1 နေရာအနှံ့အပြားဖြစ်ပွားသည့်ကပ်တုပ်ကွေး ရောဂါဖြစ်ပွါးမှုအကြောင်းလေ့လာခြင်း

ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ

- သင်ဤပုံများတွင်မည်သည့်အရာများတွေ့မြင်ပါသလဲ။
- ဤလက္ခဏာများကိုသင့်မိသားစုနှင့်အသိုင်းအဝိုင်းတွင်မြင်တွေ့ဖူးပါသလား။

အဓိကအချက်များ

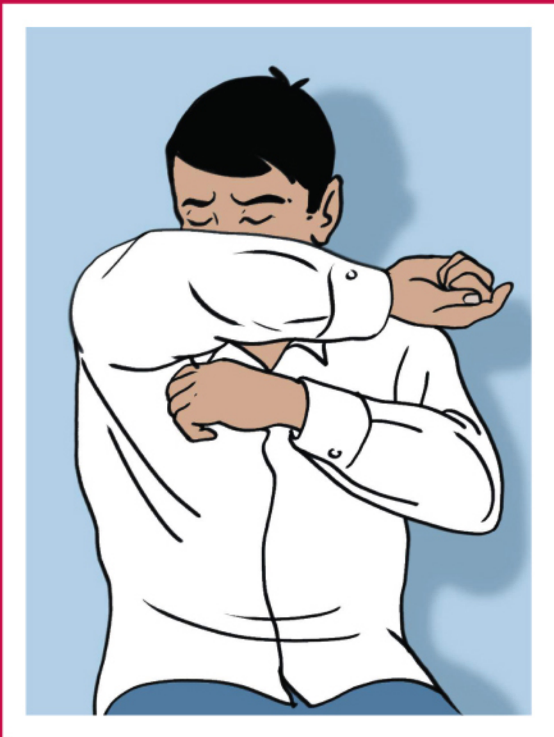
- ဤလူများတွင်တုပ်ကွေးရောဂါ(သို့)"တုပ်ကွေး"သည်သူတို့၏အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ဆိုးဝါးသောကပ်ရောဂါအသွင်နှင့်ပြန့်နှံ့မှုကြောင့်ကူးစက်ခံရခြင်းဖြစ်သည်။
- သာမာန်တုပ်ကွေး၏ရောဂါလက္ခဏာများမှာချောင်းဆိုးခြင်း၊နှာချေခြင်း၊နှာစေးခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်းနှင့်ကိုယ်ခန္ဓာကိုက်ခဲခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။ဆိုးရွားသည့်တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားစဉ်တွင်၄င်းရောဂါလက္ခဏာများထက်ပိုမိုပြင်းထန်ဆိုးရွားနိုင်သည်။
- တုပ်ကွေးကပ်ရောဂါအသွင်နှင့်ဖြစ်ပွားစဉ်တွင် အလွန်ဆိုးရွားသည့်ဖျားနာမှုကို ဖြစ်စေပြီးအသက်ပါသေဆုံးစေနိုင်ပါသည်။
- တုပ်ကွေးဖြစ်ပွားမှုသည်အသက်ကြီးသူများ၊ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများနှင့်(၅)နှစ် အောက်ကလေးအတွက်အလွန်အန္တရာယ်များသည်။အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ထိုသူများ၏ ကိုယ်ခံအားသည်သာမာန်လူထက်ပို၍လျော့နည်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါသည်ရောဂါပိုးရှိသူနှင့်နီးကပ်စွာနေသောအချိန်တိုင်း၊အထူးသဖြင့်ထိုသူ တို့စကားပြောခြင်း၊ချောင်းဆိုးခြင်း၊နှာချေခြင်းနှင့်တံတွေးထွေးခြင်းတို့မှတဆင့်ကူးစက် နိုင်ပါသည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါသည်ဖျားနာနေသည့်သူကိုင်တွယ်ပြီးသောပစ္စည်းများကိုထိကိုင်သော လက်နှင့်မိမိ၏မျက်စိ၊နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်ကိုကိုင်တွယ်ခြင်းမှတဆင့်ကူးစက်နိုင်ပါသည်။

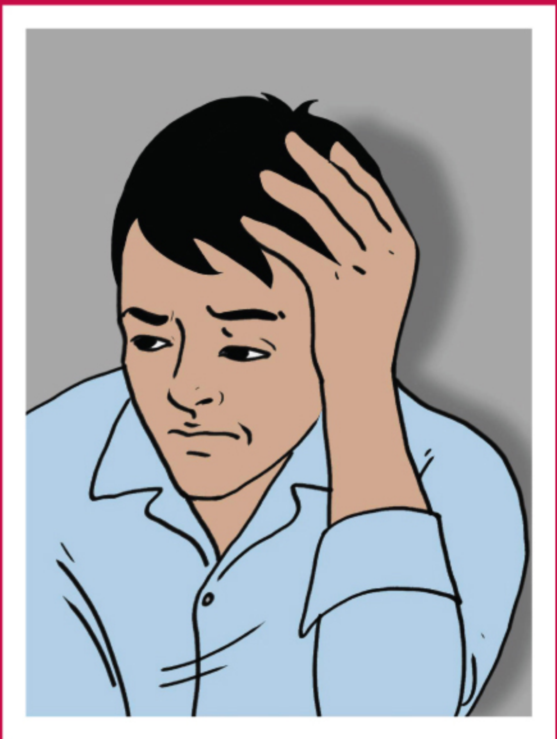
အကျဉ်းချုပ်မေးခွန်းများ

- ကမ္ဘာအနှံ့ဖြစ်ပွားသောကူးစက်ကပ်တုပ်ကွေးရောဂါသည်သာမာန်ရာသီတုပ်ကွေး ရောဂါထက်အဘယ်ကြောင့်ပို၍ဆိုးရွားနိုင်ပါသနည်း။

ကမ္ဘာအနှံ့ဖြစ်ပွားသောကူးစက်ကပ်တုပ်ကွေး ရောဂါသည်အလွန်ဆိုးရွားသည့်ဖျားနာမှုကို ဖြစ်စေပြီးအသက်ပါသေဆုံးစေနိုင်ပါသည်။

USAID **၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့်** AI-COMM **စီမံကိန်းအတွက်** AED **မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။**
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။





USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE MID-BCC

2

မိမိလက်ကိုဆေးပါ

ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ

- သင်ဤပုံများတွင်မည်သည့်အရာများတွေ့မြင်ပါသလဲနည်း။
- သင်မည်သည့်အချိန်များတွင်လက်ကိုဆေးကြောသန့်စင်ပါသနည်း။
- သင်၏လက်ကိုမည်ကဲ့သို့ဆေးကြောပါသနည်း။

အဓိကအချက်များ

- လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့်ဆေးကြောခြင်းသည် သာမာန်ရာသီတုပ်ကွေးနှင့် ကမ္ဘာ့အနှံ့ပြန့်နှံ့သောတုပ်ကွေးကပ်ရောဂါပိုးမွှားများကိုဖယ်ရှင်းသေစေပါသည်။
- လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့်ရေအသုံးပြုပြီးဆေးကြောသန့်စင်ရပါသည်။
- သင်ဆပ်ပြာကိုအသုံးမပြုပါကရောဂါပိုးမွှားများသေမည်မဟုတ်ပါ။
- သင့်လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့်ရေအသုံးပြုပြီးဆေးကြောရမည့်အဓိကအချိန်များမှာ . .
  - အစားအသောက်မပြင်ဆင်ခင်နှင့်ပြင်ဆင်ပြီးချိန်
  - အစာမစားခင်နှင့်စားပြီးအချိန်
  - တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်နေသောလူနာကိုမပြုစုစဉ်နှင့်ပြုစုပြီးချိန်
  - လက်နှင့်အုပ်၍နှာချေ၊ချောင်းဆိုးပြီးချိန်၊နှာချီးညှစ်ပြီးချိန်
  - အိမ်သာမတက်ခင်နှင့်တက်ပြီးချိန်
  - ဝမ်းသွားထားသောကလေးဖင်ထုပ်(ဘောင်းဘီ)လဲပြီးချိန်

အကျဉ်းချုပ်မေးခွန်းများ

- လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့်ရေအသုံးပြုပြီးဆေးကြောခြင်း၏အကျိုးကျေးဇူးများကိုဖော်ပြပါ။
- ဆပ်ပြာနှင့်ရေသုံးပြီးလက်ဆေးကြောရမည့်အဓိကအချိန်များတွင်တွေ့ရနိုင်မည့်အခက်အခဲများဖော်ပြပါ။
- တွေ့နိုင်သည့်အခက်အခဲများဖြေရှင်းနည်းအချို့ကိုဖော်ပြပါ။
- လက်ဆေးရန်အခြားအရေးကြီးသည့်အချိန်များဖော်ပြပါ။

လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့်ရေအသုံးပြုပြီးအဓိကအချိန်များတွင်ဆေးကြောပါ။

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE MID-BCC

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE MID-BCC

3

သင်ချောင်းဆိုးချိန်နှင့်နှာချေချိန်တွင် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကိုကာထားပါ။

ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ

- သင်ဤပုံများတွင်မည်သည့်အရာများကိုတွေ့မြင်နိုင်ပါသလဲ။
- သင်၏မိသားစု၊ရပ်ကွက်အတွင်း၌ချောင်းဆိုးချိန်နှင့်နှာချေချိန်များတွင်နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်အား(အုပ်ပြီးဆိုး/ ချေခြင်း)သည်တွေ့နေကျ၊လုပ်နေကျအပြုအမူမျိုးဟုတ်ပါသလား။
- သင်ချောင်းဆိုး၊နှာချေသည့်အခါပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကိုအုပ်ထားပါသလား။

အဓိကအချက်များ

- ချောင်းဆိုး၊နှာချေသည့်အခါရောဂါပိုးမွှားများသည်လေထဲသို့ပြန့်နှံ့သွားသည်။
- လူသူကြားတံတွေးထွေးခြင်းသည်ရောဂါပိုးမွှားပြန့်နှံ့စေသည့်အတွက်ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- သင့်ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကိုစက္ကူ(သို့)လက်ကိုင်ပုဝါဖြင့်အုပ်ခြင်းဖြင့်တုပ်ကွေးရောဂါပြန့်နှံ့မှုအားကာကွယ်ပါ။
- သင့်၌စက္ကူ(သို့)လက်ကိုင်ပုဝါမရှိပါကတံတောင်ဆစ်ကွေးကိုအသုံးပြု၍သင်ချောင်းဆိုးချိန်နှင့်နှာချေချိန်တွင်အုပ်ကာထားပါ။
- တုပ်ကွေးရောဂါပိုးမွှားမပြန့်နှံ့စေရန်
  - အသုံးပြုပြီးသောနှာရည်၊တံတွေးပေနေသောစက္ကူများကိုအမိုက်ပုံးတွင်ထည့်ပါ။
  - ချောင်းဆိုး၊နှာချေစဉ်အသုံးပြုသောသင်၏လက်ကိုင်ပုဝါကိုဆပ်ပြာနှင့်ရေအသုံးပြုပြီးနေ့စဉ်လျှော်ဖွတ်ပါ။
  - သင်၏လက်ကိုနှာချေ၊ချောင်းဆိုးပြီးတိုင်းဆပ်ပြာနှင့်ရေအသုံးပြုပြီးဆေးပါ

အကျဉ်းချုပ်မေးခွန်းများ

- ချောင်းဆိုး၊နှာချေချိန်တွင်သင့်နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်အုပ်ကာထားခြင်း၏ကောင်းကျိုးများကိုဖော်ပြပါ။
- ချောင်းဆိုး၊နှာချေချိန်တွင်သင့်နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်အားမအုပ်ကာဖြစ်အောင်ဖြစ်စေနိုင်မည့်အခက်အခဲများကိုဖော်ပြပါ။
- အခြားနည်းလမ်းဖြင့်ဖြေရှင်းနည်းအချို့ကိုဖော်ပြပါ။

သင့်၌စက္ကူ(သို့)လက်ကိုင်ပုဝါမရှိပါကတံတောင်ဆစ်ကွေးကိုအသုံးပြုပါ။

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE MID-BCC

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

4

ဖျားနာနေလျှင်အိမ်မှာနေပါ။

ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ

- သင်ဤပုံများတွင်မည်သည့်အရာကိုတွေ့မြင်ပါသလဲ။
- သင့်ရပ်ကွက်ထဲတွင်တုပ်ကွေးရောဂါပြန့်နှံ့မှုဖြစ်ပွားလျှင်သင်မည်ကဲ့သို့လုပ်ဆောင်မည်နည်း။

အဓိကအချက်များ

- တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်နေသူနှင့်အနီးကပ်ထိတွေ့ခြင်းဖြင့်တုပ်ကွေးရောဂါကူးစက်နိုင်ပါသည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါသည်လူသူထူထပ်သည့်နေရာ..ဥပမာ–ဈေး၊ကျောင်း၊ဝတ်ပြုကိုးကွယ်သည့်နေရာနှင့်ပွဲလမ်းသဘင်လုပ်သောနေရာတွင်လွယ်ကူစွာပြန်နှံ့ကူးစက်နိုင်ပါသည်။
- ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများသည်ပြည်သူလူထုကို မည်သည့်အချိန်၌

  - ○ အိမ်တွင်နေပြီးအလုပ်နှင့်ကျောင်းမသွားရန်
  - ○ လူအများစုဝေးရာအရပ်ကိုရှောင်ကြဉ်ရန်
  - ○ အစားအသောက်နှင့်အရေးပေါ်ပစ္စည်းစုဆောင်းရန်
  - ○ လူအများစုဝေးရာအရပ်သို့ပြန်သွားနိုင်မည့်အချိန်များကိုပြောပါမည်။

- ဖြစ်နိုင်လျင်လိုအပ်မှသာမိမိအိမ်မှလူတစ်ဦးသာလျှင်ပုံမှန်ဈေးဝယ်သွားရန်
- အသက်ကြီးသူ၊ကိုယ်ဝန်ဆောင်သူ၊၅နှစ်အောက်ကလေးများနှင့်နာတာရှည်ရောဂါ (TB နှင့် HIV/AIDS)ဝေဒနာရှင်များသည်တုပ်ကွေးရောဂါကူးစက်ခံရလျှင်ပို၍လွယ်ကူစွာနေမကောင်းဖြစ်မည့်အပြင် ပို၍ဆိုးဝါးသောအခြေအနေဖြစ်နိုင်သည်။
- တုပ်ကွေးကြောင့်ဖျားနာသောသူများနှင့် ဖပေခန့်အကွာအဝေးတွင်နေပါ။

အကျဉ်းချုပ်မေးခွန်း

- တုပ်ကွေးရောဂါကူးစက်ပြန့်နှံ့မှုကပ်ရောဂါဖြစ်နေသောအချိန်တွင်အိမ်တွင်း၌နေခြင်း၏ကောင်းကျိုးများကိုဖော်ပြပါ။
- တုပ်ကွေးရောဂါကူးစက်ပြန့်နှံ့မှုကပ်ရောဂါဖြစ်နေသောအချိန်၌အိမ်တွင်းမနေနိုင်ရခြင်း၏အကြောင်းအရင်းကိုဖော်ပြပါ။
- အခြားနည်းလမ်းဖြင့်ဖြေရှင်းနည်းအချို့ကိုဖော်ပြပါ။

တုပ်ကွေးရောဂါပြန့်ပွားစဉ်လူများစုဝေးရာအရပ်ကိုရှောင်ကြဉ်ပါ။
သင်တုပ်ကွေးကြောင့်နာမကျန်းဖြစ်လျှင်လူများစုဝေးရာအရပ်ကိုရှောင်ကြဉ်ပါ။

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE
MID-BCC

5 မိသားစုဝင်တစ်ဦးတည်းကိုသာလူနာစောင့်ရှောက်ပြုစုမည့်သူအဖြစ်တာဝန်ပေးပါ။

ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်း

- သင်ဤပုံများတွင်မည်သည့်အရာကိုတွေ့မြင်ပါသလဲ။
- သင့်မိသားစု၊ရပ်ကွက်အတွင်းမှာတုပ်ကွေးမိဖျားနာသူကိုပြုစုရန်လူတစ်ဦးသာထားလေ့ရှိပါသလား။

အဓိကအချက်များ

- ဖျားနာသူကိုအိမ်၌သာပြုစုပါ။အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်ဆိုးရွားသည့်တုပ်ကွေးကပ်ရောဂါအသွင်ပြန့်ပွားချိန်တွင်စခန်းတွင်းရှိဆေးရုံများ၌လူနာအားလုံးကိုအတွင်းလူနာအဖြစ်လက်ခံကုသရန်မတတ်နိုင်သည့်အခြေအနေဖြစ်လာနိုင်သည်။
- မိသားစုအတွင်း ဖျားနာသူအားကြည့်ရှုရန်လူတစ်ဦးကိုသာတာဝန်ပေးခြင်းသည်အခြားမိသားစုဝင်များအားတုပ်ကွေးရောဂါပိုးမကူးစက်ရန်ကာကွယ်ပေးသည်။
- တုပ်ကွေးရောဂါမပြန့်ပွားအောင်တုပ်ကွေးလူနာအနေနှင့်နှာခေါင်းပါးစပ်စည်း(သို့)လက်ကိုင်ပုဝါနှင့်နှာခေါင်း၊ပါးစပ်ကိုကာထားသင့်ပါသည်။
- ဖျားနာသောသူ၏အနားသို့ချဉ်းကပ်စဉ်နှာခေါင်း၊ပါးစပ်စည်းသုံးခြင်း(သို့)လက်ကိုင်ပုဝါနှင့်သင့်နှာခေါင်း၊ပါးစပ်ကိုကာပြီးရောဂါမကူးအောင်ကာကွယ်ပါ။
- ဖျားနာသူထံလာရောက်ကြည့်ရှုသူအရေအတွက်ကန့်သတ်ခြင်းဖြင့်တုပ်ကွေးရောဂါကူးစက်မှုကိုကာကွယ်နိုင်ပါသည်။
- ဖျားနာသူအတွက်သီးသန့်ရေခွက်၊ပန်းကန်၊မျက်နှာသုတ်ပုဝါနှင့်စောင်အိပ်ယာခင်းများထားရန်နှင့်အခြားမိသားစုဝင်များငင်းပစ္စည်းများမသုံးမိရန်။
- တုပ်ကွေးရောဂါ၏ဆိုးဝါးသောနောက်ဆက်တွဲအခြေအနေများ(ဥပမာ–အသက်ရှူခက်ခြင်း၊ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း)ဖြစ်လျှင်ချက်ချင်းစခန်းဆေးရုံသို့သွားရောက်ကုသသင့်သည်။

အကျဉ်းချုပ်မေးခွန်းများ

- မိသားစုဝင်တစ်ဦးတည်းသာလူနာကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရန်တာဝန်ပေးခြင်း၏ကောင်းကျိုးများကိုဖော်ပြပါ။
- ဖျားနာသူကိုတစ်ဦးတည်းသာကြည့်ရှုပြုစုခြင်း၏အခက်အခဲများကိုဖော်ပြပါ။
- အခြားနည်းလမ်းဖြင့်ဖြေရှင်းနည်းအချို့ကိုဖော်ပြပါ။

ဖျားနာသူထံလာရောက်ကြည့်ရှုသူအရည်အတွက်ကိုကန့်သတ်ပါ။

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။
USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE MID-BCC

USAID ၏ ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။

6 လူနာကိုသီးသန့်နေရာ၌ထား၍ပြန်လည်နလံထ အောင်ပြုစုခြင်း

ဆွေးနွေးရန်မေးခွန်းများ

- သင်ဤပုံများတွင်မည်သည့်အရာကိုတွေ့မြင်ပါသလဲ။
- သင့်ရပ်ကွက်ထဲတွင်ဖျားနာသူကိုသီးသန့်နေရာ၌ပြုစုစောင့်ရှောက်လေ့ရှိပါသလား။

အဓိကအချက်များ

- တုပ်ကွေးကြောင့်နာမကျန်းဖြစ်သည့်မိသားစုဝင်တိုင်းကိုရောဂါလက္ခဏာစပေါ်ချိန်မှလုံးဝပျောက်ကင်းသည်အထိအိမ်၌ထားရန်နှင့်ရောဂါပိုမိုဆိုးရွားလာပါကစခန်းရှိဆေးရုံတွင်ကုသမှုခံယူရန်ဖြစ်သည်။ ရောဂါအလွန်ဆိုးရွားလာလျှင် အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်းနှင့် ရင်ဘတ်အောင့်၊ နာကျင်မှုကိုခံစားရနိုင်သည်။
- သင်တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်လျှင်အခြားမိသားစုဝင်များနှင့်ရပ်ကွက်အတွင်းရှိအခြားသူများအားအနီးကပ်ထိတွေ့ဆက်ဆံမှုမပြုသင့်ပါ။
- ဖျားနာသူကိုကြည့်ရှုပြုစုရန်သီးသန့်နေရာပြင်ဆင်ပါ။
- မိသားစုဝင်တစ်ဦးတည်းသာဖျားနာသူကိုပြုစုစောင့်ရှောက်ပါ။
- ဖျားနာသူ၏အသုံးအဆောင်များနှင့်ခွက်များကိုအသုံးပြုပြီးလျှင်ဆေးကြောပါ။
- ဖျားနာသူကိုပြန်လည်ကောင်းမွန်လာသည်အထိအိမ်တွင်းသီးသန့်နေရာမှထားပါ။
- သင်တုပ်ကွေးဖြစ်နေပါကပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကိုလူသူကြား၌သွားစဉ်လက်ကိုင်ပုဝါ(သို့)နှာခေါင်းပါးစပ်စည်းဖြင့်အုပ်ထားပါ။

အကျဉ်းချုပ်မေးခွန်းများ

- အဘယ်ကြောင့်ဖျားနာသူအတွက်သီးသန့်နေရာအိမ်၌ပြင်ဆင်ပေးသင့်ပါသလဲ။
- ဖျားနာသူအားသီးသန့်နေရာတစ်ခုရအောင်စီစဉ်ရာတွင်တွေ့ကြုံရမည့်အခက်အခဲများအားဖော်ပြပါ။
- အခြားနည်းလမ်းဖြင့်ဖြေရှင်းနည်းအချို့ကိုဖော်ပြပါ။

တုပ်ကွေးကြောင့်ဖျားနာသူအတွက်သီးသန့်နေရာတခုပြင်ဆင်ပေးပါ။

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။
USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE MID-BCC

USAID ၏ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုဖြင့် AI-COMM စီမံကိန်းအတွက် AED မှ ပြင်ဆင်ပေးပါသည်။
ဇွန်လ၊ ၂၀၁၁ ခုနှစ်။
USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE MID-BCC