ᐊᔪᖕᖕᒥᓂᖅ

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᐊᒻᒪ ᑎᒦᑦ

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᐊᐅᒻᒨᓰᖅ ᐊᕐᑭᐊᕿᕐᒥᑦ ᐱᑦᓯᓂ ᐊᒻᒪ ᐃᓇᓗᐊᓂᑦ ᖁᓛᓃᓐᓂᖓᓂᑦ ᐱᑦᓯᓂ. ᑌᒪ ᑎᒥᓚᒫᒨᖅᓯᓂ ᖃᓇᑕᕐᒧᑦ ᑎᑭᐅᑎᓂᐊᓕᕐᒥ.

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᓱᕐᕈᓯᒍᕗᖅ ᖃᓇᑕᕐᓃᕕᑦ. ᐊᑕᐅᓯᕐᑐᑐᕐᑲᕐᒥ ᒪᕿᑐᕐᑐᕐᑲᕐᒥᓘᓐᓂᑦ ᐊᓚᐊᓇᓯᓰᖅ. ᐃᒥᐊᓗᒃ ᒥᑭᔪᕐᑐᑕᐅᓚᓗᐊᕐᒥ ᐆᒻᒪᑎᒥᒃ ᓱᑲᓯᒥᐊᕐᑎᓯᓰᒍᒻᒪᑦ ᐊᓯᖕᒥᓂᓗ ᑎᒥᑦᑕ ᐊᐅᓚᒍᑎᖕᒥᓂᒃ. ᖃᓇᑦᑕ ᐃᒪᕿᓯᐊᐱᖕᒥᓂᒃ ᐊᐅᓚᑦᓯᓯᓰᒍᒻᒥᕙᖅ ᑌᒪ ᐊᓚᐊᓐᓂᐊᓕᕐᑦᑕ.

ᐃᒥᐊᓗᒃ ᑲᑕᒪᓈᕐᑑᑕᓚᒃ. ᑭᑦᓴᓂᕐᒥᒃ ᓚᖕᖕᒥᑐᒍᑦ, ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᓰᒍᔪᕐᑲᕿᓂ ᑭᑦᓴᓲᖕᖕᒍᑭᑕᐅᒍᓐᓇᔫᓚᓗᐊᖅ. ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᕐᑐᕐᑲᕐᑲᑦᑕᕿᒥ ᑎᒥᐅᑉ ᐊᐅᓚᒍᑎᖕᒥᑦ ᓯᒃᕿᓚᑎᑕᐅᓰᑦ ᓯᕐᕈᒍᓐᓇᓯᓂᓗ ᐃᓯᓚᒍᓯᕐᓃᑉᐱᑦ ᑎᒥᓐᓃᑉᐱᓪᓗ. ᓯᕐᕈᓰᒍᒻᒥᓯᓂᓗ ᖃᓇᑦᑕᕐᒥᒃ ᐃᓯᓚᒍᑎᑦᑎᓂᒃ, ᐊᐅᓚᔾᔪᑎᑦᑎᓂᒃ, ᓄᕿᑦᑕ ᓂᓚᕿᑎᖕᒥᓐᓂᒃ, ᒪᑭᑦᓯᐊᕿᓐᓇᓂᑦᑎᓂᒃ, ᐊᒻᒪ ᐊᕙᓇᐊᑲᓪᓚᒍᓐᓇᓂᑦᑎᓂᒃ.

ᐅᑦᑐᕋᐅᑎᒥᑦᓯᒍ ᐊᕙᓇᐊᑲᓪᓚᔪᒍᓐᓇᓇᐊᖃᖅᓂᖅ: ᖃᒧᑎᑲᓪᓚᑎᓪᓗᑎᑦ ᓯᑲᑦᑐᒪᓇᐅᑦᓯᓂ ᓯᕗᕋᓪᓗᐊᓅᑲᓪᓚᑐᖃᑦᓴᐸᑦ ᐊᖁᑦᑐᒥᒃ. ᐃᓯᒪᓇᓘᓐᓂᑦ, ᓄᖅᖃᕿᑎᓐᓃᑉᐱᑦ ᓇᕐᓃᑲᓪᓚᔭᕐᕐᖁᑎᑦ ᓴᓂᒻᒧᓇᐊᑲᓪᓚᓯᑎᑦ ᓯᑲᑦᑐᒥᒃ. ᐃᒥᕐᑐᐱᓂᐅᒍᐱᑦ, ᐃᓯᒪᒐᓯᐊᕿᓐᓇᖕᒥᑦᑐᑎᑦ, ᐊᕙᓇᐊᑲᓪᓚᒍᓐᓇᓪᓗᓃᑦ ᓯᑲᑦᑐᒥᓪᓗ ᑎᒥᓐᓃᑉᐱᑦ ᐊᐅᓚᑦᓯᒍᓐᓇᓇᒃ. ᑌᒣᒻᒪᑕᒐ ᐊᖅᑯᓇᕿᐊᕐᓂᓴᐅᓰᒍᓄᑦ ᐋᓂᕿᓐᓇᓂᕐᓴᐅᓯᑎᓪᓗ ᐃᒥᕐᓯᒪᔪᑦ.

ᐊᐅᑦ ᐃᒥᐊᓗᑦᑕᕐᑲᓗᐊᑐᐊᕐᒪᑦ, ᐃᓯᒪᑦᓯᐊᕿᓇᖅᕿᕿᓇᑐᑎᑦ ᓯᓇᓯᐊᑦᓯᐊᕿᓇᖅᕿᕿᓇᓗᑎᓪᓗ. ᑎᒦᑦ ᓯᒍᓇᖅᕿᕿᓇᑐᖅ ᖃᐅᔨᒪᖅᕿᕐᓗᑎᑦ.

ᐃᒥᐊᓗᑦᑐᕐᑲᕿᓂ ᓯᑲᓗᐊᕐᑐᒥᒃ ᑐᖅᑯᒍᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ. ᐃᒥᕐᓯᒪᔪᕐᓗ ᖃᐅᔨᒪᖅᕿᑐᐊᕿᓂ ᒥᓇᐊᑎᕆᔭᒥᓂᒃ ᑐᐱᓪᓗᓂ ᐃᓅᒍᓯᕿᓇᒥᔪᖅ ᖃᐅᔨᒪᖅᕿᕐᓯᒪᓂᕐᒥᓄᑦ.

ᑎᖕᒍᕗᑦ ᐃᒪᕿᓯᐊᐱᓚᒃ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᑎᒥᑦᑎᓂᑦ ᐱᔦᔩᑦᓴᔭᒥᒃ. ᑭᓯᐊᓂ ᐃᑲᐅᕐᓂᓚᓖᓪᓗᐊᒥ ᓇᑉᐸᒥᓪᓗ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᑎᖕᒍᕗᑦ ᑎᒥᑦᑎᓂᑦ ᐲᔦᒍᓐᓇᔫᖅ. ᐊᒥᓯᓂᒃ ᐃᒥᕐᐸᓚᐊᓚᕕᑦ, ᐊᐅᓈᓅᕐᑲᕐᐸᓚᐊᑐᐃᓐᓇᑐᖅ. ᐊᒥᓯᑦ ᐱᑦᔪᑕᐅᓰᒍᒻᒥᔭᑦ ᖃᓄᖅ ᑭᓇᑐᐃᓐᓇᖅ ᓯᕿᑕᐅᓯᒪᔪᓐᓇᒪᖔᑦ: ᓂᕿᕐᕐᑲᒥᐅᒍᕕᓪᓗᓈᑦ ᓯᓇᓂᓪᓗ ᓂᓇᔭᕕᓂᐅᒻᒪᖔᕐᐱᑦ, ᖃᑦᓯᓂᒃ ᐅᑭᐅᖃᕐᒪᖔᕐᐱᑦ, ᖁᐃᓂᔫᒻᒪᖔᕐᐱᑦ, ᑎᒥᒃᑯᓗ ᖃᓄᐃᖕᖕᒥᓃᑦ/ᖃᓄᐃᓐᓃᓘᓐᓃᑦ, ᐊᓯᖕᒥᓪᓗ.

ᐊᕐᓄᓗ ᐊᖕᒍᑏᓪᓗ ᐊᑦᔨᒦᓲᖕᖕᒥᑐᖅ ᖃᓄᖅ ᐃᒥᐊᓗᒻᒧᑦ ᑎᒥᒻᒥᒍᑦ ᐊᐅᓚᑕᐅᓯᓲᒍᓂᖓ (Rotgers, Kern, and Hoeltzel, 2002).

- ᑎᒥᕗᑦ ᐃᒪᕙᓪᓘᕗᖅ. ᐅᖁᒣᓂᔪᑦ ᑎᒥᒻᒥᒍᑦ ᐃᒪᖅᑲᖅᓂᔪᐅᕗᑦ (ᐊᐅᒻᒥᒃ, ᐃᒪᑐᐃᓇᒥᒃ, ᐊᓯᖕᒥᓂᓲᓂᑦ). ᐃᒪᖅᑲᖅᓂᖓ ᑎᒥᑉᐱᑦ ᒪᓕᓪᓗᒍ, ᐃᒥᐊᓗᒃ ᑭᑭᐊᓕᕙᓪᓕᐊᓲᖅ, ᑌᒣᒻᒪᑕᒐ ᓯᕿᑕᐅᑦᓴᐅᑎᒥᖕᖕᒥᓂᖅᓴᐅᓲᒍᕗᑦ ᐅᖁᒣᓂᔪᑦ.
- ᐊᕐᓄᑦ ᒥᑭᓂᖅᓴᐅᒐᒥᒃ, ᐃᒪᖅᑲᓗᐊᖕᖕᒥᓂᖅᓴᐅᒐᒥᒃ, ᐃᒥᐊᓗᑦᑕᖅᒐ ᑭᑭᐊᑦᓯᓴᐅᑎᒥᓲᖕᖕᒥᓂᖅᓴᐅᒪᑦ ᓯᕿᑕᐅᑦᓴᐅᑎᒥᓂᖅᓴᐅᓲᒍᕗᑦ.
- ᐊᕐᓄᑦ ᑎᖕᒍᒻᒥᒍᑦ ᐃᒪᕿᓯᐊᐱᖅᑲᓗᐊᖕᖕᒥᓂᖅᓴᐅᒥᔪᑦ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᐲᔦᒍᓐᓇᑐᒥᒃ.
- ᐃᓅᓐᓈᒍᑦ, 55-ᓂᒃ ᑭᓗᑯᔮᓂᒃ (120 ᐸᐅᓐᓂᒃ) ᐅᖁᒣᓐᓂᓕᒃ ᐊᕐᓇᖅ ᓯᕿᑕᐅᓪᓚᓇᒍᓐᓇᑐᖅ ᐱᑦᓯᐊᖕᒥᑦᑐᑯᑦ (ᐃᓯᒪᒍᓯᖕᒐ, ᓂᒪᕿᓯᖕᒐᓗ) ᒪᕐᑮᓂᒃ ᐃᒥᐊᓗᑐᐊᕿᓂ ᐃᑲᐅᕐᓂᐅᑉ ᐃᓗᐊᓂ. 82 ᑭᓗᑯᔮᓂᒃ (180 ᐸᐅᓐᓂᒃ) ᐅᖁᒣᓂᓕᒃ ᐊᖑᑎᒃ ᑌᒫᑦᓴᓇᖅ ᓯᕿᑕᐅᕙᓪᓚᐊᓯᒍᓐᓇᑐᖅ 3.5-ᓂᒃ ᐃᒥᐊᓗᒍᓂ ᐃᑲᐅᕐᓂᐅᑉ ᐃᓗᐊᓂ. ᓯᕿᑕᐅᒪᒍᑎᖕᒥᑦ ᐱᐅᖕᖕᒥᓚᕐᐸᓚᐊᒍᓐᓇᑐᑦ ᐃᒥᓇᐊᓪᓚᑐᐃᓐᓇᐸᑦ ᑎᖕᒍᖕᒐ ᐊᖕᒍᒪᑦᓯᒍᓐᓇᕿᓐᓄᒪᑦ ᑎᒥᖕᒐᓅᖕᖕᑲᑐᒥᒃ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ.
- ᑎᖕᒍ ᐊᑯᓗᓗᐊᕐᑐᒥᒃ ᐃᒥᐊᓗᑦᑕᓯᕐᑲᑦᑕᑐᐊᕿᓂ, ᓯᑯᑕᐅᖕᖕᓚᐊᓯᒍᓐᓇᑐᖅ. ᓯᕗᓪᓕᖅ, ᑎᖕᒍ ᐅᕐᓯᒥᒃ ᑎᒥᒻᒨᕐᑫᒍᓐᓇᖕᕿᕐᐸᓚᐊᒍᓐᓇᑐᖅ, ᑌᒪ ᐅᕐᓯᑖᕐᐸᓚᐊᑐᐃᓐᓇᓂᐊᓚᕐᒪᑦ ᑎᖕᒍ.

ᐊᔪᓐᖏᓂᖅ

- ᐃᒥᐊᓗᑐᐃᓐᓇᐸᓐᓂᖅ ᓱᒃᑯᐃᒍᓐᓇᑐᖅ ᑌᒪ ᑎᖒᑉ ᐃᒪᑭᓯᐊᐱᖕᒋᑦ ᐊᐅᒻᒎᖃᓯᓂᐊᓚᕐᒪᑕ. ᑖᒃᑯᐊ ᑎᖒᑉ ᐃᒪᑭᓯᐊᐱᖕᒋᑦ ᑕᑯᔭᐅᒍᓐᓇᑐᑦ ᐊᐅᖕᒋᕐᑕᐅᔪᕐᑲᕐᓗᓂ. ᐋᓐᓂᐊᓯᐅᕐᑎᒪᓇᓐᓅᑦ ᐅᖃᐅᑎᔭᐅᓯᒪᒍᕕᑦ ᐊᐅᖕᒋᕐᑕᐅᒍᑎᕕᓂᕐᑎᑦ ᑎᖑᒃᑯᑦ ᐃᒪᑭᓯᐊᐱᓐᓂᒃ ᐱᑕᖃᕐᓂᖀᑕᐅᓗᑎᒃ, ᓂᓇᑦᓯᐊᖃᑦᑕᓯᒥᐊᖃᕐᕐᑯᑎᑦ, ᓱᒃᑯᕙᓪᓚᐊᓂᐊᖕᖏᓇᕕᑦ, ᐃᒥᐊᓗᖃᑦᑕᑭᓐᓅᓗᑎᓪᓗ.
- ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᑐᐃᓐᓇᐸᒃᑯᕕᑦ, ᑎᖑᐃᑦ ᓯᑎᔪᓂᒃ ᑭᓪᓚᑖᕐᐸᓚᐊᒍᓐᓇᑐᖅ. ᐊᑎᖃᕐᑎᑕᐅᔪᒥᒃ ᑎᖑᓪᓗᓇᕐᑐᒥᒃ (cirrhosis). ᑎᖑ ᓯᑎᓚᓪᓚᓇᑐᐃᓐᓇᖀᑕᑭᓐᓇᑐᖅ ᑎᒥᒻᒎᖀᒍᓐᓇᖏᕐᓗᓂ ᑎᒥᐅᑉ ᒪᑭᑕᑦᓯᐊᑭᓐᓇᐅᑎᑦᓴᖏᓐᓂᒃ ᑐᕐᑯᓐᓇᑐᓂᓪᓗ ᐲᕋᒍᓐᓇᖏᕐᓗᓂ ᑎᒥᒻᒥᑦ. ᑐᕐᑯᒍᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ.

ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᕐᓯᒪᔪᖃᑭᓂ ᐃᒉᑦᑐᖃᑭᓐᓇᑐᖅ:

- ᐃᒥᐊᓗᓗᐊᕐᓯᒪᓂᖅ (ᓂᐊᖁᖕᖑᓂᖅ, ᒥᓇᐊᑎᒥᓂᖅ, ᓴᔪᖕᖑᓱᕐᓂᖅ)- ᑎᒦᑦ ᑌᒉᒍᓐᓇᑐᖅ ᐃᒪᑭᓯᐊᐱᓐᓄᑦ ᐊᐅᓚᑕᐅᑦᓱᓂ ᐊᒻᒪᓗ ᑎᒦᑦ ᐃᒥᐊᓗᒻᒥᒃ ᐲᕋᓚᑐᐊᕐᒪᑦ
- ᖃᐅᑐᐊᕐᒪᑦ ᐊᓇᑭᑕᕐᓇᑐᖅ
- ᓯᓂᑦᓯᐊᓇᖕᖏᑐᖅ-ᐅᓐᓄᐊᑐᐃᓐᓇᑯᑦ ᑐᐸᑲᑦᑕᓇᕐᑐᖅ ᓯᓂᓯᒍᓐᓇᖏᕐᑐᖃᕐᓂᐊᓚᑫᒥ, ᓯᓂᑦᓯᐊᖏᑦᑑᓯᓂᓘᓐᓅᑦ ᑐᐸᑦᑐᖃᕐᓂᐊᓚᑫᒥ ᑭᑦᑌᖕᒐᔪᖃᑫᓂ

ᐃᒥᐊᓗᐊᓲᒍᔪᖃᑭᓂ ᐃᒉᑦᑐᐃᓐᓇᓇᐊᓚᒃ:

- ᓱᒃᑯᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ ᒪᒪᕐᓴᐅᑎᖃᓗᐊᓈᒃᑯᑎᖓ ᑎᒥᑦᑕ, ᓂᕿᒥᒃ ᑎᒥᑦᑎᓅᕐᖀᒍᑎᑦᑕ ᐃᖀᕕᑦᑕ ᐃᓚᖓ
- ᐱᑭᐃᓐᓇᓯᒪᔪᒥᒃ ᐋᓐᓂᐊᑖᑭᑕᐅᒍᓐᓇᑐᖅ (ᐅᑦᑐᖀᐅᑎᒥᑦᓱᒥᑦ-ᖃᓂᒃᑯᑦ, ᐃᒻᒥᐊᑯᑦ, ᑎᖑᒃᑯᓗ)
- ᐊᐅᑉ ᓲᖑᓂᖓ
- ᐆᒻᒪᓯᓇᓂᖅ
- ᖃᓇᑕᕐ ᒎᑭᓐᓇᖏᑭᓐᓇᑐᖅ ᐊᐅᒃ
- ᖃᓇᑕᕐᒥᒃ ᓱᒃᑯᐃᒍᓐᓇᑐᖅ ᐃᑉᐱᓂᐊᑭᑎᐊᐱᓐᓂᓗ
- ᐊᖑᑎᖃᑭᒪᓂᖓ / ᐊᕐᓇᖃᑭᒪᓂᖓᓗ ᓲᖕᖏᓚᐅᒥᒍᓐᓇᑐᖅ
- ᐊᓯᐊᓃᒍᓐᓇᖏᕐᓯᒪᓂᕐᓗ/ᐅᐃᓇᓯᒪᓂᕐᓗ ᑎᒥᒃᑯᑦ ᐃᓱᒪᒃᑯᓗ
- ᐊᕐᓀᑦ ᐃᕙᐊᖕᒪᒥᒍᑦ ᐱᑭᐃᓐᓇᑐᒥᒃ ᐋᓂᐊᑖᑐᐃᓐᓇᓇᐊᓃᑦ

ᐃᒥᓗᐊᖃᑦᑕᓂᖅ ᖃᓇᑕᐅᑉ ᐃᒪᑭᓯᐊᐱᖕᒋᓐᓂᒃ ᐊᓯᑦᔩᓲᒍᒻᒥᔪᖅ ᑎᒥᖃᑦᓯᐊᓇᕐᑐᓂᓪᓗ ᓂᕿᒦᑦᑐᓂᒃ, ᑌᒪ ᐃᓱᒫᓘᓲᒍᓂᐊᓚᑫᑦᑕ ᑭᑦᓴᓲᒍᓯᑦᓯᑕᓗ. ᐃᒥᓗᐊᖃᑦᑕᓲᑦ ᑭᑦᓴᓲᒍᓯᒍᓐᓇᒥᔪᑦ. ᐊᓚᐊᑦᑐ-ᒪᓇᐅᑦᓴᖁᑎᑦ ᑌᒪ ᑲᕙᐅᒻᒥᓯᒪᓂᐊᓚᕐᒥᒐᕕᑦ. ᑭᑦᓴᓚᐅᒥᑐᐃᓐ-ᓇᓂᐊᓚᑫᕕᑦ ᐃᓯᒫᓗᓚᐅᒥᑐᐃᓐᓇᓗᑎᓪᓗ ᐃᓪᒥᓂᒃ ᓈᒻᒪᓴᒍᓐᓃᑐᐊᑭᕕᑦ ᐃᒥᓗᐊᓲᒍᓂᕐᓃᕕᑦ.