

ការធ្វើតេស្តខ្លួនឯងរកមើលបញ្ហាលើការលេបចំណីចូលក្នុងក្រពះ

ខាងក្រោមគឺជាសំណួរទូទៅមួយចំនួន ពាក់ព័ន្ធនឹងការលេបចំណីចូលក្នុងក្រពះ ។ សូមអានសំណួរនីមួយៗ ហើយគូសរង្វង់លើពាក្យ "បាទ/ចាស" ឬ "ទេ" ដែលនៅខាងចុងនៃសំណួរនីមួយៗ ។ ពេលឆ្លើយសំណួរគ្រប់ **ទាំងអស់** ហើយ សូមធ្វើតាមការដាក់ពិន្ទុ ដូចខាងក្រោម ។

1. តើ ពេលខ្លះ ចំណីដែលអ្នកលេបទៅក្នុងក្រពះ វាចូលខុសផ្លូវដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ
2. តើ ពេលខ្លះ សម្លេងរបស់អ្នកហាក់ដូចជា "ឮរ៉ឺរ៉" ដែរឬទេ ពេលដែលអ្នកទទួលបានអាហារ? បាទ/ចាស ទេ
3. តើ ពេលខ្លះ ការទទួលបានអាហាររបស់អ្នក មានការសុខស្រួលតិចជាងពេលធម្មតាដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ
4. តើ ពេលខ្លះ អ្នកមានបញ្ហាក្នុងការសំអាតអាហារពីមាត់ក្នុងពេលលេបតែមួយដងដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ
5. តើ ពេលខ្លះ អ្នកដឹងខ្លួនថា អាហារដែលអ្នកលេបចូលនៅជាប់តាមបំពង់កដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ
6. តើអ្នកមានកើតជំងឺរលាកសួត ឬជំងឺផ្សេងទៀត ទាក់ទងនឹងប្រព័ន្ធដកដង្ហើម *ម្តងហើយម្តងទៀត* ដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ
7. តើអ្នកមាន *វេលា* បាត់បង់ទំងន់ ដោយមិនបានបញ្ចុះដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ
8. តើ *ជាញយដង* អ្នកដែលមានបញ្ហាក្នុងការលេបចំណីដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ
9. តើ *ជាញយដង* អ្នកដែលឈ្នក់ ឬ ក្អកដែរឬទេ ពេលទទួលបានអាហាររឹង ឬលេបអាហាររាវ? បាទ/ចាស ទេ
10. តើ *ជាញយដង* អ្នកមានការពិបាកក្នុងការលេបអាហារ ឬវត្ថុធាតុរាវ ប្រភេទណាមួយដែរឬទេ? បាទ/ចាស ទេ

រាប់ចម្លើយ "បាទ/ចាស" របស់អ្នក

បូកពិន្ទុ 2 បន្ថែម បើអ្នកឆ្លើយ "បាទ/ចាស" លើសំណួរ ទី1, ទី2 និង ទី3

បូកពិន្ទុ 2 បន្ថែម បើអ្នកឆ្លើយ "បាទ/ចាស" លើសំណួរ ទី3, ទី4 និង ទី5

បើអ្នកមានអាយុពី 70 ទៅ 74 ឆ្នាំ បូក 2 ពិន្ទុ បន្ថែម ។

បើអ្នកមានអាយុពី 75 ទៅ 79 ឆ្នាំ បូក 3 ពិន្ទុ បន្ថែម ។

បើអ្នកមានអាយុពី 80 ទៅ 85 ឆ្នាំ បូក 4 ពិន្ទុ បន្ថែម ។

ពិន្ទុសរុប

កាលបរិច្ឆេទថ្ងៃនេះ

*

* បើពិន្ទុ សរុបរបស់អ្នកមានចំនួន 7 ឬច្រើនជាងនេះ អ្នកគួរពិចារណាលើការទៅពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក ។ ចូលយកលទ្ធផលធ្វើតេស្ត ដោយខ្លួនឯងនេះ ទៅជួបគ្រូពេទ្យថែរក្សាសុខភាពបឋមរបស់អ្នក ។

ការធ្វើតេស្តខ្លួនឯងនេះ គឺគ្រាន់តែជាគោលនាំផ្លូវមួយប៉ុណ្ណោះ វាមិនមែនជាការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យលើជំងឺរីកលបរិភោគនោះទេ ។ ជួនកាលអ្នកខ្លះ មានពិន្ទុសរុបស្មើនឹងសូន្យ តែក៏នៅតែកើតជំងឺរីកលបរិភោគដែរ ។ ហើយអ្នកខ្លះទៀត អាចមានពិន្ទុសរុបលើសពី 7 តែក៏ *គ្មាន* កើតជំងឺរីកលបរិភោគអ្វីដែរ ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ពិន្ទុកាន់តែខ្ពស់ ជាការបង្ហាញថា អ្នកនឹងមានឱកាសកើតជំងឺរីកលបរិភោគខ្ពស់ដែរ ។

