ជំពូកទី ៤

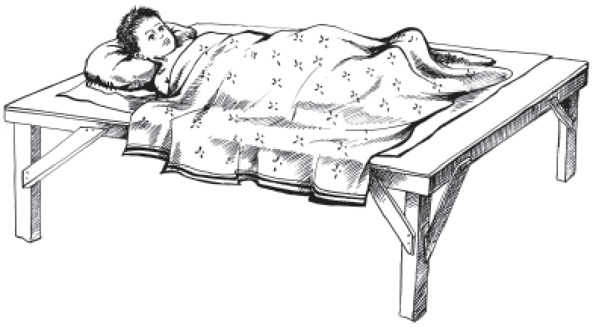
របៀបថែទាំអ្នកជំងឺ

ការមានជំងឺធ្វើឲ្យរាងកាយចុះខ្សោយ។ ដើម្បីឲ្យមានកម្លាំងនិងស្រួលខ្លួនឡើងវិញយ៉ាងឆាប់រហ័ស គេត្រូវការការថែទាំជាចាំបាច់។

ការថែទាំដែលអ្នកជំងឺម្នាក់បានទទួល គឺជាផ្នែកដ៏សំខាន់បំផុតនៃការព្យាបាលរបស់គាត់។

ជាញឹកញាប់ ថ្នាំពេទ្យពុំមែនសុទ្ធតែចាំបាច់ទេ។ ប៉ុន្តែការថែទាំដ៏ល្អ តែងតែជាការសំខាន់។ អត្ថបទតទៅនេះ គឺជាមូលដ្ឋាននៃការថែទាំដ៏ល្អ ៖

១. ភាពសុខស្រួលរបស់អ្នកជំងឺ



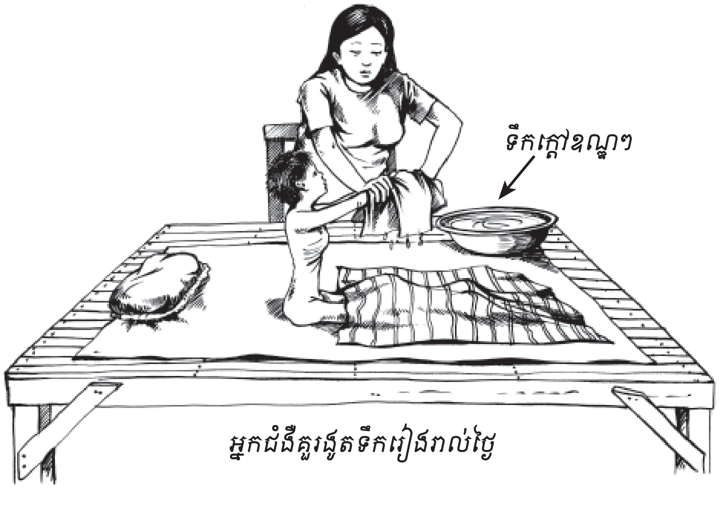
អ្នកជំងឺគួរសម្រាកនៅកន្លែងដែលស្ងាត់ មានជាសុខភាព មានខ្យល់អាកាសល្អ និងមានពន្លឺគ្រប់គ្រាន់។ គាត់គួរសម្រាកនៅកន្លែងដែលមិនត្រជាក់ពេក ឬក្តៅពេក។ បើមានខ្យល់ត្រជាក់ ឬអ្នកជំងឺញាក់ ត្រូវដណ្តប់ភួយឬក្រណាត់ឲ្យគាត់។ ប៉ុន្តែ បើអាកាសធាតុក្តៅ ឬអ្នកជំងឺមានគ្រុនក្តៅ គាត់មិនត្រូវដណ្តប់អ្វីទាំងអស់(ទំ.៧៥)។

២. ទឹក

ស្ទើរតែគ្រប់ជំងឺទាំងអស់ ជាពិសេសក្នុងពេលមានគ្រុនក្តៅឬជំងឺរាក អ្នកជំងឺគួរផឹកទឹកឲ្យបានច្រើន ដូចជាទឹកស្អាត ទឹកតែ ទឹកផ្លែឈើ ទឹកស៊ុប។ល។

៣. អនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន

ការរក្សាអនាម័យដល់អ្នកជំងឺគឺជាការសំខាន់ណាស់។ គាត់គួរងូតទឹកជារៀងរាល់ថ្ងៃ។ ប្រសិនបើគាត់ឈឺធ្ងន់ រហូតមិនអាចក្រោកបាន ត្រូវជូតខ្លួនគាត់ជាមួយក្រណាត់ និងទឹកក្តៅឧណ្ហៗ។ ខោអាវ ក្រណាត់ក្រាល និងភួយរបស់គាត់ ក៏ត្រូវតែស្អាតជានិច្ចដែរ។ មិនត្រូវមានកំទេច និងកាកសំណល់ចំណីអាហារនៅលើគ្រែទេ។



អ្នកជំងឺគួរងូតទឹករៀងរាល់ថ្ងៃ

៤. ចំណីអាហារដែលល្អ

ប្រសិនបើអ្នកជំងឺចង់បរិភោគចំណីអាហារអ្វីមួយ សូមអនុញ្ញាតឲ្យគាត់បរិភោគ។ ជំងឺភាគច្រើនមិនត្រូវការការតមអាហារទេ។

អ្នកជំងឺគួរផឹកទឹកឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់ និងបរិភោគអាហារដែលមានជីវជាតិ(មើលជំពូកទី១១)។

បើអ្នកជំងឺអស់កម្លាំង ឲ្យគាត់បរិភោគអាហារដែលមានជីវជាតិឲ្យច្រើនតាមដែលគាត់អាចបរិភោគបាន ជាច្រើនដងក្នុងមួយថ្ងៃ។ បើចាំបាច់ កិនអាហារឲ្យម៉ត់ ឬធ្វើជាស៊ុប។

អាហារថាមពលមានសារសំខាន់យ៉ាងខ្លាំង ឧទាហរណ៍ បបរស្រូវសាលី ដំឡូង ឬត្រាវ។ ការបន្ថែមស្ករនិងប្រេងបន្ថែបន្តិច អាចជួយធ្វើឲ្យអាហារកាន់តែមានថាមពលថែមទៀត។ ម៉្យាងទៀត ត្រូវលើកទឹកចិត្តអ្នកជំងឺឲ្យផឹកទឹកដែលមានជាតិផ្អែមឲ្យបានច្រើន ជាពិសេសនៅពេលដែលគាត់បរិភោគអាហារមិនបានច្រើន។

មានជំងឺមួយចំនួនតូចត្រូវការការតមអាហារ។ ជំងឺទាំងនេះត្រូវបានពន្យល់តាមទំព័រនីមួយៗដូចតទៅ ៖

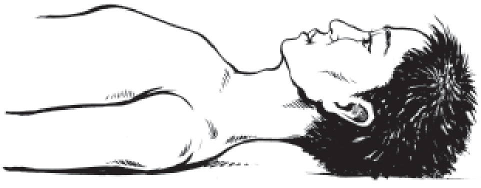
ជំងឺជំបៅក្រពះ និងឆ្អល់ពោះ.. ទំ.១២៨

ជំងឺរលាកខ្នែងពោះវៀន ស្ទះពោះវៀន និងបញ្ហាពោះស្រួចស្រាល់
(ក្នុងករណីនេះ មិនត្រូវបរិភោគអាហារអ្វីទាំងអស់)...................... ទំ.៩៣

ជំងឺទឹកនោមផ្អែម.. ទំ.១២៧

ជំងឺបេះដូង..ទំ.៣២៥

ជំងឺថង់ទឹកប្រមាត់..ទំ.៣២៩



ការថែទាំពិសេសចំពោះអ្នកឈឺធ្ងន់

១. ទឹក

វាជាការសំខាន់ណាស់ដែលអ្នកជំងឺត្រូវផឹកទឹកឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់។ ប្រសិនបើគាត់អាចផឹកបានតែបន្តិចបន្តួច នោះសូមឲ្យគាត់ផឹកឲ្យបានញឹកញាប់ ម្តងបន្តិចៗ។ ប្រសិនបើគាត់ពិបាកលេប ឲ្យគាត់ក្រេបទឹកបន្តិចៗ រាល់ប្រាំ ឬដប់នាទីម្តង។

ប៉ាន់ស្មានបរិមាណទឹកដែលអ្នកជំងឺផឹកក្នុងថ្ងៃៗ។ មនុស្សពេញវ័យម្នាក់ត្រូវការផឹកទឹកពីរលីត ឬច្រើនជាងនេះក្នុងមួយថ្ងៃ ហើយគួរតែបត់ជើងតូចយ៉ាងតិចមួយកែវ(ប្រហែល២០០មល) ៣ឬ៤ដងរៀងរាល់ថ្ងៃ។ បើអ្នកជំងឺផឹកទឹកឬបត់ជើងតូចមិនបានគ្រប់គ្រាន់ទេ ឬបើគាត់មានរោគសញ្ញានៃការខ្សោះជាតិទឹក(ទំ.១៥១) លើកទឹកចិត្តគាត់ឲ្យផឹកទឹកឲ្យបានច្រើនថែមទៀត។ គាត់គួរផឹកទឹកដែលមានជីវជាតិ ដែលជាធម្មតាត្រូវបន្ថែមអំបិលបន្តិច។ បើគាត់មិនចង់ផឹកនោះទេ គួរឲ្យគាត់ផឹកទឹកអូរ៉ាលីត(ទំ.១៥២)។ បើគាត់មិនអាចផឹកទឹកអូរ៉ាលីតនេះឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ហើយមានរោគសញ្ញានៃការខ្សោះជាតិទឹកទៀត នោះបុគ្គលិកសុខាភិបាលប្រហែលជាអាចព្យួរសេរ៉ូមឲ្យគាត់។ ប៉ុន្តែតម្រូវការនៃការព្យួរសេរ៉ូមនេះ អាចជៀសវាងបាន ប្រសិនបើអ្នកជំងឺនៅតែអាចក្រេបទឹកបានបន្តិចៗ ជាញឹកញាប់។

២. ចំណីអាហារ

បើអ្នកដែលមានជំងឺធ្ងន់ មិនអាចបរិភោគអាហាររឹងបាន ឲ្យគាត់បរិភោគស៊ុប ទឹកដោះគោ ទឹកផ្លែឈើ បបរ និងអាហាររាវផ្សេងៗដែលមានជីវជាតិ(អានជំពូក១១)។ បបរ ក៏ជាអាហារល្អម្យ៉ាងដែរ ប៉ុន្តែគួរឲ្យបរិភោគជាមួយអាហារស្ថាបនារាងកាយផងដែរ។ ស៊ុបអាចធ្វើដោយមានលាយជាមួយស៊ុត សណ្តែក សាច់ចិញ្ច្រាំ ត្រី ឬសាច់មាន់។ បើអ្នកជំងឺបរិភោគបានតិចៗ គួរឲ្យគាត់បរិភោគឲ្យបានច្រើនដង ម្តងបន្តិចៗ ជារៀងរាល់ថ្ងៃ។

៣. អនាម័យ

អនាម័យផ្ទាល់ខ្លួនមានសារសំខាន់ណាស់សំរាប់អ្នកជំងឺធ្ងន់។ គាត់គួរងូតទឹកក្តៅឧណ្ហៗរៀងរាល់ថ្ងៃ។

ប្តូរកម្រាលគ្រែជារៀងរាល់ថ្ងៃ និងរាល់ពេលដែលវាមានប្រឡាក់។ សំលៀកបំពាក់ដែលប្រឡាក់ ឬដែលប្រឡាក់ឈាម ពូក និងកន្សែងរបស់អ្នកដែលមានជំងឺឆ្លង គួរត្រូវបានរៀបចំដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។ ដើម្បីសម្លាប់វីរុសឬមេរោគផ្សេងៗ ត្រូវលាងសម្ភារៈទាំងនេះដោយប្រើទឹកក្តៅលាយសាប៊ូ ឬមានបន្ថែមទឹកលាងសម្អាតដែលមានក្លរ។

៤. ការផ្លាស់ប្តូរស្ថានភាពរបស់អ្នកជំងឺនៅលើគ្រែ

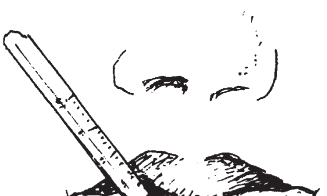
អ្នកជំងឺដែលខ្សោយខ្លាំង ហើយមិនអាចប្រែខ្លួនដោយខ្លួនឯងបាន គួរត្រូវបានជួយឲ្យប្រែខ្លួននៅលើគ្រែឲ្យបានច្រើនដងរៀងរាល់ថ្ងៃ។ ការធ្វើរបៀបនេះនឹងជួយការពារកុំឲ្យកើតដំបៅម្យ៉ាង ហៅថាដំបៅគ្រែ(ទំ.២១៤)។

កុមារដែលមានជំងឺរយៈពេលយូរ គួរឲ្យម្តាយលើកមកបីឲ្យបានញឹកញាប់។

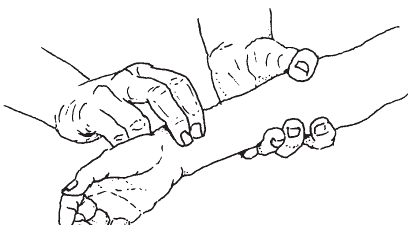
ការផ្លាស់ប្តូរស្ថានភាពរបស់អ្នកជំងឺឲ្យបានញឹកញាប់ ក៏អាចជួយបង្ការជំងឺរលាកសួតផងដែរ ដែលជាជំងឺដ៏គ្រោះថ្នាក់មួយ សំរាប់អ្នកដែលខ្សោយ ឬឈឺធ្ងន់ ហើយត្រូវសម្រាកលើគ្រែជាប់ក្នុងរយៈពេលយូរ។ ប្រសិនបើអ្នកជំងឺមានគ្រុនក្តៅហើយ ចាប់ផ្តើមមានក្អក និងដកដង្ហើមញាប់ៗ ខ្លីៗ នោះគាត់ប្រហែលជាមានជំងឺរលាកសួត(ទំ.១៧១)។

៥. ការពិនិត្យមើលការប្រែប្រួលរបស់អ្នកជំងឺ

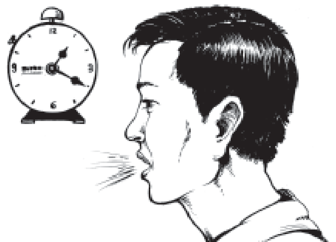
អ្នកគួរពិនិត្យមើលរាល់ការប្រែប្រួលនៃសភាពរបស់អ្នកជំងឺ។ ការធ្វើនេះអាចប្រាប់អ្នកថាតើគាត់មានការធូរស្រាល ឬកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ។ ត្រូវរក្សាទុកឲ្យបានល្អនូវការកត់ត្រាអំពី "សញ្ញាជីវិត" របស់អ្នកជំងឺ។ កត់ត្រាចំណុចខាងក្រោមនេះក្នុងមួយថ្ងៃបួនដង ៖



សីតុណ្ហភាព
(មានប៉ុន្មានអង្សា)



ជីពចរ
(ប៉ុន្មានដងក្នុងមួយនាទី)



ចង្វាក់ដង្ហើម
(ចង្វាក់ក្នុងមួយនាទី)

ចូរកត់ត្រាផងដែរនូវបរិមាណទឹកដែលអ្នកជំងឺបានផឹក និងចំនួនដងដែលអ្នកជំងឺបត់ជើងតូច និងបត់ជើងធំ ក្នុងមួយថ្ងៃៗ។ រក្សាព័ត៌មានទាំងនេះទុកឲ្យបុគ្គលិកសុខាភិបាល ឬវេជ្ជបណ្ឌិត។

វាជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវពិនិត្យមើលរោគសញ្ញាដែលព្រមានថាសភាពរបស់អ្នកជំងឺកំពុងតែធ្ងន់ធ្ងរ ឬមានគ្រោះថ្នាក់។ នៅទំព័របន្ទាប់នេះមានបញ្ជីដែលរាយ**រោគសញ្ញានៃជំងឺដែលមានគ្រោះថ្នាក់។** ប្រសិនបើអ្នកជំងឺមានរោគសញ្ញាណាមួយក្នុងចំណោមរោគសញ្ញាទាំងនេះ **ត្រូវរកជំនួយពីគ្រូពេទ្យជាបន្ទាន់។**

រោគសញ្ញានៃជំងឺដែលមានគ្រោះថ្នាក់

អ្នកដែលមានរោគសញ្ញាមួយឬច្រើន ក្នុងចំណោមរោគសញ្ញាខាងក្រោមនេះ ប្រហែលជាមានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលមិនអាចធ្វើការព្យាបាលនៅផ្ទះ ដោយគ្មានជំនួយពីគ្រូពេទ្យជំនាញបានទេ។ ជីវិតរបស់គាត់អាចស្ថិតក្នុងគ្រោះថ្នាក់។ **ត្រូវរកជំនួយពីគ្រូពេទ្យឲ្យបានលឿនបំផុត។** នៅពេលដែលជំនួយមិនទាន់មកដល់ ធ្វើតាមសេចក្ដីណែនាំនៅក្នុងទំព័រដែលបានបង្ហាញនេះ។

ទំព័រ

១. ការបាត់បង់ឈាមយ៉ាងច្រើន ចេញមកពីកន្លែងណាមួយនៃរាងកាយ..........................ទំ.៨២, ២៦៤, ២៨១

២. ការក្អកធ្លាក់ឈាម.. ទំ.១៧៩

៣. បបូរមាត់និងក្រចកឡើងពណ៌ស្វាយ(បើទើបមានថ្មីៗ).. ទំ.៣០

៤. ការពិបាកដកដង្ហើមយ៉ាងខ្លាំង ហើយគ្មានការធូរស្រាលដោយការសម្រាក..........................ទំ.១៦៧, ៣២៥

៥. មនុស្សដែលមិនអាចដាស់ឲ្យភ្ញាក់បាន(សន្លប់).. ទំ.៧៨

៦. មនុស្សដែលខ្សោយខ្លាំង ដួលនៅពេលដែលគាត់ក្រោកឈរ...ទំ.៣២៥

៧. មិនអាចបត់ជើងតូចបានរយៈពេលមួយថ្ងៃឬច្រើនជាងនេះ ....ទំ.២៣៤

៨. មិនអាចផឹកទឹកបានរយៈពេលមួយថ្ងៃឬច្រើនជាងនេះ.. ទំ.១៥១

៩. ក្អួតឬរាកយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ រយៈពេលលើសពីមួយថ្ងៃ ឬលើសពីពីរបីម៉ោង ចំពោះទារក............................ទំ.១៥១

១០. មានលាមកពណ៌ខ្មៅដូចកៅស៊ូថ្នល់ ឬក្អួតមានឈាមឬលាមក...ទំ.១២៨

១១. ឈឺពោះខ្លាំងជាប់រហូត និងក្អួតផង ចំពោះមនុស្សដែលគ្មានរាក ឬដែលគ្មានបត់ជើងធំ.......................ទំ.៩៣

១២. មានការឈឺចាប់ខ្លាំង ជាប់លើសពីបីថ្ងៃ... ទំ.២៩ ទៅ ៣៨

១៣. មានរឹងក និងកោងខ្នង ដោយមានឬគ្មានរឹងថ្គាម .... ទំ.១៨២, ១៨៥

១៤. ប្រកាច់លើសពីម្ដង ចំពោះអ្នកដែលមានគ្រុនក្ដៅឬជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ.. ទំ.៧៦, ១៨៥

១៥. គ្រុនក្ដៅខ្លាំង(លើស៣៩អង្សាសេ) ដែលមិនអាចបញ្ចុះបាន ឬលើសពី៤ឬ៥ថ្ងៃ..................................ទំ.៧៥

១៦. ស្រកទម្ងន់ក្នុងអំឡុងពេលយូរ... ទំ.២០០, ៤០០

១៧. មានឈាមនៅក្នុងទឹកនោម...ទំ.១៤៦, ២៣៤

១៨. ដំបៅដែលចេះតែរីកធំឡើងៗ ហើយព្យាបាលមិនជាសះ.......................... ទំ.១៩១, ១៩៦, ២១១, ២១២

១៩. មានដុំពកនៅកន្លែងណាមួយនៃរាងកាយ ដែលចេះតែរីកធំឡើងៗ.................................... ទំ.១៩៦, ២៨០

២០. មានបញ្ហាដែលទាក់ទងនឹងការមានផ្ទៃពោះ និងការសម្រាលកូន ៖

ធ្លាក់ឈាមក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ...ទំ.២៤៩, ២៨១

ហើមមុខ និងស្រវាំងភ្នែក ក្នុងអំឡុងខែចុងក្រោយ...ទំ.២៤៩

ការបន្លាយពេលយូរបន្ទាប់ពីបែកទឹកភ្លោះ ហើយការឈឺពោះសម្រាលបានចាប់ផ្ដើម.........................ទំ.២៦៧

ធ្លាក់ឈាមយ៉ាងខ្លាំង...ទំ.២៦៤

ត្រូវរកជំនួយពីគ្រូពេទ្យនៅពេលណា និងដោយរបៀបណា

ត្រូវរកជំនួយពីគ្រូពេទ្យនៅពេលមានរោគសញ្ញាដំបូងនៃជំងឺដែលមានគ្រោះថ្នាក់។ មិនត្រូវរង់ចាំរហូតដល់អ្នកជំងឺមានសភាពធ្ងន់ធ្ងរពេក ដែលអាចធ្វើឲ្យពិបាកឬមិនអាចយកគាត់ទៅមណ្ឌលសុខភាពឬមន្ទីរពេទ្យបាននោះទេ។

ប្រសិនបើសភាពរបស់អ្នកជំងឺឬអ្នកមានរបួស អាចក្លាយទៅជាកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរដោយសារការពិបាកក្នុងការនាំគាត់ទៅមណ្ឌលសុខភាព ព្យាយាមអញ្ជើញបុគ្គលិកសុខាភិបាលមកពិនិត្យគាត់វិញ។ ប៉ុន្តែក្នុងករណីបន្ទាន់ ដែលត្រូវការការព្យាបាលពិសេស ឬត្រូវការការវះកាត់ (ឧទាហរណ៍ ជំងឺរលាកខ្នែងពោះវៀន) មិនត្រូវរង់ចាំបុគ្គលិកសុខាភិបាលទេ។ នាំអ្នកជំងឺទៅមណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យភ្លាម។

ប្រសិនបើអ្នកត្រូវសែងអ្នកជំងឺដោយស្នែង ត្រូវប្រាកដថាគាត់អាចដេកយ៉ាងស្រួលលើស្នែង និងមិនអាចធ្លាក់ចេញពីស្នែងបានទេ។ បើគាត់មានបាក់ឆ្អឹងណាមួយ អ្នកត្រូវអបឆ្អឹងនោះសិន មុននឹងធ្វើចលនាទៅលើគាត់(ទំ.៩៩)។ បើមានពន្លឺព្រះ អាទិត្យក្ដៅខ្លាំងពេក យកក្រណាត់មកចងបាំងពីលើស្នែង ដើម្បីឲ្យមានម្លប់ ប៉ុន្តែត្រូវទុកឲ្យខ្យល់ ចេញចូលបានល្អផង។

ត្រូវប្រាប់បុគ្គលិកសុខាភិបាលអំពីអ្វីខ្លះ

ដើម្បីឲ្យបុគ្គលិកសុខាភិបាលឬវេជ្ជបណ្ឌិតអាចណែនាំអំពីការព្យាបាល ឬចេញវេជ្ជបញ្ជាឲ្យមានប្រសិទ្ធភាពនោះ គាត់គួរជួបជាមួយអ្នកជំងឺផ្ទាល់។ បើអ្នកជំងឺមិនអាចធ្វើដំណើរបាន អញ្ជើញគ្រូពេទ្យមកពិនិត្យគាត់វិញ។ បើមិនអាចទេ បញ្ជូនអ្នកទទួលខុសត្រូវម្នាក់ដែលដឹងច្បាស់អំពីសភាពជំងឺនេះ។ **មិនត្រូវឲ្យកុមារតូចៗ ឬមនុស្សមិនដឹងអ្វីសោះទៅទេ។**

មុននឹងបញ្ជូននរណាម្នាក់ទៅរកជំនួយពីគ្រូពេទ្យ ពិនិត្យអ្នកជំងឺឲ្យបានហ្មត់ចត់និងទាំងស្រុងជាមុនសិន។ បន្ទាប់មកកត់ត្រានូវព័ត៌មានលម្អិតអំពីជំងឺ និងសភាពទូទៅរបស់អ្នកជំងឺ(មើលជំពូក ៣)។

នៅទំព័របន្ទាប់នេះគឺជាទម្រង់បែបបទមួយដែលអ្នកអាចធ្វើ**របាយការណ៍របស់អ្នកជំងឺ** បាន។ នៅខាងចុងនៃសៀវភៅនេះ ក៏មានទម្រង់របាយការណ៍របស់អ្នកជំងឺនេះជាច្រើនច្បាប់ទៀត ។ សូមហែកវាមួយសន្លឹកចេញ ហើយបំពេញវាដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ដោយផ្ដល់ព័ត៌មានលម្អិត តាមដែលអាចធ្វើបាន។

នៅពេលដែលអ្នកបញ្ជូននរណាម្នាក់ទៅរកជំនួយពីគ្រូពេទ្យ ត្រូវបញ្ជូនទម្រង់របាយការណ៍របស់អ្នកជំងឺ ដែលបានបំពេញត្រឹមត្រូវ ទៅជាមួយអ្នកនោះផង។

របាយការណ៍របស់អ្នកជំងឺ

សំរាប់ប្រើនៅពេលបញ្ជូននរណាម្នាក់ទៅរកជំនួយពីគ្រូពេទ្យ

ឈ្មោះអ្នកជំងឺ.. អាយុ..............................

ប្រុស...........ស្រី.............គាត់នៅឯណា?...

តើគាត់មានជំងឺ ឬបញ្ហាចម្បងអ្វី ក្នុងពេលនេះ?...

....

....

តើជំងឺនេះចាប់ផ្ដើមនៅពេលណា?..

តើជំងឺនេះចាប់ផ្ដើមយ៉ាងដូចម្ដេច?...

តើអ្នកជំងឺធ្លាប់មានបញ្ហាដូចគ្នានេះពីមុនទេ?.................. នៅពេលណា?...

តើមានគ្រុនក្ដៅឬទេ?...........ប៉ុន្មានអង្សាសេ?............តាំងពីពេលណា និងមានរយៈពេលប៉ុន្មាន?..................

មានការឈឺចាប់ទេ?.........ត្រង់កន្លែងណា?........................ឈឺយ៉ាងដូចម្ដុច?..

តើមានអ្វីកើតឡើង ឬខុសប្រក្រតី ចំពោះចំណុចខាងក្រោមនេះ?

ស្បែក :...**ត្រចៀក** :..

ភ្នែក :...**មាត់និងបំពង់ក** :..

ប្រដាប់បន្តពូជ:...

ទឹកនោម : តិចឬក៏ច្រើន?.................ពណ៌អ្វី?.......................តើមានការពិបាកក្នុងការនោមឬទេ?................

ចូរពណ៌នា :..................................ប៉ុន្មានដងក្នុង២៤ម៉ោង?................ប៉ុន្មានដងក្នុងមួយយប់?.................

លាមក : ពណ៌អ្វី?.........................មានឈាមឬសំបោរ?......................មានរាគឬទេ?..............................

មួយថ្ងៃប៉ុន្មានដង?..................មានចុកពោះឬទេ?.....................មានការខ្សោះជាតិទឹកឬទេ?........................

ធ្ងន់ឬក៏ស្រាល?................មានព្រូនឬទេ?...............ព្រូនប្រភេទណា?...

ដង្ហើម : ចង្វាក់ក្នុងមួយនាទី....................................វែង ខ្លី ឬធម្មតា?..

ពិបាកដកដង្ហើម(ពណ៌នា)...ក្អក(ពណ៌នា)...

មានសំឡេងង៉ឺតៗដូចឆ្មា?......................មានស្លេសទេ?......................មានឈាមទេ?..............................

តើអ្នកជំងឺមានរោគសញ្ញាណាមួយនៃជំងឺគ្រោះថ្នាក់ដែលលើកឡើងនៅទំ.៤២ដែរឬទេ?..................................

រោគសញ្ញាមួយណា?(ពន្យល់លម្អិត) ....

....

រោគសញ្ញាផ្សេងទៀត :...

តើអ្នកជំងឺមានពិសារថ្នាំទេ?............................ថ្នាំអ្វី?..

តើអ្នកជំងឺធ្លាប់ប្រើថ្នាំដែលបណ្ដាលឲ្យកើតកន្ទាលត្រអាក(ឬដុំពក) រមាស់ ឬប្រតិកម្មទំនាស់អ្វីផ្សេងទៀត

ដែរទេ?..................................តើជាថ្នាំអ្វី?...

សភាពរបស់អ្នកជំងឺ : មិនសូវធ្ងន់ធ្ងរ.........................ធ្ងន់ធ្ងរ...........................ធ្ងន់ណាស់.......................

នៅខាងក្រោយទម្រង់បែបបទនេះ ចូរសរសេរនូវព័ត៌មានផ្សេងៗទៀតដែលអ្នកយល់ថាមានសារសំខាន់។