

အခန်း ၂၁ သားသမီးမရနိုင်ခြင်း (မြူခြင်း)



အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီးအများစုသည်သားသမီးရနိုင်မည်ဟုယူဆကြပါသည်။ အမှန်တကယ်၊ စုံတွဲ ၁၀ တွဲတွင်တစ်တွဲမှာကိုယ်ဝန်ရှိရန် အခက်အခဲရှိတတ်ပါသည်။ သားသမီးလိုချင်သောစုံတွဲများအတွက်သားသမီးမရနိုင်ခြင်းသည်ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း၊ စိတ်ဆိုးခြင်းနှင့်စိတ်ပျက်ခြင်းတို့ကိုဖြစ်စေတတ်ပါသည်။

အများအားဖြင့်၊ သားသမီးမရနိုင်ပါကအမျိုးသမီးကိုအပြစ်တင်တတ်ပါသည်။ သို့သော်သားသမီးမရနိုင်သောယောက်ျားအရေအတွက်မှာထပ်တူထပ်မျှဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ယောက်ျားပီသသောအမျိုးသားသည်သားသမီးရှိရမည်ဟုယုံကြည်မျှော်လင့်သောလူ့အဖွဲ့အစည်းများတွင်နေထိုင်သောအမျိုးသားများအတွက်သားသမီးမရနိုင်ခြင်းသည်ရက်စရာဖြစ်ပါသည်။

သားသမီးမရနိုင်ခြင်းအကြောင်းအများအပြားရှိပါသည်။ တစ်ချို့သောအကြောင်းများကိုကုသရသော်လည်းတစ်ချို့ကိုမူမကုသနိုင်ပါ။

သားသမီးမရနိုင်ခြင်းဆိုသည်မှာအဘယ်နည်း?

စုံတွဲတစ်တွဲသည်သားဆက်ခြားခြင်း(မိသားစုစီမံကိန်း) နည်းလမ်းကိုမသုံးစွဲဘဲပုံမှန်လိင်ဆက်ဆံကြသော်လည်း တစ်နှစ်အတွင်းကိုယ်ဝန်မရှိသေးသောအခြေအနေကိုဆိုလိုပါသည်။

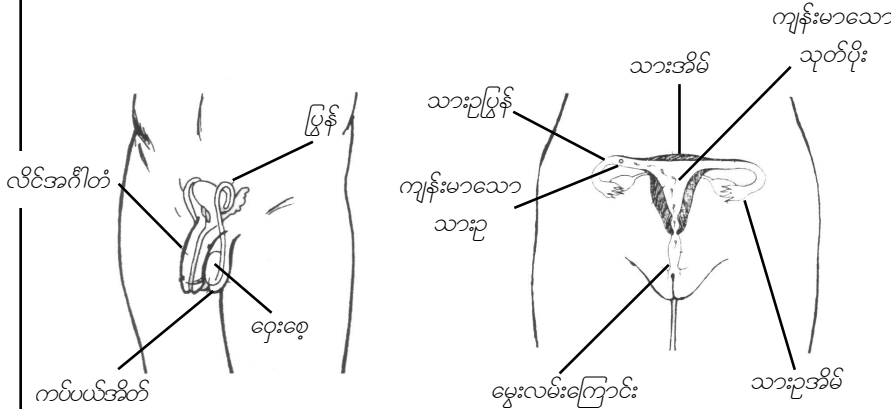
သားသမီးရရှိဘူးသော အမျိုးသား (သို့) အမျိုးသမီးသည်နောင်တစ်ချိန်တွင်သားသမီးမရနိုင်ခြင်းအခြေအနေကိုရောက်ရှိတတ်ပါသည်။ နောက်ဆုံးသားသမီးမွေးဖွားပြီးနှစ်များအတွင်းပြဿနာပေါ်လာနိုင်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံဤ

➤ စုံတွဲတစ်တွဲသည်သားသမီးမရနိုင်ပါကအမျိုးသား(သို့) အမျိုးသမီး (သို့) နှစ်ဦးစလုံးတွင်ပြဿနာရှိသောကြောင့်ဖြစ်နိုင်သည်။

➤ အရက်သောက်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ဆေးရွက်ကြီးဝါးခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်းသည် အမျိုးသား (သို့) အမျိုးသမီး၏မျိုးပွားနိုင်မှုကိုထိခိုက်နိုင်ပါသည်။

အခက်အခဲသည်အမျိုးသားတစ်ဦးတည်း (သို့) အမျိုးသမီးတစ်ဦးတည်းကြောင့် မဟုတ်ဘဲနှစ်ဦးစလုံးကြောင့်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ထို့အပြင်တစ်ခါတစ်ရံအမျိုးသားရောအမျိုးသမီးပါကျန်းမာနေပုံရှိပြီး မည်သည့်ဆရာဝန်(သို့) စစ်ဆေးခြင်းနှင့်မျှအကြောင်းရှာ၍မရတတ်ပါ။



ကျန်းမာသောသုတ်ပိုးများကို ဝှေးစေ့များမှထုတ်လွှတ်သည်။

ကျန်းမာသောသုတ်ပိုးများသည်သားအိမ်ထဲဖြတ်သွားပြီး သားဥနှင့်ပေါင်းစပ်သန္ဓေအောင်ပါသည်။

သားသမီးမရနိုင်ခြင်းအကြောင်းရင်းများ အမျိုးသားရှိအကြောင်းရင်းများ

၁။ သုတ်ပိုးလုံးဝ(သို့) အလုံအလောက်မရှိခြင်း။

တစ်ခါတစ်ရံသာမန်မဟုတ်သောသုတ်ပိုးများသည်အမျိုးသမီး၏ဥပြွန်သို့ရောက်ရှိရန်လှုပ်ရှားကူးသွားမှုမပြုနိုင်ခြင်း (သို့) သားဥသန္ဓေအောင်ရန်မပြုနိုင်ခြင်း။

၂။ အရွယ်ရောက်ပြီးမှဂျိုက်သိုးရောဂါဖြစ်ခြင်း။

ရောဂါကြောင့်ဝှေးစေ့ (Testicle) ရောင်ယမ်း၍ထိခိုက်စေပြီးသုတ်ပိုးမရှိသောသုတ်ရည်သာထုတ်နိုင်တော့သည်။

၃။ သုတ်ပိုးများကျားလိင်အင်္ဂါမှထွက်မလာနိုင်ခြင်း။

လိင်မှုဆိုင်ရာကူးစက်ရောဂါ (ကာလသားရောဂါ)ကြောင့်ပြွန်များတွင်အမာရွတ်များရှိနေခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

၄။ ကပ်ပယ်အိတ် (Scrotum) ရှိသွေးပြန်ကြောများဖောင်းပွနေခြင်း (Varicocele)

၅။ လိင်ဆက်ဆံရာတွင်အခက်အခဲများရှိခြင်း။

- ကျားလိင်အင်္ဂါမာတင်းမှုမရှိခြင်း။
- ကျားလိင်အင်္ဂါမာတင်းလာသော်လည်း လိင်ဆက်ဆံနေစဉ်ဆက်လက်၍ မာတင်းမှုမရှိခြင်း။
- အမျိုးသမီး၏မွေးလမ်းကြောင်းအတွင်းဖက်သို့ကျားလိင်အင်္ဂါမရောက် ရှိမီသုတ်ရည်ထွက်ခြင်း။ (စော၍ပြီးခြင်း)

၆။ ရောဂါရှိခြင်း။

ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ၊ တီဘီရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ငှက်ဖျားရောဂါ ကြောင့်ဖြစ်နိုင်သည်။

အမျိုးသမီးရှိအကြောင်းရင်းများ

၁။ သားဥပြွန်(သို့) သားအိမ်တွင်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း(သို့) အမာရွတ် များရှိခြင်း။

သားဥပြွန်တွင်အမာရွတ်ရှိပါကပြွန်ထဲတွင်သားဥလှုပ်ရှားသွားလာမှု (သို့) သားဥထံသို့သုတ်ပို့လှုပ်ရှားကူးသွားမှုကိုတားဆီးနိုင်ပါသည်။

သားအိမ်တွင်အမာရွတ်ရှိပါကသန္ဓေအောင်ပြီးသားဥကသားအိမ် နံရံတွင်သန္ဓေတည်ခြင်းကိုတားဆီးနိုင်ပါသည်။

အမာရွတ်များဖြစ်စေသောအကြောင်းများမှာ

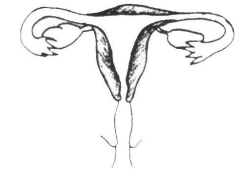
- ကာလသားရောဂါအတွက်ကုသမှုမခံယူသည့်အတွက်သားအိမ် (သို့) သားဥပြွန်တွင်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း (သို့) ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း။
- အန္တရာယ်များသောကိုယ်ဝန်ဖျက်ချခြင်း (သို့) သားဖွားစဉ်အခက် အခဲများကြောင့်သားအိမ်တွင်ဒဏ်ရာရခြင်း (သို့) ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း။
- သားအိမ်တွင်းထည့်သန္ဓေတားပစ္စည်း (IUD) ကိုထည့်ရာတွင်သန့်ရှင်းမှု မရှိသောကြောင့်ရောဂါဝင်ခြင်း။
- မွေးလမ်းကြောင်း၊ သားအိမ်၊ သားဥပြွန် (သို့) သားဥအိမ်ကိုခွဲစိတ်ကုသ ရာမှဖြစ်ပေါ်သောပြဿနာများ။
- သားဥပြွန်နှင့် သားအိမ်အတွင်းလွှာတွင် TB ရောဂါဖြစ်ခြင်း။

အမျိုးသမီးတွင်သားသမီး မရနိုင်ခြင်း

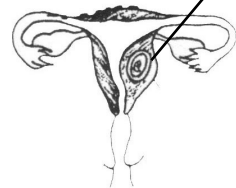
၁။ သားဥပြွန်ပိတ်နေခြင်း။



၂။ သားဥမကြွေနိုင်ခြင်း။



၃။ သားအိမ်တွင်အလုံးရှိခြင်း (Fibroid)



➤ ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကြောင့် သားသမီးမရနိုင်ခြင်းကိုကာ ကွယ်နိုင်ပါသည်။

(၂) သားဥမကြွနိုင်ခြင်း။

ကိုယ်ခန္ဓာမှလိုအပ်သောဟော်မုန်းများကို လိုအပ်သောအချိန်တွင်အလုံအလောက်မထုတ်နိုင်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ လစဉ်ရာသီသွေးပေါ်ချိန်မှာ ၂၅ ရက်ထက်နည်းပြီး (သို့) ၃၅ ရက်ထက်များပြီးခြားနေပါကသားဥကြွရာတွင်ပြဿနာများရှိနိုင်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံကိုယ်အလေးချိန်လျင်မြန်စွာလျော့ခြင်း၊ အဝလွန်ခြင်း၊ ဟော်မုန်းဆေးသောက်ခြင်းကြောင့်လည်းသားဥမကြွနိုင်ခြင်းဖြစ်တတ်ပါသည်။

(၃) သားအိမ်တွင်အလုံးများရှိခြင်း (Fibroids)

သားအိမ်အလုံးရှိခြင်းကြောင့်သန္ဓေတည်ရန်ခက်ခဲသည် (သို့) နေ့စဉ်လစေ့ကိုယ်ဝန်ဆောင်နိုင်ရန်ခက်ခဲသည်။

(၄) ရောဂါရှိခြင်း။

ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ၊ TB ရောဂါ၊ ငှက်ဖျားရောဂါတို့ကြောင့်သားသမီးရနိုင်စွမ်းကိုထိခိုက်နိုင်ပါသည်။

မိသားစုစီမံကိန်းသည်အန္တရာယ်မရှိပါ



သားဆက်ခြားနည်းလမ်းများကြောင့်မြို့ခြင်းဖြစ်သည်ဟု အပြစ်တင်တတ်ကြသည်။ သားကြောဖြတ်ခြင်းမှလွဲ၍ကျန်သားဆက်ခြားနည်းများမှာမြို့ခြင်းမဖြစ်စေပါ။ သို့သော်တခါတရံသားအိမ်တွင်းထည့်သန္ဓေတားပစ္စည်း (IUD) ကိုမှန်ကန်စွာထည့်သွင်းခြင်းမရှိပါက၊ သားအိမ် (သို့မဟုတ်) သားဥပြွန်များတွင်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဆေးကုသမှုမရှိပါကဆက်လက်၍မြို့ခြင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။

အိမ် (သို့) အလုပ်ခွင်ရှိအန္တရာယ်များကြောင့် သားသမီးရနိုင်စွမ်းကိုထိခိုက်ခြင်း

ဤအန္တရာယ်များကြောင့် သုတ်ပိုး (သို့) သားဥထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ကျန်းမာသောကလေးမွေးဖွားခြင်းတို့ကိုထိခိုက်စေသည်။

• ညစ်ညမ်းသောလေ၊ ရေနှင့် အစားအစာများ။

စက်ရုံများ၊ လယ်ယာများတွင်အသုံးပြုသောအန္တရာယ်ရှိပိုးသတ်ဆေးများ (သို့) အဆိပ်ဖြစ်စေသော ဓါတုဆေးများကအထက်ပါကို ဖြစ်စေသည်။

ပိုးသတ်ဆေးနှင့် ဓါတုဆေးများသည် အလုပ်ခွင်တွင်အမျိုးသား၏သုတ်ပိုးများကိုထိခိုက်စေသည်။



ထိုဆေးများသည် အမျိုးသား၏ အဝတ်အစားကို လျှော်ပေးသောအမျိုးသမီးထံသို့ ရောက်ရှိသွားသည်။

• ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ဆေးရွက်ဝါးခြင်း၊ အရက် (သို့) ကော်ဖီပြင်းပြင်းသောက်ခြင်း။

အထက်ပါအရာများကိုကျင့်သုံးခြင်းကြောင့်အမျိုးသမီးတွင်ကိုယ်ဝန်ရှိရန်ခက်ခဲသည် (သို့) ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျတတ်သည်။ ဆေးလိပ် (သို့) အရက်အလွန်အကျွံသောက်သောအမျိုးသားများတွင်သုတ်ပိုးနည်းတတ်၍ ထိုသုတ်ပိုးတွင်ချို့ယွင်းမှု (သို့) အားနည်းမှုရှိတတ်သည်။

• အပူချိန်များခြင်း။

အမျိုးသား၏သုတ်ပိုးသည်အပူချိန်နည်းသောနေရာတွင်ရှိရန်လိုအပ်သောကြောင့်ကပ်ပယ်အိတ်သည်ကိုယ်ခန္ဓာအပြင်ဘက်တွင်ရှိနေပါသည်။ ကပ်ပယ်အိတ်များပူလာပါကသန်စွမ်းသောသုတ်ပိုးကိုမထုတ်လုပ်နိုင်တော့ပါ။



ဥပမာ

- အလွန်တင်းကြပ်သော (သို့) သဘာဝချည်မျှင်ဖြင့်လုပ်ထားသော အဝတ်အစားများကကပ်ပယ်အိတ်ကိုဖိထားခြင်း။
- အလွန်ပူသောရေဖြင့်ရေချိုးခြင်း။
- အလွန်ပူသောနေရာ(မီးဖို၊ ဘွိုင်လာအိုး) အနီးတွင်အလုပ်လုပ်ခြင်း။
- ပူသောစက်နားတွင်နာရီပေါင်းများစွာထိုင်နေရသောအထေး ပြေးကားမောင်းသူများကကပ်ပယ်အိတ်များပြန်လည်၍အေးသွားသောအခါသန်စွမ်းသောသုတ်ပိုးများကိုပြန်လည်ထုတ်လုပ်နိုင်ပါသည်။

• ဆေးဝါးများ

အချို့သောဆေးဝါးများသည်သားသမီးရရှိနိုင်စွမ်းကိုထိခိုက်နိုင်ပါသည်။ ရောဂါရှိသောကြောင့်ဆေးဝါးသောက်သုံးရန်လိုအပ်ပါကမိမိသည်ကိုယ်ဝန်ရှိရန်ကြိုးစားနေကြောင်းကျန်းမာရေးလုပ်သားကိုပြောပြထားပါ။

သားသမီးမရနိုင်သေးပါကဆောင်ရွက်စရာများ

၁။ အိမ်ထောင်ပြုပြီးအနည်းဆုံးတစ်နှစ်ကျော်လာသည်အထိကိုယ်ဝန်မရှိသေးပါကကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းနှင့်တွေ့ဆုံဆွေးနွေးသင့်သည်။

အချို့သောစစ်ဆေးမှုများကိုလွယ်ကူစွာပြုလုပ်နိုင်ပြီးအကြောင်းရင်းကိုရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ - အမျိုးသား၏သုတ်ပိုးများသန်စွမ်းမှုမရှိကိုမှန်ဘီလူးဖြင့်စစ်ဆေးခြင်း။

• အမျိုးသမီး၏သားအိမ်၊ သားဥပြွန်နှင့်မွေးလမ်းကြောင်းတွင်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း၊ အလုံးရှိခြင်းတို့ရှိခြင်းတို့ရှိမရှိဆီးခုံအတွင်းစမ်းသပ်ခြင်း (Pelvic examination) ဖြင့်သိရှိနိုင်ပါသည်။

• အမျိုးသမီး၏သားဥအိမ်မှသားဥကြွေခြင်းရှိမရှိကိုသိရှိရန်နံနက်တိုင်းကိုယ်ခန္ဓာအပူချိန်တိုင်းကြည့်ရန်သင်ကြားပေးနိုင်သည်။ ဤစစ်ဆေးမှုများဖြင့်သားသမီးမရနိုင်သည့်အကြောင်းရင်းကိုရှာဖွေနိုင်သော်လည်းပြဿနာကိုဖြေရှင်းမပေးနိုင်ပါ။ သို့သော်ယခုခေတ်မီဆေးများဖြင့်သားဥကြွေခြင်းကိုဖန်တီးပေးနိုင်ပြီးသားသမီးရရှိနိုင်စွမ်းကိုတိုးတက်စေနိုင်ပါသည်။

၂။ ကျန်းမာရေးပြဿနာများကိုကုသမှုခံယူပါ။

အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးနှစ်ဦးစလုံးလိင်မှုဆိုင်ရာကူးစက်ရောဂါ (သို့) မျိုးဆက်ပွားလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ခြင်းရောဂါရှိမရှိကိုအစစ်ဆေးခံသင့်ပါသည်။ တစ်ဦးဦးလိင်မှုဆိုင်ရာကူးစက်ရောဂါရှိပါကနှစ်ဦးစလုံးဆေးကုသမှုခံယူရမည်။ ဆေးဝါးများကိုညွှန်ကြားသည့်အတိုင်းကုန်အောင်သောက်ရမည်။



၃။ သန္ဓေအောင်နိုင်သည့်အချိန်ကာလ(သားဥကြွေချိန်) တွင်လိင်ဆက်ဆံမှုပြုပါ။

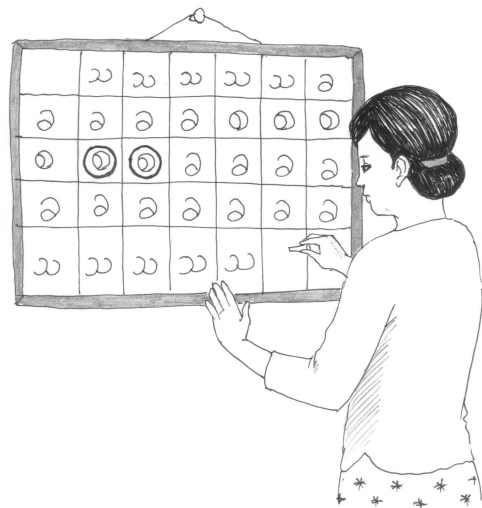
အမျိုးသားသည်တစ်နေ့လျှင်သန်းပေါင်းများစွာသောသုတ်ပိုးများကိုထုတ်လုပ်နိုင်သော်လည်းအမျိုးသမီးသည်တစ်လလျှင်သားဥတစ်လုံးသာကြွေနိုင်ပါသည်။ ဤအချိန်ကိုသန္ဓေအောင်နိုင်သောအချိန်ဟုခေါ်၍တစ်လလုံးတွင်ဤအချိန်တွင်းသာကိုယ်ဝန်ရှိနိုင်ပါသည်။ အများအားဖြင့်၊ သန္ဓေအောင်နိုင်သည့်အချိန်သည်အမျိုးသမီးလစဉ်ရာသီပေါ်ချိန်၏ပထမနေ့မှတွက်ချက်လျှင် ၁၀ ရက်မြောက်နေ့တွင်စတင်ပါသည်။ အချိန်ကာလမှာ ၆ ရက်လောက်ကြာတတ်ပါသည်။

အချွဲကိုစစ်ဆေးခြင်း

သန္ဓေအောင်နိုင်ချိန်တွင်သားအိမ်လည်တံမှအချွဲများကိုထုတ်လုပ်ပေးပါသည်။ အချွဲသည်သုတ်ပိုးများသားအိမ်တွင်းသို့လွယ်ကူစွာရောက်ရှိနိုင်ရန်ကူညီပေးပါသည်။ ဤအချွဲသည်စို၍ကြည်လင်ပြီး ကြက်ဥအကာအဖြူနှင့်တူပါသည်။ လက်ချောင်း ၂ ချောင်းကြားတွင်အချွဲကိုဆွဲဆန့်နိုင်ပါသည်။

လစဉ်ရာသီစက်ဝန်း (Monthly cycle) အနောက်ပိုင်းတွင်အချွဲသည်စေးကပ်လာ၍ခြောက်သွေ့ပြီးသုတ်ပိုးများသားအိမ်ထဲသို့မရောက်ရှိနိုင်အောင်တားဆီးပေးသည်။

- သ = ရာသီလာရက်
- စ = စိုသောနေ့ (သန္ဓေအောင်နိုင်)
- ခ = ခြောက်သောနေ့ (သန္ဓေမအောင်နိုင်)



စို၍ကြည်လင်သောအချွဲဆင်းနေသည့်ရက်သတ္တပတ်တွင်နေ့တိုင်းလိင်ဆက်ဆံနိုင်ရန်ကြိုးစားပါ။

➤ ကိုယ်ဝန်ချက်ခြင်းမရှိခဲ သော်စိတ်မပူပါနှင့်။ ဤသို့ သန္ဓေအောင်နိုင်ချိန်တွင်လိင် ဆက်ကြသောစုံတွဲအများစု သည်တစ်နှစ်အတွင်းကိုယ်ဝန် ရှိလာတတ်ပါသည်။

သန္ဓေအောင်နိုင်ချိန်ကိုသိရှိနိုင်သောကိုယ်ခန္ဓာလက္ခဏာများရှိပါသည်။ အစောဆုံးလက္ခဏာမှာမွေးလမ်းကြောင်းထဲရှိအခွဲ (Mucus) များ၌ပြောင်းလဲခြင်းဖြစ်ပါသည်။

လိင်ဆက်ဆံစဉ်အနေအထား

အမျိုးသမီးသည်

- ကျောဘက်တွင်လဲလျောင်းလျှက်နေခြင်း။
- ဘေးဘက်တွင်လဲလျောင်းလျှက်နေခြင်း။

ဖြင့်သုတ်ပိုးကိုသားအိမ်အဝသို့နီးကပ်စွာရောက်ရှိစေနိုင်သည်။

လိင်ဆက်ဆံပြီးကျောဘက်တွင်မိနစ် ၂၀ ခန့်လဲလျောင်းနေပါကသုတ်ပိုးများသည်သားအိမ်အထဲသို့ဝင်ရောက်၍သားဥနှင့်တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

ရှောင်ကြဉ်ရန်

- လိင်ဆက်ဆံစဉ်အဆီများ၊ ကရင်းမ် (Cream) များမသုံးစွဲပါနှင့်။ ၎င်းတို့သည်သုတ်ပိုးကိုသေစေခြင်း(သို့) သားဥဆီသို့မရောက်ရှိနိုင်ရန် တားဆီးခြင်းဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။

-

လိင်ဆက်ဆံမီနှင့်ဆက်ဆံပြီးမွေးလမ်းကြောင်းအတွင်းကိုမဆေးကြောပါနှင့်။ ထိုလမ်းကြောင်းထဲရှိအစိုဓါတ်ပြောင်းလဲသွားပြီးသုတ်ပိုးရှင်သန်ရန်ခက်ခဲသွားသည်။

၄။ ကောင်းသောကျန်းမာရေးအလေ့အထကိုကျင့်သုံးပါ။

- အာဟာရဖြစ်စေသောအစားအစားကိုစားပါ။ လစဉ်ရာသီမှန်မှန် မလာဘဲအလွန်ပိန် (သို့) ဝနေလျှင်ကိုယ်အလေးချိန်တိုး (သို့) လျော့အောင်ပြုလုပ်ပါ။
- ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ဆေးရွက်ဝါးခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါး (သို့) အရက်သောက်ခြင်းကိုရှောင်ကြဉ်ပါ။
- ကော်ဖီ၊ လက်ဖက်ရည်နှင့် Cola အချို့ရည်တွင်ပါရှိသော Caffeine ဓါတ်ကိုရှောင်ပါ။
- အပြည့်အဝအနားယူပြီးပုံမှန်လေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်ပါ။

သားပျက်သားလျော့ခြင်း (ကိုယ်ဝန်ပျက်ကျခြင်း)

အချို့စုံတွဲများသည်ကိုယ်ဝန်ရှိလာရန်မခက်ခဲသော်လည်းကိုယ်ဝန်ဆောင်သွားနိုင်ရန်အခက်အခဲရှိပါသည်။ ကိုယ်ဝန်တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ်ပျက်ကျခြင်းသည်သာမန်ဖြစ်တတ်သော်လည်းသုံးကြိမ်နှင့် အထက်ဖြစ်ပါကအခြားပြဿနာများရှိနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ -

- မသန်စွမ်းသောသားဥ (သို့) သုတ်ပိုးရှိခြင်း။
- သားအိမ်ပုံစံချွတ်ယွင်းခြင်း။
- သားအိမ်တွင်အလုံးရှိခြင်း။
- ကိုယ်ခန္ဓာတွင် ဟော်မုန်းမညီမမျှခြင်း။
- သားအိမ် (သို့) မွေးလမ်းကြောင်းတွင်ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း။
- ငှက်ဖျားရောဂါ၊ အခြားရောဂါများ။
- သာမန်မဟုတ်သော Chromosome များကြောင့်မျိုးရိုးဗီဇရောဂါဖြစ်ခြင်း။

သားပျက်သားလျော့ခြင်း၏သတိပေးလက္ခဏာများ။

- အညို၊ အနီ (သို့) ပန်းရောင်ရှိသွေးအနည်းငယ်ဆင်းခြင်း။
- ခါးနှင့်ဆီးစပ်ကိုက်ခဲခြင်း။

လက္ခဏာများပေါ်လာပါကဆောင်ရွက်ရန်

သားပျက်သားလျော့ခြင်းစတင်လာပါကရပ်ဆိုင်းအောင်ပြုလုပ်၍မရတတ်ပါ။ သွေးအနည်းငယ်ဆင်းပြီးကိုက်ခဲခြင်းမရှိပါက -

- ၂ ရက် - ၃ ရက်မျှလဲလျောင်းအနားယူပါ။
- လိင်ဆက်ဆံခြင်းရှောင်ကြဉ်ပါ။

သွေးဆက်ဆံခြင်း(သို့) သွေးအဆင်းများခြင်း (သို့) ကိုယ်ဝန် ၄လကျော်နေခြင်းဖြစ်ခဲ့သော်ဆေးရုံသို့သွားရောက်ပြသပါ။

သတိပြုရန် - ကိုယ်ဝန် ၃လအတွင်းဖြစ်ပြီးအလွန်နာကျင်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်း၊ သွေးနည်းနည်းဆင်းခြင်းဖြစ်ခဲ့ပါကသားအိမ်အပြင်ဘက်သန္ဓေတည်ခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ ဆေးရုံသို့ချက်ခြင်းသွားရောက်ပြသ၍ကိုယ်ဝန်ရှိကြောင်းပြောပြပါ။

နောက်တစ်ကြိမ်ကိုယ်ဝန်ရှိရန်မကြိုးစားခင် -

- ကျန်းမာရေးပြဿနာများကိုဖြေရှင်းပါ။ ကောင်းသောကျန်းမာရေးအလေ့အထများကိုကျင့်သုံးပါ။ အထူးသဖြင့်ဆေးလိပ်၊ အရက်၊ caffeine သောက်သုံးခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်း၊ ဆေးရွက်ကြီးငုံ၊ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်းတို့ကိုရှောင်ကြဉ်ရမည်။
- ကိုယ်ဝန်ရှိပြီး ၃ လကျော်မှကိုယ်ဝန်ပျက်ကျတတ်ပါက၊ သားအိမ်အဝအားနည်းခြင်းဖြစ်နိုင်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံကျွမ်းကျင်သောဆရာဝန်သည် သားအိမ်လည်တံပတ်လည်ကိုချည်နှောင်ထားပြီးအဝကိုပိတ်ထားနိုင်ပါသည်။ မွေးဖွားခါနီးလျှင်အချည်အနှောင်ကိုဖြုတ်လိုက်ပါသည်။



ကိုယ်ဝန်ပြန်လည်ရှိလာပါက -

- အလေးအပင်မခြင်းမပြုလုပ်ပါနှင့်။
- ကိုယ်ဝန်ရှိပြီး ၆ ပတ်မှ ၈ ပတ်အတွင်းလိင်ဆက်ဆံမှုရှောင်ကြဉ်ပါ။
- အနားများများယူပါ။

ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်းသည်မထူးခြားပါ။
နောက်တစ်ခါကျန်းမာစွာကိုယ်ဝန်ဆောင်နိုင်ပါ
သေးသည်။

သားသမီးမရနိုင်သောအခြေအနေရှိခြင်း။

သားသမီးမရနိုင်သောအဖြစ်ကြောင့်အမျိုးသမီး (သို့) အမျိုးသားသည် ဝမ်းနည်းခြင်း၊ စိတ်ညစ်ခြင်း၊ စိတ်ဆိုးခြင်း၊ စိုးရိမ်ခြင်းနှင့် အထီးကျန်အဖြစ်ခံစားရခြင်းတို့ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ဖြစ်ခဲ့ပါကမိမိတစ်ယောက်တည်း ဤအဖြစ်မျိုးကိုကြုံတွေ့ရသည်ဟုမထင်ပါနှင့်။ မိမိနည်းတူဤပြဿနာကိုရင်ဆိုင်နေရသောအခြားစုံတွဲများနှင့်တွေ့ဆုံပြောကြားပြီးတစ်ဦးကိုတစ်ဦးကူညီနိုင်ဖို့ကြိုးစားကြပါ။



ပြောင်းလဲမှုအတွက်ဆောင်ရွက်ခြင်း

သားသမီးမရနိုင်သောသူများကိုကူညီရန်

- သနားကြင်နာ၍စာနာမှုကိုပြုပါ။ ထိုသူများအတွက်ခက်ခဲသောအချိန် ဖြစ်နေသောကြောင့်နားလည်မှုနှင့်ကူညီပံ့ပိုးမှုတို့လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကိုအပြစ်တင်ကဲ့ရဲ့ခြင်းမပြုပါနှင့်။
- အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးတို့တစ်ဦးကိုတစ်ဦးဘဝအဖော်အဖြစ်ရှိသေ၍တန်ဖိုးထားကြရန်အားပေးပါ။
- သားသမီးမရနိုင်သောစုံတွဲများကိုအခြားကလေးများနှင့်တွေ့ဆုံနိုင်ရန် (သို့) မိမိတို့ဘဝကိုအေးချမ်းစွာနေတတ်ရန်ကူညီပါ။
- အမျိုးသမီးဖြစ်တိုင်းမိခင်ဖြစ်ရမည်ဟုမယူဆပါနှင့်။

ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ၏အခန်းကဏ္ဍ

- သားသမီးမွေးစားရန်နည်းလမ်းများ၊ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် ပတ်သက်သော အသေးစိတ်အချက်အလက်များကိုရှင်းပြပါ။
- သားသမီးမရနိုင်သောအကြောင်းရင်းများကိုရှင်းပြပါ။ လိုအပ်ပါက ရုပ်ပုံကားချပ်များကိုအသုံးပြုပါ။
- လူငယ်များအားလိင်မှုဆိုင်ရာကူးစက်ရောဂါများ၊ မျိုးပွားလမ်းကြောင်း ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းအကြောင်းတို့ကိုရှင်းပြပါ။
- ကျန်းမာရေးဆေးခန်းတွင်လိင်မှုဆိုင်ရာကူးစက်ရောဂါနှင့်မျိုးပွား လမ်းကြောင်းရောဂါပိုးဝင်ခြင်းတို့အတွက်စစ်ဆေးနိုင်ရန်နှင့် ကုသ နိုင်ရန်ပြင်ဆင်ထားပါ။ အမျိုးသမီးများဆီးခုံတွင်းနာကျင်ခြင်းကိုအလေး ထား၍စစ်ဆေးကုသပေးပါ။ များသောအားဖြင့်ဆေးမကုသဘဲဆေးခန်း မှပြန်လွှတ်တတ်ပါသည်။
- အမျိုးသမီးများအားဆီးခုံရောဂါပိုးဝင်ခြင်း၏လက္ခဏာများကိုလည်း ကောင်း၊ စောလျင်စွာနှင့် ပြည့်ဝစွာဆေးကုသရန်လိုအပ်ကြောင်းကို လည်းကောင်းရှင်းပြပါ။
- အမျိုးသမီးနှင့်အမျိုးသားများအားလိင်မှုဆိုင်ရာကူးစက်ရောဂါများ ၏လက္ခဏာများ၊ ချက်ခြင်းဆေးကုသရန်လိုအပ်ကြောင်းနှင့် မိမိအဖော် များကိုပါဆေးကုသရန်အရေးကြီးကြောင်းတို့ကိုရှင်းပြပါ။

➤ သားသမီးမရနိုင်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်သောလိင်မှုဆိုင် ရာကူးစက်ရောဂါများကို ကွန်ဒုံးသုံးခြင်းဖြင့်ကာကွယ် နိုင်သည်။