



၂၀၂၄-၂၀၂၅ အီရီကောင်တီရပ်ရွာကျန်းမာရေးအကဲဖြတ် စစ်တမ်းကောက်ယူမှု

နယူးယောက်ပြည်နယ်ကျန်းမာရေးဌာနသည် ခရိုင်အားလုံးရှိ ရပ်ရွာကျန်းမာရေးအကဲဖြတ်မှု (CHA)နှင့် ရပ်ရွာကျန်းမာရေးတိုးတက်မှု အစီအစဉ်(CHIP)ကို ရေးဆွဲရန် တောင်းဆိုထားပါသည်။ CHA နှင့် CHIPတို့ကို အီရီကောင်တီတွင်နေထိုင်သူတိုင်း၏ ကျန်းမာရေးကိုတိုးတက်စေရန် အသုံးပြုသည်။ ဤလုပ်ငန်းစဉ်တွင် သင်၏အဖိုးတန်ပါဝင်မှုများနှင့်အတူ အောက်ပါစစ်တမ်းကိုဖြည့်စွက်ခြင်းဖြင့် အီရီကောင်တီတွင်း ကျန်းမာရေးမြှင့်တင်မှုလုပ်ဆောင်ရာတွင် ကူညီပေးပါ။

ဤစစ်တမ်းကောက်ယူမှုကို ဖြည့်စွက်ရန် ၁၀-၂၀မိနစ်ခန့် ကြာနိုင်ပါသည်။ စစ်တမ်းကောက်ယူမှုအဆုံးတွင်၊ Topsမှ \$၁၀၀ လက်ဆောင်ကတ် ကံစမ်းနိုင်သည့်အခွင့်အရေး ကံစမ်းနိုင်ရန် ရွေးချယ်ခွင့်ရှိပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် ဤစစ်တမ်းကောက်ယူမှုအား ပြည့်စုံစွာဖြည့်စွက်ထားမှသာ မဲပေါက်ခွင့်ရရှိရန် အကျိုးဝင်ပါသည်။

CDCs ဝက်ဆိုက်အတွက် ကျူအာကုဒ်ကို စကန်ဖတ်ပြီး CHAs နှင့် CHIP တို့နှင့် သက်ဆိုင်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ရရှိနိုင်ပါသည်။



စစ်တမ်းအရည်အချင်းပြည့်မီမှု

1. ၁. သင်သည် အီရီကောင်တီတွင် နေထိုင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ကျောင်းတက်ခြင်း ရှိပါသလား? အဖြေမှန် တစ်ခုကိုရွေးပါ။

- ဟုတ်ပါသည်
- မဟုတ်ပါ

အကယ်၍ သင်သည် အီရီကောင်တီတွင် နေထိုင်ခြင်း၊ အလုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် ကျောင်းတက်ခြင်းမရှိပါက၊ ဤစစ်တမ်းကောက်ယူမှုကို သင်ဖြေဆိုရန် အရည်အချင်းပြည့်မီခြင်းမရှိပါ။

2. ၂. အောက်ပါတို့တွင် မည်သည်တို့သည်သင်နှင့်ကိုက်ညီပါသနည်း? အဖြေမှန်အားလုံးကို ရွေးပါ။

- အီရီကောင်တီတွင် နေထိုင်ပါသည်။
- အီရီကောင်တီတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်ပါသည်။
- အီရီကောင်တီတွင် ကျောင်းတက်ပါသည်။

3. ၃. အကယ်၍သင်သည် အီရီကောင်တီတွင်နေထိုင်ပါက၊ သင်၏အိမ်လိပ်စာနှင့် တည်နေရာကုဒ်မှာ မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း? အဖြေမှန်တစ်ခုကိုရွေးပါ။

- ကျွန်ုပ်၏ အီရီကောင်တီ တည်နေရာကုဒ်မှာ _____ ဖြစ်သည်။
- ကျွန်ုပ်သည် အီရီကောင်တီတိုင်နေထိုင်ခြင်းမရှိပါ။ (ကျွန်ုပ်သည်ကျောင်းတက်ခြင်း သို့မဟုတ် အလုပ်လုပ်ရန်အတွက်သာ ဖြစ်ပါသည်။)
- ကျွန်ုပ်တွင် နေရပ်လိပ်စာ မရှိပါ။

CONTINUED ON NEXT PAGE

ရပ်ရွာတွင်း ပြဿနာများနှင့် စိုးရိမ်မှုများ

4. ၄.၂၀၂၅-၂၀၃၀ ခုနှစ် ရပ်ရွာကျမ်းမာရေးမြှင့်တင်မှုစီမံချက်တွင် မည်သည့်ရပ်ရွာ အသိုင်းအဝိုင်းမှ တိုးတက်မှုအတွက် အာရုံစိုက်သင့်သည်ဟု သင်ထင်မြင်ပါသနည်း?

ရပ်ရွာအခြေပြုကျမ်းမာရေးတိုးတက်မှုအစီအစဉ် (CHIP) သည်လူထု ကျမ်းမာရေးပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန်စုပေါင်းကြိုးပမ်းမှုတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ CHIP သည် ရပ်ရွာတွင်းကျမ်းမာရေးအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုကို တိုင်းတာရန်အတွက် မူဘောင်တစ်ခုကိုဖန်တီးပြီး အစိုးရနှင့် ရပ်ရွာမိတ်ဖက်များအား အကောင်းဆုံးကျမ်းမာရေးဆိုင်ရာ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းခွင့်ပြုသည်။

အများဆုံး ရွေးချယ်စရာ ၅ခုကို ရွေးပါ။

- ဈေးနှုန်းသင့်တော်ပြီး ကျမ်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအစာများ ရရှိနိုင်ရေး
- ရပ်ရွာဝန်ဆောင်မှုနှင့် သတင်းအရင်းမြစ်များ ရရှိနိုင်ရေး
- ပညာဆက်လက်သင်ယူနိုင်သောအစီအစဉ်များ (GED နှင့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းဆိုင်ရာအစီအစဉ်များနှင့် ကျောင်းပြောင်းခြင်းများ ကဲ့သို့) ရရှိနိုင်ရေး
- ကျောင်းတွင် အရည်အသွေးပြည့်ဝသောကျမ်းမာရေးနှင့် ကျမ်းမာခြင်းဆိုင်ရာအစီအစဉ်များ ရရှိနိုင်ရေး
- စိတ်ချယုံကြည်ရသော သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ရရှိနိုင်ခြင်း (ကိုယ်ပိုင်ယာဉ် သို့မဟုတ် အများပြည်သူသုံးသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးအသုံးပြုမှု)
- စကားပြန်နှင့် ဘာသာပြန်ခြင်း ဝန်ဆောင်မှု ရရှိနိုင်ရေး
- ကျမ်းမာသောကလေးငယ်များအား ပံ့ပိုးပေးရန်အတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်ရေးနှင့် လက်လှမ်းမီရေး (ကလေးထိန်း၊ အရွယ်မရောက်မီ ပါဝင်ပတ်သတ်မှု သို့မဟုတ် ခဲဓါတ်စမ်းသပ်ခြင်း)
- ပန်းခြံများ၊ လူသွားစင်္ကြံများနှင့် ရပ်ရွာတွင်းရှိစင်တာများကဲ့သို့သော အများပြည်သူပိုင်နေရာများ
- ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်ဝန်ဆောင်မှု ကုန်ကျစရိတ် သို့မဟုတ် ကျမ်းမာရေးအာမခံ သုံးစွဲခွင့်
- လစာလုံလောက်စွာပေးသော အလုပ်အကိုင်ရွေးချယ်မှုများ
- လေထု၊ ရေနှင့် မြေဆီလွှာကဲ့သို့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အခြေအနေများ
- လုံခြုံစိတ်ချရပြီး ဈေးနှုန်းသင့်တင့်သော အိမ်ရာရွေးချယ်မှု
- မိဘများအားထောက်ပံ့သောဝန်ဆောင်မှု (မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းနှင့် ရင်ခွင်တွင်းနို့တိုက်နိုင်သည့်နေရာများနှင့် မိဘများခွင့်တိုင်ခြင်း ရရှိနိုင်သည့်နေရာများ)
- လူမျိုးရေးနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံခံရမှု
- သင့်ပတ်ဝန်းကျင်လုံခြုံရေး
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

CONTINUED ON NEXT PAGE

5. ၅. ၂၀၂၅-၂၀၃၀ ခုနှစ် ရပ်ရွာတွင်းကျမ်းမာရေးမြှင့်တင်မှုစီမံချက်တွင် မည်သည့်ကျမ်းမာရေးအခြေအနေများ တိုးတက်မှုအတွက် အာရုံစိုက်သင့်သည်ဟု သင်ခံစားရပါသနည်း?

ကျေးဇူးပြု၍ အများဆုံး ၅ခု ကိုရွေးချယ်ပါ။

- ရင်ကြပ်၊ COPD၊ သို့မဟုတ် အခြားသောနာတာရှည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာအခြေအနေများ
- ကင်ဆာရောဂါ
- ဆေးလိပ်၊ ဆေးရွက်ကြီးထွက်ကုန်၊ ဗိတ်သောက်ခြင်း သို့မဟုတ် နီကိုတင်းသုံးစွဲခြင်း
- ကိုဗစ်-၁၉နှင့် အချိန်ကြာကိုဗစ်
- သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေးပြဿနာ (သွားတွင်အပေါက်ဖြစ်မှု သို့မဟုတ် သွားနှုတ်ရခြင်း)
- ဆီးချိုရောဂါ
- နှလုံးရောဂါများ (သွေးတိုးခြင်း၊ ကိုလက်စတရော၊ နှလုံးရောဂါ သို့မဟုတ် လေဖြတ်ရောဂါ)
- ကူးစက်ရောဂါများ (ဥပမာ HIV သို့မဟုတ် AIDS၊ အသည်းရောင် အသားဝါရောဂါ သို့မဟုတ် လိင်မှတစ်ဆင့်ကူးဆက်တတ်သောရောဂါများ)
- ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှု (အမြင့်မှပြုတ်ကျခြင်း သို့မဟုတ် ယာဉ်မတော်တဆဖြစ်မှု)
- ခဲဆိပ်သင့်မှုနှင့် ခဲနှင့်ပတ်သတ်သောပြဿနာများ
- စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေး၊ စိတ်ကျရောဂါ၊ စိတ်ပူပန်သောကနဦးစိတ်ဖိစီးမှု ထိန်းသိမ်းခြင်း
- အလွန်ခြင်း၊ ကိုယ်အလေးချိန်ထိန်းသိမ်းခြင်း သို့မဟုတ် အာဟာရ
- မျိုးပွားမှုနှင့် ကလေးမွေးခြင်းဆိုင်ရာပြဿနာများ (ဥပမာ - ကိုယ်ဝန်ဆောင် ပြဿနာများ၊ ဆယ်ကျော်သက်ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း သို့မဟုတ် မွေးကင်းစကလေးထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းကဲ့သို့)
- မူးယစ်ဆေးသုံးစွဲမှု ပြဿနာ (အရက်၊ ဆေးခြောက်နှင့် ဘိန်းကဲ့သို့)
- အကြမ်းဖက်ခံရမှုကြောင်းရရှိသောဒဏ်ရာများ (ဥပမာ ကလေးသူငယ် အနိုင်ကျင့်မှု၊ အရွယ်ရောက်သူအနိုင်ကျင့်မှု သို့မဟုတ် အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု) နှင့် လက်နက်(သေနတ်)ဒဏ်ရာရရှိမှု သေဆုံးမှုများ
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

CONTINUED ON NEXT PAGE

6. ၆. သင်၏ရပ်ရွာအတွင်း မည်သည်တို့လိုအပ်နေသည်ကိုကြားသိရန် ကျွန်ုပ်တို့ဘက်မှလည်း စိတ်ဝင်စားပါသည်။ သင်၏ရပ်ရွာပတ်ဝန်းကျင်တွင် ကျမ်းမာရေးနှင့် ကျမ်းမာပျော်ရွှင်ခြင်းအတွက် မည်သည့်အထောက်အပံ့မျိုး လိုအပ်ပါသနည်း?

လူဦးရေစာရင်း

7. ၇. သင်၏ယခုလက်ရှိအသက်မှာ အဘယ်နည်း? _____

8. ၈. သင့်လူမျိုးနှင့် မည်သည့်တိုင်းရင်းသားဖြစ်သနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- အမေရိကန်အင်ဒီးယန်း သို့မဟုတ် အလာစကာဒေသခံ
- အာရှတိုက်သား
- လူမည်း သို့မဟုတ် အာဖရိကန်အမေရိကန်
- စပန်လူမျိုး သို့မဟုတ် လာတီးနို
- အရှေ့အလယ်ပိုင်း သို့မဟုတ် မြောက်အာဖရိကန်
- ပီစီဖိတ်ကျွန်းသား သို့မဟုတ် ဟာဝေရန်ဒေသခံ
- လူဖြူ
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

9. ၉. သင်သည် မည်သည့်လိင်ဖြစ်သနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- ကျားမ သတ်မှတ်ချက်မရှိသော သို့မဟုတ် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပွင့်လင်းမြင်သာမှုရှိခြင်း
- ယောက်ကျား
- ယောက်ကျားသို့မဟုတ် မိန်းမ ဟုသတ်မှတ်ထားခြင်း
- မသေချာသေးပါ သို့မဟုတ် မေးခွန်းထုတ်ဆဲ
- မိန်းမ
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

10. ၁၀. သင်လိင်ပြောင်းလဲထားပါသလား? တစ်ခုကိုရွေးပါ။

လိင်ပြောင်းလဲထားသူဆိုသည်မှာ မွေးဖွားစဉ်က လိင်သတ်မှတ်မှုနှင့် မတူညီသော လိင်ဖော်ပြချက်သတ်မှတ်မှုကို ဆိုလိုပါသည်။

- ဟုတ်ပါသည်။
- မဟုတ်ပါ။
- မသေချာသေးပါ သို့မဟုတ် မေးခွန်းထုတ်ဆဲ
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

11. ၁၁. သင်၏ လိင်စိတ်ခံယူချက်မှာ အဘယ်နည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုမရှိသူ (လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆွဲဆောင်မှုမရှိသူ)
- လိင်နှစ်မျိုးလုံးစိတ်ဝင်စားသူ (လိင်နှစ်မျိုး သို့မဟုတ် နှစ်မျိုးထက်ပိုသောလိင် ဆွဲဆောင်မှု)
- လိင်တူချစ်သူ (လိင်တူချင်းဆွဲဆောင်မှုရှိသူ)
- မိန်းမချင်းစိတ်ဝင်စားသူ (မိန်းမ လိင်တူအချင်းချင်း ဆွဲဆောင်မှုရှိသူ)
- မသေချာသေးပါ သို့မဟုတ် မေးခွန်းထုတ်ခဲ
- လိင်အားလုံးစိတ်ဝင်စားသူ(လိင်မတူသောသူအားလုံးကို ဆွဲဆောင်မှုရှိသူ)
- လိင်စိတ်ထူးခြားစွာခံယူသူ (လိင်မတူသည်များကို စိတ်ဝင်စားသူ)
- ပုံမှန်လိင်စိတ် သို့မဟုတ် လိင်ကွဲစိတ်ဝင်စားသူ (လိင်မတူသောသူအချင်းချင်း လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာဆွဲဆောင်မှုရှိသူ)
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

12. သင်သည် မသန်စွမ်းသူဖြစ်ပါသလား? တစ်ခုကိုရွေးပါ။

အမေရိကန် မသန်စွမ်းခြင်းဆိုင်ရာအက်ဥပဒေအရ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာသို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းမှုရှိနေပြီး တစ်ခုသို့မဟုတ် တစ်ခုထက်ပိုသော ရေရှည်ဘဝလုပ်ဆောင်ချက်များကို လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိသူများကို မသန်စွမ်းသူအဖြစ် သတ်မှတ်ထားသည်။

- ဟုတ်ပါသည် - မေးခွန်း၁၃ ကိုတိုက်ရိုက်ဖြေဆိုပါ။
- မဟုတ်ပါ - မေးခွန်း ၁၄ ကို ကျော်ရန်။
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

13. သင်သည် မည်သို့မသန်စွမ်းသူဖြစ်သနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- ဖွံ့ဖြိုးမှု သို့မဟုတ် ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး
- စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ
- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် လှုပ်ရှားပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ
- အာရုံခံ (အမြင်အာရုံ သို့မဟုတ် အကြားအာရုံကဲ့သို့)
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

14. မည်သူနှင့်အတူ သင်နေထိုင်ပါသနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- မည်သူနှင့်မျှ သို့မဟုတ် တစ်ဦးတည်းနေပါသည်
- အိမ်ထောင်ဖက် သို့မဟုတ် လက်တွဲဖော်
- ကလေး သို့မဟုတ် အသက်၁၈နှစ်နှင့်အောက်ကလေးများ
- ကလေး သို့မဟုတ် အသက်၁၈နှစ်နှင့်အထက်
- သင့်မိဘ သို့မဟုတ် လက်တွဲဖော်၏မိဘ
- သူငယ်ချင်း(များ) အခန်းဖော်(များ)
- ကျွန်ုပ်သည် စုပေါင်းမျှဝေနေထိုင်သည့်နေရာတွင်နေထိုင်ပါသည်။ (လူစုနေသေအိမ်၊ အဆောင်၊ အကူအညီပေးနေထိုင်ခြင်း၊ အိမ်အကူးအပြောင်းကာလ၊ ခိုလှုံရာအဆောင်)
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

CONTINUED ON NEXT PAGE

15. သင်သည် အမေရိကန်နိုင်ငံပြင်ပတွင်မွေးဖွားသူဖြစ်ပါသလား? တစ်ခုခုကိုဖြေပါ။

- ဟုတ်ပါသည်။
- မဟုတ်ပါ။
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

16. သင့်အိမ်တွင် အသုံးများသောစကားမှာ မည်သည်နည်း? တစ်ခုခုကိုဖြေပါ။

- အင်္ဂလိပ်
- အာရဗီ
- ဘင်ဂါလီ
- ဗမာ
- စပိန်
- ဆွာဟီလီ
- အခြား _____
- တကိုယ်ရည်နှင့် မိသားစုကျမ်းမာရေး

တကိုယ်ရည်နှင့် မိသားစုကျမ်းမာရေး

17. သင်၏ ယခင်နှစ်ကျမ်းမာရေးနှင့်ပတ်သတ်၍ အောက်ပါတို့တွင် မည်သည့်အဆင့်ကို သတ်မှတ်ပေးနိုင်သနည်း? အတန်းတိုင်းတွင် အကွက်တစ်ခုကို ရွေးပေးပါ။

	ညံ့သည်	အသင့်အတင့်	ကောင်းသည်	အရမ်းကောင်းသည်	အကောင်းဆုံး	ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။
ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေး	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေး	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေး	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. ၁၈. ပြီးခဲ့သောနှစ်က သင်သို့မဟုတ် သင်အိမ်ထောင်စုဝင်တစ်ဦးသည် အောက်ပါကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပုံစံများကို ရရှိရန် ခက်ခဲမှုများရှိခဲ့ပါသလား?
 အတန်းတိုင်းတွင်ရှိသော အကွက်တွင် မှတ်ချက်ပြုပါ။

	ဟုတ်ပါသည်	မဟုတ်ပါ	မသိပါ	ကျွန်ုပ်တို့အိမ်ထောင်စုတွင်မဖြစ်ခဲ့ပါ
မိသားစုဆရာဝန် (ပြန်လည်ကျမ်းမာရေးစစ်ဆေးမှုများ သို့မဟုတ် ကျမ်းမာရေးအနည်းငယ်ချို့တဲ့မှုကြောင့် တွေ့ရခြင်း)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
သွားနှင့်ခံတွင်းကျမ်းမာရေး (ပြန်လည်ကျမ်းမာရေးစစ်ဆေးမှုများနှင့် အရေးပေါ် ခံတွင်းကျမ်းမာရေး)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ထိခိုက်အန္တရာယ်ကျရောက်မှုလျော့ကျခြင်း သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုကြောင့် ချို့ယွင်းချက်များအတွက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေး (စိတ်ရောဂါကုဆရာဝန်များ၊ ကုထုံးပညာရှင်များ၊ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်သူများ)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
မျိုးပွားမှုဆိုင်ရာပြုစုမှု (ကိုယ်ဝန်ကာကွယ်ခြင်း၊ ကိုယ်ဝင်ဖျက်ကျခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်စောင့်ရှောက်မှု)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
အရေးပေါ်ကုသမှု(ဆေးရုံ၊ အရေးပေါ် အရေးပေါ်ကုသဌာန)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

19. ၁၉. သင်သည် နာတာရှည် သို့မဟုတ် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေးချို့ယွင်းမှု ဖြစ်ဖူးပါသလား? တစ်ခုကိုရွေးပါ။
 ဥပမာ- ရင်ကြပ်၊ ကင်ဆာ၊ နှလုံးရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ သို့မဟုတ် အဝလွန်ရောဂါ .

- ဟုတ်ပါသည် - မေးခွန်းအမှတ် ၂၀ သို့တိုက်ရိုက်ဖြေပါ။
- မဟုတ်ပါ - မေးခွန်းအမှတ် ၂၁ သို့သွားပါ။
- မဖြေဆိုလိုပါ - မေးခွန်းအမှတ် ၂၁ သို့သွားပါ။

20. ၂၀. ဟုတ်ပါသည်ဆိုလျှင်၊ အောက်ပါရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအခြေအနေတို့တွင် မည်သည်တို့ကိုသင်ကြိုတွေ့ခဲ့ရသနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- ပန်းနာရင်ကြပ်
- ကင်စာ
- COPD သို့မဟုတ် အခြားအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါများ
- ဆီးချို
- နှလုံးရောဂါ
- သွေးတိုးရောဂါ
- ကိုလက်စတရောမြင့်မားခြင်း
- ကျောက်ကပ်ရောဂါ
- အသည်းရောဂါ
- ကိုဗစ်နာတာရှည်လက္ခဏာများ
- အဝလွန်ရောဂါ
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

21. သင်သည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေးအခြေအနေတစ်ခုခုနှင့် ကြုံတွေ့ခဲ့ရဖူးပါသလား? တစ်ခုကိုဖြေပါ။

ဥပမာ- စိတ်စိုးရိမ်ပူပန်မှု၊ စိတ်ဓါတ်ကျခြင်း၊ PTSD၊ သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုမမှန်ခြင်း (SUD)

- ဟုတ်ပါသည် - မေးခွန်းနံပါတ် ၂၂ သို့သွားပါ။
- မဟုတ်ပါ - မေးခွန်းအမှတ် ၂၃ သို့သွားပါ။
- မဖြေဆိုလိုပါ - မေးခွန်းအမှတ် ၂၃ သို့သွားပါ။

22. ၂၂. ဟုတ်ပါသည်ဆိုလျှင်၊ အောက်ပါစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေးအခြေအနေကို သင်ကြုံတွေ့ခဲ့ရပါသနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- စိတ်စိုးရိမ်ပူပန်မှု
- စိတ်အတက်အကျမြန်ခြင်း (ဘိုင်ပိုလာ)
- ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေးချိုယွင်းခြင်း (BPD)
- စိတ်ကျရောဂါ
- ကြိုတင်တွေးတောစိုးရွံ့ခြင်း(PTSD)
- မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုမမှန်ခြင်း (SUD)
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

23. ၂၃. သင့်တွင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအခြေအနေ သို့မဟုတ် အထူးလိုအပ်ချက်လိုသော ကလေး (အသက်၁၈နှစ်နှင့်အောက်) ရှိပါသလား? တစ်ခုကိုရွေးပါ။

- ဟုတ်ပါသည် - မေးခွန်းနံပါတ် ၂၄ သို့သွားပါ။
- မဟုတ်ပါ - မေးခွန်းအမှတ် ၂၄ သို့သွားပါ။
- မဖြေဆိုလိုပါ - မေးခွန်းအမှတ် ၂၅ သို့သွားပါ။

24. ၂၄. မည်သည့် စိတ်ကျမ်းမာရေးသို့မဟုတ် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျမ်းမာရေးအခြေအနေ သို့မဟုတ် အထူးလိုအပ်ချက်လိုသောကလေးများ သင့်အိမ်တွင်နေထိုင်ပါသနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- ပန်းနာရင်ကြပ်
- ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု သို့မဟုတ် သင်ကြားမှုချို့ယွင်းမှုရှိခြင်း (အော်တစ်ဇင်ကဲ့သို့ မူမမှန်သောရောဂါ သို့မဟုတ် အကြားအာရုံနှင့်ဦးနှောက်အလုပ်လုပ်ပုံမမှန်ခြင်း)
- ဆီးချိုရောဂါ
- အနုစိပ်ခန္ဓာကိုယ်ကြွက်သားလှုပ်ရှားမှု အခက်အခဲများ (ခဲတံကိုင်ရာတွင် အခက်အခဲရှိခြင်းကဲ့သို့သော)
- ကြီးမာသောခန္ဓာကိုယ်ကြွက်သားလှုပ်ရှားမှု အခက်အခဲများ (လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ကိုတည့်မတ်စွာထိမ်းနိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် ရှုပ်ထွေးသောလှုပ်ရှားခြင်း ကဲ့သို့သော)
- စိတ်၊ ခံစားချက် သို့မဟုတ် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာစိန်ခေါ်မှု (စိုးရိမ်မှု၊ စိတ်ကျရောဂါ သို့မဟုတ် အတိုက်အခံဖိဆန်သောရောဂါကဲ့သို့သော)
- အဝလွန်ခြင်းရောဂါ
- ပြင်းထန်သောဓါတ်မတည့်သည့်ရောဂါ (အသက်အန္တရာယ်စိုးရိမ်ရလောက်သည်အထိ ပြင်းထန်သောဓါတ်မတည့်သည့် အခြေအနေ)
- စကားပြောနောက်ကျခြင်းသို့မဟုတ် စကားထစ်ခြင်း သို့မဟုတ် စကားမပြောခြင်း
- အမြင်အာရုံ သို့မဟုတ် အကြားအာရုံမသန်စွမ်းခြင်း
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

ပညာအရည်အချင်းနှင့် အလုပ်အကိုင်

25. ၂၅. သင်၏အမြင့်ဆုံးပညာအချင်းမှာ အဘယ်နည်း? တစ်ခုကိုရွေးပါ။

- အထက်တန်းကျောင်းထက်နိမ့်သော သို့မဟုတ် အထက်တန်းကျောင်းမပီးခဲ့ပါ
- အထက်တန်းကျောင်းအောင် သို့မဟုတ် GEDအောင်မြင်ပြီး
- ကောလိပ်ဒီဂရီမရှိသော်လည်း အတတ်ပညာဒီဂရီ၊ လုပ်ငန်းကျွမ်းကျင် သို့မဟုတ် အခြားအောင်လတ်မှတ်ရအစီအစဉ်
- ကောလိပ်အနည်းငယ်တက်သော်လည်း ဒီဂရီမရခဲ့ပါ
- တွဲဖက်ဘွဲ့ရ (AA, AS ကဲ့သို့)
- တက္ကသိုလ်ဘွဲ့ရ (BA,BBA, BS, BSNကဲ့သို့)
- ဘွဲ့လွန် (MA, MS, MBA, MSNကဲ့သို့)
- ပါရဂူဘွဲ့ သို့မဟုတ် ဒီဂရီသစ် (MD, DDS, JD, PhD, EdD ကဲ့သို့)
- အခြား _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

26. မည်သည့်ရွေးချယ်မှုသည် ယခုလက်ရှိသင်လုပ်ကိုင်နေသောအလုပ်အကိုင်ကို ရည်ညွှန်းပါသနည်း? တစ်ခုကိုရွေးပါ။
- အလုပ်မရှိ၊ လောလောဆယ်တွင် အလုပ်မရှိပါ။ အနားယူပြီးသော၊ သို့မဟုတ် ကျောင်းသား - မေးခွန်းနံပါတ် ၂၇ သို့သွားပါ။
 - ယာယီ သို့မဟုတ် ရာသီအလိုက်အလုပ်အကိုင် (သင်၏လက်ရှိအလုပ်သည် အချိန်အနည်းငယ်လုပ်ရန်သာဖြစ်သည်) - မေးခွန်းအမှတ် ၂၈ သို့သွားပါ။
အချိန်ပိုင်း၊ အလုပ်တစ်ခုတွင်သာ (သင်၏အလုပ်တွင် တပတ်လျှင် နာရီ၄၀အောက်သာလုပ်ရပါသည်) - မေးခွန်းအမှတ် ၂၈ သို့သွားပါ။
 - အချိန်ပိုင်း၊ အလုပ်အမျိုးမျိုးတွင် (သင်၏အလုပ်အားလုံးတွင် တပတ်လျှင် နာရီ၄၀အောက်သာလုပ်ရပါသည်) - မေးခွန်းအမှတ် ၂၈ သို့သွားပါ။
 - အချိန်ပြည့်၊ အလုပ်တစ်ခုတွင်သာ (သင်၏အလုပ်အားလုံးတွင် တပတ်လျှင် နာရီ၄၀ လုပ်ရပါသည်) - မေးခွန်းအမှတ် ၂၈ သို့သွားပါ။
 - အချိန်ပြည့်၊ အလုပ်အမျိုးမျိုးတွင် (သင်၏အလုပ်အားလုံးတွင် တပတ်လျှင် နာရီ၄၀ သို့မဟုတ် အချိန်ပိုမို လုပ်ရပါသည်) - မေးခွန်းအမှတ် ၂၈ သို့သွားပါ။
 - အခြား _____
 - ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

27. သင်အလုပ်မရှိခြင်း၏အကြောင်းပြချက်မှာ အဘယ်နည်း? တစ်ခုကိုရွေးပါ။
- ကျွန်ုပ်သည် ကျောင်းသား သို့မဟုတ် ကျောင်းတက်နေသည်
 - ကျွန်ုပ်သည် အိမ်တွင်သာနေရသူဖြစ်သည်။
 - ကျွန်ုပ်သည် အငြိမ်းစားဖြစ်သည်။
 - အလုပ်ရှာနေဆဲဖြစ်သည်။
 - ကျွန်ုပ်သည် မသန်စွမ်းသောကြောင့် အလုပ်မလုပ်နိုင်ပါ။
 - အခြား _____
 - ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

28. သင်မိသားစုတွင်း အနီးစပ်ဆုံးစုစုပေါင်းဝင်ငွေမှာ မည်မျှနည်း? တစ်ခုကိုရွေးပါ။
- ဤသည်မှာ သင်အိမ်တွင်နေထိုင်သူတိုင်း ရှာဖွေရရှိသောဝင်ငွေစုစုပေါင်းကို ဖော်ပြခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်ခုချင်းစီကို နှစ်၊ လ၊ ရက်သတ္တပတ်အလိုက် ဖော်ပြထားသည်။
- တစ်နှစ်လျှင် \$၂၅၀၀၀ သို့မဟုတ် \$၂၀၈၃ ထက်နည်းသော သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၄၈၀
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၂၅၀၀၀-\$၃၄၉၉၉ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၂၀၈၃-\$၂၉၁၇ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၄၈၀-\$၆၄၃
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၄၄၉၉၉ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၂၉၁၇-\$၃၇၅၀ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၆၄၃-\$၈၆၅
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၄၅၀၀၀-\$၅၄၉၉၉ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၃၇၅၀-\$၄၅၈၃ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၈၆၅-\$၁၀၅၈
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၅၅၀၀၀-\$၇၄၉၉၉ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၄၅၈၃-\$၆၅၅၀ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၁၀၅၈-\$၁၄၄၂
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၇၅၀၀၀-\$၉၄၉၉၉ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၆၅၅၀-\$၇၉၁၇ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၁၄၄၂-\$၁၈၂၇
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၉၅၀၀၀-\$၁၂၄၉၉၉ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၇၉၁၇-\$၁၀၄၁၇ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၁၈၂၇-\$၂၄၀၄
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၁၂၅၀၀၀-\$၁၄၉၉၉၉ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၁၀၄၁၇-\$၁၄၅၈၃ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၂၄၀၄-\$၃၃၃၆၅
 - တစ်နှစ်လျှင် \$၁၇၅၀၀၀ သို့မဟုတ် တစ်လလျှင် \$၁၄၅၈၃ သို့မဟုတ် တပတ်လျှင် \$၃၃၃၆၅
 - ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

29. ၂၉. သင့်တွင် ကျမ်းမာရေးအာမခံချက် သို့မဟုတ် ကျမ်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအာမခံ ရှိပါသလား? တစ်ခုကိုရွေးပါ။

- ဟုတ်ပါသည်- မေးခွန်း၂၀သို့ တိုက်ရိုက်သွားပါ။
- မဟုတ်ပါ-မေးခွန်းအမှတ် ၃၀ ကိုကျော်သွားပါ။
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။ မေးခွန်းအမှတ် ၃၀ ကိုကျော်သွားပါ။

30. မည်သည့် ကျမ်းမာရေးအာမခံသင့်တွင် ရှိပါသနည်း? သက်ဆိုင်သည်များအားလုံးကို မှတ်ချက်ပေးပါ။

- VA မှတာဝန်ယူသည်။
- အလုပ်မှ စပွန်စာပေးသောသီးသန့်အာမခံ (သင့်အလုပ်သို့မဟုတ် သင့်လက်တွဲဖော်အလုပ်မှ)
- အာမခံဝယ်ယူနိုင်သောဈေးကွက်(Obamacare)မှ စာရင်းသွင်းရရှိခြင်း သို့မဟုတ် နယူးယောက်ပြည်နယ်ကျမ်းမာရေးဌာနမှ
- မက်ဒီကိတ်
- မက်ဒီကဲ
- လူမျိုးစုကျမ်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ သို့မဟုတ် လူမျိုးစုအာမခံ
- အခြား: _____
- ဖြေဆိုလိုခြင်းမရှိပါ။

ကံစမ်းမဲဝင်ခွင့်

Tops စူပါမားကတ် \$၁၀၀ လက်ဆောင်ကတ်အတွက် သင်ကံစမ်းလိုပါသလား။ တစ်ခုကိုရွေးပါ။

ကံစမ်းမဲဝယ်ယူကံစမ်းနိုင်ဖို့အတွက် သင့်အမည်၊ အီးမေးလ်နှင့် ဖုန်းနံပါတ်တို့ကို ပေးပါ။

- ဟုတ်ပါသည်-စာမျက်နှာအောက်ဆုံးတွင် ဆက်သွယ်ရမည့်အချက်အလက်များကို ဖြည့်ပါ။
- မဟုတ်ပါ

စောင့်ကြည့်ခံအဖွဲ့ဝင်ခြင်းအဖွဲ့ပါဝင်ပတ်သတ်မှု

အီရီကောင်တီရှိ ကျမ်းမာရေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များကို ဆွေးနွေးရန် ရပ်ရွာတွင်း စောင့်ကြည့်ခံအဖွဲ့ဝင်ခြင်းတွင် ပါဝင်ခြင်းအတွက် သင်စဉ်းစားလိုပါသလား?

စောင့်ကြည့်ခံအဖွဲ့ဝင်ခြင်းတွင်ပါဝင်ခြင်းကြောင့် Tops စူပါမားကတ်မှ \$၂၀လက်ဆောင်ကတ်ကို သက်ရရှိနိုင်ပါသည်။ တစ်ခုကိုရွေးပါ။

- ဟုတ်ပါသည်- စာမျက်နှာအောက်ဆုံးတွင် ဆက်သွယ်ရန်အချက်အလက်များကို ဖြည့်ပေးပါ။
- မဟုတ်ပါ

ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံးမှ အကြောင်းအရာအသစ်များရရှိရန် စာရင်းသွင်းပါ။

ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံး၏ အီးမေးပို့ရန်စာရင်းတွင် သင်ပါဝင်လိုပါသလား? တစ်ခုကိုရွေးပါ။

ကျမ်းမာရေးတန်းတူညီမျှရေးရုံးမှ အကြောင်းအရာအသစ်များရရှိရန် အောက်တွင် အမည်နှင့်အီးမေးလ်ကိုသင်ဖြည့်စွက်ပေးရပါမည်။

- ဟုတ်ပါသည်- စာမျက်နှာအောက်ဆုံးတွင် ဆက်သွယ်ရန်အချက်အလက်များကို ဖြည့်ပေးပါ။
- မဟုတ်ပါ

အမည်: _____

ဖုန်းနံပါတ်: _____

အီးမေးလ်: _____

နေရပ်လိပ်စာ: _____
