

တၢ်အိၣ်ကတၢ်ကတီၤသးလၢနတၢ်ဒီးကွၢ် ERCP(ဟၢဖၢဒွဲပူၤကွၢ်ဂီၤဒိ) အဂီၢ်

အအံၤမ့ၢ်တၢ်အရ့ၣ်ဒိၣ်အသိ, ဝံသးစူၤ ကွၢ်ကဒါက့ၤ လၢ်အဆၢတခါအံၤ ဖဲလၢနမ့ၢ် ဘၣ်အီၤ ကသံၣ်လၢအမ့ၢ် ဖဲဖဲထဲးလၢလီၤကဲကလူးခးကီၤ (glucagon-like peptide 1, GLP-1) က်လၢအမၤလီၤကဲတၢ် (ဒ်အမ့ၢ် Ozempic, Weygovy, Trulicity, Rybelsus, Saxenda, Byetta မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်အဂ့ၤအဂၤသ့ၣ်တဖၣ်) မ့တမ့ၢ် ဖရိးထံနံၣ်လၢအစိၣ်အံၤသ့ၣ်ဒီးကလူၣ်ခိၣ် ၂ (Sodium-glucose transport protein 2, SGLT-2) က်မၤပတုၣ်တၢ် (Invokana, Farxiga, Jardiance, Steglatro) ဒ်သိး ကမၤစူၤလီၤ နီၢ်ခိၣ်အတယၢ် မ့တမ့ၢ် ဆံၣ်ဆၢတၢ်ဆါအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်စူးကါ ကသံၣ်အဝဲန့ၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်, နကြၢၤပတုၣ်တၢ်စူးကါကသံၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ဒ်တၢ်န့ၣ်လီၤလၢလၢ်အံၤအသိးလီၤ-

GLP-1 က်လၢအမၤလီၤကဲတၢ် (Ozempic, Weygovy, Trulicity, Rybelsus, Saxenda, Byetta မ့တမ့ၢ် အဂၤတဖၣ်)-

- ကသံၣ်ဆဲးသ့ၣ်တဖၣ် (အဒိ, Byetta, Victoza, Saxenda) လၢတနံၤ တဘျီ မ့တမ့ၢ် ခံဘျီအဂီၢ်, ပတုၣ်လၢ တချူးဆဲးတနံၤ မ့တမ့ၢ် လၢကဘၣ်ကူးကွဲးအနံၤတက့ၢ်.
- လၢတၢ်ဆဲးကသံၣ် တနွံတဘျီအဂီၢ် (အဒိ- Trulicity, Ozempic, Weygovy, Bydureon, Mounjaro), ပတုၣ်ဆိ ၇ သီလၢတချူးတၢ်ကူးကွဲးအမ့ၢ်နံၤန့ၣ်တက့ၢ်.
- ကသံၣ်အီၤ, လၢကဘၣ်အီၤကိးနံၤဒဲး (အဒိ, Rybelsus), ပတုၣ်ဆိ ၇ သီ လၢတချူးတၢ်ကူးကွဲးအမ့ၢ်နံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

SGLT-2 Inhibitors (Invokana, Farxiga, Jardiance, Steglatro)- ပတုၣ်ဆိ ၄ သီ လၢတချူးတၢ်ကူးကွဲးအမ့ၢ်နံၤန့ၣ်တက့ၢ်.

နမ့ၢ်စူးကါကသံၣ်လၢ ဆံၣ်ဆၢတၢ်ဆါအဂီၢ်န့ၣ်, အလီၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢ နကဘၣ်ဆဲးကျိးဒီး ပှၤကွၢ်ထွဲန့ၣ်ကရူၢ်အအိၣ် မ့တမ့ၢ် ဆံၣ်ဆၢကသံၣ်သရၣ်စံၣ်နီၤ ဒ်သိးကမၤန့ၢ်တၢ်န့ၣ်လီၤလၢ ကပၤဆုၤရဲၣ်ကျဲၤ ကလူၣ်ခိး(စ)အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်ထၢန့ၣ်ဒိတၢ်ဂီၤလၢတၢ်အိၣ်ကျိၣ် ကဖု ဒီးပံၣ်ဖိဆံးပူၤ (Esophagogastroduodenoscopy, EGD) (ကဖုဒီး ပံၣ်ကျိၤအဖီခိၣ်) ဒီး မ့ၢ်ဘၣ်စူးကါကသံၣ်န့ၣ်, နကြၢၤစးထီၣ်ပတုၣ် တၢ်အီၤတၢ်ထံတၢ်နီၤ လၢတချူးကူးကွဲးအသး ၂၄ န့ၣ်ရံၣ်လီၤ. အဝဲန့ၣ်ကမ့ၢ်တၢ်လီၤဆီလိာ်သးဒီး နတၢ်န့ၣ်လီၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢ ကဘၣ်စးထီၣ် ပတုၣ်တၢ်အီၤတၢ်ထံတၢ်နီၤ လၢ ဟါ ဘး၄၅ လၢတချူးကူးကွဲးဒီးဘၣ်အန့ၣ်လီၤ. အဒိ, နမ့ၢ်ဘၣ်ကူးကွဲးသးလၢ ဂီၤ ၈:၀၀ န့ၣ်ရံၣ်န့ၣ်, နကြၢၤစးထီၣ်ပတုၣ်ဆိ တၢ်အီၤတၢ်ထံတၢ်နီၤလၢ တချူးကူးကွဲးဒီးဘၣ်အနံၤ ဂီၤ ၈:၀၀ န့ၣ်ရံၣ်လံၤလံၤလီၤ. မၤလီၤတၢ်အီၤဒ်သိးနလူၤပိာ်မၤထွဲ အိၣ်တၢ်လၢကိးပူၤနီၤတမံၤတဂ့ၤ (Nothing by Mouth, NPO) တၢ်န့ၣ်လီၤသ့ၣ်တဖၣ် (တချူးကူးကွဲးဒီးဘၣ် ပတုၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤလၢကိာ်ပူၤ ၃ န့ၣ်ရံၣ်) တက့ၢ်. စူးကါကသံၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒီး ပတုၣ်တၢ်အီၤတၢ်ထံတၢ်နီၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ မ့ၢ်တၢ်အရ့ၣ်ဒိၣ်လၢ ပဂီၢ် ဒ်သိးကပူၤဖျဲးဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢ အကူးကွဲးန့ၣ်အခါ အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဆိကတီၢ်ကွၢ် မ့တမ့ၢ် ရဲၣ်လီၤက့ၤနတၢ်သ့ၣ်ဆၢကတီၢ်-

နမ့ၢ်ဘၣ်ဆိကတီၢ်ကွၢ် မ့တမ့ၢ် ရဲၣ်လီၤက့ၤနတၢ်သ့ၣ်ဆၢကတီၢ်လၢအသိန့ၣ် ဝံသးစူၤ, ကိးလီတဲစိ ၆၁၂-၈၇၁-၁၁၄၅ လၢအဆိအချ့တက့ၢ်.

ဝံစိတ်ဆွတ်ဆွတ်-

နကဘဉ်ရဲၣ်ကျဲၤလီၤပုၤစိတ်ဆွတ်ဆွတ်ထွဲန့ၣ်တၢ်ဒီးကွၢ်သးဒီးအိၣ်လၢတၢ်ဆါဟံၣ်ဖဲန့ၣ်တၢ်ဒီးကွၢ်သးကတီၢ်ခါလၢနီၢ်ကစၢ်ဒၣ်န့ၣ်လီၤ။ တၢ်ဒီးသိလ့ၣ်ဒီးငါတမ့ၢ်တၢ် ဃုထၢလၢအဂ့ၢ်ဘဉ် မ့တမ့ၢ် လၢနဟဲၣ်ဃုၣ်ဒီးပုၤကွၢ်ထွဲန့ၣ်လီၤ။ နမ့ၢ်န့ၣ်ကျဲၤလီၤတၢ်လှဲၣ်ထီၣ်လှဲၣ်လီၤဒီးပုၤကွၢ်လၢကကွၢ်ထွဲန့ၣ်လၢနအိၣ်ဘဉ်တၢ်ဆါဟံၣ် လၢတၢ်ဒီးကွၢ်သးကတီၢ်သ့ဘဉ်န့ၣ် နတၢ်ဒီးကွၢ်သးကဘဉ်တၢ်ဆိကတီၢ်ကွၢ်အိၣ်ဒီးရဲၣ်လီၤက့ၤအိၣ်လၢအသိလီၤ။

တချုးနတၢ်ဒီးကွၢ်သး ၁ သီ-

- ဣၣ်ကွၢ်တၢ်အိၣ်အကိၤတဖၣ်ဒီး စးထီၣ်အိၣ်တၢ်လၢအထံဆံ့ဖဲမုၢ်န့ၣ်ဒီး ၁၁၄၅ န့ၣ်ရံၣ်တက့ၢ်။ တၢ်အိၣ်ထံဆံ့ပုၤဃုၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်လၢနကွၢ်အခံဒးဖျိ န့ၣ်လီၤ။
 - o တၢ်အိၣ်ထံဆံ့အိတဖၣ်မုၢ်ဝဲ- ထံအီၤ, လးဖးထံ (တပုၣ်ဒီးတၢ်န့ၣ်ထံ မ့တမ့ၢ် တၢ်န့ၣ်ထံဟံ) ကသူထံဆါ မ့တမ့ၢ် တၢ်ချီထံ Gatorade, Pedialyte မ့တမ့ၢ် Powerade တၢ်သဝံထံဒီးတၢ်ထံအိလၢတမ့ၢ်တၢ်သဝံထံ (Sprite, 7-Up, Gingerale) တၢ်သူတၢ်သ့ၣ်ထံ လၢတပုၣ်ဒီးအနီၢ် (အဲပၢၣ်ထံ, စပံးသ့ၣ်အထံ, သ့ၣ်ဖိဆါသ့ၣ်ထံ) Jell-O ဒီးထံဆံ့ဖဲတၢ်သ့ၣ်ထံတဖၣ်လီၤ။
 - o တၢ်လၢလၢအံၤ တၢ်တပျဲအီၤ လၢတၢ်အိၣ်ထံဆံ့အဂီၢ်ဘဉ်- တၢ်ထံအလွဲၣ်ဂီၤ သံးဇိၤကံးဇိၤ တၢ်အိၣ်လၢပုၣ်ဒီး တၢ်န့ၣ်ထံတဖၣ်, ဖြိၣ်ထံ တၢ်ကျဲထံတဖၣ်, တၢ်သူတၢ်သ့ၣ်အထံ ပုၣ်ဒီး အဖံးဒီးတၢ်အိၣ်ညါသူးန့ၣ်လီၤ။

အနံၤဖဲန့ၣ်ဒီးကွၢ်သး-

ကသံၣ်ကသီလၢဂီၢ်ကတီၢ်အဂီၢ်- နအိၣ်ဘဉ်နကသံၣ်ကသီလၢဂီၢ်အဂီၢ်ခဲလၢက ဃုၣ်ဒီးသ့ၣ်ဆိၣ်သနံးတၢ်ဆါအကသံၣ်တဖၣ်, ကသံၣ်မၤဘျုးသ့ၣ် (တၢ်မ့ၢ်တမၤ န့ၣ်လၢကဘဉ်ပတုၢ်အိၣ်အီၤဖဲပဝဲၤ ဒီးတၢ်ဖဲတၢ်မၤဆါကတီၢ်) methadone ကသံၣ်မၤဂၢၢ်တၢ်ထုးပံးဃုၣ်ဒီးတၢ်အိၣ်ဆူးသဝံးထံလၢ ၃ န့ၣ်ရံၣ်ကတီၢ်တချုး နတၢ်ဒီးကွၢ်သး မ့တမ့ၢ် ဆိန့ၣ်အလီၢ် န့ၣ်လီၤ။ နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆံၣ်ဆါန့ၣ် ဆဲးကျဲၤန့ၣ်ပုၤရဲၣ်ကျဲၤတၢ်လၢခါဆူညါတၢ်န့ၣ်လီၤလၢ အိၣ်စူၣ်လံ ဒီး/မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤဂၢၢ် သ့ၣ်တၢ်ဆါပတီၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ။

ဆဲးအိၣ်တၢ်အိၣ်အထံဆံ့လၢ ၃ န့ၣ်ရံၣ်ဂီၢ်တချုးနတၢ်ဒီးကွၢ်သး ဝံဒီးပတုၢ်ကွၢ်အိၣ်တက့ၢ်။ ဟးဆဲးတၢ်ထံအလွဲၣ်ဂီၤ, တၢ်အိၣ်ပုၣ်ဒီးတၢ်န့ၣ်ထံတဖၣ်, ဖြိၣ်ထံ တၢ်ကျဲထံတဖၣ်, သံးဇိၤကံးဇိၤတဖၣ်, တၢ်အိၣ်ညါသူးဒီးကသံၣ်ကသီလၢတဖိးသဲးစးတဖၣ်တက့ၢ်။ တၢ်စူးကါဘဉ်တၢ်တဖၣ်အံၤဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဆိကတီၢ်ကွၢ် နတၢ်ဒီးကွၢ်သးသ့န့ၣ်လီၤ။

- **တချုးနတၢ်ဒီးကွၢ်သးစးထီၣ် ၆ န့ၣ်ရံၣ်-**
 - o ဣၣ်ကွၢ်တၢ်ထံတၢ်နီၤဒီးတၢ်အိၣ်အကိၤတဖၣ်ခဲလၢကတက့ၢ်
 - o အိၣ်တၢ်နီၤတမံၤလၢၤတဂ့ၢ်

ဟဲစိန်ဘဉ်ဒီးတၢ်လၢလံာ်တဖၣ်အံၤဆူနတၢ်ဒီးကွၢ်သးတက့ၢ်-

- တၢ်အုၣ်ကီၤအခး / ခိၣ်ဂီၤ
- ဟဲစိန်ဘဉ်ဆူၣ်ချ့ၣ်စံာ်စါအလၢပုၤကွၢ်ဒိလၢပၣ်ဘဉ်လၢလံာ်တြၢၣ်အံၤဒီးနၤဖဲနတၢ်သ့ၣ်ဆၢကတီၢ်အနံၤတက့ၢ်
- ခုၣ်ခါဘူးကတၢ်ကသံၣ်ကသီတဖၣ်ပၣ်ဘဉ်ဒီးကသံၣ်ကသီတၢ်ပုၤအီၤနီၢ်ကစၢ်ဒီးတၢ်လၢပၣ်ဘဉ်အါထီၣ်တဖၣ်
- ဟဲစိန်ဘဉ်ဒီးလၢနါပိးလီၤတဖၣ်မ့ၢ်လၢတၢ်ကမၤနဘဉ်လီၤကွၢ်အီၤတချုးလၢစးထီၣ်နတၢ်ဒီးကွၢ်သးန့ၣ်လီၤ

ERCP မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်-

မ့ၢ်တၢ်ဖဲးတၢ်မၤအကျဲတခါလၢတၢ်စူးကါအီၤဒ်သိးကယုသ့ၣ်ညါဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါဘဉ်တၢ်ဆါအါမံၤအါကလုာ်လၢကဝၢ် သဒံကျိၤတဖၣ်, သ့ၣ် ဒီးဆံၣ်ဒၢပူၤလီၤ. တၢ်ဆါဒ်အမ့ၢ်လၢတဖၣ် တၢ်ညဉ်ကိၢ်လိၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်သံးတူၢ်သးတဖၣ် (တၢ်ဒီးဘဉ်အထံးရှုၤလၢကးတံာ်တၢ်) တၢ်ထံၣ်န့ၣ်အီၤလီၤတၢ်လီၤဆဲးသ့ၣ် ERCP ကတီၢ်ခါဒီးတၢ်ကူးတံာ်ကွၢ်ဟၢဖၢအထံးရှုၤသ့ၣ်အလီၢ်မ့ၢ်အိၣ်ဝဲန့ၣ်လီၤ. လၢပုၤဆါတနီၤနီၤ တၢ်စူးကါ ERCP ဒ်သိးကယုသ့ၣ်ညါဆါတံာ်လၢမ့ၢ်အလီၢ်အိၣ်လၢ ကဘဉ်မၤတၢ်ကူးကွဲးယါဘျါခါ မ့တမ့ၢ် အလီၢ်တအိၣ်ခါဒီးကမ့ၢ်တၢ်အကဲဘျုးလၢတၢ်ဟ့ၣ်ဘဉ်နီၢ်ခါကွၢ်ဂီၤဒွဲအဂ့ၢ်ကျိၤလၢပုၤကူးကွဲးယါဘျါတၢ်လိၣ်ဘဉ်ဝဲလၢ တၢ်ကူးကွဲးယါဘျါပုၤတဂၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. သဒံ မ့တမ့ၢ် ကဝၢ်အထံကျိၤတၢ်ဆါလၢအနးတဖၣ် ဘဉ်တၢ်ကူစါအီၤသ့ၣ်ဖျိကျဲတဖၣ်လၢတၢ်ကူးကွဲးထီၣ်သဒံကျိၤခိၣ် ထံး ထးထီၣ်ကွၢ်လၢတဖၣ် ဒီးထၢန့ၣ်လီၤပီၤထးသ့ၣ်ဖိ (ဖျးစတံးတၢ်ဆူးထံကျိၤဖဲတဖၣ်) လၢတၢ်ကျိၤလၢဘဉ်ကးတံာ်သးဒ်သိးကမၤဂ့ၢ်ထီၣ်က့ၢ်အတၢ်ထံယွၤ ကျိၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ယကြးမ့ၢ်လၢဆိကမိၣ်တၢ်မနုၤဖဲတၢ်မၤ ERCP ကတီၢ်ခါလဲၣ်-

ရဲၣ်ကျဲၤလီၤဟံးစၢၤလၢကအိၣ်ဘဉ်လၢတၢ်ဆါဟံၣ်လၢ ၃ န့ၣ်ရဲၣ်ဂီၢ်ဖဲဒီး ERCP အနံၤန့ၣ်တက့ၢ်. တၢ်ဒီးကွၢ်သးကယံာ်ဆၢကတီၢ် ၃၀ တုၤ ၉၀ မံးနံးန့ၣ်လီၤ. တချုးတၢ်ဒီးကွၢ်သး တၢ်ကသံကွၢ်နၤနကသံၣ်ကသီဂ့ၢ်စံာ်စါဒီးတၢ်တဘဉ်လိာ်တဖၣ်အဂ့ၢ် ဒီးကသံၣ်သရၣ်မ့ၢ်ကသ့ၣ်န့ၣ်လီၤအံၤသ့ၣ်ထံကျိၤဆူနသ့ၣ်ကျိၤပူၤလၢ နစု မ့တမ့ၢ် စုဒုၣ်လီၤ. တၢ်တဘဉ်လိာ်ဒီးကသံၣ်ကသီတဖၣ်လၢပၣ်ဘဉ်ဒီး အဲၣ်အိၣ်ဒံ (တၢ်ကျဲၤကျိၤအလဲ မ့တမ့ၢ် "တၢ်ဖူအလဲၣ်") န့ၣ်တမ့ၢ်ကသံၣ်အတၢ်တြီၤလၢ တၢ်မၤ ERCP အဂီၢ်ဘဉ်, သန့ၣ်က့ၢ်ဘဉ်တၢ်တၢ်ပိာ်အီၤဒီးနကသံၣ်သရၣ်ဖဲနတၢ်ဒီးကွၢ်သးအနံၤန့ၣ်လီၤ.

ဖဲတၢ်ဒီးကွၢ်သးကတီၢ်ခါ တၢ်ကဆဲးန့ၣ်နၤကသံၣ်လၢအံၤသ့ၣ်ထံကျိၤဒ်သိးနကအိၣ်မ့ၢ်ဘဉ်သးအဂီၢ်လီၤ. လၢတၢ်အိၣ်သးကတီၢ်ပူၤ နကဆဲးဘဉ်ကသံၣ်သးသပူၤ လၢတၢ်ဆဲးန့ၣ်အီၤဖျိပုၤဆဲးကသံၣ်သးသပူၤတဂၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤဆါတနီၤဒီးန့ၣ်ဘဉ်ကသံၣ်မၤသံတၢ်ဃာ်တချုးတၢ်ဒီးကွၢ်သးလီၤ. ကသံၣ်သရၣ်ကဆွံန့ၣ်လီၤတၢ် ပီၤဖဲအစၢ်တဘီ တၢ်ကိးအီၤလၢ endoscope (တၢ်ဒီးကွၢ်န့ၣ်ပံာ်ကဖုဒုၣ်ပူၤပိးလီၤ) ဆူနကိာ်ပူၤဒီးကယံာ်လီၤကယီကယီဆူတၢ်အိၣ်ကျိၤပူၤ ကဖုပူၤဒီးပံာ်ဖိပူၤ (ပံာ်ဖိ ဖဲဘူးဒီးကဖုခိၣ်ထံးတက့ၢ်) န့ၣ်လီၤ. တုၤတၢ်ထံၣ်ဘဉ်လၢတၢ်ကိာ်လီၤတုၤတၢ်ကျိၤပူၤတဖၣ်ဖျါဂ့ၢ်န့ၣ် ကီၤဘိဆဲးကျိၤတဘီ (ဖျးစတံးအဘိဆဲး) ကကိာ်လီၤသး ဆူ တၢ်ဒီးကွၢ်န့ၣ်ပံာ်ကဖုဒုၣ်ပူၤပိးလီၤ အပူၤန့ၣ်လီၤဆူတၢ်ကျိၤပူၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကျဲၤကျိၤအလဲ ("တၢ်ဖူအလဲၣ်") ကဘဉ်တၢ်ဆဲးန့ၣ်လီၤဆူတၢ်ကျိၤပူၤ (ကဝၢ် မ့တမ့ၢ် သဒံ) ကယီကယီဒီးတၢ်ကဒိ ကွၢ်အဲးစရ့ (လီၤယဲၤ) န့ၣ်လီၤ.

ယကြးမ့ၢ်လၢဆိကမိၣ်တၢ်မနုၤဖဲတၢ်မၤ ERCP ဝံၤလီၢ်ခဲန့ၣ်လဲၣ်-

ကသံၣ်သရၣ်ကကတံာ်ကတီၢ်န့ၣ်တၢ်ဟံးဖျါအလၢပုၤလၢကသံၣ်သရၣ် လၢအဆူနၤဒီးနၤလၢ ERCP အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်ဒီးဘဉ် ERCP ဒ်တၢ်ချါပုၤဆါတဂၤအသိး န့ၣ် နကအိၣ်ဘဉ်လၢတၢ်ကွၢ်စူၣ်ကွၢ်ဆဲးနၤအလီၢ် တုၤလၢကသံၣ်ကသီအတၢ်ဒိဘဉ်မၤဟူးလၢကွၢ်ခဲလၢကတစုန့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်တၢ်ညါန့ၣ်လၢနကတူၢ်ဘဉ်တၢ်ညိးထီၣ် ဖဲတၢ်ဒီးကွၢ်သးဝံၤဒီးနကိာ်ယူၢ်ဘိကဆါဘဉ်နၤတစိာ်တလီၢ်ဖိလီၤ. ဖဲနစံာ်လီၤဘဉ်တၢ်ဆါဟံၣ်အခါ နကဒီးန့ၣ်ဘဉ်တၢ်န့ၣ်လီၤအလီၤတၢ်လီၤဆဲးလၢနကအိၣ်ဘဉ် က့ၢ်တၢ်အိၣ်ဒီးကသံၣ်ကသီအညါန့ၣ်တဖၣ်ကသ့အခါဖဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

