

ပြုစုစောင့်ရှောက်သူလမ်းညွှန် - သက်ကြီးရွယ်အို ပြုစုနည်းများ

ရေးသားသူ [Dr . Phyu Mon Latt](#)ဆေးပညာပိုင်းဆိုင်ရာတည်းဖြတ်သူ [Dr. Kaung Thar](#)



အသက်ကြီးသူတွေကို စောင့်ရှောက်သူတွေဟာ အတွေ့များပေမယ့် ဘယ်လိုစောင့်ရှောက်ရမလဲဆိုတာကတော့ စိန်ခေါ်မှုတစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီဆောင်းပါးမှာတော့ အသက်ကြီးသူတွေကို ဘယ်လိုသေချာစောင့်ရှောက်ရမလဲဆိုတာ ဖော်ပြသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

အသက်ကြီးသူတွေအကြောင်း

ပထမဦးစွာ အသက်ကြီးသူတွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အသုံးဝင်တဲ့ အချက်အလက်တွေကို သိထားသင့်ပါတယ်။ ဥပမာ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူတွေနဲ့ အခြားမိသားစုဝင်တွေရဲ့လိပ်စာ၊ ဖုန်းနံပါတ်တွေကို သိထားသင့်ပါတယ်။

အသက်ကြီးသူတွေကို စောင့်ရှောက်ဖို့ အစီအစဉ်မဆွဲခင် သူတို့ရဲ့အခြေအနေကို သိထားဖို့ အရေးကြီးပါတယ် သင်ဘာလုပ်ပေးနိုင်မလဲ ဆိုတာနဲ့ ပြဿနာ ဖြစ်လာခဲ့ရင် ဘယ်လိုဖြေရှင်းမလဲဆိုတာကို ကြိုတင်တွေးထားဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

အသက်ကြီးသူတွေရဲ့အဓိက အချက်အလက်တွေကို မေးထားသင့်ပါတယ်။ ဒီအချက်အလက်တွေကတော့ အသက်ကြီးသူတွေရဲ့

- မွေးနေ့
- အသက်အာမခံ အချက်အလက်၊ အသက်အာမခံ နံပါတ်
- သောက်နေတဲ့ ဆေး
- ဆရာဝန်၊ ဆရာမ၊ ဆေးရုံ၊ ကုသမှုခံယူနေတဲ့ ဆေးခန်းတွေရဲ့ဖုံးနံပါတ်

ဒီအချက်အလက်တွေက မှန်ကန်သင့်ပြီး နောက်ဆုံးရ အချက်အလက်တွေ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။

အဝေးမှ စောင့်ရှောက်ခြင်း

အနားမှာ မရှိရင် ပိုတောင်စိတ်ဖိစီးရပါတယ်။ တိုက်ရိုက် မှန်ကန်တဲ့ စောင့်ရှောက်မှုတွေပေးနိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သင်က သူတို့ရဲ့ အဝေးရောက်နေချိန်မှာ စောင့်ရှောက်တဲ့ အစီအစဉ်ထဲကို ပါဝင်ဖို့ အောက်ပါအချက်တွေကို လိုက်နာနိုင်ပါတယ်။

- အသက်ကြီးသူတွေနဲ့ အဆက်အသွယ်ရှိဖို့ အီးမေးလ်၊ ဖုန်း၊ စာရိုက်ခြင်း၊ ဓါတ်ပုံနဲ့ ကတ်ပို့ခြင်း အစရှိသည်တို့ ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။
- စောင့်ရှောက်နေတဲ့ အစီအစဉ်ကို လိုအပ်ရင် ပြုပြင်ရအောင် အသက်ကြီးသူရဲ့အခြေအနေကိုသိရှိဖို့ တတ်နိုင်သလောက် သွားလည်သင့်ပါတယ်။

တစ်ကိုယ်ရည် ဂရုစိုက်ခြင်း

တကယ်လို့ သင့်အလုပ်က အသက်ကြီးသူတစ်ယောက်ကို တစ်ကိုယ်ရည် ဂရုစိုက်ဖို့ဆိုရင် ရိုးသားဖို့နဲ့ သူ့ရဲ့ လွတ်လပ်ခွင့်ကိုလေးစားဖို့ လိုပါတယ်။

ရေချိုးခြင်း

- သူတို့ရေချိုးချင်သလားဆိုတာကို အရင်မေးသင့်ပါတယ်။
- သူတို့ ရေချိုးတာကို မကူညီခင် သင်ဘာလုပ်မယ်ဆိုတာကို အရင်ပြောပြသင့်ပါတယ်။
- စိတ်ရှည်သည်းခံသင့်ပါတယ်။
- အသက်ကြီးသူတွေဟာ ရေချိုးနေစဉ်မှာ အပန်းပြေအောင် အချိန်ပေးပါ။

- သူတို့ရေမချိုးခင်မှာ ရေချိုးခန်းကို ပြင်ဆင်ပါ။
- လိုအပ်တဲ့ အရာတွေဖြစ်တဲ့ သန့်စင်ဆေး၊ တဘက်၊ အင်္ကျီတွေကို အလွယ်တကူ ယူနိုင်တဲ့နေရာမှာ ထားပါ။
- ရေချိုးခန်းထဲမှာ သူတို့ကို တစ်ယောက်တည်း မထားခဲ့ပါနဲ့။

အရေပြားနဲ့ လက်သည်းခြေသည်း စောင့်ရှောက်ခြင်း

အရေပြားနဲ့ လက်သည်းခြေသည်း စောင့်ရှောက်ခြင်းဟာလည်း ကျန်းမာရေးအတွက် အရေးကြီးပါတယ်။ အသက်ကြီးလာတာနဲ့ အမျှ အရေပြားခြောက်သွေ့လာတာကြောင့် အရေးအကြောင်းနဲ့ အစက်အပြောက်တွေ ပေါ်လာတတ်ပါတယ်။ ခြေစွယ်၊ လက်စွယ်ငုတ်ခြင်းဟာ အသက်ကြီးသူတွေရဲ့ဘဝကို ထိခိုက်စေနိုင်ပါတယ်။

- လက်သည်းခြေသည်းကို တည့်မတ်စွာ ဖြတ်သင့်ပြီး အလွန်မညှပ်သင့်ပါဘူး။ တကယ်လို့ လက်သည်းညှပ်ရခက်တယ်ဆိုရင် ကျွမ်းကျင်သူ ပညာရှင်ကို ခေါ်သင့်ပါတယ်။
- ရေခဲထိန်းသိမ်းပေးတဲ့ ဆေးတွေဟာ အရေပြားခြောက်သွေ့မှုကို ထိန်းပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒီဆေးတွေကို အထူးသဖြင့် တံတောင်ဆစ်၊ ဒူးခေါင်းနဲ့ လက်ဖဝါးတွေကို အဓိကထားပြီး နေ့စဉ် လိမ်းပေးသင့်ပါတယ်။
- ပြင်းတဲ့ ဆပ်ပြာနဲ့ ရေပူကို ရှောင်ကျဉ်သင့်ပါတယ်။ ဒီအရာတွေဟာ အရေပြားရေခဲကို ဆုံးရှုံးစေနိုင်ပါတယ်။

ဆံပင်ကျန်းမာရေး

- အသက်ကြီးသူတွေကို သင်က ဆံပင်ညှပ်ပေးရသူ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ကောင်းမွန်တဲ့ ဆံပင်ပုံကို ရွေးချယ်နိုင်ပေးမယ့် လွယ်ကူပြီး ဂရုစိုက်ရလွယ်တဲ့ပုံကို ရွေးချယ်သင့်ပါတယ်။
- အချို့လူကြီးတွေဟာ လှုပ်ရှားမှု သိပ်မလုပ်နိုင်တာကြောင့် အထူးပြုလုပ်ထားတဲ့ ပစ္စည်းတွေ (ဥပမာ ရေနဲ့ ဆေးချစရာမလိုတဲ့ ခေါင်းလျှော်ရည်) တွေကို အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။
- အသက်ကြီးသူကို spa (သို့) ဆံပင်ညှပ်ဆိုင်ကို ခေါ်သွားပြီးလည်း ဆံပင်ညှပ်နိုင်ပါတယ်။

သွားတိုက်ခြင်း

သွားတွေဟာ ရုပ်ရည်၊ စကားပြောခြင်းနဲ့ စားသောက်ခြင်းတွေအတွက် အရေးကြီးပါတယ်။ သွားတွေကို ဂရုစိုက်ဖို့ အောက်ပါအချက်တွေကို လိုက်နာသင့်ပါတယ်။

- သွားတိုက်ဖို့ အချိန်သတ်မှတ်ပါ။ ဒီအချိန်ရောက်ရင် သတိပေးသင့်ပါတယ်။
- တကယ်လို့ အသက်ကြီးသူက သွားမတိုက်ချင်ဘူးဆိုရင် အတင်းမတိုက်စေပဲ နောက်တစ်ကြိမ်မှ ထပ်မံကြိုးစားသင့်ပါတယ်။
- သူတို့ကိုယ်တိုင် သွားမတိုက်နိုင်ရင် သင်ကကူညီပေးနိုင်ပါတယ်။
- ပျော့ပြောင်းတဲ့ သွားပွတ်တံတွေဟာ ပိုအကျိုးရှိပါတယ်။

- တကယ်လို့ သူတို့ရဲ့ပါးစပ်ထဲမှာ ပုံမှန်မဟုတ်တာ တွေ့တယ်ဆိုရင် သွားဆရာဝန်နဲ့ ပြသသင့်ပါတယ်။

အချိန်မှန် စစ်ဆေးမှုတွေကိုလည်း ပြုလုပ်သင့်ပါတယ်။

အသက်ကြီးသူတွေကို ပြုစုရခြင်းဟာ ခက်ခဲပြီး သည်းခံဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒီအချက်အလက်တွေက သင့်ကို အောင်မြင်စွာ ပြုလုပ်နိုင်စေဖို့ ကူညီပေးမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် စိတ်မပူသင့်ပဲ အကောင်းဆုံးကြိုးစားသင့်ပါတယ်။

HelloHealth Group သည် ဆေးပညာအကြံပြုချက်များ၊ ရောဂါရှာဖွေမှုများနှင့် ကုသမှုများကို မပြုလုပ်ပေးပါ။

တက္ကသိုလ် ဇော်ထူးအောင်

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး၏ ခန့်မှန်းချက်အရ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အသက် ၆၀ နှင့်အထက် သက်ကြီး ရွယ်အို ဦးရေ သန်းပေါင်း ၅၈၀ ရှိသည့်အနက် ၃၅၅ သန်းမှာ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများတွင် နေထိုင်လျက် ရှိကြသည်။ ခရစ်နှစ် ၂၀၂၀ ပြည့်တွင် သက်ကြီးရွယ်အို ဦးရေ သန်းပေါင်း ၁၀၀၀ ရှိလာမည်ဖြစ်ပြီး သန်း ၇၁၀ မှာ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများတွင် နေထိုင်ကြမည်ဖြစ်သည်။ ဖွံ့ဖြိုးဆဲ ၁၀ နိုင်ငံအနက် ခုနစ်နိုင်ငံတွင် သက်ကြီးရွယ်အို အရေအတွက် များပြားလာမည်ဟု ဆိုသည်။

တရုတ်နိုင်ငံတွင် ၂၃၁ သန်း၊ အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ၁၄၅ သန်း၊ ဘရာဇီးနိုင်ငံတွင် သန်း ၃၀၊ အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံတွင် ၂၃ သန်း၊ ပါကစ္စတန်တွင် ၁၈ သန်း၊ မက္ကဆီကိုတွင် ၁၅ သန်းနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံတွင် ၁၄ သန်းရှိလာမည် ဟုဆိုသည်။ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်တွင် အသက် ၆၀ အထက် သက်ကြီးရွယ်အိုများသည် မြောက်အမေရိကတွင် ၂၃ ရာခိုင်နှုန်း၊ အရှေ့အာရှတွင် ၁၇ ရာခိုင်နှုန်း၊ လက်တင်အမေရိကတွင် ၁၂ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် တောင်အာရှတွင် ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းထိ ရှိလာမည်ဟု ခန့်မှန်းကြသည်။

သက်ကြီးရွယ်အိုများကို အမျိုးအစားခွဲကာ လေ့လာကြည့်မည်ဆိုပါက ငါးမျိုးတွေ့ရသည်။ အားလုံးနှင့် အဆင်ပြေစွာ နေထိုင်နိုင်သူ၊ အပြုသဘောဆောင်သူ၊ မိသားစုနှင့် အခြားသူများကို မှီခိုနေရသူ၊ လုပ်ကိုင်ပေးခြင်းကို မနှစ်မြို့ ကိုယ်တိုင်လုပ်ရမှ ကျေနပ်သူ၊ အမြဲတစေ ဒေါသထွက်တတ်ပြီး ရန်လိုသူ၊ အားမလိုအားမရဖြစ်ကာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် မုန်းတီးသူဟူ၍ ဖြစ်သည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့်ပတ်သက်ပြီး ပြောလေ့ပြောထရှိသော စကားများရှိသည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုအများစုမှာ ဖွံ့ဖြိုးဆဲ နိုင်ငံများတွင်သာနေကြ၏။ သက်ကြီးရွယ်အိုအားလုံး၏ ပင်ကိုစရိုက်မှာ အတူတူပင်ဖြစ်၏။

သက်ကြီးရွယ်အို ကျား၊ မ အသက်အရွယ်မှာ အတူတူဖြစ်၏။ သက်ကြီးရွယ်အိုများမှာ မစွမ်းဆောင်နိုင်တော့ပါ။ သက်ကြီးရွယ်အိုများသည် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ရန် မစွမ်းဆောင်နိုင်တော့ပါ။ သက်ကြီးရွယ်အိုများသည် ဝန်ထုပ် ဝန်ပိုးများဖြစ်ကြသည်။ အဆိုပါပြောစကားများသည် သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုပေးရာတွင် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေသည်။ သို့ဖြစ်၍ အဆိုပါ ပြောလေ့ပြောထရှိသော စကားများအား ချေဖျက်ပစ်ရန် လိုအပ်နေသည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်ရာတွင် ကျန်းမာရေးသာမက သွက်လက်လှုပ်ရှားမှု

ရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ကိုယ်တိုင်ပါဝင်လာနိုင်မည့် အခြေအနေများကို ဖန်တီးပေးကြရမည်။ သို့အတွက် ငွေကြေးဆိုင်ရာပံ့ပိုးမှုနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာစောင့်ရှောက်မှုများလိုအပ်သည်။

၁၉၉၁ ခုနှစ်တွင် ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့ကြီးက သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့်ပတ်သက်ပြီး လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် အများသဘောတူညီချက်များကို ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ ထိုသဘောတူ ထုတ်ပြန်ချက်များက လူမှုဘေးဒုက္ခများနှင့် စစ်မက်ဖြစ်ပွားမှုများတွင် သက်ကြီးရွယ်အိုများအား မသိကျိုးကျွန်ပြုခြင်း၊ လျစ်လျူရှုခြင်းနှင့် အကြမ်းဖက်မှုများ မပြုလုပ်ကြရန် အကာအကွယ်ပေးထားသည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၏လွတ်လပ်မှု၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ ပူးပေါင်း ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှု၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများ ကိုယ်တိုင်လုပ်ဆောင်မှုနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာရှိမှုတို့ပါဝင်သည်။

အရေးပေါ်အခြေအနေနှင့် ဘေးဒုက္ခကျရောက်မှုများတွင် သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ဆောင်ရွက်ပေးရမည့် လိုအပ်ချက်များကို အောက်ပါအတိုင်းဖော်ပြထားသည်။

အခြေခံလိုအပ်ချက်များ

အမိုးအကာကို လုံလောက်သော အနေအထားရှိရန်နှင့် ယာယီ (သို့) အမြဲတမ်းအတွက် စီစဉ်ပေးရမည်။ အမိုးအကာအတွက် ပစ္စည်းများ ထောက်ပံ့ရန်နှင့် မလုံလောက်ဘဲ မိသားစုမရှိပါက ကူညီပြင်ဆင်ပေးရန် လိုအပ်သည်။ အစားအစာ ချက်ပြုတ်ရန်အတွက် ထင်း၊ မီးသွေး၊ လောင်စာဆီ၊ မီးဖိုသည်ဖြင့် ထောက်ပံ့ပေးရမည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် သင့်လျော်မည့် အဝတ်အစားနှင့် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို သတ်မှတ်ဝယ်ယူထားရမည်။ အထူးသဖြင့် အအေးဒဏ် ခံနိုင်မည့် အဝတ်အထည်၊ ခြုံစောင်၊ အခင်းများကို စီစဉ်ရမည်။ ဘာသာရေး၊ လူမျိုးရေး၊ ဓလေ့ထုံးတမ်း အစဉ်အလာအရ ဝတ်ဆင်မှုများကိုလည်း သတိပြုသင့်သည်။ ဥပမာ-ဆာရီ၊ ဝတ်ရုံ၊ သင်္ကန်းစသည်တို့မှာ ကယ်ဆယ်ရေးအတွက် ထောက်ပံ့ပစ္စည်းများတွင် မပါဝင်နိုင်သည့်အတွက် သီးခြားစီစဉ်ပေးထားရမည်။

ပြောင်းရွှေ့ပေးခြင်း

သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ပြောင်းရွှေ့ပေးခြင်းသည် ပြဿနာတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။ အများအားဖြင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများသည် စွမ်းဆောင်နိုင်မှု အားနည်းသူများဖြစ်သည်။ အသက်အရွယ် ကြီးမြင့်နေသူများ၊ နေထိုင်မကောင်းသူများ၊ အပြင်မထွက်ဘဲ အိမ်တွင်းနေသူများ၊ ခြေလက်အင်္ဂါ မသန်စွမ်းသူများ စသည်တို့အတွက် ရွှေ့ပြောင်းရာတွင် အဆင်ပြေစေရန် စီစဉ်ပေးရမည်။ ဘေးလွတ်ရာနေရာ ယာယီကယ်ဆယ်ရေးစခန်းများသို့ အရေးပေါ်ရွှေ့ပြောင်းနေရာချထားရာတွင် သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် သီးခြားစီစဉ် ပြင်ဆင်ထားရမည်။

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု

သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးနိုင်ရန် အရေးပေါ်ဆေးခန်းနှင့် လိုအပ်သော ဆေးဝါးများကို အသင့်စီစဉ်ထားရန်လိုအပ်သည်။ နာတာရှည်ဝေဒနာ ခံစားနေရသူများအတွက် ဆေးဝါးပစ္စည်းများ ရရှိမှုကို အထူး ဆောင်ရွက်ပေးသင့်သည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများအနေဖြင့် မိသားစု (သို့) မှီခိုအားထားနေရသူများနှင့် ကွဲကွာခြင်း၊ ပျောက်ဆုံးခြင်းများအတွက် စိတ်ပိုင်းနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အားငယ်မှုများ

ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့်အတွက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အားပေးကူညီမှုလည်း လိုအပ်သည်။ ထို့အပြင် သင့်လျော်သော ရေ၊ အစားအစာ၊ သန့်ရှင်းရေးတို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။

မိသားစုနှင့် လူမှုရေးလိုအပ်ချက်

ကွဲကွာနေသော မိသားစုများအား ပြန်လည်ရှာဖွေ ဆက်သွယ်ပေးခြင်း၊ မိသားစုဝင်များ သေဆုံးခြင်း၊ ပျောက်ဆုံးခြင်းအတွက် မှီခိုအားထားရန် စီစဉ်ပေးခြင်း၊ ယင်းတို့၏လိုခြံမှု၊ မိသားစုပုံစံ ပြောင်းလဲမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် လိုအပ်ချက်များ၊ အိုးအိမ်နှင့် ပိုင်ဆိုင်မှုများ ဆုံးရှုံးမှုကြောင့် ဖြစ်လာမည့် လူမှုရေးလိုအပ်ချက်များကို အတတ်နိုင်ဆုံး ဆောင်ရွက်ပေးရန် လိုသည်။ ထို့အပြင် အကြမ်းဖက်မှုများလည်း ကြိုတွေ့လာနိုင်သည်ကိုသတိပြုရမည်။

ဖော်ပြပါ လိုအပ်ချက်များကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ကူညီရေးလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ပေးနေသည့် အဖွဲ့အစည်းများအနေဖြင့် ဆန်းစစ်လေ့လာမှုများ လိုအပ်သည်။ ထိုသို့ဆန်းစစ်လေ့လာရာတွင် ဘေးဒုက္ခ ကျရောက်သူများအနက်မှ သက်ကြီးရွယ်အို အရေအတွက်ကို ရှိပြီးစားရင်းဇယားများအရ ရရှိနိုင်သကဲ့သို့ လိုအပ်ပါက ကွင်းဆင်း သွားရောက် တွေ့ဆုံ စာရင်းယူကြရမည် ဖြစ်သည်။ ပိုမိုတိကျသော ကူညီမှု ပေးနိုင်ရန်အတွက် သက်ကြီးရွယ်အို၊ လူကြီး၊ လူငယ်ကလေး၊ ကိုယ်ဝန်သည်၊ နို့စို့ကလေး၊ မသန်စွမ်းသူ စသည်ဖြင့် ဆန်းစစ်လေ့လာရာတွင် ထည့်သွင်း ကောက်ယူရန် လိုအပ်သည်။

သက်ကြီးရွယ်အိုများသည် အရေးပေါ်ဘေးဒုက္ခ ကျရောက်မှုများတွင် လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှုအရ ဦးစားပေးရမည့် သူများဖြစ်သည်။ ဘေးအန္တရာယ် ကျရောက်လွယ်သူများလည်း ဖြစ်သည်။ တွက်ချက် လေ့လာမှုများအရ အနာဂတ်ကာလတွင် နိုင်ငံအတော်များများ၌ တိုးပွားလာသော သက်ကြီးရွယ်အိုများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ အကာအကွယ်ပေးရေး၊ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ ထောက်ပံ့ရေးတို့အတွက် တွက်ချက်ပြင်ဆင်လျက် ရှိနေကြပြီဖြစ်သည်။ အလားတူ သဘာဝ ဘေးအန္တရာယ်ကြောင့်သော် လည်းကောင်း၊ လူတို့ပယောဂကြောင့်သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ပေါ်လာမည့် ဘေးဒုက္ခများတွင်လည်း သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် ဦးစားပေးစဉ်းစားရန် လိုအပ်မည် ဖြစ်သည်။