Education & Communities
NSW GOVERNMENT
Public Schools NSW

HEAD LICE TREATMENT OPTIONS
INFORMATION FOR PARENTS AND CARERS
BURMESE

ဦးခေါင်းရှိသန်းများ ရှင်းလင်းကုသရန် နည်းလမ်းများ

မိဘများနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများ အတွက် သတင်းအချက်အလက်များ

ဦးခေါင်းပေါ်ရှိသန်းများကို ရှင်းလင်းရန် နည်းလမ်းနှစ်မျိုးရှိပါသည်။

၁. ပစ္စည်းကိရိယာဖြင့်ရှင်းလင်းခြင်း (သန်းချသောဘီးစိတ်ဖြင့် ရှင်းလင်းခြင်း)

၂ ဓါတုဗေဒပစ္စည်းဖြင့် ရှင်းလင်းခြင်း

ပစ္စည်းကိရိယာဖြင့်ရှင်းလင်းခြင်း

ပစ္စည်းကိရိယာဖြင့်ရှင်းလင်းရာတွင် ဆံပင်ကို ခြောက်သွေ့သွားရန် ပုံမှန်ဆံပင် ပျော့ဆေးကို အသုံးပြုရန်လိုသည်။ ဆံပင်ကို ပျော့ဆေးဖြင့်လိမ်းပြီးသောအခါ သာမန်ဘီးဖြင့် ဖြီး၍ရှင်းလင်းပါ။ ပြီးလျှင်ဆံပင်ကို အပိုင်းများ ခွဲလိုက်ပါ။ ထို့နောက်သတ္တုဘီးစိတ်ကိုသုံး၍ ခွဲထားသော အပိုင်းလိုက် ဆံပင်ကိုဖြီးပါ။ ဆံပင်ပျော့ဆေးက သန်းများကို မသေစေနိုင်ပါ။ သို့သော် သန်းများကို မိနစ် ၂၀ ခန့် မူးမေ့သွား စေနိုင်သောကြောင့် ဖယ်ရှားရန် ပိုမိုလွယ်ကူ စေမည်ဖြစ်သည်။ သန်းချသောဘီးစိတ်သည် သန်းဥများနှင့် မူးမေ့နေသော သန်းများကို ဖယ်ရှား လိုက်သည်။ တစ်ရှူးစာရွက်အဖြူ ပေါ်တွင် ဘီးကိုသုတ်ပြီး သန်းများ၊ ဥများပါမပါ ကြည့်ပါ။ တစ်ရှူးပေါ်တွင် သန်းများ နောက်ထပ် မတွေ့ရ တော့သည်အထိ ဆက်ဖြီးပါ။ ဤနည်းဖြင့် သန်းများတစ်ကောင်မျှ မကျန်တော့သည်အထိ နှစ်ရက်တစ်ကြိမ် ရှင်းလင်းပါ။ (ပုံမှန်အားဖြင့် ၇ ရက်မှ ၁၀ ရက်အထိ)

ဤနည်းသည် သန်းများဖယ်ရှားရန် လူကြိုက်ပိုများသော နည်းဖြစ်သည်။ ဤနည်းသည်ထိရောက်ပြီး သန်းများ အင်းဆက်ပိုးသတ်ဆေး ခုခံမှုမြင့်မား လာခြင်းကို ကာကွယ်ပေးသည့်အပြင် ဦးရေပြားယားယံခြင်း အန္တရာယ်ကိုလဲ နည်းပါးစေသောကြောင့်ဖြစ်သည်။

ပစ္စည်းကိရိယာဖြင့်ရှင်းလင်းခြင်းနည်းလမ်းသည် သန်းများဦးခေါင်းပေါ်တွင် အခြေမကျမီ ကြိုတင် ရှင်းလင်းရာတွင်လည်း အထောက်အကူဖြစ် စေသည်။ သန်းချသောဘီးစိတ်ကို ရေချိုးခန်းတွင်ထား၍ ခေါင်းလျှော်တိုင်း သန်းချဘီးစိတ်ဖြင့်တိုက်ပါ။ ဤနည်းဖြင့် သန်းများ ဥများစွာမဉမီ ဖမ်းမိနိုင်သည်။

အကယ်၍ သင့်ကလေးက ကိုယ့်ဘာသာ ခေါင်းလျှော်နိုင်သည့် အရွယ်ရောက်ပြီဆိုပါက ဘီးစိတ်ကို ကိုယ်တိုင်သုံးရန်အားပေးပါ။ သို့မဟုတ် သင့်ကလေးအားခေါင်းလျှော် ပေးသည့် နေရာတွင် ဘီးစိတ်ကိုထားပြီး ကလေးကို ခေါင်းလျှော်ပေးတိုင်း ဘီးစိတ် တိုက်ပါ။

ဓါတုဗေဒပစ္စည်းဖြင့် ရှင်းလင်းခြင်း

အကယ်၍ ဓါတုဗေဒပစ္စည်းများဖြင့် ရှင်းလင်းခြင်းနည်းလမ်းကို အသုံးပြုရန် ရွေးချယ်ပါက ညွှန်ကြားချက်ကို သေချာစွာ လိုက်နာပါ။ အလုပ်မဖြစ်သော ဓါတုဗေဒ ပစ္စည်းကို ထပ်မံ မသုံးမိစေရန် ဂရုစိုက်ပါ။ အခြားဓါတုပစ္စည်း အသုံးပြုသော နည်းလမ်းကိုပြောင်းလဲအသုံးပြုပါ။ သို့မဟုတ် ဆံပင်ပျော့ဆေးနှင့် ဘီးစိတ်ကိုအသုံးပြုပါ။ အသစ်ပေါက်ဖွားသော ဥများကိုသတ်ပစ်ရန် ထိုနည်းလမ်းကို ၇ ရက်တိုင်တိုင် သုံးရမည်။ ထိုနည်းလမ်းအလုပ်ဖြစ်ကြောင်း သိရှိနိုင်ရန် သန်းချဘီးစိတ်ကို အသုံးပြုရန်လိုမည်။ သန်းအသေကောင်များတွေ့ရှိပါက ထိုဓါတုပစ္စည်းသည် အလုပ်ဖြစ်သည်။ သန်းအရှင်များကို တွေ့ရပါက ထိုပစ္စည်းသည် အလုပ်မဖြစ်ပါ။

သင့်ကလေး သန်းနှင့်သန်းဥများကင်းစင် သွားသောအခါ ဆံပင်ပျော့ဆေးနှင့် သန်းချ ဘီးစိတ်ကို အသုံးပြု၍ ပုံမှန်စစ်ဆေးရန် မမေ့ပါနှင့်။ စောစောတွေ့ရှိပြီး ရှင်းလင်းနိုင်ပါက ကျန်မိသားစုအဖွဲ့ဝင်များနှင့် အတန်းဖော်များ အားကူးစက်ခြင်းမှ တားဆီးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

အိပ်ရာများ၊ အခင်းများနှင့် သက်ဆိုင်ပါသလား

သုတေသနတွေ့ရှိချက်များအရ အိပ်ရာခင်းများ၊ ဦးထုတ်များ၊ အဝတ်အစားများနှင့် ပရိဘောဂများတွင် သန်းများ၊ သန်းဥများ မခိုအောင်း၊ မပေါက်ဖွားနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့ကို လျှော်ဖွတ်ခြင်းအားဖြင့် သန်းများ ရှင်းလင်းရာတွင် အထောက်အကူမဖြစ်ပါ။ သန်းဥနှင့် သန်းများသည် လူတို့၏ဦးခေါင်း ပေါ်တွင်သာ နေထိုင်ကြပါသည်။ ဦးခေါင်းပေါ်မှ ဖယ်ရှားလိုက်လျှင် အလျင်အမြန် ခြောက်သွေ့၍ သေဆုံးသွားကြပါသည်။

ဤသတင်းအချက်အလက်များသည် NSW ကျန်းမာရေး Nitbusters ဝက်ဘ်ဆိုဒ်တွင် ဖေါ်ပြထားသော အချက်အလက်များအပေါ် အခြေခံပါသည်။