

# ဖိသာရ်လေအဆုံးအချုပ် (Healthy Kids) ကသံ့ၤမၤသံ့တၤဖိလံ့ဖိယၤအတၤဂုံးတၤကြုံၤ

ကသံမာသံတ်ဖိလံဖိယ်တရ်နှုရ်မာဂေါ်မသံတ်ဖိလံဖိယ် အကလုံကလုံလာအဖွဲ့သီးတ်ဖိယ်၊ နှုရ်ခိမံခိုဒ်အီးဘဲးထံရုပ် အဂ်တရ်နှုရ်လီ

တုသူအီလောက်တုသူသူ့တုသူဖျော်တုသူမှုပါဒီးဘူးဒီးဟံ့၏ဒီးတုတဲ့အိုတိအောင်ပုံလီဖိုသူ့တယ်အို၍ဘုရားလောကသံ့မာသံ့တုသူဖျော်အကျိုးအို၏ဆီးမာလီဒီးလို့ကွဲတုသူအောင်နှစ်သူ့လီ။

တုတေသနကသံမာသံတုဖိလ္ပီယ်လာဖိသံတာအဆံ့ဖိအကျိန်မှုတုညီန်မာအသီးအခိုပည့်တမ်းဝဲဒ်လာနိအတုအဆံ့ဆူ့ဖိချုကသံဖိန်ဘာရ်ပုံစံအို့ဖိတယ်မာလိသုံ့ည့်ညီင်တုပတ်လာအတူပူဖူးန်မှုမျက်တွေခါအဂ်ဂျာလုံ



Healthy Kids MN

[health.mn.gov/  
HealthyKidsChemicals](http://health.mn.gov/HealthyKidsChemicals)

## ତୀର୍ଥମାନଙ୍କ ପାଦପଥ

လေကလံကျိုလာအဖို့ဟဲလေတ်ပျီး  
ဒီးဟံ့သွေလတေကပိုကပါတယ်နှင့်လေ



ကသံ့်မသံ့တ်ဖိုလ်ဖိုယ်နှုံးဘုံးတ်မကွ္းအီလာနဖိုအဆံ့်ထူးအကျို



# ကသံ့ၢမသံ့တံ့ဖိလံ့ဖိယ်ၢလာဟံ့ၢအပူၢ

တုမာကဲထို့နောက်လုပ်တော်ဖိလ်ဖိယ်တယ်မူးကျိုးကြော်အဂ္ဂာကတော်တော်သိလာတော်ကဟားဆုံးတုဘုက် သံ့မာသံ့တော်ဖိလ်ဖိယ်၏-ဒီသီးဒီးတော်မာကဲဆုံ့ကြံ့တော်၏အို့ကြံ့တော်အို့လာအလို့ဆံ့လို့က်တယ်ချုချု၊ကော်ကြံ့တော်အားဖြူတယ်ဒီးသို့ကု့တော်ထို့တော်အကျိုးလော်အသုံးစုံတို့အသုံးတယ်နှင့်လို့။

**ໜັກວົງມາເວັ້ນທີ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາຍ**

- မာလီးတို့နှစ်ဦးကျွေးနှုန်းဝဲဒ်တ်ဖိလီဖိယ်ဘုရားဘုရားတ်ဖိလီဖိယ်နှုန်းတ်ရဲ့လီးယ်အီလာတ်တ်မေနှုန်းအလို့နှုန်းတက္ကာ့၏.
  - လူဟိုတ်နှုန်းလီးတေဖုံးလာပီးလီးအတ်မေနှုန်းအလို့နှုန်းတက္ကာ့၏.
  - သူဘုရားတ်အဆုံးတ်ထံပို့တေဖုံးတက္ကာ့၏အဲ့သူ့ကအိုးအုပ်ဖို့အလို့အိုးနှုန်းကသံ့ပုံ့နှုန်းလီးဟိုတ်အဆုံးတ်အထံပို့လာတ်လီးဖိန့်မှုတမ်းဆုံးဖို့ဖို့အီတေတု့အလီးတက္ကာ့၏.
  - ဖဲမှုသူ့ဝဲဒ်ကသံ့ပုံ့တခါအခါ,ဟ်ပနို့တ်သူ့အီထံဒ်လာတ်လီးမှုတမ်းတ်အဲးထို့အသီးတ်ကဆုံးလာတ်ပည့်လီးအီတေဖုံးအလို့တက္ကာ့၏၃၂နှုန်းလီးဟေးထို့ကလီးခါဖျို့တ်အီထို့ပဲတရီးတဖုံးတက္ကာ့၏.
  - ဟ်နဖဲ့ခုံ့ဖို့ဘုံ့ကျွေးကိုလာဟို့တ်လီးလီးကဲ့တ်ကူ့တ်သီးတဖုံးအဂါအူည်းပီးတ်လီးလာတ်ဖို့လီးယ်လီးကသံ့အလီးနှုန်းတက္ကာ့၏.
  - ဟေးဆဲ့ကသံ့ပုံ့(boggers)မှုတမ်းကသံ့ကိုလီ့ပဲ့(bog bombs)တဖုံးတက္ကာ့၏
  - ဖတ်ဖိလီဖိယ်အတ်ဂျို့ကိုအီမျိုးနဲ့ဝဲဒ်အခါနှုန်းဆိုကမို့ထို့တ်ကဒီးလဲပူစဲ့နှုန်းမာသံ့တ်ဖိလီဖိယ်လာပီးပို့ဟန်အီတက်တက္ကာ့၏.
  - ထိုဘုန်းဟ်ယ်ကသံ့မာသံ့မာသံ့ဖိလီဖိယ်လာအဒါအခီ့်ထံးခီ့်ဘီးအပူ့လာအယံးအီးနဖို့ဝဲတု့အလီးတက္ကာ့၏.



## ကသံ့မသံတ်ဖိလ္ထာ်လတ်သအီလနို့အပါ

တော်နို့အပျိုအက်ချုပ်ဒီးအဂ္ဂနှံမှုကျိုကွားအဂ္ဂကတ်တာသံလေတ်ကဟားဆုံးတော်သံကသံ့မာသံတ်ဖို့လုပ်သီးဒီးတော်မာသံနို့တဖက်နှံလို့၊ ဆိုကမို့ထို့တ်ပူ့တ်ဖို့လုပ်သီးတော်အတ်ဟုးတော်ဂဲ့၊ ဒီသီးဒီးနှံအမံလေအအိုလေနှံနို့အပျိုအပူ့နှံသံလို့။

မြန်မာ့၏လိပ်သူ့ဝဒ၏တော်မာသံတ်ဖိလ်ဖိယ်အပီးအလိုတခါအခါနှင့်

- မაလိုကတ်နှစ်ဦးကွေ့နှင့်ပဲဒ်တ်ဖိလ်ဖိယ်ဘုံးတ်ဖိလ်ဖိယ်နှုန်းတ်ရဲ့ပုံံလီယာ်အီလာစတ်မာနှုန်းအလိုနှစ်တက္ကာ့.
  - လူဟိုတ်နှစ်လီးတယ်ယ်လာအအို့လာပီးလီအတ်မာ နှင့်အလိုနှုန်းတာက္ကာ့
  - မာလိုကတ်ဖိသုံးတယ်ဦးဆုံးဖိကြီးဖိသုံးကွေ့ကိုလာ၊ ဟံ့သာအို့ဘူးဒီးဖိသုံးပဲဒ်ကသံ့သုံးအီဒီးဟ်အပဲသူ့ယုံးယုံးဒီးတ်ဟ်လီဖုံးလီအလ်းလာစတ်ခေါကတ်းလာစတ်ရဲ့ပုံံလီယာ်လာတ်မနှုန်းအလိုနှုန်းတာက္ကာ့.
  - လာပီးလီလာအကဲတ်အထံအဂ္ဂါး၊ ယူထာမူခို့ကလံသီ်ရိုက်လာအခုံကာဘားမှု့ဒီးအသုတ္တယူနှုံးလီဘာ့ရူတ်လ်းအကဲအပူအကိုနှုန်းတာက္ကာ့.
  - ဘုံးဘုံးအို့ဖုံးတယျးနှုံးလီအုံဟံ့သာပုံးဆီးတလဲတ်ကူးတ်းဖုံးသူ့အီးဝံးအခါတက္ကာ့.
  - ထိဘုံးနှုန်းဟ်ယာ်ကသံ့သုံးမာသံ့တ်ဖိလ်ဖိယ်လာအအေးအခို့ဘူးဒီးနှုန်းဖိသုံးပဲတုံးအလ်းတာက္ကာ့.

ଟାଇପ୍-୧

TCYP

3-PBA,  
4-F-3-PBA,  
trans-DCCA,  
cis-DCCA

ତାରିଖାବ୍ଦୀ-

2,4-D

**3-PBA,  
4-F-3-PBA,  
trans-DCCA,  
cis-DCCA**

မှုနမေလီစုတ်အိုဘုရားလကသံ့မဘံတ်ဖိုလံဖိုယ်ကသူလကျွှဲ့လဲ့(လဲဆူည့်)



**ကသံ့မသံတ်ဖိလ်ဖိယ်အသုံးအချင်းလေတ်အို့တ်အိုလို**

- የሆኑን ተወስኗል እና የሆኑን ተወስኗል አለመት ነው፡፡
  - የሆኑን ተወስኗል እና የሆኑን ተወስኗል አለመት ነው፡፡

ତୀର୍ଥମାନୀ-

2,4-D  
IMPY TCPY

3-PBA,  
4-F-3-PBA,  
trans-DCCA,  
cis-DCCA



ကသံမသံတ်ဖိလ္ထားသူလေဆုပ်ကိုဖိဘုံကုန်ကိုလေဟံသွားအပ်

- သံကွိုဘာ့နဆုံဖိက်ဖိအကသံ့သရှုံလေကမာစာအနေယုံဒီးတုံယုံထာပီးလေအဘာ့လှို့ဖိုးဒုံကတုံအဂ္ဗာတုံကွို့.
  - လူဦးတုံမာနို့အတုံနို့လို့တယုံဒီးတဘာ့ကူ့စဲနဆုံဖိက်ဖိဘုံကွို့ကိုလေဟံ့ဖို့အနုံနှုံတုံ.

ତାରିଖାମ୍ବିଲୀ-

3-PBA,  
4-F-3-PBA,  
trans-DCCA,  
cis-DCCA



ကသံရုမသံတ်ဖိလ်ဖိယ်လှကလံလေအခိုက်ဟလာစံ  
ပိုတဖုန်ဒီးခိုက်ယာအစုလွှဲခိုက်ခိုက်တဖုန်အခိုက်

- မာဘာ့ကသံ့်ကသီအဂ္ဂိုလ်အူလှေညီဒီကီးဘာ့ ၉၁၁, ဖတ်လို့ဘာ့မူးအို့အခါတက္ာ့၊
  - ကီးဘာ့မူးနံ့်စိတ်တဲ့ဖို့ကိုတ်အစွဲ့အပျို့အသန (Minnesota Poison Control System) လဲ အအို့ဝဲဒ် တသံ ၂၄နှုံးရဲ့ တန့် ၇ သို့ ၈၀၀-၂၃၃-၁၂၃၃ မှတမူးကီးကသံ့ သရုက် ဂလောတ် ကဆာတ်မူးအပဲသွာ့လို့ဘာ့ကသံ့ကသီအတ်ကန်ယုံ့ယုံ့တ်ကိုနှုံးမြှုတက္ာ့၏
  - ဟုဖျို့ထို့တ်ကဲထို့အသီးဆူ မ်ံ့နံ့်စိတ်တဲ့သွာ့တ်ဖျို့အပဲကျို့ (Minnesota Department of Agriculture)- ၆၅၁-၂၀၁-၆၃၃၃. ကသံ့မာသံ့တ်ဖို့လုံ့ယုံ့အတ်ယွဲလီနှုံးထို့မ်ံ့နံ့်စိတ်အ တ်သံ့တ်သီလီ။

ଟ୍ୟାବ୍‌କ୍ଲାବ୍

**2,4-D**

**IMPY**

**TCPY**

**3-PBA,**

**4-F-3-PBA,**

**trans-DCCA,**

**cis-DCCA**

မှုနမေလီစုတ်အိုဘုရားလကသံ့မဘံတ်ဖိုလံဖိုယ်ကသူလကျွှဲ့လဲ့(လဲဆူည့်)



## ကသံ့မသံ့တံ့ယံ့လာထံအီအကျို

- ກາວໜຸ່ມາເວົ້າຕ່າງໆທີ່ລໍາເຜີຍບໍາໄຕພົງການແກ່ລະຫວ່າງລາວ ເຊິ່ງວະເລີລາກອຳນົດທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບມາຈະເອົາໄວ້ລາວ ທີ່ບຸ້ຕ່າງໆລື້ນີ້ແກ່ພົງການແກ່ລະຫວ່າງລາວ ເຊິ່ງວະເລີລາກອຳນົດທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບມາຈະເອົາໄວ້ລາວ ຊີ່ວິກິດຕະຫຼາດໃຫຍ່ເປົ້າໄວ້ລາວ ທີ່ມີຄວາມສົ່ງເປົ້າໃຫຍ່ເປົ້າໄວ້ລາວ.
  - ຕ່າງໜາກູ້ nitrate ນົກ້ານົກ້າພິທີ່ນຸ້ມີກາວໜຸ່ມາເວົ້າຕ່າງໆທີ່ລໍາເຜີຍບໍາໄຕພົງການແກ່ລະຫວ່າງລາວ ເຊິ່ງດ້ວຍລາວ ອົກຕໍ່ເປົ້າໄວ້ລາວ ວິຊາລື້ນີ້. ດ້ວຍ nitrate ມູ້ເອົາໄວ້ລາວ ຕໍ່ຕາລະ: ຕາງໜຸ່ມາເກີວິວາມະລະ: ກາງົມ(ມ)ນົກ້າ, ຕ່າງໜຸ່ມາເວົ້າຕ່າງໆທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບມາຈະເອົາໄວ້ລາວ.
  - ພັນຍົງທີ່ມີກາວໜຸ່ມາເວົ້າຕ່າງໆທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບມາຈະເອົາໄວ້ລາວ ອົກຕໍ່ເປົ້າໄວ້ລາວ ຖໍ່ມີຄວາມສົ່ງເປົ້າໃຫຍ່ເປົ້າໄວ້ລາວ ສະເໜີ osmosis (RO) ອັນດີກາວໜຸ່ມາເວົ້າຕ່າງໆທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບມາຈະເອົາໄວ້ລາວ ສະເໜີ osmosis (RO) ອັນດີກາວໜຸ່ມາເວົ້າຕ່າງໆທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບມາຈະເອົາໄວ້ລາວ.

ଟାଇମ୍ସିଲୀ-

2,4-D

IMPY TCPY

3-PBA,  
4-F-3-PBA,  
*trans*-DCCA,  
*cis*-DCCA



ကသံ့မသံတ်ဖိလ်ဖိယ်အသုံးအစွမ်းလေတ်ဟန္တာရှိခဲ့ပါတယ်

- လူတို့တော်မေလေအပူဖျိုးအတော်မေအကျိုးအကွို့တဖို့ပီးလိုအပနို့အတော်နှင့်ကျုံတဖို့တက္ခာ.
  - တဘာ့ဟဲကုန်တို့ကသံ့မေသံ့တ်ဖို့လုံးဖို့ယူအတော်မှတမှု၏ ကသံ့မေသံ့တ်ဖို့လုံးဖို့ယူလေတော်မေအ လှို့တရာ.
  - ဖုံးမေတ်ဝံ့အလှို့ခံ၊ ဆီတလဲနကူးနကေတဖို့ဒီးခို့ရို့ဖို့တချိုးနှင့်လှို့ပူးသံ့လွှာ့အပူ့တက္ခာ.
  - ဆုံးနှုတ်ဝံ့တ်မေအကူးအသိုးလီးဆီးဒီးတ်ကုတ်ဝံ့သိုးလေအဂေတက္ခာ.

ଟାଇମ୍ସିଲୀ-

2,4-D IMPY

PNP TCPY

3-PBA,  
4-F-3-PBA,  
*trans*-DCCA,  
*cis*-DCCA

[www.health.mn.gov](http://www.health.mn.gov)

လေတ်မန္ဒာတ်ဂုံတ်ကျိုးတခါအံလေကုံး

ດំឡើងការល្អោត, ខ្លួនខ្មែរ

[health.biomonitoring@state.mn.us](mailto:health.biomonitoring@state.mn.us)

## မံုန်းကိစ္စတိတ်အို့ဆုံးအို့ချု့အပဲကြုံ

Minnesota Department of Health

တုမူပို့သိတုက္ခာဟုံအတုရဲ့၏တုက္ခာ

625 Robert St N, PO BOX 64975

St. Paul, MN 55155-2538



လေတ်ဂျိတ်ကျိုးခြီးဂံးတော်မေတ္တာ  
ဆူည့်အကိုး၊ ပံ့သား စူးလေအိန္တာကိုး  
ဘာရုပ်ပုံယဲသနအကာဘုံးပါ-  
[health.mn.gov/healthykidsmn](http://health.mn.gov/healthykidsmn)