ပုံမှန်ခံစားချက်များ

တစ်ခုခုများသွားချိန်ဖြစ်စေသင်နှင့်ရင်နီးသူတစ်ဦးဦးသေဆုံးသွား
ချိန်ဖြစ်စေဝမ်းနည်းမှုကိုခံစားရသည်မှာပုံမန်ဖြစ်သည်။
ဆိုးဝါးသောတစ်နေ့တာကိုရင်ဆိုင်ရချိန်သို့မဟုတ်
အိပ်ရေးမဝလျှင်လည်းတခါတရံတွင်
သင်ဝမ်းနည်းသလိုခံစားရပါသည်။

ဤခံစားခက်များမှာပုံမှန်ဖြစ်၍
အချိန်နှင့်အလိုက်ပျောက်သွားလေ့ရှိပါသည်။

ဤခံစားခက်များကသင်၏နေ့စဉ်ဓူဝဘဝကိုအကျိုးသက်ရောက်
မှုရှိလျှင် သို့မဟုတ် ရက်သတ္တပတ် ၂
ပတ်ထက်ကျော်နေလျှင်
ယင်းမှာစိတ်ကရောဂါဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိသည်။

Burmese Translation Date: September 2015

စိတ်ကျခြင်း

သင်ဝမ်းနည်းသလိုခံစားရပြီးအချိန်ပြည့်ငိုချင်နေလျှင် ၎င်းကို
"စိတ်ကျရောဂါ"ဟုခေါ်သည်။

စိတ်ကျရောဂါ၏အခြားလက္ခဏာများတွင်အောက်ပါတို့ပါဝင်နိုင်ပါသည် *

- သင်ခုံမင်စွာပြုလုပ်လေ့ရှိသည့်အရာများတွင်စိတ်ဝင်စားမှုမရှိတော့ခြင်း
- ဂနာမငြိမ်ဖြစ်သည်ဟုခံစားရခြင်း
- အအိပ်လွန်ခြင်းသို့မဟုတ် မအိပ်နိုင်ခြင်း
- ကိုယ်အလေးချိန်အလွန်တက်လာခြင်းသို့မဟုတ်ကျဆင်းခြင်း
- ကုသသော်လည်းမပျောက်ကင်းနိုင်သည့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ဝမ်းဗိုက်အောင့်ခြင်း၊ဝမ်းနှင့်ပတ်သက်သည့်ပနာများဖြစ်ခြင်း၊သို့မဟုတ် နာကင်မဝေဒနာဖြစ်ခင်း

Burmese Translation Date: September 2015

စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ

သင်ကစိတ်ကျရောဂါခံစားနေရလျှင်
အကြံဉာဏ်ရယူရန်သင့်ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးပါ။

စိတ်ကျရောဂါသက်သာစေရန်အကူအညီပေးနိုင်သည့်
ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူများမှာ *

- အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်များ
- စိတ်ပညာရှင်များ
- စိတ်ရောဂါအထူးကုဆရာဝန်များ

Burmese Translation Date: September 2015