



Akron Children's Hospital
GOOD YEAR FOUNDATION

ဦးဆောင်းဦးထုပ် ကြံ့ ခိုင်မှု စစ်ဆေးချက်အား ခံယူပါ

စက်ဘီးစီးဦးထုပ်သည် ထိခိုက်မှုကြောင့် ဦးခေါင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှု ဖြစ်နိုင်ခြေအား 85% အထိ လျော့ချပေးနိုင်သည် -- သို့သော် သင့်အနေနှင့် သင့်တင့်ကျနစွာ ဝတ်ဆင်ထားမှသာလျှင် အကာအကွယ်ပြုပေးနိုင်ပေမည်။

သင်၏ ဦးဆောင်းဦးထုပ်သည် သင့်အား အန္တရာယ်ကင်းစေဖို့ အကာအကွယ်ပေးနိုင်ကြောင်း သေချာစေရန်အတွက်မှာ ဤအဆင့်များအား လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။



အဆင့် 1

သင့်ဦးနှောက်အား ကာကွယ်ပါ

ဦးဆောင်းဦးထုပ်အား ဝတ်ဆင်သည့်အခါ သင့်ဦးခေါင်းပေါ်တွင် ခပ်စိုက်စိုက်ချ၍ ဝတ်ဆင်သင့်သည်။ သင်၏ မျက်ခုံးမွှေး နှင့် ဦးထုပ်အကြား လက်ချောင်း 2 ချောင်းစာ အကျယ်သာလျှင် ကွာခြားသင့်ပေသည်။



အဆင့် 2

မြဲမြံစွာ ကြိုးပတ်ချည်ပါ

ဦးဆောင်းဦးထုပ် ပတ်ချည်ကြိုးများသည် သင့် နားရွက်များအနီး ကြိပ်ပုံစံတစ်ခု ဖြစ်နေသင့်ပေသည်။



အဆင့် 3

တင်းကြပ်မြဲမြံမှုအား စစ်ဆေးပါ

သင်၏ ပါးစပ်အား ဖွင့်ချိန်တွင် ဦးဆောင်းဦးထုပ်သည် ချပ်ရပ်စွာ ကပ်နေသင့်ပေသည်။ အကယ်၍ ချောင်ချိလျော့တွဲနေသည်ဟု ခံစားရလျှင် ကြိုးများအား တင်းကြပ်မှုပြုပါ။