလၢတအဆိၣ်ဒီးနီၣ်ကစၢ်တၢ်ယုထာ(လၢတၢ်ကလုာ်လၢတၢ်ကမၤန့ၢ်တၢ်ကူစါလၢတၢ်ဆါဟံၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤတတၢ်တၢ်ကူစါအဂီၢ်)နကဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်န့ၣ်သးဂ့ၢ်ဝိတၢ်ကူစါယါဘျါလၢတအဆိၣ်ဒီးနတၢ်ပျဲ,သန့ကတၢ်ကြးယုန့ၢ်တၢ်ပျဲလၢနအဆိၣ်န့ၣ်လီၤ.

### ဖဲနသးမ့ၢ်တမ့ၢ်သးမ့ၢ်တမံၤဝဲဒၣ်ဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါလၢနီၣ်တၢ်တခါမနုၤသ့လဲၣ်.

နကြးစးထီၣ်တဲသကိးတၢ်ဒီးပုၤလၢအကူစါယါဘျါန့ၣ်အကရၢဒီးတၢ်ပိၣ်သကိးတၢ်

ယုထာတဖၣ်လၢအဆိၣ်ဒီးန့ၣ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ်အဂ့ၢ်တက့ၢ်.

နမ့ၢ်ပုၤဆါလၢအသးမ့ၢ်လၢကမၤန့ၢ်တၢ်ကူစါယါဘျါတခါနမၤဝဲဒၣ်န့ၣ်နီၣ်ကစၢ်တၢ်ဆါတဲဘၣ်ယးတၢ်ကူစါယါဘျါဒ်လဲၣ်တကလုာ်လၢနကတူၢ်လီၤအိၣ်န့ၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.နမ့ၢ်န့ၢ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်လၢအဂၤတခါသ့ဝဲဒၣ်လၢကသံၣ်သရၣ်လၢအကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါအဂၤတဂၤအဆိၣ်သ့ဝဲဒၣ်တၢ်အံၤကမၤစၢၤန့ၣ်လၢနကဆါတဲဘၣ်လၢနအဆိၣ်ဒီးမၤအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲနမ့ၢ်ပုၤဆါလၢတတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါတခါနသံၣ်က့ၢ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်နီၣ်ကစၢ်ကသံၣ်သရၣ်ကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါမ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤကသံၣ်သရၣ်အဆိၣ်ကျဲၤလၢအကူစါတၢ်တမံၤယီၤဒ်သိးနကသံၣ်သရၣ်,ခံၤန့ၣ်အကျါတဂၤလၢတၢ်ကရဲၣ်ကျဲၤမၤန့ၢ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဘၣ်ယးတၢ်ကူစါယါဘျါအဂီၢ်အူညါန့ၣ်လီၤ.ကသံၣ်သရၣ်လၢအကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်လၢအသဘူကမၤက့ၢ်န့ၣ်ဒီးကွဲးဆူၣ်န့ၢ်လဲၣ်ဘၣ်ယးအဝဲအတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်န့ၣ်လီၤ.နကသံၣ်သရၣ်ကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါကဘၣ်ဆိၣ်ဆူၣ်ယုၣ်တၢ်အံၤ,သန့ကတူၢ်အဆိၣ်ဒီးမူဒါလၢကဘၣ်လုာ်ပိၣ်မၤထွဲတၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်တခါအံၤအူညါဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲနဒီးန့ၢ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်အူညါတခါအံၤလဲၣ်အလီၤခံၤ.နသံၣ်က့ၢ်စ့ၢ်ကိးနကသံၣ်သရၣ်ကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်တၢ်ဆါ,မ့ၢ်တမ့ၢ်ကသံၣ်သရၣ်ခိၣ်ကျဲၤကူစါတမံၤယီၤဒ်နကသံၣ်သရၣ်တဂၤလၢအကကျဲၤန့ၣ်န့ၢ်တၢ်ထံၣ်တၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်အူညါ,သန့ကတူၢ်တၢ်အံၤဘၣ်တဘၣ်တၢ်ကသမၤအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

နမ့ၢ်သ့ၣ်တမံၤသးတမ့ၢ်ဒီးတခါ,နမၤကသံၣ်သရၣ်ခိၣ်ကျဲၤလၢအကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါကက့ၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်တၢ်လၢနတၢ်ဂ့ၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.ကသံၣ်သရၣ်ခိၣ်ကျဲၤလၢအကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကမၤနကသံၣ်သရၣ်လၢအကက့ၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ကဒါက့ၢ်တၢ်ဆါတဲဘၣ်ယးဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါန့ၣ်လီၤ.

### ကသံၣ်ကသီတၢ်ကူစါယါဘျါ(လၢနနီၣ်ခိတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူအဂီၢ်)

ဖဲနမ့ၢ်ပုၤဆါလၢအဂၤအကတီၢ်,နဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်နတၢ်ပျဲလၢကသံၣ်ကသီတခါလၢလၢနကလိၣ်ဘၣ်အိၣ်အဂီၢ်သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.ဖဲနဟ့ၣ်တၢ်ပျဲမ့ၢ်တသ့တခါ,ပုၤတဂၤလၢတၢ်ပျဲအိၣ်လၢကမၤတၢ်ဆါတဲဘၣ်လၢနလီၤ,ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢနဂီၢ်သ့ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.ဖဲနမ့ၢ်ပုၤဆါလၢတတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါလၢတၢ်ဆါဟံၣ်ဒီးလိၣ်ဘၣ်ဂ့ၢ်ဂီၤအူကသံၣ်ကသီတၢ်ကူစါယါဘျါတခါ,နကသံၣ်သရၣ်တလိၣ်ဒီးန့ၢ်တၢ်ပျဲလၢအကဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါန့ၣ်ဘၣ်,သန့ကတူၢ်အဝဲကဘၣ်ဒုးသ့ၣ်ညါကသံၣ်သရၣ်ခိၣ်ကျဲၤလၢခံၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲနမ့ၢ်ပုၤဆါလၢတတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါလၢတၢ်ဆါဟံၣ်အပူၤ,ဘၣ်တဘၣ်နကဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်န့ၣ်တၢ်ပျဲလၢနကလဲၤအူတၢ်ဆါဟံၣ်အဂၤတဖျၢ်ဒီးမၤန့ၢ်တၢ်ကူစါယါဘျါ

ဖဲန့ၣ်လီၤ.ဖဲနအိၣ်လၢတၢ်ပျဲအဆါကတီၢ်န့ၣ်နမ့ၢ်ဒ်ဒၣ်ပုၤလၢတတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါဘၣ်ဒီးကဘၣ်လုာ်ပိၣ်တၢ်ကူစါယါဘျါလၢနဂီၢ်အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအူညါဒီးဟဲက့ၢ်ကဒါက့ၢ်ဖဲနတၢ်ပျဲကတၢ်က့ၢ်အခါန့ၣ်လီၤ.

### တၢ်ကူစါယါဘျါခိဖျိတၢ်သုလိသဟံၣ်လၢတၢ်မၤဟူးမၤဝးတၢ်အဂီၢ်(ECT)

ECTမ့ၢ်တၢ်ကူစါယါဘျါလၢနီၣ်သးတၢ်ဆူတၢ်ဆါတဘျါဒ်ခါအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.ဖဲနကသံၣ်ကသီမ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤထီၣ်နတၢ်အိၣ်သးတခါ,မ့ၢ်တမ့ၢ်ဖဲနတၢ်ဆူတၢ်ဆါအံၤမ့ၢ်န့ၣ်ထီၣ်နးနးကလဲၣ်,နကသံၣ်သရၣ်ကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါကဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဒၣ်ECTလၢနဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဘၣ်ယးဒီးန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ECT သုလၢအခါဒ်လဲၣ်န့ၣ်တၢ်ဖိၣ်ယးမၤယးအိၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်ဝဲ-

- ပုၤလၢအသးအိၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်ဆူအဖိလၢတဖၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်ECTတသ့ဘၣ်.
- ECTန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအူၣ်ဖိသ့ၣ်ပုၤဆါလၢအတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါ(၁၄-၁၇န့ၣ်တဖၣ်)လၢအဆိၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ပျဲ,မ့ၢ်တမ့ၢ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲမ့ၢ်တသ့တခါ,ယုၣ်ဒီးတၢ်ပျဲလၢအဝဲသ့ၣ်အမိၢ်အပုၤမ့ၢ်ပုၤက့ၢ်ထွဲကဟုကယၢ်အဝဲသ့ၣ်အဆိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.တၢ်ပျဲလၢအဟဲလၢနီၣ်သးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူအစံၣ်ညိၣ်က့ၢ်အဘျီၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ECTန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအူသးပုၤပုၤဆါလၢအတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါ(၁၈န့ၣ်ဒီးအဖိခိၣ်)လၢအဆိၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ပျဲ,မ့ၢ်တမ့ၢ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲမ့ၢ်တသ့တခါ,ယုၣ်ဒီးတၢ်ပျဲလၢပုၤတဂၤလၢတၢ်ပျဲအိၣ်လၢကမၤတၢ်ဆါတဲဘၣ်လၢပုၤဆါအလီၤ,အဒိဒ်ပုၤက့ၢ်ထွဲကဟုကယၢ်တၢ်တဂၤန့ၣ်လီၤ.
- မ့ၢ်တမ့ၢ်လၢနီၣ်သးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူအစံၣ်ညိၣ်က့ၢ်အဘျီၣ်မ့ၢ်တဟ့ၣ်တၢ်ပျဲဘၣ်န့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ECTအူပုၤဆါလၢတတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါအံၤတသ့ဘၣ်.
- ဖဲတၢ်မ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်နီၣ်သးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူအစံၣ်ညိၣ်က့ၢ်အဘျီၣ်အတၢ်ပျဲလၢတၢ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်ECTအဂီၢ်န့ၣ်,နကသံၣ်သရၣ်ကပတံထီၣ်ခိဖျိတၢ်ကွဲးလဲၣ်ဆူစံၣ်ညိၣ်က့ၢ်အဘျီၣ်ဒီးက့ၢ်ဘျီၣ်ကက့ၢ်ကဒါက့ၢ်နတၢ်ဂ့ၢ်အံၤန့ၣ်လီၤ.ဖဲနမ့ၢ်ပုၤဆါလၢပုၤပုၤဆါလၢတတူၢ်လီၤတၢ်ကူစါယါဘျါဒီးနလိၣ်ဘၣ်ECTလၢတၢ်ကမၤပုၤဖျဲးနသးသမုမ့ၢ်တမ့ၢ်တခါဒါန့ၣ်လၢတၢ်ကမၤအူဒီးမၤဆါလီၤနသးဒိၣ်ဒိၣ်ကလဲၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဆူပုၤအဂၤ,မ့ၢ်တမ့ၢ်ဒ်န့ၣ်တၢ်တလိၣ်ဘၣ်စံၣ်ညိၣ်က့ၢ်အဘျီၣ်တၢ်ပျဲလၢတၢ်ကဟ့ၣ်ECTအဂီၢ်ဘၣ်,သန့ကတူၢ်လၢတၢ်ဆိၣ်သးဒ်အံၤကသံၣ်သရၣ်ခိၣ်ကျဲၤလၢအကူစါယါဘျါသးတၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်မၤတၢ်ဆါကဘၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢECTအဂီၢ်လီၤ.