

လဲဆူတတ်သွင်နံဖးသီခီဖျိတက်ကိးလိာ်သး လာကွဲဟူဖျါအပူ



ဖဲအလီအိာ်, နဖိးန့ာ်ဘတ်ဟာ်ကူာ်ဟ့ာ်ဖးသ့ခီဖျိ အိန်လဲနဲလာတက်ကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါအပူန့ာ်လီာ်.

တက်ကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါအပူအံာ်ဘိာ်ညီဝဲဒ်လိာ်တဲစိအသိး, ယုာ်ဒီးတက်ကဲ
ဘျူးဒိာ်ထီာ်လာကဆဲးကျိာ်လိာ်ဘာ်သးလာဗဲာ်သကိးဗဲာ်န့ာ်လီာ်.

ကမၤစ့ၤလီၤနတၢ်ဆၢကတီၢ်ဒီးတၢ်လၢာ်ဘျုးလၢာ်စ့ၤ, ဒီးဟဲာ်ယုာ်တၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၤ
လာအဘျူးဒီးန့ၤလာဟံာ်လၢယီၤန့ာ်လီာ်.



ယကဘာ်လဲထီာ်တၢ်သ့ာ်နံဖးသီအံၤဖဲလဲာ်.

လာကလဲထီာ်တၢ်သ့ာ်နံဖးသီအံၤ, လဲဆူ-

www.monashhealth.org/services/telehealth

လာကလဲဆူတတ်သွင်နံဖးသီအလီာ်, နကဘာ်န့ာ်လီၤဆူကသံာ်အဒါး(Clinic)
တၢ်အိာ်ဒီးအလီာ်ဖဲအိန်လဲနဲအပူန့ာ်လီာ်.

တၢ်ကဒုးသ့ာ်ညါဆူာ်ချ့က့ၤဖဲန့ၤလၢတၢ်အခါ, ဒီးဆူာ်ချ့ပုၤဘာ်မူဘာ်ဒါတၢ်ကန့ာ်လီၤ
ဆဲးကျိးန့ၤဖဲန့ၤအိာ်ကတဲာ်ကတိးသးအခါန့ာ်လီာ်.

တလိာ်နတုာ်ထီာ်တၢ်န့ာ်လီၤအနီာ်ဂံၢ်န့ာ်ဘာ်.
တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢန့ၤလီၤအိၤတဖၣ်တၢ်တဖၣ်ကိၤအိၤနီတမံၤဘာ်.



လၢယကန့ာ်လီၤလာတၢ်ကိာ်လိာ်သးလာကွဲဟူဖျါအပူအံၤယကဘာ်မၤ တၢ်မန့ၤလဲာ်.



အံၤထၢနဲးတၢ်ဆဲးကျိးလၢအဂီၢ်ဆူာ်
န့ၤကွဲဟူဖျါအံၤလၢပုၤယဲၤအဖိဒိာ်မ့ၢ်သ့တဒိ(အဒိ YouTube)
အသိးန့ၢ်, နကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါအပူန့ာ်လီာ်.



တၢ်လီၤလၢအသးတၢ်တီၤ, မ့ၢ်ဆူကတီၢ်ဖဲပုၤတမၤတၢ်တၢ်န့ၤအလီာ်ဖဲတၢ်တၢ်
ပိာ်တၢ်ပိာ်အကတီၢ်



ပုၤယဲၤကျိၤယုထံာ်တဖၣ်အံၤတခါခါ-

- Google Chrome web browser(ဘာ်တၢ်န့ၢ်
လီၤအိၤအဆၢကတၢ်)မ့တမ့ၢ် Firefox web browserလၢဒဲးစထိး
(desktop)မ့တမ့ၢ်laptop (Windowsမ့တမ့ၢ်MacOS),
မ့တမ့ၢ်လၢAndroid tablet မ့တမ့ၢ်လိာ်တဲစိစ့ၤလၢအသိတကလုာ်
(smartphone)အပူ
- စၤဖၤရံၤပုၤယဲၤကျိၤယုထံာ်လၢApple desktopမ့တမ့ၢ်laptop
(MacOS)ယမ့တမ့ၢ်iPadမ့တမ့ၢ်iPhone



ခဲမရၤအမဲာ်သ့ာ်လီၤ, တၢ်မၤဒိာ်ထီာ်တၢ်ကလုာ်ဒါဒီးခဲမရၤဖိ(microphone)
Laptops လၢတၢ်တုၤပုၤယဲၤမ့တမ့ၢ်မိၤဘဲလိာ်တဲစိစ့ၤတဖၣ်

ကွၢ်ဘာ်ဆူညါလၢကသ့ာ်ညါအိာ်ထီာ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢကဘာ်
ကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါနဲလဲာ်အဂီၢ်



တၢ်ဘိာ်တၢ်ဘၢအိာ်ခါ.

တၢ်ကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါအံၤဘိာ်ဘၢဝဲလီၤ, နနီၢ်ကတၢ်ဂ့ၢ်သ့ာ်တဖၣ်တၢ်ဒိသး
အိၤလီၤ, နအိာ်ဒီးနဒါးလၢကဆိာ်သးအလီာ်, ထဲဒၣ်ဆူာ်ချ့ကရၢပုၤဘာ်
မူဘာ်ဒါခါန့ၤလီၤကွၢ်ဝဲသ့န့ာ်လီာ်.



တၢ်ကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါအံၤအလုာ်အပူလၢာ်ထဲလဲာ်.

တၢ်ကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါအံၤကလိာ်(ထဲဒၣ်နအံၤထၢနဲးတၢ်လၢာ်ဘျုးလၢာ်စ့ၤအဂီၢ်ခါ)
လီၤ, ဘာ်ဆူာ်, တၢ်လၢာ်ဘျုးလၢာ်စ့ၤညိာ်န့ၢ်အသိး-မ့ၢ်အိာ်တမံၤမံၤ-လၢဆူာ်ချ့တၢ်
ဟ့ၢ်ကူာ်ဟ့ၢ်ဖးအဂီၢ်ကလၢာ်ဒဲးန့ာ်လီာ်.




ယကဘာ်သ့အံၤထၢနဲးအဒါထၢထဲလဲာ်.

ဖဲနအိာ်ခါဆူာ်ချ့ပုၤဘာ်မူဘာ်ဒါလၢကန့ာ်လီၤဆဲးကျိးန့ၤအခါ
နအံၤထၢနဲးဒါထၢထဲလဲာ်ဘာ်.

တၢ်ဟ့ၢ်ကူာ်ဟ့ၢ်ဖးလၢကွဲဟူဖျါအံၤအံၤထၢနဲးဒါထၢထဲလဲာ်ဒၣ်ထဲန့ၢ်YouTube
တၢ်ဂီၤမူလၢအဖျါရဲအပတီၢ်အသိးန့ၢ်လီာ်*.

တၢ်သ့ဒါထၢထဲလဲာ်ကလၢာ်စ့ၤဖဲထဲအံၤထၢနဲးအတၢ်ဆဲးကျိးယၢအခါ, မ့တမ့ၢ်န့ၢ်သ့
ဒိဖူထၢာ်, ထဲဖဲလဲး, မ့တမ့ၢ်လိာ်တဲစိစ့ၤအသိတကလုာ်(smartphone)
လၢအဆိာ်လီၤမ့ၢ်ဆူကတီၢ်ဖဲပုၤန့ၢ်လီာ်, တၢ်ဂ့ၢ်တဖၣ်အံၤလဲလၢာ်အံၤ
ကထုးစ့ၤလီၤနတၢ်ဆဲးကျိးအတၢ်ဂီၤအကလုာ်အပတီၢ်သ့န့ၢ်လီာ်.

ဒါထၢထဲလဲာ်ကလၢာ်အိာ်ထီာ်ဖဲပုၤခဲန့ၢ်ပုၤယဲၤလၢတၢ်ကိးလိာ်သးလာကွဲဟူဖျါ
တဘျိအံၤအပူန့ာ်လီာ်.



**ပုၤလၢအသ့လီၤတဲစိစ့ၤအသိတကလုာ်Smartphone
ဒီးထဲဖဲလဲးတဖၣ်.**

မ့ၢ်သ့မ့ၢ်ဘာ်န့ၢ်, ဆဲးထီာ်ဟံာ်အံၤထၢနဲးမ့တမ့ၢ်တၢ်မၤလီၤWi-Fi
အံၤထၢနဲးအဂီၢ်ဒဲးသိးကဟးဆဲးအိၤလၢတလိာ်သ့န့ၢ်မိၤဘဲအဒါထၢထဲလဲာ်န့ၢ်
န့ၢ်အိၤအဆိာ်တဂ့ၢ်အဂီၢ်တက့ၢ်.


* တၢ်န့ၢ်ကဆိာ်ဝဲ 230 MB ယုာ်ယုာ်လၢန့ၢ်လီၤတဲစိစ့ၤအပူ, ဒီး 450 MB လၢန့ၢ်ဖူထၢာ်
အဖိၢ်ပုၤအပူလၢန့ၢ်လီၤအိၤယိာ်ဝဲ 20-မံးနဲးအဂီၢ်, လၢအလီၤကိာ်လိာ်အသးဒ် Skype® မ့တမ့ၢ် Facetime®
အသိးန့ၢ်လီာ်.

ကတီပတ်နသးလၢနကကိတ်လိာ်သးလၢကွဲဟူဖျါအပူတက့ၢ်



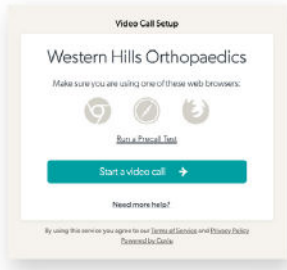
မၤလိာ်တီၢ်သိးနကသ့အံၤအပူယဲၤအကျိၤအဖီလၢတခါခါအသိးတက့ၢ်.

-  Google Chrome Version 80+ (Windows, Android, MacOS)
-  Apple Safari Version 12+ (MacOS, iOS)
-  Firefox Version 75+ (Windows, Android)
-  Microsoft Edge Version 80+ (Windows, MacOS)
Microsoft Edge Version 44+ (Android)

 လၢဆူ- www.monashhealth.org/services/telehealth

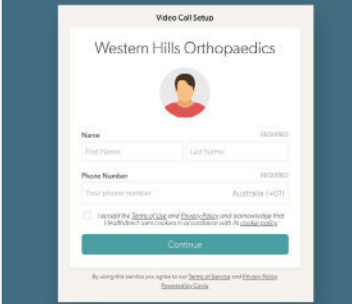
1

လၢဆူပုၤယဲၤအပူတက့ၢ်လိာ်အလိာ်ပံၤတံးလိာ်စးထီၣ်ကိးကွဲဟူဖျါ 'Start Video Call' အတံးတံးလိာ်အလိာ်



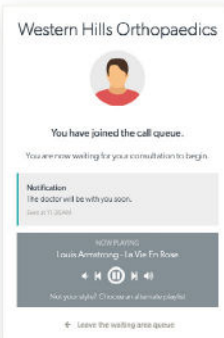
2

ထၢန့ၣ်လိာ်နမံၤလိာ်တဲၣ်နီၣ်ဂံၢ်ဖဲနန့ၣ်ဟူတံၢ်နီၣ်လိာ်တၢ်ကလုာ်သိၣ်အခါ



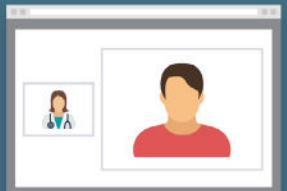
3

လၢန့ၣ်လိာ်ဆူတၢ်ဆိၣ်ခိးအလိာ် 'Waiting Area' လၢဆီလဲန့ၣ်အပူတက့ၢ်



4

ဆူၣ်ပူၤတၢ်မ့ၣ်တၢ်ခါကတဲၣ်တၢ်နီၣ်တၢ်ထံၣ်လိာ်တၢ်ပိၣ်ကစးထီၣ်ဖဲန့ၣ်လိာ်



-  တၢ်တဖၣ်အံၤတမံၤမ့ၢ်တမၤတၢ်ဘၣ်န့ၣ်နကဘၣ်မၤဒ်လၢၣ်.
- လၢဆူ <https://vcc.healthdirect.org.au/troubleshooting>

လၢကသ့ၣ်ညါအါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်

Telehealth Support Contact
Tel: +61 3 8572 3823
Email : telehealth@monashhealth.org

This translation was provided courtesy of



All Graduates
INTERPRETING & TRANSLATING



healthdirect
Video Call