ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းအကူ လမ်းညွှန်

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းအကူ လုပ်ကိုင်မည့်သူများအတွက်

1 ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ဆိုတာ 1

2 ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူအလုပ်နှင့်ပတ်သက်၍ 5

3 လုပ်ငန်းအကျဉ်းချုပ်နှင့်ပတ်သက်၍ 7

4 လက်တွေ့လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများနှင့်ပတ်သက်၍ 9

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူလုပ်သားများအား ရှင်းလင်းပြောပြမည့်အချက်အလက်

အလုပ်လုပ်ကိုင်သည့်အခါ၊ သတိပြုရမည့်အချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ 15

လုပ်ငန်းဆောင်တာများကိုးကားရန်အချက်အလက်
＜တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းစဉ် ဥပမာ＞ 17

「လက်မှတ်မရှိပေမဲ့ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ကို စိတ်ဝင်စားတယ်」 ဆိုသူများ၊
「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ」 အဖြစ်နဲ့ အတူတူအလုပ်လုပ်ကြရအောင်။
ဂေဟာပေါ်မူတည်၍ 「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ = Helper」 မဟုတ်ပဲ၊
「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ = Assistant」 နှင့် 「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ = Supporter」 ဟုလည်းခေါ်ဆို ကြပါသည်။ အားလုံးက ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်း(Caregiver) အား ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးရသောအလုပ်ဖြစ် ပြီး၊ အသက်အရွယ်အကန့်အသတ်မရှိ၊ လက်မှတ်မလိုပဲ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်နိုင်ခြင်းက ထူးခြားချက်ဖြစ်ပါသည်။
ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်သည် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ကို စိတ်ဝင်စားပေမဲ့၊ မိမိရဲ့ကိုယ်ခန္ဓာသန်စွမ်းမှုကို စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း၊ အောင်လက်မှတ်ယူဖို့အတွက် လေ့လာရန်လိုအပ်ကြောင်းစဉ်းစားပြီး၊ ဝန်လေးနေသောသူ များအတွက် 「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ」 ဆိုတာကို နားလည်သဘောပေါက်စေပြီး၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ အဖြစ်လုပ်ကိုင်နိုင်ရန်အတွက် ရည်ရွယ်ထားပါသည်။

1 ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ဆိုတာ

ပထမဆုံး ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်ဖို့အတွက်၊ ၎င်းလုပ်ငန်းကို သဘောပေါက်စေရန် ဝန်ဆောင်မှုအမျိုးအစားများနှင့် ဆက်စပ်သောဂေဟာ၊ အလုပ်အကိုင်နှင့်ပတ်သက်၍ မိတ်ဆက်ပေးပါမည်။

(1) ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုအမျိုးအစား

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုတွင် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်း(Caregiver) က ပြုစုစောင့်ရှောက်ခံဘိုး ဘွားများ၏နေအိမ်သို့သွားရောက်၍ လုပ်ဆောင်ရသည့်အမျိုးအစားနှင့် ဘိုးဘွားများကိုယ်တိုင် ဂေဟာသို့ လာရောက်၍ ဝန်ဆောင်မှုကိုရယူခြင်းစသဖြင့် ပုံစံအမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အောက်ပါဇယားတွင် တွေ့ရများသောပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုအမျိုးအစားများနှင့် အကြောင်းအ ရာများကို မိတ်ဆက်ပေးပါမည်။

ဇယား - တွေ့ရများသောဝန်ဆောင်မှုများ

အမျိုးအစား	ဂေဟာ၊ ဝန်ဆောင်မှုအမည်	အကြောင်းအရာများ
ဂေဟာတွင်နေထိုင်ရသောဝန်ဆောင်မှု	သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေး ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသောဂေဟာ (Rooken)	ဒဏ်ရာ၊ ရောဂါတို့ကြောင့်ဆေးရုံတက်ပြီး၊ ဆေးကုသမှုခံယူသောလူနာက ဆေးရုံမှဆင်းပြီးနောက် မိမိနေအိမ်တွင်ပြန်လည်နေထိုင်နိုင်ရန်၊ ဆရာဝန်၏ညွှန်ကြားမှုအောက်တွင် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ဆေးကုသမှု၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု မှ အစားအသောက်၊ ရေချိုးခြင်းစသည့်နေ့တဓူဝကိစ္စရပ်များထိဝန်ဆောင်မှုပေးအပ်သောဂေဟာဖြစ်ပါသည်
	သက်ကြီးရွယ်အို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသော လူမှုဖူလုံရေးဂေဟာ	အိပ်ယာထဲလဲနေသောလူနာ၊ အိမ်တွင်ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန်ခက်ခဲပြီး၊ ၂၄နာရီပတ်လုံးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်သောသူများ နေထိုင်သည့် ဂေဟာဖြစ်ပါသည်။
	သက်ကြီးရွယ်အို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသော ဆေးကုသရေးဂေဟာ	နာတာရှည်ရောဂါရှိသူ၊ ကာလကြာရှည်ဆေးကုသမှုခံယူရန်လိုအပ်သော သူများအတွက် စနစ်တကျပြုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုပေးသောဆေးကု သရေးဂေဟာဖြစ်ပါသည်။
	သက်ကြီးရွယ်အို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသောဆေးရုံ	ဆေးကုသမှုခံယူရန်လိုအပ်သောလူနာများ၏ ကာလကြာရှည်ဆေးကုသမှု၊ နေထိုင်မှုကိုပြုလုပ်ပေးသော ဆေးရုံအဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပါသည်။
ဂေဟာသို့အသွားအပြန်လုပ်ရသောဝန်ဆောင်မှု	ဂေဟာသို့ မနက်သွားညပြန်၍ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ရသော (Day Care)ဝန်ဆောင်မှု	Rooken ဂေဟာသို့ သွားရောက်အသုံးပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင်၊ လုပ်ဆောင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင် စသည့်အထူးကုနှင့်အတူ၊ နေ့စဉ်နေထိုင်မှုဘဝတွင် ပြန်လည်နေထိုင်လာ နိုင်ရန် အကူအညီဖြစ်စေမည့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းများကို လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။
	ကာလတိုဂေဟာတွင်နေထိုင်ပြီး၊ ဆေးကုသမှုခံယူရသော (Short Stay) ဝန်ဆောင်မှု	ကာလတို Rooken ဂေဟာတွင်နေထိုင်ပြီး၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ဆောင်မှု လေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်ခြင်းနှင့် နေ့စဉ်နေထိုင်မှုဘဝအကူအညီကို ခံယူခြင်းဖြစ်ပါသည်။
	ဂေဟာသို့ မနက်သွားညပြန်၍ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုခံယူရသော (Day Service) ဝန်ဆောင်မှု	နေ့ပိုင်းစောင့်ရှောက်မှုပေးသောဂေဟာသို့ သွားရောက်ပြီး၊ အစားအသောက်၊ရေချိုးခြင်းစသည့် နေ့စဉ်နေထိုင်မှုဘဝအထောက်အပံ့ ကို ခံယူခြင်းဖြစ်ပါသည်။
အိမ်တိုင်ရာရောက်ဝန်ဆောင်မှု	အိမ်တိုင်ရာရောက် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသောဝန်ဆောင်မှု	Helper က နေအိမ်သို့သွားရောက်ပြီး၊ နေ့စဉ်နေထိုင်မှုဘဝအကူအညီကို ပေးပါသည်။
	အိမ်တိုင်ရာရောက် သူနာပြုမှ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသောဝန်ဆောင်မှု	ဆရာဝန်ညွှန်ကြားမှုအတိုင်း သူနာပြုဆရာမက နေအိမ်သို့သွားရောက်ပြီး၊ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုနှင့် ဆေးကုသမှုအထောက်အပံ့ကိုပေးပါသည်။
	အိမ်တိုင်ရာရောက် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ပေးသော ဝန်ဆောင်မှု	ဆရာဝန်ညွှန်ကြားမှုအတိုင်း ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံးပညာရှင်တို့က နေအိမ်သို့သွားရောက်ပြီး၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ဆောင်မှုပြန်လည်ထူထောင် နိုင်ရန်၊ နေ့စဉ်နေထိုင်မှုဘဝမှာ ပြန်လည်နေထိုင်လာနိုင်ရန်အကူအညီဖြစ် စေမည့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းများကို ပြုလုပ်ပေးပါသည်။

(2) တွေ့ရများသော ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ဂေဟာများ

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုတွင် ဂေဟာတွင်နေထိုင်စေပြီး၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသောလုပ်ငန်းများလည်းရှိ ပါသည်။
ဒီနေရာမှာ လူသိများသောဂေဟာအဖြစ် သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ဂေဟာနှင့်
သက်ကြီးရွယ်အိုပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလူမှုဖူလုံရေးဂေဟာကို မိတ်ဆက်သွားပါမည်။

သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာ(Rooken)

■ အကျဉ်းချုပ်

ဆေးရုံတွင်ဆေးကုသမှုခံယူ၍ ဆေးရုံမှဆင်းလာပြီးနောက်၊ မိမိနေအိမ်တွင်ပြန်လည်နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက်၊ ပြုစု စောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဆေးကုသမှုခံယူရန်လိုအပ်သောသက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း၊ အစားအစာကျွေးမွေးခြင်း၊ ရေချိုးခြင်းစသည့် နေ့စဉ်ကိစ္စရပ်များကို ဝန်ဆောင်မှုပေး သောဂေဟာဖြစ်ပါသည်။

■ ဂေဟာတွင်ကုသမှုခံယူနိုင်သူ

ဆေးရုံတက်၍ဆေးကုသမှုခံယူရန်မလိုအပ်သော်လည်း၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းနှင့် သူနာပြု၏ကြီးကြပ်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုတို့ လိုအပ်သောပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်ဖြစ်ပါသည်။
(အဆင့် ၁ နှင့်အထက် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်သည်ဟု သတ်မှတ်ခံရသောပုဂ္ဂိုလ်များ)

■ ဝန်ဆောင်မှုအကြောင်းအရာ

- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင်၊ လုပ်ဆောင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင်တို့နှင့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း။
- ဆေးကုသမှု၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုများ
  (ကျန်းမာရေးအခြေအနေကြည့်ရှုခြင်း၊ ဆေးပေးခြင်း၊ ဆေးစစ်ခြင်းစသဖြင့်)
- နေ့စဉ်နေထိုင်မှုအပေါ် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု
  (အစားအစာကျွေးမွေးခြင်း၊ ရေချိုးခြင်း၊ အညစ်အကြေးစွန့်ခြင်းစသဖြင့်)
- အခြား(တိုင်ပင်ဆွေးနွေးကူညီခြင်း၊ စိတ်အပန်းဖြေခြင်းစသဖြင့်)

သက်ကြီးရွယ်အိုလူမှုဖူလုံရေးဂေဟာ (အထူး သက်ကြီးရွယ်အိုပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ဂေဟာ)

■ အကျဉ်းချုပ်

အစဉ်အမြဲပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်နေပြီး၊ နေအိမ်တွင်နေထိုင်ရန်အခက်အခဲရှိသော သက်ကြီးရွယ်အိုများကို နေထိုင်စားသောက်မှုအလုံးစုံ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးသော ဂေဟာဖြစ်ပါသည်။

■ ဂေဟာတွင်ကုသမှုခံယူနိုင်သူ

အစဉ်အမြဲပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်နေပြီး၊ နေအိမ်တွင်နေထိုင်ရန်အခက်အခဲရှိ သောပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်ဖြစ်ပါ သည်။
(အဆင့် ၃ နှင့်အထက် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်သည်ဟု သတ်မှတ်ခံရသောပုဂ္ဂိုလ်များ)
(အဆင့် ၁ နှင့် ၂ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်များလည်း မလွှဲမရှောင်နိုင်သောအခြေအနေများကြောင့်၊ နေအိမ်တွင်နေထိုင်ရန်အခက်အခဲရှိသည်ဟု အသိအမှတ်ပြုခံရပါက ရပ်ရွာအုပ်ချုပ်ရေးရုံးများ၏ စစ်ဆေးကူညီမှု ဖြင့်၊ ဂေဟာတွင်နေထိုင်ကုသမှုခံယူနိုင်ပါသည်။)

■ ဝန်ဆောင်မှုအကြောင်းအရာ

- နေ့စဉ်နေထိုင်မှုအပေါ် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု
  (အစားအစာကျွေးမွေးခြင်း၊ ရေချိုးခြင်း၊ အညစ်အကြေးစွန့်ခြင်းစသဖြင့်)
- ကျန်းမာသန်စွမ်းလာအောင်လေ့ကျင့်ခြင်း (ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းများစသဖြင့်)
- နေ့စဉ်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု (ကိုယ်အပူချိန်တိုင်းခြင်းနှင့်သွေးပေါင်ချိန်ခြင်းစသဖြင့်)
- အခြား (နေထိုင်မှုကိုတိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ၊ စိတ်အပန်းဖြေခြင်းစသဖြင့်)

(3) ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ဂေဟာတွင် လုပ်ကိုင်ကြသောအလုပ်အကိုင်များ

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ဂေဟာအမျိုးမျိုးရှိသကဲ့သို့၊
ဂေဟာတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ကြသောသူတို့၏ အလုပ်အကိုင်လည်း အမျိုးအစားများစွာရှိပါသည်။
ပထမဦးစွာ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်အကြောင်းနဲ့ပတ်သက်ပြီး ရှင်းပြပါမည်။

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ဆိုတာ

■ အကျဉ်းချုပ်

ဘိုးဘွားများနှင့် နီးနီးကပ်ကပ်နေထိုင်ရင်း ၊ နေ့စဉ်နေထိုင်မှုတွင် လိုအပ်သောဝန်ဆောင်မှုများကို ပေးအပ်ရသောပညာရှင်အလုပ်ဖြစ်ပါသည်။

■ ဘယ်လိုအလုပ်မျိုးလဲ

ဘိုးဘွားများ၏ နေ့စဉ်နေထိုင်မှုကို ကူညီဖေးမပေးရသော အလုပ်ဖြစ်ပါသည်။
အစားအစာကျွေးမွေးခြင်း၊ ရေချိုးခြင်း၊ အညစ်အကြေးစွန့်ခြင်းတို့ကို ကူညီဆောင်ရွက်ပေးရာတွင်၊ ဗဟုသုတနှင့် ကျွမ်းကျင်မှုရှိရုံသာမက၊
အလုပ်နှင့်ပတ်သက်၍ တီထွင်နိုင်စွမ်း၊ လူ့စွမ်းအားလည်း လိုအပ် ပါသည်။

■ ဘယ်လိုအလုပ်အကိုင်အမျိုးအစားတွေရှိလဲ

လူသိများသောအလုပ်အကိုင်များမှာအောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်။

ဇယား ： ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ကြသည့် အလုပ်အကိုင်အမျိုးအစားများ

အလုပ်အကိုင်	အလုပ်(တာဝန်)အကြောင်းအရာ
ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာလူမှုဖူလုံရေးဝန်ထမ်း ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်း	ဘိုးဘွားများအား ကူညီဖေးမခြင်း၊ ဝေယျာဝစ္စများလုပ်ကိုင်ပေးခြင်း။ ဘိုးဘွားများ နေ့စဉ်ဘဝတွင် စိတ်သက်တောင့်သက်သာဖြင့်နေထိုင်နိုင်အောင် ဝိုင်းဝန်းကူညီပံ့ပိုးပေးသည်။
ဆရာဝန်	ဆရာဝန်သာ လုပ်နိုင်သောကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်း၊ ဆေးကုသခြင်း။ ဘိုးဘွားများ၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကိုသိရှိထားပြီး၊ သူနာပြုနှင့် ကာယလေ့ကျင့်ရေးဝန်ထမ်းများအား ညွှန်ကြားပေးသည်။
သူနာပြု၊ တွဲဖက်သူနာပြု	ဆရာဝန်နှင့်ပူးပေါင်း၍ ဘိုးဘွားများ၏ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှုများပြုလုပ်ခြင်းနှင့်အတူ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအသိပညာကို အသုံးချပြီး၊ သင်လျော်သောပြုစုစောင့်ရှောက်မှုများပြုလုပ်ပေးသည်။
ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင် (PT) Physio Therapist	ဘိုးဘွားများကိုကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်းနှင့် သင့်တော်သည့်ကာယလေ့ကျင့်ရေးအစီအစဉ်များရေးဆွဲခြင်း၊ စနစ်တကျကာယလေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်ပေးသည်။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင် PT က အဓိက ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုအတွက်၊ လုပ်ဆောင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင် OT က အဓိကလုပ်ဆောင်မှုစွမ်းရည်၊ လူမှုဘဝအလိုက်သင့်နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက်၊ စကားပြောကုထုံးပညာရှင် ST က အဓိကအသံထွက်ခြင်း လည်ချောင်းအတွင်းကြွက်သားများ၏ လှုပ်ရှားနိုင်မှုကိုကောင်းမွန်လာအောင်လေ့ကျင့်ပေးခြင်းများပြုလုပ်ပေးသည်။
လုပ်ဆောင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင် (OT) Occupational Therapist	
စကားပြောကုထုံးပညာရှင် (ST) Speech Therapist	
အာဟာရကြီးကြပ်ရေးပညာရှင်၊ အာဟာရဗေဒပညာရှင်	ဘိုးဘွားများအား အာဟာရဖြစ်စေရန်အတွက် ကျန်းမာရေးအခြေအနေနှင့်ကိုက်ညီသောအစားအစာများကို စီမံခန့်ခွဲပေးသည်။
ဆေးစပ်ဆရာ	ဆေးစပ်ခြင်းနှင့် ဆေးသောက်ရမည့်နည်းလမ်းကို ညွှန်ကြားပေးသည်။
သွားကျန်းမာရေးပညာရှင်	ခံတွင်းစောင့်ရှောက်ခြင်း။ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းကို ခံတွင်းစောင့်ရှောက်မှုညွှန်ကြားပေးသည်။
သူနာပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပါရဂူ (Care Manager)	ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု၊ကူညီပံ့ပိုးမှု လိုအပ်သောဘိုးဘွားများ၊ မိသားစုဝင်များ နှင့်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးကာ၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်သောဘိုးဘွားများ ကျန်းမာရေးအခြေအနေနှင့်ကိုက်ညီမည့်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုကို ရယူနိုင်အောင်ကူညီပံ့ပိုးပေးသည်။
ကူညီပံ့ပိုးမှုဆိုင်ရာဆွေးနွေးအတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ် (သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာ) နေထိုင်မှုဘဝဆိုင်ရာဆွေးနွေးအတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ် (သက်ကြီးရွယ်အိုလူမှုဖူလုံရေးဂေဟာ)	ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း။ ဂေဟာဝန်ထမ်းများ၊ ဆရာဝန်၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကုထုံးပညာရှင်၊ နယ်မြေအုပ်ချုပ်သူများနှင့် ဆက်သွယ်၊ ညှိနှိုင်းခြင်းလည်း တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ပေးသည်။
အခြား	လူမှုဖူလုံရေးဝန်ထမ်း၊ ရုံးဝန်ထမ်း၊ ထမင်း-ဟင်းချက်ဝန်ထမ်းစသဖြင့်

ဤဇယားတွင် ဖော်ပြထားသောအလုပ်အကိုင်အမျိုးအစားနှင့်ဝန်ထမ်းများသည် ဥပမာတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။
ဂေဟာတွင် ပြုစုစောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများ အဆင်ပြေစွာနေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် သက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်ပညာရှင် များက အဖွဲ့(Team)ဖြင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးလျက်ရှိပါသည်။

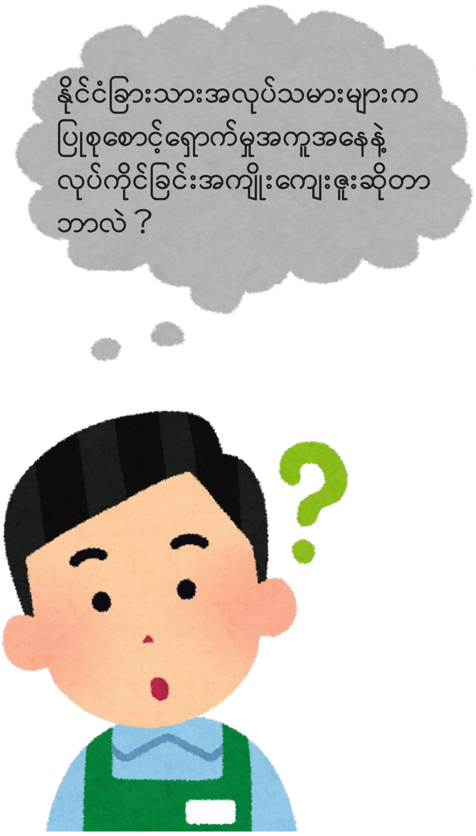
2 ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ အလုပ်နှင့်ပတ်သက်၍

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ အကျဉ်းချုပ်

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းခွင်တွင် 「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ」 သည် ဘယ်လိုတာဝန်တွေကို ထမ်းဆောင်ရပြီး ၊ ဘယ်လိုအကျိုးကျေးဇူးနှင့် ထူးခြားချက်တွေရှိပါသလဲ ?

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအာမခံဂေဟာနှင့်
ရုံးခန်းစသည့်နေရာများတွင် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းများကို
ကူညီပေးရသောအလုပ်ဖြစ်ပါသည်။
ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်သည်
အစားအစာစားရာတွင်အကူအညီပေးခြင်း၊
ကိုယ့်ကိုယ်ကိုအားကိုးလာ နိုင်ရန်
ပြန်လည်ထူထောင်ရေးအကူအညီပေးခြင်း
စသဖြင့်အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများ အား
「အညစ်အကြေးစွန့်ရာတွင်အကူအညီပေးခြင်း」 နှင့်
「ရေချိုးရာတွင်အကူအညီပေးခြင်း」 ကဲ့သို့သော
တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ပြုစုရသောကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ရန်မလိုပဲ၊
အခြားဝေယျာဝစ္စများကို အဓိကဆောင်ရွက် ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများ(Caregivers)တိုးပွားလာခြင်းနှင့်
ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ကို အသက်မွေး
ဝမ်းကျောင်းပညာရပ်အလုပ်အဖြစ် လုပ်ကိုင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။



အလုပ်လုပ်ရန်စိတ်အားထက်သန်ပေမဲ့၊
အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းမရှိသောသူများအတွက်
အလုပ်လုပ်ရန် နေရာတစ်ခုဖြစ်လာပါမည်။

3　လုပ်ငန်းအကျဉ်းချုပ်နှင့်ပတ်သက်၍

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်း၏အလုပ်နှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ၏အလုပ် ကွာခြားချက်များ

ပြီးခဲ့တဲ့အကြောင်းအရာအထိ၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်နှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူအလုပ်နှင့်ပတ် သက်၍ လွယ်လွယ်ကူကူရှင်းပြခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ ရဲ့ကွာခြားချက်ဆိုတာ ဘာဖြစ်မလဲ ? ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူရဲ့ အဓိကကွာခြားချက်က တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးရခြင်း၊ မပေးရခြင်း ဆိုတဲ့အချက်ပဲဖြစ်ပါတယ်။

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ် (ခန္ဓာကိုယ်ကိုကိုင်တွယ်၍ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးရခြင်း)သည် ပြုစုစောင့် ရှောက်မှုဝန်ထမ်းများ၏အလုပ်ဖြစ်ပြီး၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူကတော့ ခန္ဓာကိုယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဆက်စပ်သည့်အလုပ်နှင့် ဝေယျာဝစ္စအလုပ်များကိုလုပ်ကိုင်ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူသည်
「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းကို ကူညီပေးရသည့်」 အလုပ်ဟု မှတ်သားနိုင်ပါသည်။

ဥပမာအနေနဲ့ အစားအစာကျွေးမွေးစဉ် လုပ်ဆောင်ရသောကိစ္စများကို ဖော်ပြသွားပါမည်။

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းက အစားအစာကိုမြိုချရန်အခက်အခဲရှိသောဘိုးဘွားကို ဇွန်းဖြင့်ခွံ့ကျွေးရ သည့်ပုံရိပ်ကို စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။

ဤကဲ့သို့ ဘိုးဘွားတစ်ဦးကို ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းတစ်ဦးက ပြုစုနေရသည့်အနေအထားမျိုးတွင် အခြားဘိုးဘွားများ၏အခြေအနေကို မကြည့်ရှုနိုင်ပါ။

၎င်းအနေအထားမျိုးတွင် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူက အခြားဘိုးဘွားများ၏အခြေအနေကို ကြည့်ရှုပေး ခြင်း၊ ရေနွေးကြမ်းများလိုက်ချပေးခြင်း စသည့်အသေးအဖွဲ့ကိစ္စများကိုဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့်၊ ပြုစုစောင့် ရှောက်သည့် ဝန်ဆောင်မှုကိုအပြည့်အဝပေးနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ဇယား ： ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ၏အလုပ်ကွာခြားပုံ
(အစားအစာကျွေးမွေးသည့်ပုံရိပ် ဥပမာတစ်ရပ်)

【ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်း】 (တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း)	【ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ】 (ဝေယျာဝစ္စအလုပ်များ)
အစားအစာစားရာတွင်အကူအညီပေးရခြင် စားသောက်နေစဉ်ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ပေးရခြင်း စားသောက်သည့်ပမာဏစစ်ဆေးပေးရခြင်း ဆေးတိုက်ကျွေးရခြင်း ထမင်းပွဲသိမ်းဆည်းရခြင်း ဘိုးဘွားများအားလမ်းညွှန်ခေါ်ဆောင်ရခြင်း ခံတွင်းသန့်ရှင်းပေးရခြင်း	အေပရွန်နှင့် လက်သုတ်ပုဝါများပေးဝေခြင်း ရေနွေးကြမ်းထည့်၍ ပေးဝေခြင်း ထမင်းပွဲပြင်ပေးခြင်း အထောက်ကူပြုသည့်ပစ္စည်းများပေးဝေခြင်း စားသောက်နေစဉ်ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း ထမင်းစားခန်းသန့်ရှင်းခြင်း ဓာတ်လှေခါးသို့သွားရန်ခေါ်ဆောင်ရခြင်း

အဓိကလုပ်ဆောင်ရသောဝေယျာဝစ္စအလုပ်များနှင့်ပတ်သက်၍

အစားအစာကျွေးမွေးခြင်းအပြင်၊ ဂေဟာတွင်းပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့်ဆက်စပ်သည့်အလုပ်၊ ဝေယျာဝစ္စ အလုပ်များ အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။
အထူးသဖြင့်၊ အောက်ပါအလုပ်အကိုင်များဖြစ်ပါသည်။

ဂေဟာသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း

- အခန်းသန့်ရှင်းရေးနှင့် အစားအစာများသိမ်းဆည်းခြင်း
- အိပ်ယာခင်းခြင်း၊ အိပ်ယာခင်းလဲလှယ်ခြင်း
- လေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင်လုပ်ဆောင်ခြင်း၊ အခန်းတွင်းခြောက်သွေ့နေအောင်လုပ်ခြင်း စသဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းခြင်း
- ဂေဟာတွင်ထားရှိထားသောပစ္စည်းများဖြည့်တင်းခြင်းနှင့် လဲလှယ်ခြင်း

ပြင်ဆင်မှုတစ်ခုစီကို ကူညီပေးရခြင်း

- ထမင်းပွဲပြင်ဆင်ပေးခြင်း
- အထောက်ကူပြုပစ္စည်းများ၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း(Rehabilitation) သုံးကရိယာများ ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် သိမ်းဆည်းခြင်း
- ရွှေ့လျားသွားလာစဉ်စကားပြောပေးခြင်း

အခြား

- ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း
- စကားပြောပေးရခြင်း
- ဂေဟာနှင့် နေအိမ်အကြား အကြိုအပို့လုပ်ပေးခြင်း
- ပန်းဥယျာဉ်စသည့် ဝါသနာပါရာလုပ်ဆောင်ရာတွင် ကူညီပေးခြင်း

စသဖြင့်

4 လက်တွေ့လုပ်ငန်း အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍

(1) ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ၏ လုပ်ငန်းအသေးစိတ်

ယခင်စာမျက်နှာအထိ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူမှ လုပ်ဆောင်ရမည့်အလုပ်များ(ဝေယျာဝစ္စအလုပ်များ) နှင့်ပတ်သက်၍ မိတ်ဆက်ပေးခဲ့ပြီးပါပြီ။ ယခုမှစ၍ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူအနေဖြင့် ဂေဟာတွင်အလုပ် လုပ်တဲ့အခါမှာ၊ 「လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရမည့် အလုပ်များ」 ကို အသေးစိတ်ကြည့်ကြရအောင်။ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူအလုပ်ကို ခက်ခဲတာနှင့်လိုက်၍ အမျိုးအစားများခွဲခြားထားပြီး၊ ၄င်းအခက်အခဲ အမျိုးအစားများကို ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင် 「Class = အဆင့် 」ဟုခေါ်ပါမည်။ 「အဆင့်」 များကို ပြုစု စောင့်ရှောက်မှုနှင့်ပတ်သက်သည့် ဗဟုသုတမရှိသော်လည်း လုပ်ဆောင်နိုင်သောအလုပ်မှ အတိုင်းအတာတစ် ခုအထိကျွမ်းကျင်မှုလိုအပ်သောအလုပ်အထိကို C～A အဆင့်သုံးဆင့်ဖြင့်ခွဲခြားထားပါသည်။

ပြုစုစောင့်ရှောင့်မှုအကူက လုပ်ဆောင်ရမည့်ဝေယျာဝစ္စအလုပ်ရဲ့အဆင့်နှင့်ပတ်သက်၍

■ C အဆင့်

(Manual) လက်စွဲစာအုပ်၊ (Pattern) ပုံစံက လွယ်ကူပြီး၊ ကျွမ်းကျင်မှုမရှိတဲ့သူတွေတောင်မှ လုပ်ကိုင်နိုင် သောလုပ်ငန်းဖြစ်ပြီး၊ အထူးသဖြင့် သန့်ရှင်းရေး၊ သိမ်းဆည်းခြင်း၊ လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းကရိယာများပြင် ဆင်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

■ B အဆင့်

ကာလတိုလေ့ကျင့်ပါက၊ သင်ယူတတ်မြောက်နိုင်သော (Expertise) ကျွမ်းကျင်မှုလိုအပ်သည့်လုပ်ငန်း ဖြစ်ပြီး၊ အထူးသဖြင့် နေ့စဉ်နေထိုင်လှုပ်ရှားမှုအရ အိပ်ယာခင်းခြင်း၊ ဘိုးဘွားများ၏ ကျန်းမာရေးအခြေ အနေပေါ်မူတည်ပြီး အစာစားချိန်ကိုဂရုစိုက်ပေးခြင်းစသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

■ A အဆင့်

အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် အတွေ့အကြုံလိုအပ်သည့်အင်မတန်အဆင့်မြင့်သောလုပ်ငန်း ဖြစ်ပါသည်။
(စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများအား ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ စကားပြောပေးခြင်း၊ ဘိုးဘွားများ၏ ဝါသနာပါရာလုပ်ဆောင်မှုများကို ကူညီလုပ်ကိုင်ပေးခြင်း၊ စသဖြင့်)

လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ၊ အဆင့်များနှင့်ပတ်သက်၍၊ ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင် မိတ်ဆက်ပေးထား သောအချက်အလက်နှင့် ဂေဟာတွင် တကယ်လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရသောအခါတွင် ကွဲပြားမှုများရှိနိုင် ပါသည်။ ဝေယျာဝစ္စအလုပ်အကြောင်းအရာများသည် ဂေဟာနှင့်လိုက်၍ ကွဲပြားသည့်အတွက်ဖြစ်ပါ သည်။ ထို့အပြင်၊ လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာတူညီပေမဲ့၊ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားနှင့်လိုက်၍၊ ပြုစုစောင့် ရှောက်ပုံလည်းကွဲပြားနိုင်သည့်အတွက်၊ အဆင့်ခွဲထားသောအကြောင်းအရာများကို ကိုးကားချက်အဖြစ် သာအသုံးပြုပါ။
လုပ်ငန်းအသေးစိတ်ကို အလုပ်လုပ်ကိုင်မည့်ဂေဟာရဲ့တာဝန်ရှိသူထံမှ လမ်းညွှန်မှု၊ လေ့ကျင့်ပေးမှု (Training) များမှ သိရှိနိုင်တာမို့လို့ အတည်ပြုစစ်ဆေးပါ။
ထို့နောက်၊ အဆင့်တစ်ခုစီ၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာအကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ကြည့်ကြပါစို့။

အဆင့်အလိုက် ဝေယျာဝစ္စအလုပ်များနှင့်ပတ်သက်၍

C အဆင့်

「C အဆင့်」 သည် (Manual) လက်စွဲစာအုပ်၊ (Pattern) ပုံစံကလွယ်ကူပြီး၊ ကျွမ်းကျင်မှုမရှိတဲ့သူတွေ တောင်မှ လုပ်ကိုင်နိုင်သောလုပ်ငန်းဖြစ်ပါသည်။ ပထမဆုံးအကြိမ် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ကို လုပ်ကိုင် မည့်သူများနှင့် အရင်ဆုံးဂေဟာရဲ့အခြေခံအလုပ်ကို သိပြီးမှစတင်လိုသူများ ဤအဆင့်မှ စတင်ရပါမည်။

ဇယား : C အဆင့်၏ လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ

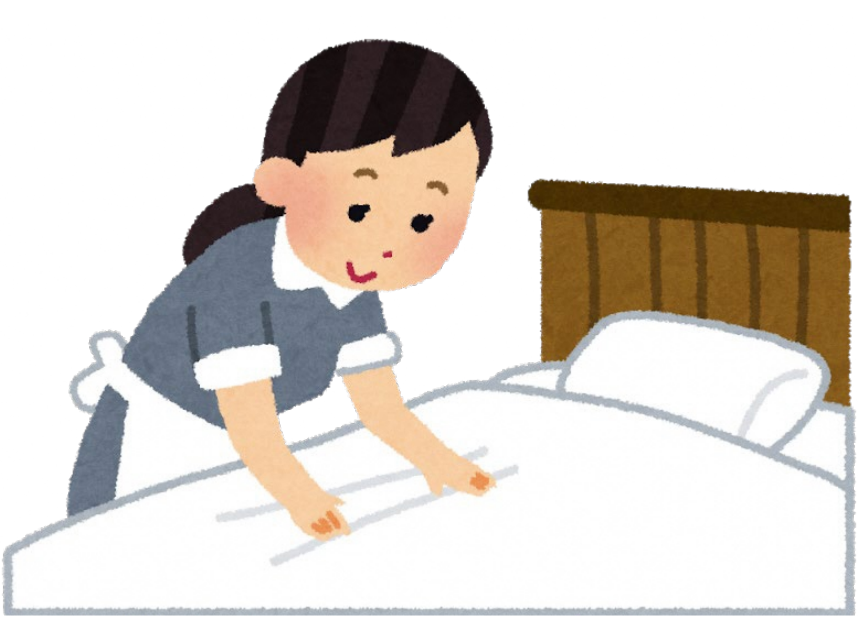
အမျိုးအစား (အဓိကအချက်)	အမျိုးအစား (အလယ်အလတ်အချက်)	လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ (သာမန်အချက်)
အိပ်ယာထ	အိပ်ယာထရန်ပြင်ဆင်ခြင်း	လိုက်ကာဖွင့်ခြင်းနှင့်ကြမ်းခင်းလေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင် လုပ်ခြင်းစသည့် ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းမှုများပြုလုပ်ခြင်း
အစားအစာ	အစားအစာပြင်ဆင်ခြင်း၊ သိမ်းဆည်းခြင်း	စားပွဲခုံများသန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း
		အေးပရွန်နှင့်လက်သုတ်ပဝါများပေးဝေခြင်း
		အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများဆေးကြောခြင်း၊ ပန်းကန်များဆေးကြောခြင်း
		ထမင်းစားခန်းသန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း(စားပွဲ၊ ကြမ်းပြင်)
သန့်ရှင်းရေး	လူနေခန်းနှင့်ခန်းမများ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း	ဂေဟာတွင်းလေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင် တပ်ဆင်ထားသောကိရိယာ(Ventilator) နှင့် စိုထိုင်းမှုထိန်းစက်(Humidifier) များသန့်ရှင်းခြင်း
		ကြမ်းပြင်သန့်ရှင်းခြင်း၊ လက်ကိုင်တန်းများဖုန်သုတ်ခြင်း
		အိမ်သာသန့်ရှင်းခြင်း
		အိပ်ယာခင်းလဲလှယ်ခြင်း
		အိပ်ယာခင်းခြင်း
		အမှိုက်စွန့်ပစ်ခြင်း
		လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများဖြည့်တင်းခြင်း
အဝတ်လျှော်	အဝတ်လျှော်ခြင်းနှင့် လျှော်ဖွပ်ထားသောအဝတ်များ သိမ်းဆည်းခြင်း	အဝတ်လျှော်ခြင်း
		လျှော်ဖွပ်ထားသောအဝတ်များခေါက်ခြင်း၊ သက်ဆိုင်ရာနေရာတွင်ပြန်ထားခြင်း
		လက်သုတ်ပဝါလိပ်ခြင်း
ရေချိုး	ရေချိုးရန်ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် သိမ်းဆည်းခြင်း	ရေနွေးထည့်ခြင်း
		ရေချိုးဝတ်များပြင်ဆင်ခြင်း
		ရေချိုးခန်းသန့်ရှင်းခြင်း
		လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများဖြည့်တင်းခြင်း၊
ပြုပြင်ထိန်းသိမ်း	ဂေဟာမပျက်စီးအောင် ထိန်းသိမ်းခြင်း	ကားရေဆေးခြင်း
		သစ်ပင်၊ ပန်းပင်များရေလောင်းခြင်း
		ထားရှိထားသောပစ္စည်းများစစ်ဆေးခြင်း၊ ဖြည့်တင်းခြင်း၊ လဲလှယ်ခြင်း
(Rehabilitation) ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း	(Rehabilitation) ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း	အသုံးပြုထားသောပစ္စည်းများသိမ်းဆည်းခြင်း
(Recreation) စိတ်အပန်းဖြေ	စိတ်အပန်းဖြေရန်အတွက် ပြင်ဆင်ခြင်း၊ သိမ်းဆည်းခြင်း	ပစ္စည်းကိရိယာများ၊အစီအစဉ်များရေးဆွဲ ပြင်ဆင်ခြင်း
		ကိရိယာ၊ အသုံးအဆောင်များသိမ်းဆည်းခြင်း
အိပ်ယာဝင်	အိပ်ယာဝင်ရန်ပြင်ဆင်ခြင်း	နောက်နေ့ဝတ်ရမည့်အဝတ်များပြင်ဆင်ခြင်း

B အဆင့်

「B အဆင့်」 သည် ကာလတိုလေ့ကျင့်ပါက သင်ယူတတ်မြောက်နိုင်သောကျွမ်းကျင်မှုများလိုအပ်သည့် လုပ်ငန်းဖြစ်ပါသည်။ C အဆင့်ရဲ့လုပ်ငန်းမှ အတွေ့အကြုံများရယူပြီး၊ မွမ်းမံသင်တန်းတက်ပြီးသည့်နောက် တွင် တက်လှမ်းနိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု၊ ဆေးကုသမှုနှင့်ပတ်သက်၍ အတွေ့အကြုံ (လုပ်သက်နှင့် အောင်လက်မှတ်ရှိခြင်းစသဖြင့်) ရှိသူသည် C အဆင့်လုပ်ငန်းနှင့် တပြိုင်နက် B အဆင့်လုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။

ဇယား ： B အဆင့်၏ လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ

အမျိုးအစား (အဓိကအချက်)	အမျိုးအစား (အလယ်အလတ်အချက်)	လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ (သာမန်အချက်)
အိပ်ယာထ	အိပ်ယာထရန်ပြင်ဆင်ခြင်း	ရေတိုက်ရန်ပြင်ဆင်ခြင်း
အစားအစာ	အစားအစာပြင်ဆင်ခြင်း၊ သိမ်းဆည်းခြင်း	အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများပေးဝေခြင်း
		ထမင်းပွဲပြင်၊ ရေနွေးကြမ်းချပေးခြင်း
		ထမင်းပွဲသိမ်းဆည်းခြင်း
သန့်ရှင်းရေး	လူနေခန်းနှင့်ခန်းမများ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း	အိပ်ယာခင်းခြင်း
ရေချိုး	ရေချိုးရာတွင်ကူညီဖေးမခြင်း	ရေတိုက်ရန်ပြင်ဆင်ခြင်း
(Recreation) စိတ်အပန်းဖြေ	စိတ်အပန်းဖြေရန်အတွက် ပြင်ဆင်ခြင်း၊ ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုခြင်း	အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း၊ ပြင်ဆင်ခြင်း
		ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုခြင်း

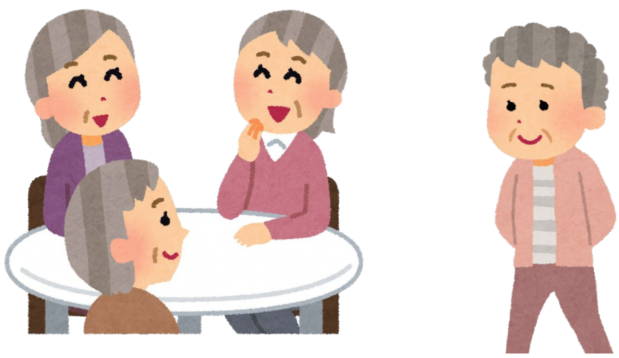


A အဆင့်

「A အဆင့်」 သည် အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့်အတွေ့အကြုံလိုအပ်သည့် အင်မတန်အဆင့်မြင့် သောလုပ်ငန်းဖြစ်ပါသည်။ B အဆင့်ရဲ့လုပ်ငန်းမှ အတွေ့အကြုံများရယူပြီး၊ မွမ်းမံသင်တန်းတက်ပြီးသည့် နောက်တွင်တက်လှမ်းနိုင်ပါသည်။

ဇယား ： A အဆင့်၏ လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ

အမျိုးအစား (အဓိကအချက်)	အမျိုးအစား (အလယ်အလတ်အချက်)	လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ (သာမန်အချက်)
အစားအစာ	အစားအစာပြင်ဆင်ခြင်း၊ ကူညီဖေးမခြင်း	ပျစ်ချွဲချွဲအရည်ထည့်ပေးခြင်း
		ထမင်းစားခန်းသွားရန်ခေါ်ဆောင်ခြင်း
		ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း
အိမ်သာ	အိမ်သာတက်စဉ်ကူညီဖေးမခြင်း	အိမ်သာသွားရန်ခေါ်ဆောင်ခြင်း (အဝတ်ဘောင်းဘီဝတ်ထားသူများကို အသုံးပြုခြင်း)
ရေချိုး	ရေချိုးစဉ်ကူညီဖေးမခြင်း	ရေချိုးခန်းသွားရန်ခေါ်ဆောင်ခြင်း
		ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း
		ဆံပင်အခြောက်ခံပေးခြင်း
(Rehabilitation) ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်း	ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ရာတွင်ကူညီဖေးမခြင်း	ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံးပြုလုပ်စဉ် (ရေနွေးအိတ်စသဖြင့်) ကူညီဖေးမခြင်း
		ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျလေ့ကျင့်ခြင်းကို ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း
(Recreation) စိတ်အပန်းဖြေ	စိတ်အပန်းဖြေရန် အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း၊ ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုခြင်း၊ လုပ်ငန်းစဉ်ကို ကူညီဖေးမခြင်း	ဝါသနာပါရာလုပ်ဆောင်ခြင်းကိုကူညီလုပ်ကိုင်ပေးခြင်း
		အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း
		ရွှေ့လျားသွားလာစဉ်စကားပြောပေးခြင်း
		ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုခြင်း၊ ကူညီဖေးမခြင်း
အခြား	ရွှေ့လျားသွားလာခြင်း	ဘီးတပ်ကုလားထိုင်ဖြင့်ရွှေ့သွားစဉ် စကားပြောပေးခြင်း၊ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း
		လမ်းလျှောက်စဉ်စကားပြောပေးခြင်း၊ ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း
	အခြား	ဂေဟာတွင်းကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်း
		(Communication) ဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း
		ကားဖြင့်ကြိုပို့လုပ်ပေးခြင်း



(2) ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ၏ တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းစဉ် ဥပမာ

ယခင်စာမျက်နှာတွင် ဖော်ပြခဲ့သော C ~ A အဆင့်အလိုက် ဝေယျာဝစ္စအလုပ်ကို တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းစဉ် အသွင်ဖြင့် ကြည့်ကြရအောင်။
ဥပမာ C အဆင့်တာဝန်ကျသူသည် 「ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူအလုပ်(အဆင့်အလိုက်)」၏ C အတန်း ရှိ 「လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာ(သာမန်အချက်)」 အကြောင်းအရာကိုတာဝန်ယူလုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဇယား : တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းစဉ် (ဥပမာ)

အချိန်အပိုင်းအခြား	အမျိုးအစား (အဓိကအချက်)	အမျိုးအစား (အလယ်အလတ်အချက်)	လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာ (သာမန်အချက်)	ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်း၏အလုပ်	ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ၏အလုပ် (အဆင့်အလိုက်)
မနက်အစောပိုင်း	အိပ်ယာထ	အိပ်ယာထရန်ပြင်ဆင်	လိုက်ကာဖွင့်ခြင်း		C
			ရေတိုက်ရန်ပြင်ဆင်ခြင်း		B
		အိမ်သာ	အိမ်သာသွားရန်ခေါ်ဆောင်ခြင်း		A
			အိမ်သာတက်စဉ်ကူညီခြင်း	●	
		အဝတ်လဲ	အဝတ်လဲ၊ဖီးလိမ်းပြင်ဆင်၊သွားတုတပ်ဆင်ခြင်း	●	
	အစားအစာ	မနက်စာ	စားပွဲခုံသန့်ရှင်းရေး		C
			အေပရွန်နှင့်လက်သုတ်ပဝါပေးဝေခြင်း		C
			ထမင်းစားခန်းသွားရန်ခေါ်ဆောင်ခြင်း		A
			ထမင်းပွဲပြင်၊ ရေနွေးကြမ်းချပေးခြင်း		B
			အစားအစာစားစဉ်ကူညီပေးခြင်း၊ အစားအစာပမာဏစစ်ဆေးခြင်း	●	
			ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း		A
			ထမင်းပွဲသိမ်းဆည်းခြင်း		B
			ပန်းကန်များဆေးကြောခြင်းနှင့် ထမင်းစားခန်းသန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း		C
			ခံတွင်းသန့်ရှင်းရေးလုပ်ပေးခြင်း	●	
မနက်ပိုင်း	သန့်ရှင်းရေး	လူနေခန်းနှင့်ခန်းမများသန့်ရှင်းရေး	လေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင်လုပ်ခြင်းနှင့် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း		C
			အိမ်သာသန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း		C
			အမှိုက်ပစ်ခြင်းနှင့် လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများဖြည့်တင်းခြင်း		C
		လူနေခန်းသန့်ရှင်းရေး	အိပ်ယာခင်းလဲခြင်း		C
			အိပ်ယာခင်းခြင်း		B / C
		အဝတ်လျှော်	အဝတ်လျှော်ခြင်း		C
	Rehabilitation ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း	Rehabilitation ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း	လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း	●	
			ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံးကိုကူညီဖေးမခြင်း		A
			ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျလေ့ကျင့်ခြင်းကိုကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း		A
			အသုံးပြုထားသောပစ္စည်းများသိမ်းဆည်းခြင်း		C

★ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူ၏သတိပြုရန်အချက် : (လုပ်တတ်တဲ့အလုပ်)ကစပြီး လုပ်ကြည့်ကြရအောင်!

လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာများ၊ အဆင့်များနှင့်ပတ်သက်၍၊ ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်တွင် မိတ်ဆက်ပေးထား သောအချက်အလက်နှင့် ဂေဟာတွင် တကယ်လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရသောအခါတွင် ကွဲပြားမှုများရှိနိုင်ပါ သည်။ ဝေယျာဝစ္စအလုပ်အကြောင်းအရာများသည် ဂေဟာနှင့်လိုက်၍ ကွဲပြားသည့်အတွက်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင်၊ လုပ်ငန်းအကြောင်းအရာတူညီပေမဲ့၊ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားနှင့်လိုက်၍၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပုံကွဲ ပြားနိုင်သည့် အတွက်၊ အဆင့်ခွဲခြားထားသောအကြောင်းအရာများကို ကိုးကားချက်အဖြစ်သာအသုံးပြုပါ။ သတိပြုရန်အချက်အနေနဲ့ 「A အဆင့်」 ဖြစ်သော်လည်း၊ ဘီးတပ်ကုလားထိုင်မှထစဉ် ဖေးမကူညီပေး ရသောတိုက်ရိုက်ပြုစုခြင်းသည် မလွဲသာမရှောင်သာသောအခြေအနေနှင့် အရေးပေါ်အခြေအနေ၊ ဂေဟာက ခွင့်ပြုထားသောအခြေအနေတွင်သာလုပ်ဆောင်ရန်ဖြစ်ပြီး၊ အခြေခံအားဖြင့် စကားပြောပေးခြင်းနှင့် ကြည့်ရှု စောင့်ရှောက်ခြင်းကိုသာ လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပေမယ့် လိုအပ်တာထက်ပို၍ တွန့်ဆုတ်နေရန်မလိုပါ။
ဘယ်အတိုင်းအတာအထိလုပ်ဆောင်ရမည်ကို မသဲကွဲပါက ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းကိုမေးမြန်း၍ ညွှန်ကြားမှုကိုလိုက်နာပါ။
ထို့အပြင်၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းများကလည်း အကူလုပ်သားများ၏ကူညီပေးမှု၊ အသိပေးခြင်း တို့လိုအပ်ပါသည်။
ဥပမာအားဖြင့် ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်းအနေနဲ့ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများအား ဂရုစိုက်ကြည့်ရှုပေး တဲ့သူတိုးလာခြင်းပင်လျှင် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းများအတွက် အလွန်အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။ အခြား အလုပ်ကိစ္စများလုပ်နိုင်လာပြီး၊ သက်တောင့်သက်သာလည်း ဖြစ်စေပါသည်။
ဒါ့အပြင်၊ စိတ်အပန်းဖြေခြင်းအစီအစဉ်နှင့် ဝါသနာထောက်ပံ့မှုတို့တွင်၊ အကူလုပ်သားတို၏ကျွမ်းကျင်မှုများနှင့် ဝါသနာများကို ပြောပြထားပါက ဂေဟာတွင်း တက်ကြွပျော်ရွှင်စွာလုပ်ငန်းများလုပ် ဆောင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။
ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူအလုပ်ဖြင့် မိမိနေထိုင်သည့်ပတ်ဝန်းကျင်နဲ့ ကူးလူးဆက်ဆံခြင်းကို ပိုမိုနက်နဲ အောင်ဖန်တီးကြပါစို့။

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူလုပ်သားများအား ရှင်းလင်းပြောပြမည့်အချက်အလက်

လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သည့်အခါ၊ သတိပြုရမည့်အချက်များနှင့်ပတ်သက်၍

ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်ကိုလုပ်ကိုင်ရာတွင်၊ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများ၏ဆန္ဒအတိုင်း အထောက် အပံ့ပေးဖို့အတွက် သတိပြုရမည့်အချက်များရှိပါသည်။ ဒီနေရာမှာ သတိပြုရမည့်အချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းပြပေးသွားပါမည်။

သတိပြုရန်အချက်① ：မလုပ်ရ။

အစားအစာစားနေစဉ်နှင့် အိမ်သာသို့သွားသောအခါများတွင် ဘေးမှစကားပြောပေးခြင်းကိုသာ လုပ်ဆောင်ရန်။
ဥပမာ၊ အစားအစာစားနေချိန်တွင် တာဝန်ကျပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းက မအားလပ်သည့်အခါမျိုး တွင်တောင်မှ၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူကကိုယ်တိုင် အစားအစာခွံ့ကျွေးခြင်းကို မပြုလုပ်ရပါ။ အစားအစာ နှင့်အရည်များ နင်ခြင်း၊ လည်မြိုတွင်တစ်ဆို့နေခြင်းများဖြစ်တတ်သည့်အတွက် ကိုယ်တိုင်အစားအသောက် ကျွေးခြင်းသည် အတွေ့အကြုံနှင့်သက်ဆိုင်သောကြောင့် သတိပြုရန်လိုအပ်ပါသည်။ အစားအစာကျွေးခြင်း အပြင် အိမ်သာနှင့် ရေချိုးခန်းများကိုသွားစဉ် ပြုစုစောင့်ရှောက်သည့်အခါတွင်လည်း အတူတူပင်ဖြစ်သည်။
တဖန်၊ ကူးဆက်ရောဂါများမှကာကွယ်ရန် လက်ဆေးခြင်း၊ အာလုပ်ကျင်းခြင်း၊ နှာချေချောင်းဆိုးလျှင် ဖုန်းအုပ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။

သတိပြုရန်အချက်② ：ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအကြောင်းများ(Privacy)ကို မပေါက်ကြားပါစေနဲ့ ။

စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများသည် အကျင့်ဗီဇမတူညီကြသောလူသားများသာဖြစ်သည်ကို နားလည်ပြီး၊ နွေးထွေးပျူငှါစွာဆက်ဆံပေးရပါမည်။ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအလုပ်သည် တစ်ဦးချင်းစီ၏ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စရပ်များကို နက်နက်နဲနဲထိတွေ့ရသည့်အရေးပါသောအလုပ်ဖြစ်သောကြောင့် စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများ များ၏ဂုဏ်သိက္ခာကို လေးစားမှုနှင့်အတူ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအကြောင်းများကို ထိန်းသိမ်းပေးရပါမည်။
စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ဆက်ဆံရခြင်းသည် သူတို့၏ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စ ရပ်များကို ထိတွေ့ရခြင်းနှင့်အတူတူပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအတွက် သိရှိထားသောအကြောင်းအရာကိစ္စရပ်များ အား အပြင်ကလူများကို ဘယ်တော့မှမပြောမိပါစေနဲ့။
ယခုခေတ်မှာ SNS နှင့် ဗီဒီယိုများ ပို့စ်တင်နိုင်သောဝက်ဆိုဒ်များက လွယ်ကူစွာအသုံးပြုနိုင်လာသည်။ ဒါပေမဲ့၊ ၎င်းဝန်ဆောင်မှုများသည် အဆင်ပြေမှုများရှိသလို၊ တစ်ကြိမ်ပို့စ်တင်လိုက်သောအချက်အလက် များသည် အချိန်တိုအတွင်းမှာ လျင်မြန်စွာပျံ့နှံ့သွားပြီး၊ ပြန်ဖျက်ရန်အလွန်ခက်ခဲပါသည်။ လုပ်ငန်းခွင်တွင် အသုံးပြုခြင်းကို ရှောင်ကြရအောင်။

★ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူလုပ်သားများ လိုက်နာရမည့်စည်းမျဉ်းများ ：ဥပဒေစည်းမျဉ်းများ
(ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းများ စောင့်ထိန်းသင့်သည့် လျှို့ဝှက်ချက်နှင့်စပ်လျဉ်းသောဥပဒေ)

【ကိုးကား】သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာဝန်ထမ်း၊ ဂေဟာနှင့် ပစ္စည်းကိရိယာ၊ စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့်စပ်လျဉ်းသည့်စံ (ကျန်းမာရေး၊ အလုပ်သမားနှင့် လူမှုဖူလုံရေးဝန်ကြီးဌာန ဥပဒေ အခန်း ၄၀)

(ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအချက်အလက်ထိန်းသိမ်းခြင်းစသည့်)

၁။ ပုဒ်မ (၃၂) အရ သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာဝန်ထမ်းများသည် သင့်တင့် လျောက်ပတ်သောအကြောင်းပြချက်မရှိပဲ၊ ၎င်းလုပ်ငန်းတွင်သိကျွမ်းသည့် ဂေဟာတွင်နေထိုင်သူ ဒါမှမဟုတ် ၎င်းတို့၏မိသားစုများရဲ့လျှို့ဝှက်ချက်ကို မပေါက်ကြားစေရ။

၂။ သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာသည် ဝန်ထမ်းများက သင့်တင့်လျောက်ပတ် သောအကြောင်းပြချက်မရှိပဲ၊ ၎င်းလုပ်ငန်းတွင်သိကျွမ်းသည့် ဂေဟာတွင်နေထိုင်သူ ဒါမှမဟုတ် ၎င်းတို့၏ မိသားစုများရဲ့လျှို့ဝှက်ချက်ကို မပေါက်ကြားအောင်၊ လိုအပ်သောအစီအမံများပြုလုပ်ထားရမည်။

၃။ သက်ကြီးရွယ်အိုကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဂေဟာသည် နေအိမ်တွင်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအထောက် အပံ့ပေးသောကုမ္ပဏီများအား ဂေဟာတွင်နေထိုင်သူများနှင့်ပတ်သက်သည့် ကိုယ်ရေးအချက်အလက်များကို ပေးအပ်ရာတွင် ကြိုတင်၍ ကာယကံရှင်ထံမှသဘောတူခွင့်ပြုချက်စာကို ရယူထားရမည်။

သတိပြုရန်အချက်③:အထိတ်တလန့် (Hiyarihatto) မဖြစ်စေရန် ရှောင်ရှားခြင်း။

နောက်ထပ် သတိပြုရမည့်အချက်အနေဖြင့်၊ အထိတ်တလန့်ကိစ္စ(Hiyarihatto) ဥပမာများကို မိတ်ဆက် ပေးသွားပါမည်။
အထိတ်တလန့်ကိစ္စဆိုသည်မှာ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများအား ထိခိုက်မှုမဖြစ်သော်လည်း၊ နေ့စဉ်ဝန် ဆောင်မှု၌ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ(ဝန်ထမ်း)က (ဟာ) ကနဲ (ဟင်) ကနဲ လုပ်သည့် ဖြစ်ရပ်ကိုဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါ သည်။

အထိတ်တလန့်ကိစ္စ ဥပမာ(၁)။ ။ ပစ္စည်းကိရိယာများ သိမ်းဆည်းရန်မေ့လျော့ခြင်းကြောင့်၊ ဖြစ်ပွားသော မတော်တဆ။

【အဖြစ်အပျက်】 လူသွားစင်္ကြံတွင် ထားထားလျက်ရှိ သောသန့်ရှင်းရေးသုံးပစ္စည်းကိရိယာများနဲ့ စောင့် ရှောက်ခံဘိုးဘွားများက တိုက်မိမလိုဖြစ်သွားခြင်း။

【အကြောင်းရင်း】 ပစ္စည်းကိရိယာများကို စနစ်တကျမသိမ်းဆည်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင်၊ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများ သွားလာလှုပ်ရှားသောလျှောက်လမ်းတွင် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်သောပစ္စည်းအချို့ ရှိ/မရှိ သေသေချာချာ မစစ်ဆေးခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

အထိတ်တလန့်ကိစ္စ ဥပမာ(၂)။ ။ စိတ်အပန်းဖြေစဉ်အတွင်းဖြစ်ပွားသောမတော်တဆ။

【အဖြစ်အပျက်】 စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားတစ်ဦးက Karaoke ဆိုနေချိန်တွင်၊ အခြားတစ်ဦးက မိုက်ကြိုးနဲ့ ခြေထောက်ညိပြီး ခလုတ်တိုက်မိမလိုဖြစ်သွားခြင်း။

【အကြောင်းရင်း】 မိုက်၊ စက်ပစ္စည်းများထားရှိရန်နေရာနှင့် ကေဘယ်လ်ကြိုးများထားရှိပုံကို သေချာဂရုမ စိုက်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင်၊ စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားများ၏ လှုပ်ရှားမှုကို သေသေချာချာစောင့်မ ကြည့်ထားခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

အထိတ်တလန့်ကိစ္စ ဥပမာ(၃)။ ။ အစားအစာစားနေစဉ် အစာလမ်းကြောင်းမှားသွားခြင်း။

【အဖြစ်အပျက်】 ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းက မျက်နှာလွှဲချိန်တွင် စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားက လိမ္မော်သီး ကိုအလုံးလိုက်မြိုချခြင်း။

【အကြောင်းရင်း】 စောင့်ရှောက်ခံဘိုးဘွားရဲ့ အစာစားသည့်အကျင့်ကို သိလျက်နဲ့ သတိမထားလိုက်မိခြင်း၊ ဘိုးဘွားများကို အာရုံစူးစိုက်မှုမရှိခြင်းနှင့် ကြည့်ရှုမှုမလုံလောက်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

အထိတ်တလန့်ကိစ္စ ဥပမာ(၄)။ ။သတင်းပို့ခြင်းနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း မပြည့်စုံခြင်း။

【အဖြစ်အပျက်】 ကျန်းမာရေးမကောင်းတာကိုဂရုမပြုပဲ၊ အလုပ်ဆင်းတယ်။ တကယ်တော့ တုတ်ကွေး မိနေခြင်း။

【အကြောင်းရင်း】 ဝန်ထမ်းအင်အားမလုံလောက်မှုကြောင့် အလုပ်ချိန်ပြောင်းဖို့မဖြစ်နိုင်သည့်အတွက်၊ အ ခြားသူများကို အနှောက်အယှက်မပေးလိုဟုတွေးတောပြီး၊ အဖြစ်မှန်ကိုမပြောထွက်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းကို သတင်းပို့မှု၊ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်မှု မလုပ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

နေ့စဉ်လုပ်ငန်းဆောင်တာထဲတွင် အထိတ်တလန့်ဖြစ်စေသောကိစ္စများကို သတိမပြုမိခြင်း၊ သတိပြုမိ သော်လည်း ၎င်းအချက်အလက်များကို မဝေမျှနိုင်ခြင်းကြောင့် ပြဿနာဖြစ်လာသည့်ကိစ္စများအတော်များ များရှိပါသည်။ ကြီးမားသောဘေးအန္တရာယ်များကို ကာကွယ်နိုင်အောင်၊ သတိပြုမိတဲ့ကိစ္စရပ် စိတ်ထဲတွင် ထင့်နေသောကိစ္စရပ်များရှိပါက ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းကို သတင်းပို့ခြင်းနှင့် ဆက်သွယ်အကြောင်း ကြားခြင်း ပြုလုပ်ရပါမည်။

အထက်ပါအကြောင်းအရာများသည် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူကို လုပ်ကိုင်မည့်သူများအားသိရှိနားလည် ထားစေချင်တဲ့အချက်တွေဖြစ်ပါသည်။ သတိပြုရမည့်အချက်များကို အာရုံစိုက်ရင်း၊ အရင်ဆုံး 「မိမိကိုယ်တိုင်လုပ်နိုင်မည့် အလုပ်」 ကနေစပြီး လုပ်ကိုင်ကြည့်ပါ။ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုအကူအဖြစ်လုပ်ကိုင်ပြီး၊ ဂေဟာဝန်ထမ်းများနှင့်အတူ အလုပ်လုပ်ခြင်း ဖြင့် အောင်မြင်မှုကိုရယူကာ၊ အလုပ်လုပ်ရခြင်းအကျိုးကိုရှာဖွေနိုင်ပါလိမ့်မည်။

(ဖြည့်စွက်ချက်) လုပ်ငန်းဆောင်တာများကိုးကားရန်အချက်အလက်

<တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းစဉ် ဥပမာ>

ဒီစာမျက်နှာမှာ အဆင့်အလိုက် တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းဆောင်တာများရဲ့လုပ်ငန်းစဉ်ကို ဥပမာအနေနဲ့မိတ်ဆက်ပေးသွားပါမည်။ ဂေဟာပေါ်မူတည်၍ လုပ်ငန်းဆောင်တာများရဲ့လုပ်ငန်းစဉ်က ပြောင်းလဲနိုင်သည့်အတွက် ကိုးကားချက်အနေနဲ့သာ အသုံးပြုပါ။

အချိန် အပိုင်းအခြား	အမျိုးအစား (အဓိကအချက်)	အမျိုးအစား (အလယ်အလတ်အချက်)	အဓိကအလုပ် (ပြုစုစောင့်ရှောက် မှုဝန်ထမ်း)	အထူးဂရုစိုက် ရမည့်အလုပ် (A အဆင့်)	ဂရုစိုက် ရမည့်အလုပ် (B အဆင့်)	ရိုးရှင်းသော အလုပ် (C အဆင့်)
မနက် အစောပိုင်း	အိပ်ယာထ	အိပ်ယာထရန် ပြင်ဆင်			ရေသောက်ရန် ပြင်ဆင်ပေးခြင်း	လိုက်ကာ ဖွင့်ခြင်း
		အိမ်သာ	ဒိုက်ဘာ (သေးခံ) လဲပေးခြင်း	အိမ်သာသွားရန် ခေါ်ဆောင်ခြင်း		
		အဝတ်လဲ	အဝတ်လဲ၊ ဖီးလိမ်းပေးခြင်း			
	အစားအစာ	မနက်စာ	အိပ်ယာမှထ၊ ရွေ့လျားသွားလာရန် ကူညီပေးခြင်း	ပျစ်ချွဲချွဲအရည်ထည့် ပေးခြင်း	အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများ ပေးဝေခြင်း	စားပွဲခုံ သန့်ရှင်းခြင်း
				ထမင်းစားခန်းသွား ရန်ခေါ်ဆောင်ခြင်း		အေပရွန်နှင့် လက်သုတ်ပဝါ ပေးဝေခြင်း
			စားသောက်စဉ် ကူညီပေးခြင်း	ကြည့်ရှုစောင့် ရှောက်ပေးခြင်း	ထမင်းပွဲပြင်၊ ရေနွေးကြမ်း ချပေးခြင်း	
			ဆေးများပေးဝေခြင်း			
			အစားအစာပမာဏနှင့်တိုက်မည့် ဆေးများ စစ်ဆေးပေးခြင်း		ထမင်းပွဲ သိမ်းဆည်း ပေးခြင်း	ပန်းကန်ဆေး ကြောခြင်း
			ခံတွင်း သန့်ရှင်းပေးခြင်း			ထမင်းစားခန်းသန့်ရှင်းရေး (စားပွဲခုံနှင့်ကြမ်းပြင်)
မနက်ပိုင်း	သန့်ရှင်းရေး	လူနေခန်း သန့်ရှင်းရေး				လေဝင်လေ ထွက်ကောင်း အောင်လုပ်ခြင်း၊ ကြမ်းပြင် သန့်ရှင်းခြင်း
						အိမ်သာ သန့်ရှင်းခြင်း
						အိပ်ယာခင်းလဲခြင်း
					အိပ်ယာခင်းခြင်း	
						အမှိုက်ပစ်ခြင်း
						လိုအပ်သည့်ပစ္စည်း များဖြည့်တင်းခြင်း
		အဝတ်လျှော်				အဝတ်လျှော်ခြင်း
		ခန်းမ သန့်ရှင်းရေး				လေဝင်လေ ထွက်ကောင်း အောင်လုပ်ခြင်း၊ ကြမ်းပြင် သန့်ရှင်းခြင်း
						အိမ်သာ သန့်ရှင်းခြင်း
						လက်ကိုင်တန်း များဖုန်သုတ်ခြင်း
						အမှိုက်ပစ်ခြင်း
						လိုအပ်သည့်ပစ္စည်း များဖြည့်တင်းခြင်း
	အခြား	Rehabilitation ကိုယ်လက် လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်း	Rehabilitation ကိုယ်လက် လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်ဆောင်စေခြင်း	ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါ ကုထုံးကုလုပ်ပေးခြင်း		
				ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ လေ့ကျင့်ခြင်းကိုကြည့် ရှုစောင့်ရှောက်ခြင်း		
						ပစ္စည်းများ သိမ်းဆည်းခြင်း

အချိန် အပိုင်းအခြား	အမျိုးအစား (အဓိကအချက်)	အမျိုးအစား (အသေးစိတ်အချက်)	အဓိကအလုပ် (ပြုစုစောင့်ရှောက် မှုဝန်ထမ်း)	အထူးကျွမ်းကျင်ရမည့်အလုပ် (A အဆင့်)	ကျွမ်းကျင်ရမည့်အလုပ် (B အဆင့်)	ရိုးရှင်းသော အလုပ် (C အဆင့်)
နေ့လယ်ပိုင်း	အစားအစာ	နေ့လယ်စာ	အိပ်ယာမှထ၊ ရွေ့လျားသွားလာရန် ကူညီပေးခြင်း	ပျစ်ချွဲချွဲအရည်ထည့်ပေးခြင်း	အထောက်အ ကူပြုပစ္စည်းများဝေပေးခြင်း	စားပွဲခုံ သန့်ရှင်းခြင်း
				ထမင်းစားခန်းသွားရန် ခေါ်ဆောင်ခြင်း		အေပရွန်နှင့် လက်သုတ်ပဝါ ပေးဝေခြင်း
			စားသောက်စဉ် ကူညီပေးခြင်း	ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း	ထမင်းပွဲပြင်၊ရေနွေးကြမ်းချပေးခြင်း	
			ဆေးများပေးဝေခြင်း			
			အစားအစာပမာဏနှင့်တိုက်မည့် ဆေးများ စစ်ဆေးပေးခြင်း		ထမင်းပွဲ သိမ်းဆည်း ပေးခြင်း	ပန်းကန်ဆေး ကြောခြင်း
			ခံတွင်း သန့်ရှင်းပေးခြင်း			ထမင်းစားခန်း သန့်ရှင်းရေး (စားပွဲခုံနှင့် ကြမ်းပြင်)
	ရေချိုး	ရေချိုးရန် ပြင်ဆင်	ရွေ့လျားသွားလာရန် ကူညီပေးခြင်း	ရေချိုးခန်းသွားရန် ခေါ်ဆောင်ခြင်း		ရေပူဖြည့်ခြင်း
						ရေချိုးဝတ် ပြင်ဆင်ခြင်း
		ရေချိုး	အင်္ကျီချွတ်ပေးခြင်း			
			ရေချိုးစဉ် ကူညီပေးခြင်း	ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း		
			အင်္ကျီဝတ်ပေးခြင်း	ဆံပင်အခြောက် ခံပေးခြင်း	ရေသောက်ရန် ပြင်ဆင်ပေးခြင်း	ရေချိုးခန်း သန့်ရှင်းရေး
						လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများဖြည့်တင်းခြင်း
	အဝတ်လျှော်	အဝတ်လျှော်				လျှော်ဖွပ်ထား သောအဝတ်များခေါက်ခြင်း၊ သက်ဆိုင်ရာနေရာတွင်ပြန်ထားခြင်း
						လက်သုတ်ပဝါ လိတ်ခြင်း
	ပြုပြင် ထိန်းသိမ်း	ပြုပြင် ထိန်းသိမ်း				ကားသန့်ရှင်းရေး
						သစ်ပင်၊ ပန်းပင် များရေလောင်းခြင်း
						ထားရှိထားသော ပစ္စည်းများ စစ်ဆေးခြင်း၊ ဖြည့်တင်းခြင်း
	Recreation စိတ်အပန်းဖြေ	Recreation စိတ်အပန်းဖြေ	Direct Support တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ ကူညီပေးခြင်း	ဝါသနာပါရာလုပ်ဆောင်ခြင်းကို ကူညီဖေးမခြင်း		
				အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း		
					ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း	
				ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုခြင်း		
				ကူညီပေးခြင်း		သိမ်းဆည်းခြင်း
ညနေပိုင်း နှင့် ညပိုင်း	အခြား	အခြား	Communication ဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း	Communication ဆက်ဆံပြောဆိုခြင်း		
			ဘီးတပ်ကုလားထိုင်ဖြင့် ရွေ့သွားစဉ်၊လမ်းလျှောက်သွားစဉ် ကူညီပေးခြင်း	ဘီးတပ်ကုလားထိုင် ဖြင့်ရွေ့သွား၊လမ်း လျှောက်သွားစဉ် ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း		
	အစားအစာ	ညစာ	အိပ်ယာမှထ၊ ရွေ့လျားသွားလာရန် ကူညီပေးခြင်း	ပျစ်ချွဲချွဲအရည်ထည့်ပေးခြင်း	အထောက်အ ကူပြုပစ္စည်းများဝေပေးခြင်း	စားပွဲခုံ သန့်ရှင်းခြင်း
				ထမင်းစားခန်းသွားရန် ခေါ်ဆောင်ခြင်း		အေပရွန်နှင့် လက်သုတ်ပဝါ ပေးဝေခြင်း
			စားသောက်စဉ် ကူညီပေးခြင်း	ကြည့်ရှုစောင့် ရှောက်ပေးခြင်း	ထမင်းပွဲပြင်၊ ရေနွေးကြမ်း ချပေးခြင်း	
			ဆေးများပေးဝေခြင်း			
			အစားအစာပမာဏနှင့်တိုက်မည့် ဆေးများ စစ်ဆေးပေးခြင်း		ထမင်းပွဲ သိမ်းဆည်းခြင်း	ပန်းကန် ဆေးကြောခြင်း
			ခံတွင်း သန့်ရှင်းပေးခြင်း			ထမင်းစားခန်း သန့်ရှင်းရေး (စားပွဲခုံနှင့် ကြမ်းပြင်)
	အိပ်ယာဝင်	အိမ်သာ	အိမ်သာသွားစဉ်ကူညီပေး အိမ်သာ၊ဒိုက်ဘာ(သေးခံ)	အိမ်သာသွားရန် ခေါ်ဆောင်ခြင်း		
		အိပ်ယာဝင်	အဝတ်လဲပေးခြင်း			နောက်နေ့ဝတ်ရ မည့်အဝတ်များ ပြင်ဆင်ခြင်း
			အိပ်ယာဝင်မှု စစ်ဆေးခြင်း			

ダウンロードはこちらから

http://www.pref.fukuoka.lg.jp/
contents/care-supporter.html

発行 福岡県保健医療介護部高齢者地域包括ケア
推進課介護人材確保対策室
制作 公益社団法人福岡県介護老人保健施設協会
編集 株式会社 リベルタス・コンサルティング