



ပုၤဆါ အတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ် ဒီး မူဒါတဖၣ်

Munroe-Meyer Institute (MMI) အၢ်ပၤလီၤဟံၣ်ပနီၣ်လၢ ပုၤဆါတဖၣ် အတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ် ဒီး မူဒါတဖၣ် အိၣ်ဟံၣ်စၢၤဝဲ ဖဲလၢဘၣ်ထွဲဒီး အဝဲသ့ၣ် အဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်လီၤ. ပုၤဆါတဖၣ် ဒီး အဝဲသ့ၣ်အဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်စ့ၢ်ကိး အိၣ်ဒီးမူဒါတဖၣ် ဖဲလၢအိၣ်ဖဲ MMI တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအဖီလၢ်အကတီၢ် ဒ်သိးကမၤလီၤတၢ် တၢ်ပူၤဖျဲး, ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ လၢအကံၢ်ဖီ-ပတီၢ်ထီ လၢအဝဲသ့ၣ်အကစၢ် ဒီး ပုၤအဂ့ၢ်အဂၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤဆါ အတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ် ဒီး မူဒါတဖၣ် လၢဖျါဖဲလၢ်အံၤန့ၣ် ကဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤဝဲ, ဒီး ကဘၣ်တၢ်ဆါမုၢ်လၢ်ဟံၣ်စၢၤလၢ, ပုၤဆါတဖၣ် မ့တမ့ၢ် ပုၤတဂၤဂၤလၢသဲးစးဟံၣ်ပနီၣ်ဟ့ၣ်အခွဲးန့ၣ်လီၤ.

ပုၤဆါ အတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ်

1. တၢ်ယူးယီၣ်ဟံၣ်ကဲ ဒီး တၢ်အသူးအသ့ၣ်လၢကပီၤ ဒီး တၢ်ကွၢ်မဲၣ်ကွၢ်တလီၤတၢ်-တအိၣ်
နကြးမုၢ်လၢ်ဝဲလၢ တၢ်ကဟ့ၣ်လီၤတၢ်ယါဘျါကွၢ်ထွဲလၢ အဘၣ်အတီၢ် ခီဖျါ ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢအအိၣ်ဒီးအကံၢ်အစီ န့ၣ်လီၤ.
အဝဲသ့ၣ်ကဟံၣ်ဒိၣ်ဟံၣ်ကဲ န တၢ်ဟံၣ်လုၢ်ဟံၣ်ပုၤတဖၣ် ဒီး တၢ်စူၢ်တၢ်န့ၣ်တဖၣ် ဖဲလၢနဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအကတီၢ် န့ၣ်လီၤ. UNMC လူၤပိၣ်မၤထွဲ ကိၢ်စၢၤဖျိကမုၢ်ခွဲးယၢ်ဂ့ၢ်ဝီ အသဲးတၢ်သိၣ်တၢ်သီလၢ အလီၤပလီၢ်တဖၣ် ဒီး တကွၢ်မဲၣ်ကွၢ်တလီၤတၢ် လၢဒီးသန့ၤထီၣ် ကလုာ်စၢၤသ့ၣ်, ဖဲးဘ့ၣ်အလွဲၣ်, ဂံၢ်ထံးထံဖိကိၢ်ဖိ, သးအနီၣ်, သးဒီးနီၢ်ခိကွၢ်ဂီၤတၢ်တဆူၣ်တကျါ, မ့တမ့ၢ် တၢ်မုၢ်မုၢ်ခွဲၣ် သ့ၣ်တဖၣ်အဖီခိၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
2. တၢ်ကွၢ်ဆိကမိၣ် ထဲသိးတုၤသိး
တၢ်သ့ဒီးန့ၣ်ဘၣ် ဒီး ကသံၣ်ကသီအကြးအဘၣ်တဖၣ်လၢ ပုၤဆါတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအဂီၢ် ဒီး တၢ်ကူစါယါဘျါအတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ် ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤဆူ ပုၤဆါတဖၣ် လၢအဒီးသန့ၤထီၣ်ဝဲ ထဲဒ်လၢ တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်အိၣ်သး, လၢတဘၣ်ထွဲဒီး ကလုာ်စၢၤသ့ၣ်, သးအနီၣ်, မုၢ်ခွဲၣ်အတၢ်မုၢ်တၢ်, ပုၤဂ့ၢ်ဝီအတီၢ်ပတီၢ် မ့တမ့ၢ် ပုၤဂ့ၢ်ဝီ မ့တမ့ၢ် ဖဲးဘ့ၣ်အလွဲၣ်, ဂံၢ်ထံးထံဖိကိၢ်ဖိ, သးဒီးနီၢ်ခိကွၢ်ဂီၤတၢ်တဆူၣ်တကျါ, မ့တမ့ၢ် ဘၣ်သးမုၢ်ကျါဝဲၤကွၢ်နီၣ်ထီၣ် အဂ့ၢ်အဂၤသ့ၣ်တဖၣ်အဖီခိၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
3. နီၢ်တဂၤအတၢ်အိၣ်တဒါ ဒီး တၢ်ဟံၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လူသ့ၣ်
တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါခဲလၢ် ဘၣ်သးဒီးန့ၣ်န့ၣ် ကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်အီၤလၢတၢ်လူသ့ၣ်, ပၣ်ဃုာ်ဒီး နီၢ်တဂၤအတၢ်အိၣ်တဒါ လၢဘၣ်ထွဲဒီး နဆူၣ်ချ့အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါ န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါ ဘၣ်သး နီၢ်တဂၤအတၢ်အိၣ်တဒါ တၢ်မၤအကျါအကျဲတဖၣ် ဒုးသ့ၣ်ညါနၢ်ပၢ်ဝဲဒ်လၢ နဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျါတဖၣ်န့ၣ် ကဘၣ်တၢ်စူးကါအီၤလၢကျဲၣ်လဲၣ်အဂ့ၢ် န့ၣ်လီၤ.



UNMC

MUNROE-MEYER
INSTITUTE

4. တၢ်ဆဲးကျိးဆဲးကျါ

နဆူၣ်ချ့ပှၤအံၤထွဲကွၢ်ထွဲတၢ်တဖၣ်န့ၣ် ကတဲဘၣ်နၤလၢ မ့ၢ်မတၤသ့ၣ်တဖၣ် ပၣ်ဃုာ်ဝဲလၢ နတၢ်ကူစါယါဘျါလဲၣ်, ကတဲန့ၢ်ပၢၢ်နၤတၢ်ဒီဖျိ ကျိၤကျဲလၢနနၢ်ပၢၢ်သ့, ဒီး ကဆဲးကျိးဆဲးကျါတၢ်ဒီးနၤလၢ ကျိၣ်တၢ်ကတိၤလၢ နနၢ်ပၢၢ်န့ၣ်လီၤ. တဲဘၣ်ပှၤ ဖဲလၢနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ပှၤကတိၤကျိၣ်ထံတၢ်တဂၤ မ့တမ့ၢ် ပှၤကျိၣ်ထံတၢ်လၢတၢ်န့ၣ်စုပနီၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤစၢၤတၢ်န့ၢ်ဟူတၢ်အပီးအလီ တမံၤမံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

5. တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်

နဆူၣ်ချ့ပှၤအံၤထွဲကွၢ်ထွဲတၢ်တဖၣ်န့ၣ် က -

- i. စံးဆၢနတၢ်သံကွၢ်တဖၣ် ဘၣ်ဃး နဆူၣ်ချ့တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲ
- ii. တဲန့ၢ်ပၢၢ် တၢ်ကူစါယါဘျါအံၤကမၤစၢၤနၤဒဲလဲၣ် ဒီး ကမၤဘၣ်ဒီမၤဆါနၤသ့ဒဲလဲၣ်
- iii. တဲဘၣ်နၤ မ့မ့ၢ်လၢတၢ်ကူစါယါဘျါအဂ့ၤအဂၤတဖၣ် တၢ်ဒီးန့ၢ်ဘၣ်အီၤသ့ဝဲ ဒီး တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဖဲမၤတၢ်ဒဲလဲၣ်
- iv. တဲန့ၢ်ပၢၢ် တၢ်လၢနမၤသ့ဒဲသီးကမၤစၢၤလီၤ နကစၢ်အသးအဂီၢ်
- v. ဟ့ၣ်ဒီဟ့ၣ်နီၤ နဆူၣ်ချ့ကမၤအသးဒဲလဲၣ်အဂ့ၢ် ဖဲလၢတၢ်ကူစါယါဘျါဝံၤအလီၢ်ခံ ဒီး လၢခါဆူညါအဂီၢ်
- vi. တဲဘၣ်နၤလၢ တၢ်ဆၢကတီၢ်ကယံၢ်ဆဲးအါလဲၣ် လၢကတုၤထီၣ်ဘးဝဲနဖီတၢ်တဖၣ်အဂီၢ်

နတၢ်သံကွၢ်တဖၣ် မ့ၢ်အိၣ်ဘၣ်ဃး တၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်လၢာ်ဘျုးလၢာ်စ့န့ၣ်, နအိၣ်ဒီးခွဲးယၢ်လၢ ကဆဲးကျိးဘၣ် ကျိၣ်စ့ဂ့ၢ်ပှၤဟ့ၣ်ကူၣ်တၢ် လၢကဒွဲးတယၢ်ဆိဟ်တၢ်အဂီၢ် န့ၣ်လီၤ.

6. တၢ်န့ၣ်လီၤ ပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်

နသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်သ့ ဒီး ပၣ်ဃုာ်သကိးလၢ တၢ်မၤတၢ်ဆၢတံာ်တဖၣ် ဘၣ်ဃးနတၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအဂီၢ်သ့န့ၣ်လီၤ.

နဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ နကသံၣ်ကသီတၢ်မၤနီၣ်အပူၤသ့ဝဲဒၣ် ဒီဖျိ One Chart ပှၤဆါအ့ထၢၣ်နဲးကျဲစၢၤ မ့တမ့ၢ် ဒီဖျိ တၢ်ဆဲးကျါ (Health Information and Management) ဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ ဒီး တၢ်ပၢၤဆၢရဲၣ်ကျဲၤတၢ် ဖဲ (402) 559-4024 မ့တမ့ၢ် [ဆၢထီၣ်တၢ်ဃုထီၣ်တခါလၢအ့ထၢၣ်နဲးပူၤသ့န့ၣ်လီၤ.](#)

7. တၢ်ပူၤဖျဲး

ပှၤဆါတဖၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢ ကဆၢမုၢ်လၢဝဲဒၣ် တၢ်ပူၤဖျဲး ဒီး တၢ်သ့န့ၣ်လီၤဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ် ဒီအကြၢးဝဲဘၣ်ဝဲအသီး ဖဲ MMI န့ၣ်လီၤ.



8. တၢ်ဂ့ၢ်လိာ်ကွံာ် တၢ်ကူစါယါဘျါ

န့ၢ်ဂ့ၢ်လိာ်ကွံာ်ဝဲဒၣ် တၢ်ကူစါယါဘျါ, တၢ်မၤကွၢ်, မ့တမ့ၢ် တၢ်ယါဘျါအကျါအကွၢ် တမံၤလၢလၢ သ့ဝဲဒၣ်န့ၢ်လီၤ. ပအၢၣ်လီၤတူၢ်လိာ်လၢ ကတဲဘၣ်န့ၤ တၢ်မၤန့ၤကဲထီၣ်အသးကသ့ ဖဲလၢတၢ်မ့ၢ်တမၤအီၤဘၣ်န့ၢ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်ဝဲ နတၢ်ယုထၢလီၤ. နမ့ၢ် ဖိသၣ်လၢအသးန့ၢ်တၢ်ပှဲၤဘၣ်တၢ်န့ၢ်, ပှဲၤလၢအမူဒါအိၣ်လၢနဂီၢ် ဒ်သဲစးဟ်ပနီၣ်ဝဲန့ၢ် ကပၣ်ဃုာ်ဝဲဒၣ်လၢ တၢ်ကူစါယါဘျါအတၢ်ဆၢတံာ်တဖၣ်ခဲလၢန န့ၢ်လီၤ. ပှဲၤတၢ်အံၤန့ၢ် ကဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လီၤအီၤ တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၣ် ဒ်သိးသိးဒီး တၢ်လၢနကန့ၢ်ဘၣ်ဝဲန့ၢ်လီၤ. နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢ ကဃုထီၣ် ပှဲၤကွၢ်ထွဲမၤစၢၤတၢ် လၢအတဒ်သိးဘၣ်တၢ် သ့န့ၢ်လီၤ.

9. တၢ်အၢၣ်လီၤဟ့ၣ်အခွဲး

ပှဲၤဆါတဖၣ် ကဘၣ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢၢ်အီၤဒ်အကြးအဘၣ်အသိး ဒီဖျါ အဝဲသ့ၣ်ပှဲၤကွၢ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်တဖၣ် ဒ်သိးလၢအဝဲသ့ၣ် ပၣ်ဃုာ်သကိးလၢ အဝဲသ့ၣ်အတၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအဂီၢ် ကသ့န့ၢ်လီၤ. ပှဲၤကွၢ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်တဖၣ် ကဒုးသ့ၣ်ညါန့ၤ ဖဲလၢနတၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲန့ၢ် ပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်လၢတၢ်ယုသ့ၣ်ညါတၢ် အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤသ့ဝဲအကတီၢ်, ဒ်သိးနမၤတၢ်ဆၢတံာ်ကသ့ဝဲဒၣ်လၢ မ့ၢ်နအဲၣ်ဒီးပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်ခါ မ့တမ့ၢ် တအဲၣ်ဒီးပၣ်ဃုာ်မၤသကိးတၢ်ဘၣ်ခါန့ၢ်လီၤ .

10. တၢ်သုးကျဲၤန့ၢ်လီၤဆိမံာ်စၢၤတဖၣ်

နဟ်ဖျါထီၣ်သ့ ဒီဖျါလၢလံာ်တၢ်ကွဲး ဘၣ်ဃးမ့ၢ်မတၤမၤတၢ်ဆၢတံာ်တဖၣ်ကသ့ လၢဘၣ်ထွဲဒီး နဆူၣ်ချ့တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအဂီၢ် (ပီၢ်ရီတၢ်စံာ်ညီၣ် ဆၢတံာ်တၢ်အခွဲးအယၢ် လၢဆူၣ်ချ့တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအဂီၢ်)န့ၢ်လီၤ. နဟ်ဖျါထီၣ်သ့စ့ၢ်ကိးလၢ လံာ်တၢ်ကွဲးဘၣ်ဃး ဆူၣ်ချ့တၢ်ယုထၢလီၤလီၤဆိမံာ်တဖၣ် လၢနမၤဟ်စၢၤဝဲန့ၢ်လီၤ. တၢ်အံၤဘၣ်တၢ်ကိးအီၤလၢ တၢ်သုးကျဲၤန့ၢ်လီၤဆိမံာ်စၢၤ (Advance Directive) န့ၢ်လီၤ. [ယုမၤလိအါထီၣ်](#) ဘၣ်ဃးတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဟ်လီၤ တၢ်အိၣ်မူအတၢ်ဘၣ်သးဘၣ်ဃးဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ (Living Will) မ့တမ့ၢ် ပီၢ်ရီတၢ်စံာ်ညီၣ် ဆၢတံာ်တၢ်အခွဲးအယၢ်.

11. တၢ်ပူၤဖျဲးလၢ တၢ်မၤတတီတတြၢ်, တၢ်တကွၢ်ထွဲတကန့ၢ်ဃုာ် ဒီး တၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ဘျူးလၢအဖီခိၣ်

နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်လၢ ကပူၤဖျဲး ဒီး တၢ်မၤတတီတတြၢ်, တၢ်တကွၢ်ထွဲတကန့ၢ်ဃုာ် ဒီး တၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ဘျူးလၢနဖီခိၣ် န့ၢ်လီၤ. တၢ်သးကိၢ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ခဲလၢန န့ၢ် ကဘၣ်တၢ်တီၣ်ဖျါထီၣ်ဆူ ဆူၣ်ချ့တၢ်ကူစါယါဘျါတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် အပှဲၤန့ၢ်တၢ် (Director of Clinical Services) ဒီး ဆူအဂုၤအဂၢၢ်တၢ်လိာ်အိၣ်အသိးန့ၢ်လီၤ.

12. တၢ်မၤလၢပှဲၤ နတၢ်လိာ်ဘၣ်တဖၣ်

တၢ်အရ့ဒိၣ်ဝဲလၢ နကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲ အကြးအဘၣ်န့ၢ်လီၤ. ပကတဲဘၣ်န့ၤ မ့မ့ၢ်လၢပဟ့ၣ်လီၤန့ၤ တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအံၤ တသ့ဘၣ်န့ၢ်လီၤ. ပကမၤစၢၤန့ၤလၢ တၢ်ယုကွၢ်တၢ်လီၤအဂုၤအဂၢၢ်လၢ မၤစၢၤန့ၤကသ့ န့ၢ်လီၤ.



13. တၢ်သ့ၣ်လီၤကွၢ် ဒီးန့ၣ်ဘၣ် နဆူၣ်ချ့အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ

နအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢ ကကွၢ်ကဒါက့ၤ နဆူၣ်ချ့တၢ်မၤနီၣ် ဒီး နကွဲးစီၤ ဖဲလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်အကြးအဘၣ်တခါ အတီၢ်ပူၤန့ၣ်လီၤ.

နဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤလၢ တၢ်ကတဲနၢ်ပၢၢ်နၤအဂီၢ်သ့ဝဲ ဖဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ဝဲန့ၣ်လီၤ. ပသးခုလၢ ကစံးဆၢန့ၣ်ဘၣ် တၢ်သံကွၢ်တမံၤလၢလၢ အိၣ်ဒီးနၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

14. တၢ်တီၣ်ဖျါထီၣ် တၢ်ကဒူးကဒ့ၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ပူၤဖျဲးအတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်

နအိၣ်ဝဲဒီးခွဲးယၢ်လၢကတီၣ်ထီၣ်တၢ်ကဒူးကဒ့ၣ်တဖၣ်ဖဲနသးတမံဒီး နတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်အခါန့ၣ်လီၤ.

ပဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါနၤလၢကမၤသကိးတၢ်ဒီးနပူၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖု လၢ ကစံးဆၢန့ၣ်ဘၣ် တၢ်သံကွၢ်မ့တမ့ၢ် တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ် တမံၤလၢလၢ န့ၣ်လီၤ.

အဝဲသ့ၣ်ကမၤလီၤတံၢ်ဝဲလၢ နကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်လဲၤဒီဖျါအဂ့ၢ်ကတၢ် တသ့ဖဲအသ့န့ၣ်လီၤ. နဆဲးကျိးသ့စ့ၢ်ကိး

ဆူၣ်ချ့တၢ်ကူၤယါဘျါတၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် အပူၤန့ၣ်တၢ် ဝဲၤဒီး ဖဲ 402.836-9104 လၢတၢ်ကပတံထီၣ်

တၢ်သ့ၣ်တမံသးတမ့ၢ်လၢကျိၤကျဲၤညီၣ် ဖဲလၢနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်မၤစၢၤဆူၣ်ညါန့ၣ်လီၤ.

ပုၤဆါ အမူဒါတဖၣ်

1. တၢ်ဟ့ၣ်လီၤ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ

နအိၣ်ဒီးမူဒါလၢ ကဟ့ၣ်လီၤ, ဒ်တၢ်လၢနသ့ၣ်ညါနၢ်ပၢၢ်အဂ့ၢ်ကတၢ်, လီၤတံၢ်လီၤဆဲး ဒီး တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအလီၤပလီၢ် ဘၣ်ထွဲဒီး

နဆူၣ်ချ့တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ, ဒီး ဒူးသ့ၣ်ညါဘၣ်ပူၤလၢ မ့ၢ်နနၢ်ပၢၢ်ရဲၤလီၤတံၢ် နတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖဲ MMI ဒီး တၢ်လၢဘၣ်တၢ်ဆၢမ့ၢ်လၢဝဲဒၣ် လၢနအိၣ် မ့ၢ်မနုၤတဖၣ်လဲၣ် န့ၣ်တက့ၢ်.

2. တၢ်လူၤပိၢ်မၤထွဲ တၢ်န့ၣ်လီၤတဖၣ်

နအိၣ်ဒီးမူဒါလၢ ကလူၤပိၢ်မၤထွဲ နဆူၣ်ချ့တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ, လၢအပၣ်ဃုာ်ဝဲဒၣ်, တၢ်လူၤပိၢ်မၤထွဲ ပူၤကွၢ်ထွဲမၤစၢၤတၢ် အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတဖၣ်, တၢ်ပၤဆုၤတြီဃာ် တၢ်ဘၣ်ကူၣ်ဘၣ်ဂၢ် တၢ်မၤအကျိၤအကွၢ်တဖၣ်, ဃုာ်ဒီး MMI အတၢ်ဘျါတဖၣ် ဒီး

တၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ် န့ၣ်လီၤ. နကဒူးသ့ၣ်ညါဘၣ်ပူၤ ဖဲလၢနသးတမံသးတမ့ၢ်ဘၣ် တဘျီလၢလၢ ဖဲလၢနတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ

အဆၢကတီၢ်အပူၤန့ၣ်တက့ၢ်. နအိၣ်ဒီး မူဒါလၢ ကမၤပိၢ်ထွဲနတၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသီ လၢတၢ်ထံၣ်လိာ်သးအဂီၢ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် ဒူးသ့ၣ်ညါပူၤဖဲလၢ

နဟဲဟံၣ်ဖျါသးတသ့ဘၣ်အခါ န့ၣ်လီၤ. နဟဲတုၤမ့ၢ်စဲၤခံ 15 မံးနံး ဒီး အါန့ၢ်အန့ၢ်လၢ နတၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသီ လၢတၢ်ထံၣ်လိာ်သးအဂီၢ်န့ၣ်,

တၢ်အံၤကဒီးသန့ၤထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢ နပူၤကွၢ်ထွဲမၤစၢၤတၢ် ကမၤတၢ်ဆၢတံာ် လၢမ့ၢ်တၢ်မၤဝဲတၢ်ထံၣ်လိာ်သးဆူၣ်ညါကသ့ၤ,

ကမၤဖျၢ်လီၤတၢ်ဆၢကတီၢ်ခါ, မ့တမ့ၢ် ကဘၣ်တၢ်ဆိကတီၢ်ကွံာ်ခါ န့ၣ်လီၤ.



3. တၢ်ဂၢ်လိာ်ကွံာ် တၢ်ကူစါယါဘျါ

နၤ ဒီး နပုၤကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်နၤတဖၣ်န့ၣ် အမူဒါအိၣ်လၢ နတၢ်ဖဲးမၤဟူးဂဲၤတဖၣ် ဒီး တၢ်ပိာ်ထွဲထီၣ်အခဲမၤအသးတဖၣ် ဖဲလၢနမ့ၢ်ဂၢ်လိာ်ကွံာ် တၢ်ကူစါယါဘျါ မ့တမ့ၢ် ဖဲလၢတလူၤပိာ်မၤထွဲ နပုၤကွၢ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးသ့ၣ်တဖၣ် အခါန့ၣ်လီၤ.

4. ကျိၣ်စ့ တၢ်အၢၣ်လီၤအီၤလီၤ

နအိၣ်ဒီးမူဒါလၢ ကဟ့ၣ်တၢ်အပူၤတဘျီဃီ ဘၣ်ဃး နတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် လၢတဘၣ်တၢ်ကျၢၢ်ဘၢန့ၣ်ဝဲဒၣ် ခီဖျိတၢ်အုၣ်ကီၤဘၣ် န့ၣ်လီၤ.

5. တၢ်ဘျါတဖၣ် ဒီး တၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ်

နအိၣ်ဒီးမူဒါလၢ ကလူၤပိာ်ထွဲ MMI အတၢ်ဘျါတဖၣ် ဒီး တၢ်သိၣ်တၢ်သီတဖၣ်ခဲလၢာ် လၢအဒိဘၣ်ပုၤဆါ အတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ ဒီး တၢ်ပၤတၢ်ဆုၢ်န့ၣ်လီၤ.

6. တၢ်ယူးယီၣ်ဟံးကဲ ဒီး တၢ်ကွၢ်ဆိကမိၣ်တၢ်

နအိၣ်ဒီးမူဒါလၢ ကဆိကမိၣ်ထံဆး တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ်, နီၢ်တဂၤအတၢ်သဒါ ဒီး တၢ်ဟံးနူသ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ် ဘၣ်ဃးပုၤဆါအဂ့ၢ်အဂၤတဖၣ် ဒီး ပုၤမၤတၢ်ဖိ ဒီး လၢကမၤလီၤတၢ် ခိၣ်ဃၢၤလၢ အဂ့ၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နအိၣ်ဒီးမူဒါလၢ ကအိၣ်ဒီးတၢ်ယူးယီၣ်ဟံးကဲ ပုၤအဂ့ၢ်အဂၤအတၢ်ပီးတၢ်လီၤတၢ်စုၤလီၤခိၣ်ခိၣ် ဒီး တၢ်လၢဘၣ်ထွဲဒီး MMI န့ၣ်လီၤ. နသ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢၢ်လၢ တၢ်မၤပုၤတတီၢ်တၢ်တြၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်တယူးယီၣ်ဟံးကဲတၢ် အလုၢ်လၢတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတမံၤလၢလၢန့ၣ် ဒုးအိၣ်ထီၣ်ဝဲ တၢ်ဃုထီၣ်လၢကဘၣ်ဟးထီၣ်ကွံာ် ဒီး/မ့တမ့ၢ် တၢ်ပတုၣ်ကွံာ်ဝဲ နတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲသ့ ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

7. နီၢ်ကစၢ် ပီးလီၤတၢ်စုၤလီၤခိၣ်ခိၣ်

MMI န့ၣ် တအိၣ်ဒီးမူဒါဘၣ်ဃး ကျိၣ်စ့, တၢ်လုၢ်ဒိၣ်ပုၤဒိၣ်တဖၣ်, ဒီး နီၢ်ကစၢ်အပီးအလီၤတဖၣ် လၢနဟဲစိၢ်န့ၣ်ဆူ တၢ်လီၤတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်အပူၤတဖၣ်ဘၣ် န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤပၣ်ဃုာ်ဝဲဒၣ် မဲာ်ဒီးတဖၣ်, ပီးလီၤမၤစၢၤတၢ်န့ၣ်ဟူတၢ်တဖၣ်, မဲပျိာ်, စဲးပီးလီၤဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်တဖၣ်, က့ၢ်ဂီၤအပျီၢ်တဖၣ်, ဒီး တၢ်အဂ့ၢ်အဂၤလၢ တၢ်ဟံးအလီၢ်ကမၣ်ညါန့ၣ်သ့တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

8. ပုၤအဂ့ၢ်အဂၤတဖၣ် အနီၢ်တဂၤတၢ်အိၣ်သဒါ

နကဘၣ် ဟံးကဲနီၢ်တဂၤတၢ်အိၣ်သဒါအခွဲးအယၢ် ဘၣ်ဃးပုၤဆါအဂ့ၢ်အဂၤသ့ၣ်တဖၣ်, ပုၤတမ့ၢ်ဟဲဟးတဖၣ်, ဒီး ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်, ခီဖျိ တဘၣ်မၤ သွီတၢ်ကလုာ်/တၢ်ဒိတၢ်ဒိအိၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒိတၢ်ဂီၤလၢအဝဲသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ် ဖဲတဘျီလၢလၢ, မ့တမ့ၢ်လၢ တၢ်ဒီးန့ၣ်ဟံးစၢၤဝဲ တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လီၤဆီ လၢပုၤတဂၤစုာ်စုာ်လၢ ဘၣ်တၢ်ဒိတၢ်ဂီၤသွီတၢ်ကလုာ်တဖၣ်အဂီၢ်ဘၣ် န့ၣ်လီၤ. ပုၤဆါ ကသံၣ်ကသီတၢ်ဂၢ်တၢ်ကျိၤ/တၢ်ဂၢ်ထၢဖျိန့ၣ် တဘၣ်တၢ်ဒိဟံးတၢ်ဂီၤ မ့တမ့ၢ် တဘၣ်မၤတၢ်ဟံးကီၤဃာ်ဘၣ် န့ၣ်လီၤ.