

**PRACTICAL TAMIL
FOR
MEDICAL PROFESSIONALS**

**PRACTICAL TAMIL
FOR
MEDICAL PROFESSIONALS**

Asiri Munasinghe

Faculty of Medical sciences
University of Sri Jayewardenepura
&
Faculty of Medicine
University of Jaffna

Practical Tamil for Medical Professionals

H.M.B Asiri Munasinghe

Copyright © 2008 Asiri Munasinghe

Published by

H.M.B Asiri Munasinghe

“Tharaka”, Koswatta,

Balalla.

E mail asiriemail@gmail.com

Telephone 077-3377578

037-2275567

1st Print - September 2008

2nd Print - October 2008

3rd Print - February 2009

4th Print - September 2009

5th Print - September 2011

ISBN 978-955-51115-0-8

All rights reserved. No part of this publication may be Reproduced, stored in retrieval system or transmitted in Any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior written permission of editor / publisher.

Printed by

Saveco Printing & Packaging (Pvt) Ltd.

28B, Katuwawala, Boralessgamuwa.

Price: Rs 220/-

To My Parents

H.M.H.D Munasinghe

M.Miyuri Munasinghe

And to

Dr.Rajitha Senarathne

PREFACE



Interpersonal communication is a wonderful life skill to be developed during the course of education. In every day practice, a medical officer needs to communicate with his patients as well as with his staff members when providing an optimum medical care.

It was my personal experience when I was studying in the faculty of medicine, University of Jaffna, where it was a hard time at the very beginning. I sweated my way through with of the innumerable terms, complex phrases and comprehensive grammar.

The “blue print” of this book was in my mind for some time, but it never reached its logical conclusion until recent times where, I was badly injured and hospitalized for about six months following a road traffic accident.

I would like to express a special word of gratitude to prof .Narada Warnasuriya, Prof. Jayantha Jayawardana and Dr. K. Sivapalan for spending their valuable time for reviewing the book and for writing forwards for this issue

I also wish to extend my sincere thank specially to Ettickan Pradeepa, Nilupul Handapangoda, Hasitha Attanayake, Thusitha Hettiarachchi, Dinesh Mannapperu, Mr.P.Hemachanda, Sugath Priyantha, H.M.Mosby, Saranga Alahapperuma, Mahendrarasa Kamalathanan, Mr.Rajarathnam E.Samarasekara, L. Doratiyawa, M. Withana, P. Sivamayooran, Sri Sanjeevan, S. Mayuran, Isuru Washuhewa, Ajith Jayasuriya, Y.Kumara Amarasinghe, N. Abeyasinghe, Miss.K.Amarasinghe & Miss. Prabashwari for their valuable comments in editing and improving the quality of the book.

Further I wish to thank Mr. Sanjaya Hettiarachchi Mrs. D. K. Aluthge, Mr. Bandula Walpola, Mr. Ruchira Dayarathne and the all the staff of Saveco Printing and Packaging (Pvt) Ltd for the good job done.

Finally, I am grateful to my parents, my brother Charitha Munasinghe, Sisters Radha and Menaka, Uncle P.M Darmadasa and specially to Nirmani for their encouragement and co-operation, thus made my dream a reality.

It is invaluable to know your comments, views and suggestions on this print as I hope to tailor the contents in the subsequent editions.

Asiri Munasinghe

16th July 2008

asiriemail@gmail.com

077-3377578

037-2275567

FOREWORD

It gives me great pleasure in providing a foreword to this book on “Practical tamil for Medical Professionals” written by H.M.B Asiri Munasinghe who is a final year medical student at the University of Sri Jayewardenepura, who had his pre-clinical training in the University of Jaffna.

In our quest for a truly nation bilingualism, i.e. a knowledge of both national languages by public servants who are involved in the service sector such as health is virtually important. Unfortunately it has received a low priority and has certainly contributed to alienation between the two ethnic groups.

In this context it is truly heart warming to see a busy Medical student having the time and the capacity to write a book such as this. It indicates the quality of concern for humanity that is vital for a good Doctor .

I hope this book will rekindle the interest to learn Tamil amongst the majority of Sinhala doctors so that they will be able to provide a better and more compassionate service to the Tamil speaking citizens of Sri Lanka.

Professor Narada Warnasuriya
Vice chancellor
University of Sri Jayewardenepura
Nugegoda
13th August 2008

FOREWORD

It is indeed a pleasure and privilege to write few comments on behalf of the faculty of Medical Science, University of Jayewardenepura on this historical publication. The goal of the faculty is to “produce medical graduates who are equipped with necessary knowledge, skills and attitude to provide health care services to any part of Sri Lanka”. To achieve the above goal it is necessary for the graduates to acquire the skill and ability to communicate with patients in a language of their choice. Since we live in a multiethnic society it is very essential for them to be able to communicate in Sinhalese, Tamil and in some instances in English.

However, it is no secret that is not the case. Therefore, I believe that medical student Asiri Munasinghe's debut is a praiseworthy effort. His book will help the medical students as well as the medical officers to develop the ability to communicate with the patients and the relatives happy and comfortable and will also have a positive effect on the quality of Health care.

The book comprises of three sections on various themes such as simple grammar, history taking and disorders, drugs, equipment, breaking bad news and many more.

I wish to congratulate and commend the author for his hard work and commitment. Hope you will find this a rewarding and a fruitful experience.

Professor Jayantha Jayawardana
Dean , Faculty of Medical Sciences
University of Sri Jayewardenepura
Nugegoda
19th August 2008

FOREWORD

It is a pleasure to be invited to write a foreword to “Practical Tamil for Medical Professionals”. The experiences of the author as a medical student in Jaffna are the same for many of us as students at Peradeniya in the seventies. We bought dictionaries and gone for Sinhala lessons before going to Peradeniya without much use. We managed to obtain histories from patients and examined them only with the help of fellow students. I still remember the early clinical days of memorizing questions and repeating them to the patients, sweating inside. When patients start answering, we stand staring at them without understanding a word. One patient looked at me and sympathetically said that he can manage in Tamil. Sometimes the student at the next bed helps us with translation or we discussed the difficult words later when we met leisurely.

Often we had to steal others learning time for this purpose and sometimes, especially near examinations, it becomes unpleasant. Soon we acquired enough Sinhala to be able to manage without much help. Same experience occurred to Sinhala students when they came across Tamil Speaking patients. All of us concentrated on overcoming our difficulties and going on with our studies. Only one person has thought

of easing the difficulties of others by putting it in writing. Asiri Munasinghe has to be praised for this effort.

Asiri had been identified as a natural leader during his stay in Jaffna and he represented several difficulties faced by the Sinhala students for me to find solutions. His attitude of caring for others has helped me to help him and his friends and create amicable relationship among the students. This must be the reason for his indulgence in this exercise while being a student.

This book is organized in three parts. The first part gives nouns, verbs, and simple grammar using simple sentences used in clinical practice. The second part concentrates on obtaining simple history and the third part goes on to complex conversations and instructions. Most appropriate words had been chosen.

The Tamil words pronounced in Sinhala are very appropriate without any distortion. Anyone can say the Tamil word just like a Tamil person or better after learning from this book. The expression of Tamil words is very appropriate and gives the correct meaning. The sad part of this is that this kind of book cannot be complete in giving all possible questions and answers. I feel that the book gives the needed

language skill to manage the common clinical situations. Appropriate classification and detailed table of contents make quick reference easy. In other words this book is a good companion for a Sinhala doctor to work with a Tamil patient.

This book is also a good companion to a Tamil doctor to work on a Sinhala patient after learning Sinhala alphabet because Sinhala equivalents are also given. Sinhala equivalents are missing only in certain areas which could be easily added in future editions.

I congratulate Asiri Munasinghe for producing this book and request him to keep collecting the difficult language encounters in clinical practice and include them in all three languages in future editions for any doctor, local or foreign to work with any patient in this island.

Dr. K. Sivapalan

Dean, Faculty of Medicine
University of Jaffna.

Jaffna

20th August 2008

A guide to use this book.....

The following guidance of the contents may be useful for the reader.

This book consists of 3 parts.

Part I

This section consists of nouns, verbs, simple grammar, common clinical conditions and basic anatomical terminology used in everyday practice.

Part II

This section is focused mainly in history taking

Part III

This section is specially designed to facilitate advance communication in everyday clinical practice.

I have taken special interest in enclosing a Sinhala translation along with each context to ensure that the reader finds it easy to appreciate the common format used in constructing sentences.

For example : -

Do you have Haemoptysis ?

ඉරුමෙයිල සලි ඕඩ රත්තම් වාරදා ?

කහිතකොට සෙමත් එක්ක ලේ එනවද?

For your convenience, I have underlined the corresponding Sinhala words in each sentence, so that you can identify the similarities of the two languages . This could be easily exploited to expand your fluency in language in different scenarios with different words, stems and phrases of expression.

For example: -

Do you have Haemoptysis ?

ඉරුමෙයිල සලී ඕඩ රත්තම් වාරදා?
කහිනකොට සෙමත් එක්ක ලේ එනවද ?

The order of words and “lay terms” that I have used in this book will facilitate the reader to understand the so-called “difficult” practical use of grammar more situationally and more meaningfully.

For example: –

Test, which is done by fixing wires on to the chest (ECG)?

නෙත්ඊල වයර් පෝට්ටි සෙයිලුම්

පරිසෝදනෙ සෙයිලිංගලා?

පපුවට වයර් ගහල කරන පරීක්ෂණය කලාද?

The reader may find that some of the phrases and terms have been repeated in different parts of this book. This is mainly to facilitate the reader to use it as a template in history taking, thus making it less time consuming.

Most of the tamil words have been made bold and highlighted, so that it would hopefully avoid any confusion with regard to other two languages.

I hope that you will find this as a useful reading material.

Dr. Asiri Munasinghe

CONTENTS

PART - I

Pronouns	1
Verbs	1
Singular and Plural Words	7
Basic question tags	7
Prepositions	9
Greetings	11
Feelings	12
Pain	12
Taste	13
Colours	13
Relationships	13
Directions	14
Days and Times	14
Some Responses	16
Quantities and Measurements	16
Numbers	17
Nouns	19
Some Medically Important Equipment.....	19
Some important Equipment useful for Day today life	19
Furnitures	20
Food	20

Vegetables and Fruits.....	21
Animal Sources	22
Drinks	23
Medically Important Animals,Birds & Snakes	23
Medically Important Insects	24
Medically Important Locations	24
Parts of the Body and Organs	25
Head	25
Thorax	25
Body fluids	26
Limbs	26
Abdomen	27
Bones	28
Pelvis	28
Diseases and Complaints	29
Diseases	29
Complaints regarding Head	30
Complaints regarding Respiratory System	30
Complaints regarding Eye	31
Complaints regarding Ear	32
Complaints regarding Breast	33
Complaints regarding CVS	34
Complaints regarding Oral cavity	35
Complaints regarding GIT	37

Complaints regarding Skin Disease	39
Complaints regarding Urinary system	39
Complaints regarding Musculo Skeltal System	40
Complaints regarding Neurological Disordes	41
Complaints regarding Trauma	41
Gynaecological complaints	42
Obstetrical complaints	43
Advices for Patients.....	45
Advices regarding Hygiene	45
Advices regarding medication	47
Dietary Advices	50
Advices regarding some Habits	52
Commands for Examinations	54
General Commands	54
Commands for examine the Head, Eye & Cranial nerves	55
Commands for examine the Respiratory, CVS & Abdomen.....	58
Commands for examine the Hands / Legs ...	59
Commands for labour room work	60

PART - II

Name	61
Age	61
Address	62
Questions Regarding Presenting	
Complaints	63
Past Medical History	65
Past Surgical History	66
Occupational History	66
Drug History	69
Dietary History	72
Immunization History	76
Habits	77
Family History	79
Social History	81
Marital History	84
Sexual History	85
Menstrual History	86
Obstetrical History	89
Development History (Paediatrics)	95
Social and emotional History (Paediatrics)	98

PART - III

Respiratory Disorders	99
C.V.S Disorders	103
Urinary Tract Disorders & Urine	108

GI.T Disorders, Vomits & Feces	113
Per Rectal Bleeding	121
Thyroid Disorders	124
Diabetes Mellitus	128
Trauma	132
Lump	136
Hernia	139
Breast Disorders	142
Arthritis & Musculo Skeletal disorders	146
Anaemia, Blood, Blood bank	150
Epilepsy	154
Fever.....	159
Abnormal Vaginal Bleeding	164
Dysmenorrheal Subfertility	167
Dermatological Disorders	170
Dental and Oral Disorders	172
Sexually Transmitting Diseases	177
Anaesthesia	179
E.N.T and Eye Disorders.....	182
Burn	187
Poisoning	189
Snake Bite	191
Breaking bad news and taking Consent	194
Investigations/tests	198

PART - I

This section consists of nouns, verbs, simple grammar, common clinical conditions and basic anatomical terminology used in everyday practice.

These will be helpful in composing new questions and understanding the patient's responses.

PRONOUNS

I	නාන්	මම
My	එන්නුඩය	මගේ
Me	එනක්ක	මට
You	හීංග	ඔයා
Yours	උංගලුඩෙය	ඔයාගේ
For you	උංගලුක්ක	ඔයාට
She	අවල්	ඇය
Her	අවල්උඩය	ඇයගේ
For her	අවලුක්ක	ඇයට
He	අවන්	ඔහු
His	අවන්උඩෙය	ඔහුගේ
For him	අවනුක්ක	ඔහුට
We	නාංගල්	අපි
Our	එංගලුඩය	අපගේ
For us	එංගලුක්ක	අපිට
Kumara's	කුමාරඋඩෙය	කුමාරගේ
For Kumara	කුමාරක්ක	කුමාරට

VERBS

Doing	සෙයිහිරෙන්
Going	පෝහිරේන්
Coming	වරැහිරේන්
Eating	සාපුඩහිරේන්
Drinking	කුඩික්කිරේන්
Staying	හික්කිරෙන්
Bathing	කුලික්කිරේන්
Lying	පඩුක්කිරේන්
Washing	කලුවුරේන්

Wearing	උඩුත්තූරේන්
Flexing	මඩික්කිරේන්
Extending	හීට්ටුරේන්
Talking	කදෙක්කිරේන්
Sitting	ඉරක්කිරේන්
Standing	හික්කිරේන්
Running	ඕඩුගිරේන්
Jumping	පායගිරේන්
Opening	තිරක්කිරේන්
Closing	මුඩුකිරේන්
Watching	පාරක්කිරේන්
Showing	කාර්ට්ටුරේන්
Hearing	කේක්හිරේන්
Walking	නඩික්හිරේන්
Shaking	අසෙක්කිරේන්
Biting	කඩික්කිරේන්
Applying	පෝඩුකිරේන්
Removing	කලට්ටුකිරේන්
Turning	තිරුප්පුකිරේන්
Lifting	තුක්කිරේන්
Tightening	අමුත්තුක්කිරේන්
Inspirating	මුවීචු ච්චුක්කිරේන්
Expirating	මුවීචු ච්චුක්කිරේන්
Cooking	සමෙක්කිරේන්
Swimming	හීංදුහිරේන්
Defecating	මැලම් පෝහිරේන්
Urinating	මුත්තම් පෝහිරේන්
Coughing	ඉරුමුහිරේන්
Using	පාවික්කිරේන්
Writing	ච්චුදුරේන්

In Tamil language, similar to what we experience in Sinhala. One word would take many forms. I have tried to show you the pattern from bellow given examples.

Format – 1 (present question tense)

පෝරිංගලා?	යනවද?
වාරිංගලා?	එනවද?
සාපිඬුරිංගලා?	කනවද?
කුඩික්කිරිංගලා?	බොනවද?

Eg- ඔයා ගෙදර යනවද?
හිංග විච්චුක්ක පෝරිංගලා?

Format – 2 (present negative)

පෝතවිලෙ	යන්නෙ නෑ
වරවිලෙ	එන්නෙ නෑ
සාපුච්චිලෙ	කන්නෙ නෑ
කුඩික්කවිලෙ	බොන්නෙ නෑ

Eg- මම ගෙදර යන්නෙ නෑ
නාන් විච්චුක්ක පෝතවිලෙ

Format – 3 (present negative question)

පෝහවිලෝයා?	යන්නෙ නැද්ද ?
වරවිලෝයා?	වන්නෙ නැද්ද ?
සාපුටවිලෝයා?	කන්නෙ නැද්ද ?
කුඩික්කවිලෝයා?	බොන්නෙ නැද්ද ?

Eg- ඔයා ගෙදර යන්නෙ නැද්ද ?
හිංග වීච්චුක පෝහවිලෝයා?

Format – 4 (past tense)

පෝනේන්	ගියා
වංදේන්	ආවා
සාපිටේන්	කෑවා
කුඩින්තේන්	බිච්චා

Eg- මම ගෙදර ගියා
නාන් වීච්චුක පෝනේන්

Format – 5 (past negative)

පෝහවිලෝ	ගියෙ නැහැ
වරවිලෝ	ආවෙ නැහැ
සාපිටවිලෝ	කෑවෙ නැහැ
කුඩික්කවිලෝ	බිච්චෙ නැහැ

Eg- මම ගෙදර ගියෙ නැහැ
නාන් වීච්චුක පෝහවිලෝ

Format – 6 (Past negative question)

පෝහවිලෝයා?	හිසෙ නැද්ද?
වරවිලෝයා?	ආවෙ නැද්ද?
සාපිඬවිලෝයා?	කෑවෙ නැද්ද?
කුඩික්කවිලෝයා?	බිව්වෙ නැද්ද?

Eg- ඔබ ගෙදර හිසෙ නැද්ද ?

හිංග විච්චුකු පෝහවිලෝයා?

Format – 7 (Command)

පෝංග	යන්න
වාංග	චින්න
සාපුඬිංග	කන්න
කුඬිංග	බොන්න

Eg- ඔබ ගෙදර යන්න

හිංග විච්චුකු පෝංග

Format – 8 (Future tense)

පෝචේන්	යන්නෙමි
වරචේන්	චින්නෙමි
සාපුඬචේන්	කන්නෙමි
කුඬිජ්ජේන්	බොන්නෙමි

Eg- මම ගෙදර යන්නෙමි

නාන් විච්චුකු පෝචේන්

Format – 9 (If)

පෝනාල්	ගියොත්
චංදාල්	ආවොත්
සාපීච්චාල්	කෂවොත්
කුඨිත්තාල්	බිච්චොත්

Eg- මම ගෙදර ගියොත්
නාන් චීච්චුක පෝනාල්

Format – 10

පෝයි කොන්චුඉරක්කුම්පොදු	යනකොට
චංද කොන්චුඉරක්කුම්පොදු	චනකොට
සාපීච කොන්චුඉරක්කුම්පෝදු	කනකොට
කුඨිත්ත කොන්චුඉරක්කුම්පෝදු	බොනකොට

Eg- මම ගෙදර යනකොට
නාන් චීච්චුක පෝයිකොන්චු ඉරක්කුම්
පෝදු

Format – 11

පෝයි ඉරක්කිරේන්	ගිහිල්ලා තියනච
චංද ඉරක්කිරේන්	ආචිල්ලා තියනච
සාපීච ඉරක්කිරේන්	කාලා තියනච
කුඨිත්ත ඉරක්කිරේන්	බීලා තියනච

Eg- මම ගෙදර ගිහිල්ලා තියනච
නාන් චීච්චුක පෝයි ඉරක්කිරේන්

SINGULAR AND PLURAL WORDS

Singular		Plural
පේනෙ	Pen	පේනෙ කල්
කුරන්ඩු	Cutter	කුරන්ඩු කල්
කත්ති	Knife	කත්ති කල්
කදවු	Door	කදවු කල්
කදිරෙ	Chair	කදිරෙ කල්
මේසෙ	Table	මේසෙ කල්

Plural word = Singular word + **"කල්"**

Eventhough this is not a universal principle, above conversion method can use for most of the time.

BASIC QUESTION TAGS

1) What?

එන්න?

මොකක්ද?

2) Where ?

එංග ?

කොතනද ?

- 3) When ?
විච්ච ?
කවදීද ?
- 4) Why ?
ඒත් ?
ඇයි ?
- 5) Who ?
යා ?
කවුද ?
- 6) How many ?
විත්තනෙ?
කීයක්ද ?
- 7) How much ?
විචලවී ?
කොච්චර ?
- 8) Have ?
ඉරිකා ?
තියෙනවද ?
- 9) Do you know ?
තෙරියුමා?
දන්නවද ?
- 10) Understand ?
විලංගලා ?
තේරෙනවද ?

eg 1 :-

When are you going ?

විජ්ජ පෝරිංග ?

කවද්ද යන්නෙ ?

eg 2 :-

Where you have the pain ?

විංගෙ නෝහුදු ?

කොතනෙද රිදෙන්නේ ?

eg 3 :-

What's the matter?

වින්න වරක්කම්?

මොකක්ද අමාරුව?

PREPOSITIONS

To	ක්කු	වෙත
Till	වරයි	දක්වා
With	උඩත්	සමග
Up	මේල	උඩ
Under	කීල	යට
Near	ක්කම්/කීවට	අසල
In	උල්	තුල
From	ආල්	විසිහ
But	ආනාල්	නමුත්
Out of	වෙලිය	පිටත
About	පව්ච්ච	පිලිබඳ
Between	ඉඩයිල්	අතර
After	පිරහු	පසු

While	පෝදු	අතරතුරේ
Since	ඉරිත්දු	සිට
Before	මුත්දී / මුදලේ	පෙර
Without	ඉල්ලාමල්	හැර

Eg-

I went to school

නාන් පාඨසාලෙක්කු පෝනේන්

මම පාසැල වෙත ගියෙමි

Eg-

Ajith played with Isuru

අජිත් උඩන් ඉසුරු විලයාඩි නාර්

අජිත් සමග ඉසුරු සෙල්ලම් කලේය

Eg -

There is a book on the table

මේසයි මේල් පුත්තහම් ඉරික්ක

මේසය උඩ පොතක් ඇත

Eg -

The book is under the table

මේසෙක්ක ක්ලයි පුත්තහම් ඉරික්ක

මේසය යට පොතක් ඇත

GREETINGS

Welcome

වනක්කම්

ආයුබෝවන්

Good morning

කාලෙයි වනක්කම්

සුභ උදෑසනක් වේවා

Good evening

මාලෙයි වනක්කම්

සුභ සැන්දෑවක් වේවා

Good night

ඉරවු වනක්කම්

සුභ රාත්‍රියක් වේවා

Happy birthday

ඉණිය පිරන්දනාල් වාල්තුක්කල්

සුභ උපන්දිනයක් වේවා

Happy new year

ඉණිය පුදු වරැඟ වාල්තුක්කල්

සුභ අළුත් අවුරුද්දක් වේවා

FEELINGS

Happy	සන්තෝසම්
Sad	තුක්කම්
Lonely	තනිමෙ
Lazy	සෝම්බල්
Active	සුරු සුරුපේපු
Greedy	අලෙයිරාංග
Dirty	අසුත්තම්
Clean	සුත්තම්
Sleepy	තුක්කම්
Fear	පයම්
Wise	පුත්තිසාලි
Foolish	මුඩ
Good Smell	වාසම්
Bad smell	නාත්තම්
Cold	කුලීර්
Hot	සුඩු
Soft	මෙදුවාන
Hungry	පසි

PAIN (නෝවු / වලි)

Aching	වලි
Burning pain	වීරිවු මාදිරි නෝවු
Tightening pain	ඉරිගිදු මාදිරි නෝවු
Pricking pain	කුත්තර මාදිරි නෝවු
Tearing pain	කිලික්කිර මාදිරි නෝවු
Severe pain	රොම්බ නෝහු

TASTE (රැසි)

Sweet taste	ඉහිප්පු රැසි
Bitter taste	කසප්පු රැසි
Salty taste	උප්පු රැසි
Acidic taste	පුලිප්පු රැසි

COLOURS (නිරම්)

Red	සිව්ප්පු නිරම්
Blue	නීල නිරම්
Yellow	මංජල් නිරම්
White	විල්ලෙ නිරම්
Black	කරැප්පු නිරම්
Green	පව්ව නිරම්
Purple	උඹා නිරම්
Light colour	ඉල නිරම්
Dark colour	කඩුම් නිරම්
Orange colour	සුම්මංජල් නිරම්
Brown colour	කබිලම් නිරම්

RELATIONSHIPS

Relation	සොන්දකාරනර් / උරච්නර්
Mother	අම්මා
Father	අප්පා
Child	පුල්ලෙ
Son	මහන්
Daughter	මගල්
Uncle	මාම්

Aunt	නැන්දා
Husband	කනවර්
Wife	මැනෙව්
Elder brother	අණ්ණා
Younger brother	තමිබ්
Elder Sister	අක්කා
Younger sister	තංගච්චි
Grand mother	පාට්ටි
Grand father	සීයා
Brother	සහෝදරර්
Sister	සහෝදරි

DIRECTIONS

Upside	මේලෙ
Down	බිලෙ
Left side	ඉඩදු පක්කම්
Right side	වලදු පක්කම්
Middle	තඩුවිල
Up	මේල
Down	බිල
Edge	නුහිසිල්

DAYS AND TIMES

Day	නාල්
Today	ඉන්ඩැක්කි
Tomorrow	නාලෙක්කි
Yesterday	නේට්ටරු

Day before-yesterday	මුන්දනාල්
Day after-tomorrow	නාල් ඉන්ඩැක්ක්
This week	ඉන්ද කිරුමේ
Last week	තඩසිය කිරුමේ
Next week	චාර කිරුමේ
This month	ඉන්ද මාදම්
Monday	තිංගල් කිරුමේ
Tuesday	සෙව්ව්වායි කිරුමේ
Wednesday	පුදන් කිරුමේ
Thursday	වියාලන් කිරුමේ
Friday	වෙල්ලි කිරුමේ
Saturday	සනි කිරුමේ
Sunday	ඤායටීරු කිරුමේ
Morning	කාලෙ
Afternoon	මධ්‍යහම්
Evening	පින්තේරම්
Night	ඉරවෙ
Time	තේරම්
Now	ඉප්ප
Later/ after	පිරහු
Before	මුන්දි

Once daily

ඔරු නාලෙක්කි ඔරු තඩම්

Twice daily

ඔරු නාලෙක්කි රෙන්ඩු තඩම්

Thrice daily

ඔරු නාලෙක්කි මුහු තඩම්

First day

මුදලාවදු තිහදී

පළවෙනිදා

Second day

රෙන්නාවදු තිහදී

දෙවනදා

Tenth day

පත්තාවදු තිහදී

දහවෙනිදා

SOME RESPONSES

Yes

ඕම්

No

ඉල්ලෙ

Can

මුඩියුම්

Can't

ඒලාද

Have

ඉරික්ක

QUANTITIES AND MEASUREMENTS

Amount

අලවු

Lack

කුරංචි

High

කැනක්ක

Full

මුලු

Half

ඇරෙ

Quarter

කාල්

Three quarter

මුක්කාල්

Weight

හිරස්

Length	හිලම්
Width	අගලම්
Height	උයරම්
Depth	ආලම්
Far	තුරම්
Few	කොන්ජම්
More	කුඩ

NUMBERS

0	Zero	සයිවර්
1	one	ඔන්ඩු
2	two	ඉරන්ඩු / රෙන්ඩු
3	three	මුන්ඩු
4	four	නාලු
5	five	අංජි
6	six	ආරු
7	seven	ඒලු
8	eight	ච්ච්චු
9	nine	ඔම්බදු
10	ten	පත්තු
11	eleven	පයිනොන්ඩු
12	twelve	පහි රෙන්ඩු
13	thirteen	පයි මුන්රු
14	fourteen	පයි නාලු
15	fifteen	පයි නංජි
16	sixteen	පයි ආරු
17	seventeen	පයිනේලු
18	eighteen	පයිනෙච්චු
19	nineteen	පත්තොම්බදු

20	twenty	ඉරුවදු
21	twenty one	ඉරුවන්හි ඔන්ඩු
30	Thirty	මුස්පදු
40	fourty	නාස්පදු
50	fifty	අම්පදු
60	sixty	අරුවදු
70	seventy	ඵලුවදු
8 0	eighty	ඵම්බදු
90	ninety	තොන්නුරු
100	hundred	නුරු
101	hundred 'n one	නූට්ටි ඔන්ඩු
200	two hundred	ඉරු නුරු
300	three hundred	මුන් නුරු
400	four hundred	නාන්නුරු
500	five hundred	අයිනුරු
600	six hundred	අරුනුරු
700	seven hundred	ඵලු නුරු
800	eight hundred	ඵන්නුරු
900	nine hundred	තොලායිරම්
1000	thousand	ආයිරම්
1001	thousand 'n one	ආයිරන්හි ඔන්ඩු
10000	ten thousand	පත්තාඉරම්
100000	hundred thousand	නූර් ආයිරම්
1 st	first	මුදලාවදු
2 nd	second	රෙන්නාවදු
3 rd	third	මුන්නාවදු
4 th	fouth	නාන්ඟාවදු
5 th	fifth	අංජාවදු
	last	කඩසිය

NOUNS

Some medically important equipment

Thermo meter	වෛෂ මානි
Knife/ Blade	කන්ති
Cotton wool	පන්චි
Needle	උණි
Hand Lens	කන්හාඩ්
Microscope	නුනුක්කු කාට්ටි
Scissor	කන්තිරික්කෝල්
Thread	නූල්
Spoon	කැරන්ඩ්
Wheel chair	තල්ලු වන්ඩ්
Spectacle	කන්හාඩ්
Denture	පොයි පල්ලු

Some important equipment useful for day today life

Cutter	කුරන්ඩු
Hammer	සුන්තිශල්
Clock	කඩිහාරම්
Plate	පිඟන්
Glass	කන්හාඩ්
Bottle	පෝත්තල්
Cup	කෝප්පෙ
Cloth	තූනි
Dress	උඩුපිපු
Towel	තුවායි

Saron	සරම්
Trouser	කාල්සට්ට
Under wear	උල්ලු උඩුපිටු
Pen	පේනෙ
Book	පුත්තනම්
Pencil	පැන්සල
Eraser	අලිරබ්බර්

FURNITURES

Bed	කට්ලේ
Table	මේසෙ
Chair	කදිරෙර
Cupboard	අලුමාර්
Umbrella	කුඩයි
Door	කදුඩු
Window	ජන්නල්
Broom	තුම්බුත්තඩ්

FOOD

Food	සාප්පාඩු
Rice	සෝරු
Bread	පාන්
Parata	පරාටා
Kottu	කොත්තු
Rotti	රොට්
String hoppers	ඉඩි අප්පම්
Hoppers	අප්පම්
Green gram	පාසි පයිරු

Gram	කඩලෛ
Corn	සෝලම්
Soya	සෝයා
Curries	කරි
Fish	මින
Meat	ඉරවිච්චි
Egg	මුට්ට
Green leaves	කීරෙර
Potato	කිලංගු
Jaggery	කරුප්පට්ටි / සක්කර
Sugar	සීනි
Gravy	කුලම්බු
Liver	රිරල්
Boiled food	අච්චිව සාප්පාඩු
Roasted food	පොර්ච්චිව සාප්පාඩු
Fibre food	නාර් සත්තුල් සාප්පාඩු

VEGETABLES AND FRUITS

Brinjal	කත්තිරික්කා
Pea	පයිතංගා
Beans	බොංචි
Tomato	තක්කාලි
Jack	පිලාකා
Chillie	මිලහායි / කොච්චිකා
Drumstick	මුරුංගා
Lady's fingers	චෙන්ඩික්කායි
Fruits	පලම්
Mango	මාම් පලම්

Pineapple	අන්නාසි
Banana	වාලෙයි පලම්
Jack fruit	පලා පලම්
Papaw	පප්පාසි පලම්
Wood apple	විලාම් පලම්

ANIMAL SOURCES

Meat	ඉරවිච්චි
Fish	මීන්
Beef	මාඬු ඉරවිච්චි
Chicken	කෝලි ඉරවිච්චි
Pork	පන්ඬු ඉරවිච්චි
Mutton	ආඬු ඉරවිච්චි
Egg	මුට්ටෙ
Liver	ඊරල්
Bone	ච්ඳුම්ඬු
Maldive fish	මාස්සි
Sprats	නෙත්තිලි කරුවාඬු
Dry fish	කරුවාඬු
Prawn	රාල්
Crab	නන්ඬු

DRINKS

Soup	සුප්
Toddi	කල්ලු
Arrack	සාරායම්
Kanji	කංජි
Tea	තේ තන්ති / තේ නීර
Milk	පාල්
Coffee	කෝපි

MEDICALLY IMPORTANT ANIMALS, SNAKES & BIRDS

Animals	මීරගංගල්
Dog	නායි
Cat	පුනායි
Rat	චිලි
Rabbit	මුයල්
Pig	පන්ඬිර
Cow	මාඬු
Goat	ආඬු
Fish	මීන්
Birds	පරවගල්
Cock	කෝලි
Crow	කාහයි
Snake	පාමිඬු
Cobra	නාග පාමිඬු
Krait	පුඩයන් පාමිඬු
Russel's Viper	විරයන් පාමිඬු
Rat snake	සෂර පාමිඬු

SOME MEDICALLY IMPORTANT INSECTS

Insect	පූව්ව්
Fly	ඉලයාන්
Blue bottle fly	මහි ඉලයාන්
Mosquito	නුලමීඩු
Bug	මූට්ටෙට පූව්ව්
Spider	සිලන්දි
Scorpion	තේල්
Ant	චරැමීඩු
Bee	තේන් කුලව්
Wasp	කුලව්
worm	පුලු

SOME MEDICALLY IMPORTANT LOCATIONS

Location	ඉඩම්
Hospital	ආස්පත්තිරි/වෛත්තිස සාලෙ
Theater	සත්තර සිහිව්වෙ කුඩම්
I.C.U	අධි තීවිර සිහිව්වෙ පිරවු
Emergency unit	අවසර සිහිව්වෙ පිරවු
Accident service	විධන්තිව්ව් කිව්වෙ පිරවු
Blood bank	රත්තම් වංගි
Ward	වාට්ටු
Queue	වර්සෙයි
Home	වීඩු
Garden	තෝට්ටම්

Room	අරෙර
Toilet	මලසල කුඩම් / කක්කුස්සි
kitchen	කුසුනි
There	අංග
Here	ඉංග
Shop	කඩෙඩ
Road	වීදි
School	පාඩසාලෙ

PARTS OF THE BODY AND ORGANS

Head

Head	තලෙයි / මන්ඩෙඩ
Hair	තලෙයි මුඩ්
Jaw	තාඩෙඩ
Mouth	වාස්
Nose	මුක්කු
Ear	කාදු
Eye lashes	කන් මුඩ්
Eye lid	ඉමෙම
Neck	කලුත්තු
Throat	තොන්ඩෙඩ
Palate	අන්නම්
Brain	මුලෙ

Thorax

Chest	නෙංජි
Breast	මාර්බු
Shoulders	තෝල් පට්ට

Back	මුදුල
Armpit	කමක්කට්ට
Heart	ඉදයම්
Lungs	ස්වාසප්පායි
Trachia	වාදනාලි
Oesophagus	කලම්
Veins	නාලම්
Artery	නාඩි
Blood vessels	කැලන්ගල්

Body fluids

Saliva	ච්ච්චල්
Sputum	සලි
Vomitus	සත්ති
Blood	රත්තම් / කුරැදි
Bile	පිත්තම්
Pus	සිදල්
Milk	පාල්
Breast milk	තායි පාල්
Sweat	වියර්වෙව
Oil	චන්තෙ
Sperms	ඉන්දිරියම්
Urine	සැලම්
Lymph	හින හීර්

Limbs

Hand	කයි
Elbow	මුලංකයි
Wrist	මහි කට්ටු

Palm	උල්ලං කයි
Finger	විරල්
Fingers	විරල්කල්
Thumb	පෙරු විරල්
Index finger	සුවිටු විරල්
Middle finger	හඬු විරල්
Ring finger	මෝදුර විරල්
Little finger	සුන්ඬු විරල්
Nails	හහම්
Shoulder joint	තෝල් මුවිටු
Leg	කාල්
Knee	මුලං කාල්
Thigh	තොඩයි
Ankle	කනුක්කාල්
Heal	කුදික්කාල්
Sole	පාදම්
Calf	කෙන්ඩෙක්කාල්

Abdomen

Stomach	වෙරු / ඉරයිපයි
Liver	ඊරල්
Loin	ඉඩුප්පු
Waist	ඉඩයි
Spleen	කල්ලීරල්
Appendix	කුඩල් වලර්
Pancrease	සදයි
Gall bladder	පිත්තප්පයි
Colon	පෙරුන් කුඩල්

Small intestine	සිරු කුඩල්
Spinal cord	මුදුහු නාන්
Lower abdomen	අඩි වෙර්

Bones

Bones	එලුම්බු
Vertebral column	මුල්ලන් දණ්ඩු
Vertebrae	මුල්ලන් දණ්ඩු එලුම්බු
Ulnar	අරන්දි
Radius	ආරෙර
Wrist bone	මහික්කට්ටු එලුම්බු
Ribs	විලා එලුම්බු
Sternum	මාර්බු පට්ටයි
Pelvis	ඉඩුප්පු එලුම්බු
Loin	ඉඩුප්පු
Skull	තලෙල ඕඩු / මන්ඩෙඩ ඕඩු

Pelvis

Groin	
Sexual organs	ඉලිංග අංගම්
Penis	ආන් ලිංග උරුප්පම්
Testis	විදුයි
Vagina	යෝනි මාර්කම්
Rectum	කුදුම්
Buttock	තට්ටම්
Bladder	සිරහිර් පයි
Kidney	සිරහිරගම්
Ovaries	සුලගම්
Uterus	කරුප්පෙප

DISEASES AND COMPLAINTS

Disease

Diseas	වරැතම්
Fever	කාච්චල්
Common cold	තඩුමල්
Cough	ඉරැමල්
Tonsilitis	තොනඩෙඩ වලි
Asthma	ඉලුප්පු / මුට්ටු
Diabetes	සැල රෝගම් (සීනි වරැතම්)
Cancer	පුත්තු නෝයි
Hypertension	උයර් රත්තම් අමුක්කම්
Wheeze	අැලප්පු
Fit	වලිප්පු
Cardiac diseases	ඉදය වරැතම්
Hepatitis	මංජල් කාච්චල්
Mumps	කූහෙ කට්ටු
Chicken pox	පෙරිය අම්මෙ
Small pox	සින්න අම්මෙ
Arthritis	මුට්ටු වාදම්
Anaemia	කුරැදිච්චෝහයි

COMPLAINTS

Complaints regarding Head

Dizziness	තල සුත්තු
Faint	මයක්කකම්
Heaviness of head	තලෙයි පාරම්
Dandruff	පොඩුහු
Lies	පේන්
White hair	නරෙ මුඩ්
Boldness	වලක්කෙ

Complaints regarding Respiratory System

Blocked nose

මුක්ක අධෙප්පු

නහය හිරවෙලා

Epistaxis

මුක්කු රත්තම් වරද

නහයෙන් ලේ වනවා

Rhinorrhoea

මුක්කු තන්ති මාදිරි වඩියෙද

නහයෙන් දියර ගලනවා

Polyp inside the nose

මුක්කු උල්ලුක සඳෙ වලරුද

නහය ඇතුළේ මස් දැල්ලක් තියෙනවා

Dyspnoea

මුළුව වඩික්ක කස්ටම් ඉරික්ක

හුස්ම ගන්න අමාරැයි

Complaints regarding Eyes

Impairment of vision

පාර්වෙ කුරවු

අස් පේන්තේ නෑ

Itching of eyes

කන්න අරික්කදී

අස් කනනවා

Burning of eyes

කන්න වරිවු

අස් දනවා

Blurred vision

පාර්වෙ මංගලා තෙරිරදු

අස් බොදවෙලා පෙනෙන්නෙ

Red eye

කන් සිවන්දු

අස් රතු වෙලා

Excessive tearing

කන්තිර් කුඩ වඩියදු

අස් වලින් වැඩිපුර කඳුළු ගලනවා

Irritating of eyes

කන්හු වලික්කිදු

ඇස් කෙවෙනවා

Foreign body in eye

කන්හිල් තුසි විලිංදුදු

ඇතැට රොඩ්ඩක් ගියා

Photophobia

වෙලිවිවම් පාක්ක කස්ටම්

විලිය දිහා බලන්න බැහැ

Complaints regarding Ear

Loss of hearing

කාදු ක(ර්)ක්ක ඉල්ල

කන ඇහෙන්නේ නැහැ

Earache

කාදු හෝතුදු/වලි

කන රිදෙනවා

Ear blockage

කාදිල උල්ල අබෙප්පු

කන හිර වෙලා

Otorrhoea

කාදිල උල්ල තන්හි වඩිය

කනෙන් දියරයක් වනවා

Pus discharging from ear
කාදු උල්ල සිදුල් වඩියද
කනෙන් සැරව වනවා

Blood discharging from ear
කාදු උල්ල රත්තම් වරුද
කනෙන් ලේ වනවා

A noise inside the ear
කාදු උල්ල සත්තම් වරුද
කන ඇතුලෙන් සද්දයක් වනවා

An insect gone in to ear
කාදු උල්ලක්කු පුච්චි පෝයි
කනට සතෙක් ගියා

Water gone to ear
කාදු උල්ල තන්හි පෝයව්වද
කනට වතුර ගියා

Complaints regarding Breast

Lump in breast
මාර්බුල කට්ටි ඉරුක්ක
පියයුරේ ගෙඩියක් තියෙනවා

Discharges from the nipple
හිපල්ල තන්හි වරුද
තන පුඩුවේ දියරයක් වනවා

Wound on nipple

නිපල්ල පුන්හු ඉරක්ක

තන පුඩුවේ තුවාලයක් තියනවා

Breast pain

මාර්ඩු නෝහුදු

පියයුරු රිදෙනවා

Nipple rash

නිපල්ල rash ඉරක්ක

තන පුඩුවේ rash එකක් තියනවා

Loss of milk

පාල් ඉලලෙල

කිරි නැහැ

Excessive breast milk production

පාල් කුඩ වරැම්

කිරි වැඩිපුර එනවා

Complaints regarding CVS

High blood pressure

උයර් රත්ත අමුක්කම්

අධික රුධිර පීඩනය

Heart diseases

ඉදය වරැත්තම්

හෘද රෝග

Chest pain

හෙත්ප වලි

පපුවේ වේදනාව

Anaemia

රක්තවෝහයි / කුරැදුවෝහයි

රක්ත හීනතාවය

Palpitation

පඩ පඩප්පු

පපුව වේගයෙන් ගැහෙනවා

Chest tightening

හෙංප් ඉරිඟිදු

පපුව හිරවෙනවා

Hole in the heart

ඉදයත්තිල් ඕට්ටෙ ඉරික්ක

හෘදයේ සිදුරක් තියනවා

Complaints regarding Oral cavity

Toothache

පල්ල වලි

දත් කැක්කුම

Mobile teeth

පල්ල ආඩද

දත් හෙලවෙනවා

Gum bleeding

මුරසුඉල් රත්තම් වාරදු

විදුරුමසෙත් ලේ ගැලීම

Hallitosis

වායිල් භාත්තම් වාරදු

මුඛයෙන් දුර්ගන්ධයක් පිටවීම

Loss of taste sensation

රසි ඉල්ල

රස නොදැනීම

Lip cracking

උදඩු වෙඩික්කිද

තොල් පැලී යාම

Primary teeth

පාල් පටිකල්

කිරි දත්

Permanent teeth

නිලයාන පටිකල්

ස්ථිර දත්

Supernumerary teeth

ඤානප්පල්

නල දත්

Teeth sensitivity

පැල්ලු කුසුදු

දත් හිරි වැටීම

Complaints regarding GIT

Loss of appetite

සාප්පිඩ මැනම් ඉල්ල

කෂම අරුචිය

Vomiting

සත්ති

වමනය

Nausea

සත්ති වාර මාදිර ඉරික්ක

ඔක්කාරය (වමනෙ වනවා වගේ නියනවා)

Gastritis

වෛර වර්ශිදු

බඩ දැවිල්ල

Stomachache

වෛර වලි/වෛර කුත්තු

බඩේ වේදනාව

Abdominal distension

වෛර උගදික මාදිර ඉරුක්ක

බඩ පිපීම

Constipation

මැලම් පෝහයික කස්ටම්

මළ බද්ධිය

Diarrhoea

වයිත්තාල පෝහුදු / වෙර්ට්ටාට්ටම්

බඩ යෑම

Gall stones

පිත්තක්කල්

පිත්තාශයේ ගල්

Intestinal ulcers

කුඩල් පුන්හු

බඩවැලේ තුවාල

Worm infestation

පුළිච් හෝයි

පහු අමාරුව

Rectal bleeding

කුදුන්තාල රත්තම් පෝහුදු

ගුදු මාර්ගයෙන් ලේ පිටවීම

Increased appetite

වන්දු තේරමුම් පයි ඉරික්ක

හිතරම බඩගිනි දැනෙනවා

Loss of appetite

පයි ඉල්ලෙ

බඩගිනි දැනෙන්නෙ නෑ

Complaints regarding skin and skin diseases

Skin	තෝල්
Itching	සොරි / අරික්කි
Papillae	කොප්පලම් පෝඩිද
Scabies	සිරංගු
Pimples	මුහප්පරු
Dry skin	කාංප තෝල්
Lumps	කට්ටි
Wounds	පුන්නු/කායම්
Abrasion	සිරායප්පු
Allergy	ඔව්වාමෙම
Infection	තොටිරු
Scales	සෙදිල්
Pityriasis versicolor	තේමල්

Complaints regarding Urinary system

Urine

මුත්තම් / සැලම්

මුත්තා

Urinary calculi

සිරනිර් කට්කල්

මුත්තා ගල්

Increased frequency of micturition

අධික්කඩ් මුත්තම් පෝහුම්

නිතරම මුත්තා යනවා

Urination during night
තූක්ත්තිල මුත්‍රම් පොහුදු
හින්දෙන් මුත්‍රා යනවා

Oliguria
මුත්‍රම් කුරයිවා පෝහුදු
මුත්‍රා අඩුවෙන් යනවා

Blood in urine
මුත්‍රම් පෝහයික රත්තම් පෝහදු
මුත්‍රා එක්ක ලේ යනවා

Dysurea
මුත්‍රම් පෝහයික වලික්කිදු
මුත්‍රා කරන කොට රිදෙනවා

Anurea
මුත්‍රම් පෝහ ඉලෙලෙ
මුත්‍රා යන්නේ නැහැ

Complaints regarding Musculo skeletal system

Bones	එලුම්බු
Joints	මුට්ටු
Muscles	තසයි
Pain on knee	මුලංකාල් වලික්කිදු
Swelling of knee	මුලංකාල් ඒංගිදු
Stiffness of knee	මුලංකාල් ඒර්ගිදු

Cramps	සදැයි පිඬිප්පු
Body Pains	ඔඩම්බු වලි
Dislocation	මුට්ටු විලහි
Contusion	නෙපට්ටු

Neurological disorders

Numbness	මරත්තු පෝදලේ
Loss of memory	ඤාඩහ මරදි
Paralysis	පක්ක වාදම්
Depression	මහ අලුත්තම්
Epilepsy	කාක්කා වලිප්පු

Complaints regarding Trauma

Wound	පුන්භු
Abrasion	සිරෙප්පු
Burn	සුට්ටු කායම්
Fracture	ඔඩංපි
Contusion	නෙපට්ටු
Bleeding	රත්තම් පෝභුම්
Cut	වෙට්ටු පට්ටු
Accident	මෝදි
Fell down	විලිංද

Gynaecological complaints

Excessive vaginal bleeding

යෝනිල ඉරින්ද අධිගම් රත්තම් පෝතුද
යෝනි මාර්ගයෙන් අධිකව රුධිර වහනය

Per vaginal bleeding with clots

යෝනිල රත්තම් කට්ටියා පෝතුද
යෝනි මාර්ගයෙන් රුධිර කැට පිටවීම

Dysmenorrhoea

මාදව්ඩායි හේරත්තිල වෛට්ටු වලි
ඔසප් දිනවල උදරයේ වේදනාව

Post coital bleeding

ඔන්ඩා සේන්දු පිරතු රත්තම් පෝතුද
ලිංගික සම්බන්ධතා වලට පසු රුධිර වහනය වීම

Dyspareunia

ඔන්ඩා සේරුම් පෝදු වලික්කිද
ලිංගික සම්බන්ධතා වලදී වේදනාව

Stress incontinence

ඉරුමෙක මුතුම් පෝතුද
කහින විට මුත්තා පිටවීම

Whitish vaginal discharge

වෙල්ලෙ පෝක්කු
සුදු යාම

Irregular menstruation
මාදව්‍යාසි ඔලුංගා ඉල්ල
අක්‍රමවත් ඔසප් වකුය

Menopause
මාදව්‍යාසි නිරන්තම්
ආර්ථවාසාවය

Obstetrical complaints

Labour pain
ප්‍රසව වලි
ප්‍රසව වේදනාව

Reduced foetal movements
පුල්ලෙලෙ තුඩ්පු කුරවු
හුන වලන අඩු වීම

Miscarriage
කරුවිවිදියවු
ගබ්සා වීම

Abortion
කරු කලෙප්පු
ගබ්සා කිරීම

Preterm baby
කුරයි මාසම් පුල්ලෙලෙ
නොමේරුනු දුරුවා

Low birth weight

පිරික්කම් පෝදු පාරම් කරවු

අඩු බර දරු උපත්

Twins

රටේ කුලන්දෙ

හිවුන්හු

Infertility

මදඩු

වඳහාවය

Subfertility

ප්‍රසව තාමදම්

මදසරහාවය

Dr. Asiri Munasinghe

ADVICE FOR PATIENTS

Advice regarding Hygiene

Bath daily

ඔව්වරු නාලම් කුලික්කනුම්

දිනපතා නාන්න

Don't bath

කුලික්ක වේන්ඩාම

නාන්න විපා

Have a hot/cold water bath

සුදු/ කුලීර් තන්ති කුලික්කනුම්

උණු/ ඇල් චතුරෙත් නාන්න

Cut your nails

නහම් වෙට්ටුංග

නියපොතු කපන්න

Wash your hands

කයිය කලුටුංග

අත් සෝදන්න

Apply soap

සවුක්කාරම් පෝට්ටුංග

සබන් ගාන්න

Don't apply soap

සවුක්කාරම් පෝට්ට වේන්ඩම්

සබන් ගාන්න විපා

Brush well two times a day

ඔරු නාලෙක්කි රෙන්ඩු තඩම්

පල්ල තුලක්කුංග

දවසට දෙවරක් හොඳින් දන් මදින්න

Rinse your mouth with salt water

උජ්ජු තන්නියාල් වායි නල්ලා කලුවුංග

ලණු වතුරින් කට හෝදන්න

Have a hair cut

තලෙයිමුඩි වෙට්ටුංග

කොණ්ඩය කපන්න

Use the foot wares

සෙරුජ්ජු පාවිංග

පාවහන් පාවිච්චි කරන්න

Wash your clothes thoroughly.

උඩුජ්ජු නල්ලා කලුවුංග

රෙදි හොඳින් හෝදන්න

Do steam inhalation

ආචි ජිඩික්කතුම්

හුමාලය අල්ලන්න

Advice regarding medication

Tablets	විල්ලෙයි / කුල්සෙ
Drugs	මරන්ද
Syrup	තන්හි මරන්ද
Injection	උෂි

Keep this tablet under your tongue

ඉන්ද කුලිසෙ නාක්කු ක්ලෙක වච්චිකිරංග

මේ පෙත්ත දිව යටින් තබා ගන්න

Insert this per rectum

ඉන්ද කුලිසෙ පින්හික්ක පෝට්ටකිරංග

මේ බෙහෙත පිටිපස්ස පත්තෙන් ඇතුලට දාගන්න

Put this in to your eye

ඉන්ද කුලිසෙ කන්නුක්ක පෝඩුංග

මේ බෙහෙත ඇහැට දාන්න

Put this in to your nose

ඉන්ද කුලිසෙ මුක්කක පෝඩුංග

මේ බෙහෙත හහයට දාන්න

Put this in to your ear

ඉන්ද කුලිසෙ කාදක පෝඩුංග

මේ බෙහෙත කනට දාන්න

Apply this all over the body.

ඉන්ද මරද ඔබම්බුල මුලුක්ක පුමිකිංග

මේ බෙහෙත ඇඟේ ගා ගන්න

Put two drops at a time

ඔරු නේරත්තික රෝන්ඩු සොට්ටු පෝඩුංග
වරකට බිංදු දෙකක් බැගින් දාන්න

Take this drug only in the afternoon

ඉන්දු කුලියෙසෙ පහලක මට්ටුම් කුඩිංග
මේ බෙහෙත දවල්ට විතරක් බොන්න

Give this syrup one tea spoon twice a day

ඉන්දු සිරස් ඔරු නාලෙක්කි රෝන්ඩු තැරම් ඔරු
තේ කැරන්ඩි කොඩුක්කවුම්
මේ බෙහෙත දවසට දෙවරක් තේ හැඳි එක බැගින්
දෙන්න

Give this syrup two tea spoons 3 times a day

ඉන්දු සිරස් ඔරු නාලෙක්කි මුහු තැරම්
රෝන්ඩු තේ කැරන්ඩි කොඩුක්කවුම්
මේ බෙහෙත දවසට තුන් වරක් තේ හැඳි දෙක බැගින්
දෙන්න

Take this drug only in the afternoon

ඉන්දු කුලියෙසෙ පහලක මට්ටුම් කුඩිංග
මේ බෙහෙත දවල්ට විතරක් බොන්න

Take this drug only at night.

ඉන්දු කුලියෙසෙ ඉරවෙක්කි මට්ටුම් කුඩිංග
මේ බෙහෙත රාත්‍රියට විතරක් බොන්න

Take drugs at correct time

සර්ශාන නේරත්තික්ක මරුඳු කුඩුංග
වෙලාවට බෙහෙත් බොන්න

Drink before you eat
සාප්පාටුකු මුන්දි කුඩිංග
කෂමට පෙර බොන්න

Drink after you eat
සාප්පාටුකු පින් කුඩිංග
කෂමට පසු බොන්න

Chew this tablet
ඉන්දු කුලියෙසෙ මෙන්ඩිරු සාප්පිඩුංග
මේ පෙත්ත හපල කරන්න

Take this drug only when you feel uncomfortable.
ඉන්දු කුලියෙසෙ වරුත්තමාතිර නේරත්තුක්ක
වේටුම් කුඩිංග
මේ බෙහෙත අමාරු වෙලාවට චිතරක් බොන්න

1 ,2 ,3 tablets at a time
ඔරු නේරත්තුක්ක ඔරු කුලියෙසෙ, රෙන්ඩු
කුලියෙසෙ, මුහු කුලියෙසෙ චිඩුංග
වරකට පෙති 1, පෙති 2 , පෙති 3 බැගින් ගන්න

Take this drug thrice daily.
ඉන්දු කුලියෙසෙ ඔරු නාලෙක්කි මුහු තඩම් කුඩිංග
මේ බෙහෙත දවසට තුන් සැරයක් බොන්න

Take this drug twice daily
ඉන්දු කුලියෙසෙ ඔරු නාලෙක්කි රෙන්ඩු තඩම්
කුඩිංග
මේ බෙහෙත දවසට දෙසැරයක් බොන්න

.....eat more (Any Food)

.....**කනක්ක සාපුඩුංග**

.....වැඩිපුර කන්න

..... don't eat (Any Food)

.....**සාපුඩ වේන්ඩාම්**

.....කන්න වීපා

Stop oily foods

වින්නෙ සාපාඩු නිප්පාඩුංග

තෙල් කෑම නවත්වන්න

Drink plenty of water

කැනැක්ක තන්හි කුඩිංග

වැඩිපුර වතුර බොන්න

Do not fast

පසියා ඉරක්ක වේන්ඩාම්

බඩගින්නෙ ඉන්න වීපා

Do exclusive breast feeding continuously

තායිපාල් නෙඩුගවුම් කුඩුංග

මව්කිරි දිගටම දෙන්න

Start weaning after six months

ආරු මාදම් පුරග වේර සාපාඩු කොඩුංග

මාස 6න් පස්සෙ අනෙක් කෑම දෙන්න පටන්ගන්න

Continue only breast milk till six months

ආරු මාසම් පෝගවරක්කම් තායි පාල් මව්වුම්

තාංග

මාස 6ක් වෙනකම් මව්කිරි විතරක් දෙන්න

Advices regarding some Habits

Stop drinking arrack

සාරායම් කඩික්කිර හිප්පාර්ට්ටුංග
අරක්කු බීම නතර කරන්න

Stop smoking

සීගරට් කඩික්කිර හිප්පාර්ට්ටුංග
සීගරට් බීම නතර කරන්න

Stop betel chewing

වේන්තිල පෝඩ වේන්ඩාම්
බුලත් විට කන්න වපා

Use condoms

කොන්ඩම් පාවිච්චි
කොන්ඩම් පාවිච්චි කරන්න

Don't scratch

සොරියා වේන්ඩාම්
කහන්න වපා

Don't exchange your clothes with others

උඩුප්පු මාත්ති මාත්ති පෝඩ වේන්ඩාම්
අඳුම් හුවමාරු කරගෙන පාවිච්චි කරන්න වපා

Don't brake sleep

තුක්ක මුලික්ක වේන්ඩාම්
හිඳි මරන්න වපා

Don't get angry

කෝඳම් වඩික්ක වේන්ඩාම්

කේන්ති ගන්න වීපා

Don't work hard

කන්ටමාන වේල සෙය්ස වේන්ඩාම්

වැඩිය මහන්සි වෙන්න වීපා

Don't sleep during afternoon

පගලෙයිල තුංග වේන්ඩාම්

දවල් හිඳියන්න වීපා

Don't get exposed to dust

තුම් පඩුර ඉඩත්ක්ක පෝහ වේන්ඩාම්

දූවිලි වඳින්න යන්න වීපා

Don't get wet

නනයෙ වේන්ඩාම්

තෙමෙන්න වීපා

COMMANDS FOR EXAMINATIONS

General commands

Now I'm going to examine you

ඉප්ප නාන් උංගලෙයි කෝදිසි පාර්ක පෝරෙන්
දැන් මම ඔයාව පරික්ෂා කරල බලන්නයි යන්නෙ

If you feel a pain, please tell me

නෝවු ඉරින්නාල් කොල්ලුංග
රිදෙනවනම් කියන්න

Do not panic

කලම්බ වේන්ඩාම්
කලබල වෙන්න විපා

Show

කාරිටුංග
පෙන්වන්න

Tell

කොල්ලුංග
කියන්න

Tell if it pain

වලිව්වාල් කොල්ලුංග
රිදෙනවනම් කියන්න

Remove your clothes

උඩුප්පු කලව්ටුංග
ඇඳුම් ගලවන්න

Don't be afraid
පයම් පඩ වේන්ඩාම්
බය වෙන්න විපා

Lie down
පඩුංග
හිඳා ගන්න

Sit
උක්කාරුංග
ඉඳගන්න

Jump
මේල පායිංග
උඩ පනින්න

Commands for examine the head, Eyes and cranial nerves

Don't move your head
තලය අසෙක්ක වෙන්ඩාම්
ඔලුව හොල්ලන්න විපා

Look up
මේල පාරුංග
උඩ බලන්න

Look down
කීල පාරුංග
බිම බලන්න

Look at this finger

ඉන්දු විරලෙ පාරංග

මේ ඇඟිල්ල දිනා බලන්න

Look at this side

ඉන්දු පක්කම් පාරංග

මේ පැත්ත බලන්න

Look at that side

අන්දු පක්කම් පාරංග

අරපැත්ත බලන්න

Close your left eye

ඉඩදු කන්න මුඩුංග

වම් ඇතැ වහන්න

Close your right eye

වලදු කන්න මුඩුංග

දකුණු ඇතැ වහන්න

Read those letters

අන්දු විලුන්තු වාසිංග

අර අකුරු (ඉලක්කම්) කියවන්න

Close your eyes tightly

කන්න රෙන්ඩු ඉරික්කි මුඩික්කොංග

ඇස් දෙක තදින් වහගන්න

Wrinkle your forehead

තෙත්තිල සුරක්කම් පන්හුංග

නලල රැළි කරන්න

Open your mouth

වාසි තොරංග

කට අරින්න

Put your tongue out

නාක වෙලිය නිරිටුංග

දිව වලියට දාන්න

Say “Eeeh”

“ඊ” වන්ඩු සොල්ලුංග

“ඊ” කියල කියන්න

Clench your teeth

පල්ල හල්ලා කඩංග

තදින් දත් මටි කන්න

Blow your mouth

වාසි උඹදුංග

කට පුම්බන්න

Swallow

වච්ච මුලුගුංග

කෙල ගිලින්න

Commands for examine the CVS, Respiratory system and Abdomen

Breathe well

නල්ලා මූච්චි වඩුංග

හොඳට හුස්ම ගන්න

Breathe out

නල්ලා මූච්චි වඩුංග

හොඳට හුස්ම පිට කරන්න

Breathe normally

සාධරණමාන මූච්චි වඩුංග

සාමාන්‍ය විදිහට හුස්ම ගන්න

Cough

ඉරැඹුංග

කහින්න

Cough while looking at that side

අන්ද පක්කම් පාර්තුකොන්ඩු ඉරැඹුංග

අර පැත්ත බලාගෙන කහින්න

Turn to this side

අන්ද පක්කම්කු තිරැඹුංග

මේ පැත්තට හැරෙන්න

Tell 99 continuously

99 අන්ඩු තොඩර්න්ද සොල්ලුංග

99 කියල දිගටම කියාගෙන යන්න

Hold your breath

මුච්ච පොඩ්ච්ච් කොන්ඩිරංග

හුස්ම අල්ලාගෙන ඉන්න

Commands for examine the Hands , Legs

Do like this

ඉන්ද මාදිර සෙයිරංග

මේ විදිහට කරන්න

Extend your hands

කයි රෙන්ඩු නිර්වුංග

අත් දෙක දිග හරින්න

Flex your hand

කයිස මඩක්කුංග

අත අකුලන්න

Extend your fingers

වීරල විරංග

අඟිලි දිග හරින්න

Show your nails

නගත්ත කාර්ට්ටුංග

නියපොතු පෙන්නන්න

Elevate hand / leg

කයිස (කාල්ල) මේල තුක්කුංග

අත් (කකුල්) උස්සන්න

Keep your hands like this
කායි රෙන්නඩු ඉන්දු මාදුර වච්චරංග
අත් දෙක මේ විදිහට තියාගන්න

Stand up with one leg
ඔරු කාලයිල් නින්ඩ කිරංග
තනි කකුලෙන් හිටගන්න

Bend from here
ඉදිල මඩංග
මෙතනින් නවන්න

Commands for labour room works

Strain well
නල්ලා මුක්කංග
හොඳට තටමන්න

Keep your legs apart .
කල් රෙන්නඩු තුරත්තිල වච්චි කිරංග
කකුල් දෙක අතරින් තියාගන්න

Do not panic
කුලම්බ වේන්ඩාම්
කලබල වෙන්න ඒපා

Don't be afraid
පයම් පඩ වේන්ඩාම්
බය වෙන්න ඒපා

NAME

What's your name?

උංගලුබේය පෙය්ර් එන්න?

ඔයාගේ නම මොකක්ද?

What's your full name?

උංගලුබේය මුලු පෙයර් එන්න ?

ඔයාගේ මුලු නම මොකක්ද ?

What's your Father's name?

උංග අප්පා උබේය පෙයර් එන්න ?

ඔයාගේ තාත්තගේ නම මොකක්ද?

AGE

How old are you?

උංගලුබේය වයසු එන්න?

ඔයාගේ වයස කීයද?

When is your birthday?

උංගලුබේය පිරෙන්දු නාල් එප්ප?

ඔයාගේ උපන්දිනය කවදද?

What's your exact age for today?

සරියාන ඉන්ඩැක්කි උංග වයසු එන්න?

හරියටම අදට වයස කීයද?

ADDRESS

Where are you staying at?

කීංග වන්ගෙයි ඉරික්කිරංග ?

ඕයාගෙ පදිංචිය කොහෙද?

What is your village?

උංගලුඩෙය උර් වන්න?

ඕයාගේ ගම කොහෙද?

From where did you come?

කීංග වංගේ ඉරික්ද වාරිංග ?

ඕයා කොහෙ ඉඳන්ද ආවේ?

What's your address ?

උංගලුඩෙය විලාසම් වන්න?

ඕයාගෙ ලිපිනය මොකදීද ?

What is the nearest hospital to your home ?

උංග විට්ටික්කු කිට්ට ඉරික්කිර ආස්පති වන්න?

ඕයාගෙ ගෙදරට ලගම රෝහල මොකක්ද ?

QUESTIONS REGARDING PRESENTING COMPLAINTS

What happened ?

එන්ත තඩන්දද ?

මොකද වුනේ ?

What is the problem ?

එන්ත වරැත්තම් ?

මොකක්ද රෝගය ?

What is the problem ?

එන්ත පිරවිච්ඡෙනෙ?

මොකක්ද පුශ්ණය ?

What happened after that?

ඉදඬු පුරත එන්ත තඩන්දද?

ඊට පස්සේ මොකද වුනේ ?

Does it hurt?

නෝතුවා / වලික්කිලා?

රිදෙනවද?

Is it difficult?

කස්වමා ?

අමාරුද ?

Do you feel better now ?

ඉප්ප එප්පඩි ?

දැන් කොහොමද?

When did this happen?

විෂ්ව නඩංගද ?

කවදද වුනේ ?

For how long?

විවලවු කාලමා?

දැන් කොච්චර කල්ද ?

How did you fall ?

විෂ්වසි විලුන්දිංග ?

කොහොමද වැටුනේ ?

Did you loss your consciousness?

නිහවු ඉල්ලාම පෝවිවුද?

සිහිය හැකි වුනද ?

PAST MEDICAL HISTORY

Have you ever suffered from any serious illnesses?

උගලක්ක ඉදකු මුදි කඩුමයාන වරැත්තම් ඉරිත්ද ඉරිකා ?

ඔයාට මීට කලින් දුරැනු අසනීප හැදිල තියනවද?

Did you suffer from High blood pressure/ Heart problems/ Diabetes or Asthma before?

උගලක්ක ඉදකුමුදි ප්‍රෙෂර්/තෙංපි වරැත්තම් සීති වරැත්තම්/මුරිටු ඉරිත්ද ඉරිකා ?

ඔයාට මීට කලින් දියවැඩියාව/ප්‍රෙෂර්/හදවත් රෝග/අදුම තිබිල තියෙනවද ?

Have you been admitted to a hospital before?

තීංග ඉදකු මුදි ආස්පතිල තංගි ඉරික්කිරිංගලා ?

ඔයාව මීට කලින් රෝහල්ගත කරල තියනවද ?

What was/were the reasons for those hospital admissions?

වත්තාත්තුක්කු ?

ඒ මොකටද ?

How many days were you there?

වත්තන්න නාල් ඉරිත්දිංග ?

දවස් කීයක් හැවතිල හිටියද?

PAST SURGICAL HISTORY

Have you ever undergone any surgery ?

ඉදුක්කු මුංදි Operation පන්ති ඉරිකා ?

මීට කලින් ඔයාව Operation කරලා තියනවාද?

When was that ?

විජ්ජ ?

කවදද ?

What was the operation?

වින්න Operation සෙයිදද ?

මොකද්ද කරපු Operation වික?

OCCUPATIONAL HISTORY

What is your occupation?

උංගල් උඩය තොලිල් වින්න?

ඔයාගේ රක්ෂාව මොකක්ද?

For how long have you been doing this job?

විවලවු කාලමා ඉන්ද තොලිල් සෙයිරිංග ?

කොච්චර කාලයක ඉඳන් රක්ෂාව කරනවාද?

How many hours do you work in a day?

තිංග ඔරු නාලෙක්කි විත්තන්න මනිත්තියාලම්

වේල සෙයිරිංග ?

ඔයා දවසට පැය කීයක් වැඩ කරනවාද?

PART - II

**This section is focused mainly in
history taking**

Do you keep standing often?

හිංග වන්දු නේරමුම් නිත්තිකිටා ඉරිකිරිංග ?

ඔයා නිතරම නිටගෙන ඉන්නවද ?

Do you break rest ?

හිංග තුක්කම් ඉල්ලිමියා ඉරිකිරිංග ?

ඔයා නිදි මරනවද ?

Are you doing heavy work ?

හිංග කස්මාන වේල සෙයිරිංගලා ?

ඔයා බර වැඩ කරනවද ?

Do you work with your neck in a flexed position very often?

හිංග වන්දු නේරමුම් කලත්ත කුනිංපිකිටා

ඉරිකිරිංග ?

ඔයා නිතරම බෙල්ල නවාගෙන වැඩ කරනවාද?

Do you work with computer often ?

හිංග වන්දු නේරමුම් Computer වේල සෙයිරිංගලා?

ඔයා නිතරම Computer එකේ එක්ක වැඩ කරනවාද ?

Is your working place dusty/smoky ?

හිංග වේල සෙයිරි ඉඩත්තිල තුඹි/පොග ඉරිකා?

ඔයා වැඩකරන තැන දූවිලි/දුම තියනවද ?

Do you trample mud very often?

හිංග වන්දු නේරමුම් ස(ර්)ත්තිල වේල සෙයිරිංගලා?

ඔයා නිතරම මඩ පෑගෙන තැන්වලද වැඩ කරන්නේ?

Do you work with chemicals often ?

නිංග චන්ද තේරමුම් chemicals පාවිච්චිකරා?

ඔයා හිතරම chemicals පාවිච්චි කරනවද ?

What are those chemicals?

චන්ද chemicals ?

මොනවද ඒ chemicals?

Do you take safety precautions while working?

නිංග වේල සෙය්ශ්ල වේල උඩුප්පු පාවිච්චිකරා?

ඔයා වැඩකරද්දි ආරක්ෂිත ඇඳුම් පාවිච්චි කරනවද ?

Dr. Asiri Munasinghe

DRUG HISTORY

Are you on any medications these days ?

හිංග ඉන්දු නාලයිල මරදු ඒදුම් කුඩික්කිරිංගලා ?
ඔයා මේ දවස් වල මොනවා හරි බෙහෙත් බොනවද?

Are you on long term medications ?

හිංග කැන නාලා මරදු ඒදුම් පාවික්කිරිංගලා ?
ඔයා කාලයක් තිස්සේ මොනවාහරි බෙහෙත් පාවිච්චි කරනවද ?

What are those drugs?

චන්ත මරදු ?
මොනවාද ඒ බෙහෙත් ?

Why do you use them?

චන්ත වරැත්තික්ක පාවිච්චිංග ?
මොකටද පාවිච්චි කරන්නෙ ?

What are the colours of those tablets ?

කුලියෙසෙ චන්ත තිරම්?
පෙනි මොන පාටද ?

For how long have you been using them ?

වචලචි නාලා පාවික්කිරිංග ?
කොච්චර කාලයක ඉඳුලා ඒවා පාවිච්චි කරනවද?

Are you on OCP ?

කරැතබෙඩ මරදු පාවික්කිරිංගලා?
පවුල් සැලසුම් පෙනි පාවිච්චි කරනවද ?

Are you on antibiotics ?
Antibiotics පාවිච්චි කරනවාද?
Antibiotics පාවිච්චි කරනවාද ?

Do you use an inhaler ?
Inhaler පාවිච්චි කරනවාද?
Inhaler පාවිච්චි කරනවාද ?

How do you use that ?
මරදු ව්‍යවහාරය පාවිච්චි කරන්නේ?
කොහොමද පාවිච්චි කරන්නේ?

Are you allergic to any drug ?
සිල මරන්ද කුඩිත පුරා ඔබ්බිල සොර්/තඩ්පු
වරදා ?
සමහර බෙහෙත් බිවට පස්සේ ඇඟ කසනවා
/ඇඟේ පලු දානවාද?

For which drug ?
විභින මරදුක්ක ?
මොන බෙහෙත් වලටද ?

Do you get gastric pain after taking certain drugs ?
සිල මරන්ද කුඩික්ක පුරා වෙරු වර්ගදා ?
සමහර බෙහෙත් බිවට පස්සේ බඩේ දැවිල්ල/ Gastritis
හැදෙනවාද ?

Have you ever undergone blood transfusions?
ඉදක්ක මුන්දි උංගලක්ක රත්ත ඒව්ට ඉරිකා ?
මීට කලින් ඔයාට ලේ දීලා තියෙනවාද ?

Did you develop any post transfusion reaction?

උංගලක්ක රත්තම් ඒවිච්ඡා පුරත උඩම්බුල
සොරි/තඩ්පු වරදා ?

ලේ දුන්නට පස්සෙ ඇඟ කහනව /පලු දානව වගේ
ගතියක් දැනුනද ?

Dr. Asiri Munasinghe

DIETARY HISTORY

Can you eat well ?

තල්ලා සාප්පුඩ වලමා ?

හොඳට කෑම කන්න පුලුවන්ද ?

Have you lost your appetite ?

සාප්පාටුක්ක මෑහම් ඉල්ලෙයා ?

කෑම අප්පිරියයිද ?

What did you have for the breakfast ?

කාලෙයිල වන්න සාප්පිඬුරිංග ?

උදේට මොනවද කෑවෙ ?

Do you get the breakfast daily ?

ඔව්වරූ නාලම් කාලේයිල සාප්පුඩරිංගලා

හැමදාම උදේට කෑම කනවද ?

What did you have for the lunch / dinner?

පහලෙක්/ඉරවෙක්කි වන්න සාප්පිංග ?

දවල්ට/රැට මොනවද කෑවෙ ?

Are you on diet control ?

හිංග සාප්පාටු control පන්හිංගලා ?

ආහාර පාලනය කරනවාද ?

For how long have you been on diet control?

වචලු කාලමා control පන්හිංග ?

කොව්වර කාලයක ඉඳන් ආහාර පාලනය කරනවාද ?

Do you have tea around 10 am ?

කාලෙයා පත්තු මනිකිල තේ තන්ති කුඩිපින්නලා?
උදේ 10 ට විතර තේ බොනවද?

Do you have a tea around 4 pm?

පින්තේරම්නාලු මනිකිකි තේ තන්ති කුඩිපින්නලා?

හවස 4 ට විතර තේ බොනවද ?

Are you used to drink tea after a meal ?

ආප්පට්ටික්කු පුරඟ තේ තන්ති කුඩිපිංගලා ?
කෑම කාලා ඉවර වෙලා තේ බොනවද ?

Do you eat Instant foods like noodles, Salmon, sauce frequently?

නුඩ්ලිස්/සැමන්/සෝස් මාදිරි කෙදියා සමෙක්කිර සාපාඩ සපුඩිරිංගලා ?

නුඩ්ලිස් /සැමන්/සෝස් වගේ ක්ෂණික කෑම වැඩිපුර කනවද ?

Do you eat sweets frequently?

ඉණිප්පු සාපාඩ කුඩ සාපුඩිරිංගලා ?
පැණි රස කෑම වැඩිපුර කනවද ?

Do you eat starchy foods frequently?

මාදු සාපාඩ කුඩ සාපුඩිරිංගලා?
පීටි කෑම වැඩිපුර කනවද?

Do you eat fruits frequently?

පලම් කුඩ සාපුඩිරිංගලා?
පළතුරු හිතරම කනවද?

Do you eat dietary fiber containing food?
හාර් සත්තු ඉරික්ක සාප්පාඩ කුඩ සාපුඩරිංගලා?
කෙඳි සහිත කෂම වැඩිපුර කනවද?

Do you drink water adequately?
නලලා තත්ති කුඩිපිංගලා?
හොඳට වතුර බොනවද?

Are you a vegetarian?
හිංග මරකර් සාපාඩ මට්ටුම් සාපිඩරිංගලා?
ඔයා විලවළු විතරද කන්නෙ ?

Do you eat fish and meat frequently?
හිංග ඉරව්වි/මිස් කුඩ සාපිඩරිංග ?
ඔයා මස්/මාළු වැඩිපුර කනවද ?

How many eggs do you eat per week ?
ඔරු කිලමෙක්කි විත්තන්නෙනෙ මුට්ටෙට් සාපිටරිංග ?
සතිසකට බිත්තර කීයක් විතර කනවද ?

Do you eat beef and pork frequently?
මාට්ටු ඉරව්වි/පන්ර් ඉරව්වි කුඩ සාපුඩරිංගලා?
හරක් මස්/ඌරු මස් වැඩිපුර කනවද ?

Do you eat fried / oily foods frequently?
වින්නෙනෙ සාප්පාඩු කුඩ සාපුඩරිංගලා?
තෙල් දාපු කෂම වැඩිපුර කනවද ?

Do you eat spicy foods frequently ?
මුලාහයි පෝට්ට / කොව්විකා පොට්ට සාප්පාඩු
කුඩ සාපුඩරිංගලා?
මිරිස් දාපු කෂම වැඩිපුර කනවද?

Did you breast feed your baby continuously?

(paediatrics)

**පුල්ලෙක්කි ඔව්වරු නාලම් තායි පාල්
කුඩුක්කිරිංගලා?**

ඔබ දිගටම බබාට මව් කිරිද දුන්නේ ?

When did you start weaning foods?

(paediatrics)

**වච්චප පුල්ලෙක්කි සාප්පාඩු කුඩුක්කි තොඩංග
හිංග?**

අමතර ආහාර පටන් ගත්තේ කොයි කාලයේද ?

Does your baby eat well ? (paediatrics)

පුල්ලෙ නල්ලා සාපුටලා?

බබා හොඳට කනවද?

Did you give any food before 6 months?

(paediatrics)

**මුදල් ආරු මාසත්තිල ව'ර ඒදුම් සාපාඩ
කුඩුත්තිංගල ?**

මුල් මාස 6 අතර වෙනත් කෘමක් දෙන්න පටන් ගත්තද?

IMMUNIZATION HISTORY

Vaccine / Injection

උෂ්ණ / තඩ්පු උෂ්ණ

චිත්ත

Has the baby been vaccinated properly ?

පුල්ලෙක වල්ලා තඩ්පු උෂ්ණ උෂ්ණයම් සරියා පෝට්ටු ඉරිකා ?

බබාට හරියට චිත්තේ ඔක්කොම දුන්නද ?

Did he/she miss any vaccine ?

ව්දාවද උෂ්ණ මරද පෝඩාමල් විට්ටි ඉරිකා?

මොනවා හරි චිත්තක් මග හැරුනද ?

Did he/she receive the vaccines given at 2, 4 & 6 months ?

රෙන්නු/තාලු/ආරු මාසත්තිල පෝඩ වේන්ඩිය උෂ්ණ වල්ලාම් පෝට්ටිංගලා?

දෙක/හතර/හය මාස වල දෙන චිත්තේ දුන්නද?

Did he/she receive the vaccines given at 9 months?

ඔම්බු මාසත්තිල පෝඩ වේන්ඩිය තඩ්පු උෂ්ණ පෝට්ටිංගලා?

මාස නවයෙන් ගහන චිත්ත ගැනුවද?

When was the the last vaccine given?

කඩසිය තඩ්පු උෂ්ණ ව්ප පෝට්ටිංග ?

අවසානෙට ගහන චිත්ත කොයි කාලෙද ගැනුවේ?

HABITS

Do you smoke?

හිංග සිකරට/බීඩ් පාවිච්චි රිංගලා ?

ඔයා සිකරට්/බීඩ් පාවිච්චි කරනවද?

How many cigarette do you smoke per day ?

ඔරු නාලෙක්කෙයි එත්තන්න සිකරට් කුඩ්පිංග ?

දවසට සිකරට් කීයක් බොනවද?

For how long have you been smoking?

එවලවු කාලම් හිංග සිගරට් කුඩ්කිරිංග ?

කොච්චර කාලෙක ඉදන් සිගරට් බොනවද?

Do you drink alcohol?

හිංග සාරාසම්/කල්ලු කුඩ්කිරිංගලා ?

ඔබ අරක්කු/රා බොනවද?

For how long have you been drinking?

එවලවු කාලම් හිංග කුඩ්කිරිංගලා ?

කොච්චර කාලෙක ඉදන් බොනවද ?

Do you drink daily?

ඔච්චරු නාලම් කුඩ්කිරිංගලා ?

හැමදාම බොනවද ?

What's the amount you take per day/ per week/
per month?

**ඔරු නාලෙක්කි/ඔරු කිලමෙක්කි/ඔරු මාසටුක්ක
වවලම් කුඩික්කරංග ?**

දවසකට/සතියකට/මාසෙකට කොච්චර චිතර
ප්‍රමාණයක් බොනවද?

Do you chew betel?

චෙත්තිල පෝඩිරංගලා / සාපුඩිරංගලා ?

බුලත් චිට කනවද ?

Do you keep the chewed betel in your mouth?

**චෙත්තිල පෝට්ටාල් වායික්කල්ල වච්චකිරංග
ඉරිකිරංග ?**

බුලත් චිට හක්කේ තියාගෙන ඉන්නවද?

How many times do you chew betel per day?

ඔරු නාලෙක්කි චිත්තනෙයි චෙත්තිල සාපුඩිරංග?

දවසට චිට කීයක් කනවද?

Do you brush your teeth before go to bed?

ඉරචෙක්කි පල්ලු තීටිරංගලා ?

ඊට දුත් මදිනවද?

Do you break sleep?

ඉරචෙයි තුක්කම් ඉල්ලාමල් ඉරිකිරංගලා?

හිදි මරනවාද ?

Do you sleep during day time?

පගල්ල හිත්තිර කොල්රංගලා ?

දවල්ට හිදාගන්නවද ?

FAMILY HISTORY

How many are there in your family?

උග කුඩුම්බත්තිල එත්තන්ත පෙයර් ඉරක්කිරිංග?
ඔබගේ පවුලේ කී දෙනෙක් ඉන්නවද?

Does any of your family members have diabetes?

උග කුඩුම්බත්තිල යාරක සර් සැල රෝගම් ඉරන්ද ඉරක්කා?
ඔබගේ පවුලේ කාට හරි දියවැඩියාව හැදිල තියනවද?

Does any of your family members have heart diseases ?

උග කුඩුම්බත්තිල යාරක සර් නෙංපි වරැත්තම් ඉරන්ද ඉරක්කා?
ඔබගේ පවුලේ කාට හරි හෘද රෝග හැදිල තියනවද?

Does any of your family members have breast cancers?

උග කුඩුම්බත්තිල යාරක සර් මාර්පග පුයිටිරනෝයි ඉරන්ද ඉරක්කා?
ඔබගේ පවුලේ කාට හරි පියයුරු පිළිකා හැදිල තියනවද?

Does any of your family members have cancer?

උග කුඩුම්බත්තිල යාරක සර් පුයිටිරනෝයි ඉරන්ද ඉරක්කා?
ඔබගේ පවුලේ කාට හරි පිළිකා හැදිල තියනවද?

Does any of your family members have high blood pressure?

උංග කුඩුමීඛත්තිල යාරක සර් blood pressure ඉරිත්ද ඉරික්කා?

ඔබගෙ පවුලේ කාට හරි pressure තිබිලා තියනවද?

Does any of your family members have epilepsy?

උංග කුඩුමීඛත්තිල යාරක සර් කාකා වලිප්පු ඉරිත්ද ඉරික්කා?

ඔබගෙ පවුලේ කාට හරි මීමැස්මොරය තිබිලා තියනවද?

Dr. Asiri Munasinghe

SOCIAL HISTORY

What is your monthly income?

උංගල් උඩය මාස වරමානම් වවලවු?
ඔයාගේ මාසික ආදායම කීයද?

How many are there in the family?

උංගල් උඩය කුඩුම්බත්තිල වත්තන් පෙයර් ඉරික්කිරිංග ?
පවුලේ කී දෙනෙක් ඉන්නවද?

How many members depend on you?

උංගල්ලිල වත්තන් පෙයර් තංගිසි ඉරික්කුම්?
ඔයාගෙන් යැපෙන අය කීදෙනෙක් ඉන්නවාද?

How many are employed in your family?

උංගල් උඩය කුඩුම්බත්තිල වත්තන් පෙයර් වේල සෙයිරිංග ?
පවුලේ කී දෙනෙක් රැකියා කරනවාද?

Are you staying at your own house?

හිංග ඉරික්කිර වීඩ සොන්ද වීඩා?
පදිංචි වෙලා ඉන්නේ තමන්ගේම ගෙදරකද?

Is there a ceiling in your house?

විට්ටිල සීලිං අඩිවිච ඉරික්කා ?
ගෙදරට සිවිලිමක් තියෙනවාද ?

What is your house sheltered with ?

විට්ටි කුරෙ වත්තතාල පෝට්ටි ඉරික්ක?
ගෙදර වහලෙ හදලා තියෙන්නෙ මොනවයින්නද?

Is your house situated close to the road?
රොට්ටික පක්කතිලයා විඩු ඉරික්කු?
ගෙදර තියෙන්නේ පාර අයිනෙද?

Is there a dusty environment inside your home?
විට්ටු උල්ලක තුයි වාරදා ?
ගෙදර ඇතුලට දුට්ටි නිතරම එනවද?

Do you have Animals, Birds at your home?
විඩුල ඵදාවද මිරිගංගල් , පරවගල් ඉරිකා?
ගෙදර සත්තු, කරුල්ලන් ඇති කරනවද?

What sort of pets do you have?
එන්න පිරානි ?
මොන සත්තු ද?

From where do you get drinking water?
කුඩික්කිර තන්නි එංගෙ එඩික්කිරංග ?
බොන වතුර ගන්නෙ කොහෙන්නද?

How many rooms are there in your house?
විඩුල එන්නත්ත අරෙයිකල් ඉරික?
ගෙදරට කාමර කීයක් තියෙනවද?

Do you have electricity for your house?
විට්ටුක්ක current ඉරිකා?
ගෙදර විදුලි බලය තියෙනවද ?

What is the nearest hospital to your home?
උංග විට්ටුක්ක කිරිටි ඉරික්කිර ආප්පති එන්න?
ඔයාගේ ගෙදරට ලගම Hospital එක කොහෙද?

How long does it take to go to the Hospital from your house?

ආස්පතික සේව වවලව් තේරම් වඩුක්කම්?
Hospital වකට යන්න කොච්චර වෙලා යනවද?

Are there any garbage collections in your garden?

උංග තෝට්ටත්තිල කුප්පෙ කුලම් ඉරිකා?
වත්තෙ කුණු ගොඩවල් තියෙනවාද?

Are there any water collecting pits in your garden ?

තෝට්ටත්තිල තන්හි තේංහි ඉරිකා?
වත්තේ වතුර වලවල් තියෙනවාද?

Are the toilets attached to the house?

කක්කුස්සි/ මල සල කුඩම් වීට්ටෝඩ සේන්ද්‍රා ඉරිකා ?

වැසිකිලිය ගෙදරට සම්බන්ධ කරලද
තියෙන්නේ ?

What is the distance from toilet to well ?

කක්කුස්සිල ඉරන්ද කැනරකු වවලම් තුරම්?
වැසිකිලියේ ඉඳන් ප්‍රියුට් කොච්චර දුරද?

Are you drinking boiled and cooled water?

හිංග සුට්ටු ආර් තන්හියා කුඩික්කිරිංග ?
බීමට ගන්නේ උණු කර හිවාගත් ජලයද?

MARITAL HISTORY

Are you married?

උංගලක්කු කලසාණම් මුඩිංජා?

ඔබ විවාහකද?

How long have you been married?

උංගලක්කු කලසාණම් මුඩිංජි ඵචලඵි කාලමා?

ඔබ බැඳලා කොච්චර කල්ද?

When did you get married?

උංගලක්කු ඵජ්ජ කලසාණම් මුඩිඵඵිංග ?

ඔබ විවාහ උනේ කවදද?

Do you have children?

පුල්ලයිකල් ඉරික්ක?

ඔබට දරුවෝ ඉන්නවද?

SEXUAL HISTORY

About how many times per week do you engage in sexual activity?

ඔරු කිලමෙක්කි වත්තන්හ තරම් හිංග කුඩුම්බමා ඉරුප්පිංග ?

සතිශට කී වතාවක් විතර ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වනවද?

Do you suffer from loss of libido?

උංගලුක්ක කිරිටත්තිල ඉරන්ද කුඩුම්බමා ඉරකිරදිල විරුප්පම් ඉල්ලාමල් මාදිර ඉරකා?

ලඟදී ඉඳන් ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වන්න අකමැති බවක් දැනෙනවාද?

Do you have any Dyspareunia?

හිංග කුඩුම්බමා සේරම් පෝද වලි ඉරකා?

ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වනකොට වේදනාවක් දැනෙනවද?

Do you have any post coital bleeding?

හිංග කුඩුම්බමා සේන්ද පිරහ රත්තම් පෝතුවා?

ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වලා ඉවරවුනාට පස්සේ ලේ යනවද?

MENSTRUAL HISTORY

Menstruation

මාද වඩායි

ඔසප් වීම

Menarche

පූපෙයිදල්

මල්වර වීම

Menopause

මාද වාඩායි නිරන්තම්

ආර්ථවාතාවය

When did you attain menarche?

කීංග ව්ජප පෙරියපිල්ලයානිංග ?

ඔබ වැඩිවියට පත්වුනේ කවදාද?

How many days do you menstruate?

මාද වඩායි වත්තන්න නාලා ඉරක්කම්?

ඔසප් වීම දවස් කීයක් තිස්සේ තියෙනවාද?

Do you have regular cycles?

මාද වඩායි ඔලුංගා ඉරක්කා ?

ආර්ථව වකුය කුමානුකුලව සිද්ධ වෙනද ?

Do you have excessive per vaginal bleeding during menstruation?

මාද වඩායි නාච්කල්ල කුඩ රත්තම් පෝහුදා ?

ඔසප් දිනවල වැඩියෙන් ලේ යනවාද?

How many pads do you use per day?

ඔරු නාලෙක්කි වත්තන්නෙ pad පාවිච්චිය ?
දවසකට pad කීයක් චිතර පාවිච්චි කරනවද ?

Do you pass clots during menstruation?

මාද වීඩායි තේරත්තිල රත්තම් කට්ට මාදිර පෝහුදා ?

ඔසප් වෙනකොට ලේ කැට වගේ යනවද ?

Do you have severe pain during menstruation?

මාද වීඩායි තේරත්තිල වයිචිරු වලි ඉර්කා?

ඔසප් දවස් වල අධික බඩේ වේදනාවක් දැනෙනවද?

Does the menstrual pain starts prior to the menstruation ?

වයිචිරු වලි මාද වීඩායි වරුවදුර්ක මුන් වර්ගරදා?

ඔසප් වෙන්ත කලින් ඉඳලම බඩේ වේදනාව පටන් නැදෙන්න ගන්නවද?

Does the menstrual pain persists after the menstruation?

වයිචිරු වලි, මාද වීඩායි නින්ඞිරු පුරහුම් තොඩන්රදු ඉර්කා ?

ඔසප් චීමට ඉවර වුනාට පස්සෙන් බඩේ වේදනාව ගදිටම තියනවද?

Is there any inter menstrual bleeding?

මාද වීඩායික ඉඩයිල රත්තම් පෝහුදා?

ඔසප් වකු දෙකක් අතර දවස් වලත් ලේ යනවද?

What other difficulties do you have during menstrual period?

මාදු විඩායි හේරත්තිල වේරු එන්න වරැත්තම් ඉරැක්ක ?

ඔසප් දුවස් වල වෙන මොනවදු තියෙන අසනීප?

Are you menopausal ?

උංගුලක්ක මාදු විඩායි නින්ඩු විච්චදු?

ඔසප් විම නැවතිලාදු ?

When ?

එප්ප ?

කවදදු?

Dr. Asiri Munasinghe

OBSTETRICAL HISTORY

Pregnant mother	කර්පිනිතායි
Delivery	ප්‍රසවම්
Abortion	කරු කලෙයිප්පු

Are you married?

උංගලුක්ක කලාණම් මුඩුංචා?

ඔයා කසාද බැඳෙලද ?

How long have you been married?

කලාණම් මුඩිංපි විවලවී කාලම්?

බැඳල කොච්චර කල්ද?

Which pregnancy is this ?

ඉදු විත්තන්තාවද කරුපම් ?

මේ කීවෙහි වතාවටද ගර්භනී වුනේ ?

How many times you became pregnant?

**ඉදික මුන්දි විත්තන්ත තරම් කරුපමා
ඉරින්දිංග?**

මීට කලින් කී වතාක් ගර්භනී වුනාද?

How many miscarriages did you have ?

ඉදික මුන්දි උංගලෙක්ක කරු කලංදිචා?

මීට කලින් කී වතාවක් ගබ්සා වෙලා තියෙනවද?

How many children do you have ?

ඉප්ප විත්තන්ත පුල්ලයිගල් ඉරික්කිරාංග ?

දැනට බබාලා කී දෙනෙක් ඉන්නවද?

How old is the eldest child ?

මුදලාවද පුල්ලෙක්ක එත්තන්න වයස?

පළුවෙහි බබාගෙ වයස කීයද?

How old is the age of the second / third child ?

රෙන්නාවද / මුන්නාවද පුල්ලෙක්ක එත්තනෙක වයස?

දෙවෙනි /තුන්වෙනි බබාගෙ වයස කීයද?

How old is the age of the youngest?

කඩසි පුල්ලෙක එත්තන්න වයස?

අවසාන බබාගෙ වයස කීයද?

How long have you been without a child ?

කලසානම් මුඩිංපි එවලම් කාලම් පුල්ලෙකල් ඉල්ලාම ඉර්දිංග ?

බැන්දට පස්සේ දරුවෝ නැතුව කොච්චර කල් හිටියද?

Did you use any family planning method?

එදාවද කරන්නඩයි මුරයි පාවිච්චිගලා?

මොනව හරි පවුල් සැලසුම් ක්‍රම පාවිච්චි කලාද?

What method ?

එන්න මුරයි?

මොන ක්‍රමද?

Still births

පිරක්කම් පෝදෙ පිල්ලෙයි / සෙත්තු පිරන්දෙ

මළ දරු උපත්

Was there any still birth?

ඒදාවද පිල්ලෙ සෙත්තු පිරන්දදා?

මළ දරු උපත් තිබ්බද ?

What was the reason for the death ?

චප්පඩ් සෙත්තද ?

මොනව වෙලාද නැතිවුනේ?

Do you know the reason for the caesarean section ?

ඒත් සීසර් පන්තිනාංග ?

ඇයි සීසර් කලේ කියල දන්නවද?

When is your LMP?

කඩසිය චප්ප සුහම් ඉල්ලාම වන්දද?

අන්තිමට ඔසප් වුනේ කවදද?

How many months for your pregnancy?

ඉප්ප වත්තනෙ මාසම්?

දැන් මාස කීයක් වෙනවද?

Is there an abdominal pain?

වෙත්තු වලි ඉර්කා?

බඩේ වේදනාවක් තියෙනවද?

Do you have vomiting in the morning?

උංගලක්කු කාලෙයිල සත්ති වාර මාදිර ඉර්කා?

ඔයාට උදේට වමනේ යනවද?

Was your last menstruation normal?

**උංගලුඩය කඩිසියා සුගම් ඉල්ලාම් වන්දෙ වලම
මාදිරයා?**

ඔයාගේ අන්තිම ඔසප් වීම සාමාන්‍ය විදියටම වුනාද ?

Have you had D.M/H.T in your previous pregnancies?

**ඉදකු මුන්දි පිල්ලෙයි වෛටීරල ඉරක්කම් පෝදු සැල
රෝගම් / ප්‍රෙශර් ඉරන්දදා?**

මීට කලින් බබාල ලැබෙන්න ඉන්නකොට දියවැඩියාව ප්‍රෙශර්
වගේ තිබ්බද?

Was your first delivery a normal vaginal delivery?

මුදල් පිල්ල සුගත්ප්‍රසවමා ?

පලවෙනි බබා සාමාන්‍ය විදිහටද ලැබුනේ?

Do you have vaginal bleeding?

රත්තම් පෝක්කු ඉරිකා?

යෝනි මාර්ගයෙන් ලේ ගලනවද?

Are there any vaginal discharges?

තන්ති මාදිර පෝහුදා ?

යෝනි මාර්ගයෙන් දියර වගේ වනවද?

Do you feel your baby moving inside ?

පිල්ලෙයි තල්ලා උදෙක්කදු?

බබා දුගලනව දැනෙනවද?

When did you feel your baby's movements
at the first time ?

මුදල් තැරම් වජප පිල්ල උදෙව්වදු ?

බබා දුගලනව මුලින්ම දැනුනේ කවද්ද?

How many times a day does your baby move?
**ඔරු නාලෙක්කි එත්තන්න තරම් පිල්ල
උදෙක්කදා?**

බබා දවසට කී වතාවක් දුගලනව දැනෙනවද

Have you had any blow to the abdomen?
වයින්තිල ඇඩි පට්ට්ට්ටා?

බඩ කොහේ හරි වැදුනද?

Do you have regular clinics visits ?
ඔලුංගා Clinic පෝර්ංගලා?

හරියට Clinic යනවද?

Do you take Folic acid tablets ?
Folic කුලීසි එඩිත්තිංලා?

Folic පෙති හරියට බොනවද?

Do you take vitamin properly?
Vitamin කුලීසි එඩිත්තිංලා?

Vitamin පෙති හරියට බොනවද?

Do you take iron tablets properly?
ඉරුම්බු සත්තු කුලීසෙ එඩිත්තිංලා?

යකඩ පෙති හරියට බොනවද?

Did you have the Rubella injection?
Rubella උෂ්සි පෝට්ට්ටා?

Rubella Injection එක ගැනුවද?

Were you given the tetanus toxoid?

වීරජපුච්චි උෂ්ණ පෝර්ටද?

පිටගැස්ම Injection එක ගැනුවද?

When did you notice that you are pregnant?

පිල්ලෙයි කිබෙක්ක ඉරික්කදා වජප තෙරිංජි කොන්ඩිංග ?

බබෙක් ලැබෙන්න ඉන්නවා කියලා දැනගත්තේ කවදද?

How did you get to know that you are pregnant?

පිල්ලෙයි තංගි ඉරික්කිරදු වජපඩි තෙරිංජි කොන්ඩිංග ?

බබෙක් ලැබෙන්න ඉන්නවා කියලා දැනගත්තේ කොහොමද ?

When did you have your first clinic visit?

වජප මුදුලාවදු Clinic පෝතිංග?

මුලින්ම Clinic ගියේ කවදද?

Have you had a ultrasound scanning?

scan පන්ති නිංගලා?

scan කලාද ?

What is your EDD?

පිල්ලෙයි කිබෙක්ක වජප Date කඩුත්තාංග?

බබා ලැබෙන්න දින දිල තියෙන්නෙ කවදද ?

DEVELOPMENT HISTORY

(Paediatrics)

Gross motor

When did your baby start to look around, lifting his head.

පිල්ලෙයි තලෙලෙ තුක්ක තොඩංගියදු එත්තනෙ මාසත්තිල් ?

බබා ඔලුව උස්සලා වට පිට බලන්න පටන් ගන්නේ මොන කාලෙහ්ද ?

At what age did your baby start to crawl?

පිල්ලෙලෙ තවල තොඩංගියදු එත්තනෙ මාසත්තිල් ?

බබා බිම බඩගාන්න පටන් ගන්නෙ මොන වයසෙදිද ?

At what age did your baby start to sit without support?

පිල්ලෙලෙ තනියා උංකාර තොඩංගියදු එත්තනෙ මාසත්තිල් ?

බබා තනියම බිම ඉඳගන්නේ මොන වයසෙදිද ?

At what age did your baby stand up with the help ?

පිල්ලෙයි පිඩිච්චි කොන්ඩු එලිම්බි නික්ක තොඩංගියදු එත්තනෙ මාසත්තිල් ?

බබා මොකක් හරි අල්ලගෙන නිටගත්තේ මොන වයසෙදිද ?

Can your baby stand alone?

පිල්ලෙක තනියා හික්ක මුඩියමා?

බඩාට තනියම හිටගන්න පුළුවන්ද?

Can your child walk alone?

ඉප්ප පුල්ලෙක්ක තනියා නඩක්ක මුඩියමා?

දැන් බඩාට තනියම ඇවිදින්න පුළුවන්ද?

When did your child start to walk by him self?

**පිල්ලෙ තනියා සරියා නඩක්ක තොඩංගිනද
වත්තනෙ වයසිල් ?**

බඩා තනියම හරියට ඇවිදින්න පටන්ගන්නෙ
මොන කාලෙදිද ?

Can your baby scribble with a pen?

පිල්ලෙයික ජේනයාල් කිරුක්ක මුඩියමා?

බඩාට පෑනකින් කුරුටු ගන්න පුළුවන්ද?

At what age did your baby start scribbling?

පිල්ලෙ කිරුක්ක තොඩංගිනද වත්තනෙ වයස?

බඩාට කුරුටු ගන්න පුළුවන් වුනේ මොන වයසෙදිද?

Can your baby draw a circle?

පිල්ලෙක්ක වට්ටම් වරය මුඩියමා?

බඩාට රවුමක් අඳින්න පුළුවන්ද?

Does your child ask for what she/he wants?

**පිල්ලෙයි අදුක්ක තේවයානදෙයි උංගලක්ක
සොල්ලුමා?**

බඩා වියාට ඕන දේවල් ඕයාලට කියනවද?

Can your baby draw a square/triangle?

පිල්ලෙක්ක සඳුරම්/මුක්කෝනම් වරය මුඛියමා?

බබාට කොටුවක් / ත්‍රිකෝණයක් ඇඳින්න පුළුවන්ද?

When did your baby start saying Amma/
Thaththa ?

**පිල්ලෙයි අම්මා/අප්පා සොල්ල තොඩංගියද
වත්තනෙහ වයස?**

බබා අම්මා/තාත්තා වගේ වචන කියන්න පටන් ගත්තේ
මොන කාලෙදීද?

Dr. Asiri Munasinghe

SOCIAL & IMMORTIONAL HISTORY (Paediatrics)

Can your baby eat by himself ?

පිල්ලෙක තනියා සාප්පුව මුඛියමා?

බඩාට තනියම කෑම කන්න පුළුවන්ද?

Can your baby drink milk by himself ?

පිල්ලෙක තනියා පාල් කුඩික්ක මුඛියමා?

බඩාට තනියම කිරි බොන්න පුළුවන්ද?

Does your baby play with toys alone ?

**පිල්ලෙයි තනියා විලයාර්ටු සාමානොඩ
විලයාඩුමා?**

බඩා තනියම සෙල්ලම් බඩුත් එක්ක සෙල්ලම් කරනවද?

Does your baby play with other children?

**පිල්ලෙයි මරිර සින්න පිල්ලෙකල් ඕඩ
විලඩයාඩුමා?**

බඩා පොඩි අයත් එක්ක සෙල්ලම් කරනවද?

Can he remove cloths by himself ?

පිල්ලෙයික්ක තනියා උඩුප්පු කලර්ටු මුඛියමා?

බඩාට තනියම ඇඳුම් ගලවගන්න පුළුවන්ද?

PART - III

This section is specially designed to facilitate advance communication in everyday clinical practice.

RESPIRATORY DISORDERS

Useful terms and Common complaints

Common cold	තඩුමල්
Cough	ඉරුමල්
Asthma	මුට්ටු
Sputum	සලි

Breath

මුච්ච

හුස්ම

Dyspnoea

මුච්ච වඩුංග කණ්ටම්

හුස්ම ගැනීමේ අපහසුව

Heaviness of the head

තලෙ පාරම්

ඔළුවෙ බර ගතිය

Important questions

Do you have a cough ?

ඉරුමල් ඉරිකා ?

කැස්ස තියනවද ?

Do you cough out sputum ?

ඉරුමුප්පෝදු සලි වාරදා ?

කහිනකොට සෙම කැඩිල වනවද ?

What is the colour of sputum?

සලි වන්හ නිරම් ?

සෙම මොහ පාටද ?

Is the sputum yellowish?

සලි මංජල් නිරමා ?

සෙම කහ පාටද ?

Do you have any watery nasal discharge?

මුක්කල ඉරිඳු තන්හි මාදිර වඩියද?

නහයෙන් දියර වගේ ගලනවද ?

Do you have any difficulty in breathing?

මුච්ච වඩික්ක කස්ටමා ඉරිකා ?

හුස්ම ගන්න අමාරුද ?

Do you have any difficulty in breathing at night?

ඉරවෙල මුච්ච වඩික්ක කස්ටමා ඉරිකා ?

රෑට හුස්ම ගන්න අමාරුද ?

Is your chest noisy when you breathe ?

මුච්ච වඩික්කෙයිල හෙංචිල සත්තමාඉරිකා ?

හුස්ම ගන්නකොට පපුවෙන් සද්දයක් විනවද ?

Do you have Haemoptysis?

ඉරුමෙයිල සලි මීඩ රත්තම් වාරදා?

කහිනකොට සෙමත් වීක්ක ලේ විනවද ?

Do you have Tonsillitis?

තොන්ඩෙවලි ඉරිකා ?

සෙම්ගෙඩි තියනවද ?

Do you have any difficulty in swallowing?

විලිංග කස්ටමා ?

ගිලින්න අමාරුද?

Does it get worse for dust and cold air ?

තුම්, කුලීර් කාර්ටු උඩන් වරැත්තම් කුඩුකරදා?

දූවිල, ශීතල හුලං වැදුනම අමාරුව වැඩිවෙනවද ?

Do you have any allergies?

Allergy ඉරිකා ?

Allergy තියෙනවද?

Some advices

Bed rest well

පඩුක්කිරිල නල්ලා ඕයිවු ඉරික්ක වේනුම්

හොඳට විවේක ගන්න

Don't get exposed to dusty environment

තුම් ඉරික්ක ඉඩම්කලික්ක-පෝහ වේන්ඩාම්

දූවිලි තියන තැන් වලට-යන්න වීපා

Use this inhaler regularly as directed

Inhaler ඔලුංගා පාවිංග

Inhaler හරියට (කුමානුකුලව) පාවිච්චි කරන්න

Use this Inhaler whenever you feel difficulty in breathing

මූව්ව උඩ කස්ටම් තේරත්තිල inhaler පාවිංග

නුස්ම ගන්න අමාරු වෙලාවට inhaler පාවිච්චි කරන්න

Wash your mouth after using the inhaler

Inhaler පාවිච්චි පුරම හල්ලා වාසි කලවුමග

Inhaler පාවිච්චි කිරීමෙන් පසු හොඳට කට හෝදන්න

Do steam inhalation

සුඬ තන්ති ආවි පුඬියිමග

උනු වතුර වාෂ්ප අල්ලන්න

Dr. Asiri Munasinghe

CVS DISORDERS

Useful terms and Common complaints

Heart ඉදයම්

Chest හෙට්

Blood රත්තම්

Chest pain

හෙට් හෝතු / හෙට් වලි

පපුව රිදෙනවා

Chest tightness

හෙට් ඉරැක්කම්

පපුව හිරවෙනවා

Palpitation

හෙට් පඩ පඩප්පු

පපුව වේගයෙන් ගැහෙනවා

Pricking pain

උග්ගියාල කුත්තූර මාදිර හෝතු

කට්ටකින් අනිනව වගේ වේදනාවක්

Common complaints

Which part of your chest is aching?

හෙට්පිල එංගේ වලික්ක?

පපුවේ කොතැනද රිදෙන්නේ?

What sort of a pain?

වත්ද මාදිරි හෝ තෙරියද?

මොන වගේ වේදනාවක්ද දැනෙන්නේ?

Is it a pricking type of a pain?

උෆ්ශාල කුත්තර මාදිරි හෝ තෙරියද?

කටුවකින් අනිනව වගේ වේදනාවක්ද දැනෙන්නේ?

Do you feel tightness of the chest?

තෙංපි ඉරක්කිර මාදිරි තෙරියද?

පපුව හිර වෙනව වගේ දැනෙනවද?

Does the pain get exaggerated when you work hard?

කස්ටම් වේල සෙය්ගුම් පෝදු හෝ කුඩුකරද ?

මහන්සි වෙලා වැඩ කරනකොට වේදනාව වැඩිවෙනවද?

Do you get the chest pain while walking ?

නඩක්කෙයිල තෙංපි හෝතු ඉරිකා ?

අවේදනකොට පපුව රිදෙනවද?

Do you get chest pain when you are resting?

සුම්මා ඉරක්කෙයිල තෙංපි වලික්කිද ?

විවේකයෙන් ඉන්නකොටත් පපුව රිදෙනවද?

Does the pain relieve when resting ?

සුම්මා ඉරක්කෙයිල තෙංපි හෝතු කුරව්ද ?

විවේක ගන්න කොට වේදනාව අඩු වෙනවද ?

Do you get chest pain while breathing ?

මුළුව වඩුක්කෙයල නෙංජි වලික්කිදා?

හුස්ම ගන්න කොට පපුව රිදෙනවද ?

Does the pain radiate to hand, neck , jaw ?

නෙංජි නෝ කායික, කලත්තුක්ක, නාඩික්ක පෝහ මාදිරි තෙරියදා?

පපුවේ වේදනාව උරහිසට, හක්කට යනව වගේ දැනෙනවද?

Have your parents had heart diseases?

උංගලුබෙය අම්මාක්ක, අප්පාක්ක, නෙංජි වරැත්තම් ඉරිංදු ඉරිකා?

ඔයාගේ අම්මට, තාත්තාට පපුවේ අමාරුව තිබුනද?

Does any of your family members had any heart diseases ?

උංගලුබෙය කුඩුම්බත්තිල යාරක සරි නෙංජි වරැත්තම් ඉරිංදු ඉරිකා ?

ඔයාගේ පවුලේ කාට හරි පපුවේ අමාරුව තිබිල තියෙනවද?

Does your legs get swollen?

කාල් විංගි ඉරිකා?

කකුල් ඉදිමෙනව ද?

Do you feel dizzy ?

තල සුත්තු ඉරිකා?

කැරකිල්ල තියෙනවද?

Have you experienced this before ?

ඉදකු මුත්දි ඉන්ද මාදිර වරැත්තම් වන්ද ඉරිකා?
මීට කලිනුත් ඔනොම වෙලා තියෙනවද?

Do you take oily foods very often?

වන්ද තේරම්මම් වනඡෙන සාපාඩ සාපුඩහිංගලා?
හිතරම තෙල් කෂම බැදුම් කනවාද?

How often do you eat beef , pork?

මාඩු ඉරව්වි, පන්ඩි ඉරව්වි කනක්ක සාපුඩරිංගලා?
හරක් මස් , උරුර මස් වැඩිපුර කනවද?

Some Advices

Don't work hard

අධිහම් කඩුමයාන වේල සෙය්ය වේන්ඩාම්
මහන්සිවෙලා වැඩකරන්න වීපා

Bed rest well

පඩුක්කිල් මීයවු ඉරික්ක වේනුම්
හොඳට විවේක ගන්න

Don't eat oily foods often

වන්ඡෙන සාප්පාඩ කුඩ සාපුට වේන්ඩාම්
තෙල් දාපු කෂම වැඩිපුර කන්න වීපා

Don't eat foods which contain cholesterol often

Cholesterol ඉරික්ක සාප්පාඩ කුඩ සාපුට වේන්ඩාම්

Cholesterol තියන කෂම වැඩිපුර කන්න වීපා

Stop smoking

සිගරට් කුඩික්කිර නිප්පාවටුංග

සිගරට් බීම නතර කරන්න

Do regular exercises

ඔලුංගා exercises සෙය්ය වේනුම්

කුමානුකූලව ව්‍යායාම කරන්න

Dr. Asiri Munasinghe

URINARY TRACT DISORDERS

Useful terms and common complaints

Urine

මුත්‍රමී(සැලමී , උන්තූක)

මුත්‍රා

Dysuria

මුත්‍රමී පෝශික වලික්කිදු

මුත්‍රා කරනකොට රිදෙනවා

Haematuria

මුත්‍රමී පෝශික රත්තමී පෝතුදු

මුත්‍රා සමග ලේ යනවා

Burning sensation while urinating

මුත්‍රමී පෝශික වර්වු මාදිර ඉරික්ක

මුත්‍රා දැවිල්ල තියෙනවා

Anuria

සැලමී පෝන ඉල්ලෙයි

මුත්‍රා යන්නේ නැහැ

Urinary calculi

මුත්‍රමී කල්ලු / සලත්තිල කල්ලු

මුත්‍රා ගල්

Polyuria

මුත්‍රමී කැනක්ක පෝතුදු

මුත්‍රා ගොඩක් යනවා

Urgency

**මූත්‍රම් පෝහ පුරග තිරිපි මූත්‍රම් වරැගර මාදුර්
ඉරික්ක**

මුත්‍රා කලාට පස්සෙ- නැවත මුත්‍රා බර තියනවා

Frequency

වන්ද හේරමුම් මූත්‍රම් පොහුදු

හැම වෙලාවෙම මුත්‍රා යනවා

Important questions

How many times do you pass urine per day ?

ඔරැ නාලෙක්කි වත්තන්න තැරම් මුත්‍රාම් පෝහුදු?

දවසට කී සැරයක් මුත්‍රා කරනවද ?

Do you have dysuria ?

මූත්‍රම් පෝසික හෝහු ඉරිකා?

මුත්‍රා කරනකොට රිදෙනවද?

Do you have haematuria ?

මූත්‍රම් පෝසික රත්තම් පෝහුදා?

මුත්‍රා කරනකොට ලේ යනවද?

Do you pass blood everytime you micturate?

**ඔව්වරැ තඩවයුම් මූත්‍රම් පෝහුම් පෝදු රත්තම්
පෝහුදා?**

මුත්‍රා කරන හැම වෙලාවෙම ලේ යනවද?

Do you pass blood only during the first half of the flow?

මුතුම් පෝතුම් පෝදු තොඩක්කත්තිල මට්ටුම් රත්තම් පෝතුදා?

මුල්ම මුත්තා ටිකත් එක්ක විතරද ලේ යන්නේ?

Do you pass blood only during the latter half of the flow?

මුතුම් පෝතුම් පෝදු කඩසියල මට්ටුම් රත්තම් පෝතුදා?

අන්තිම මුත්තා ටිකත් එක්ක විතරද ලේ යන්නේ?

What is the colour of urine?

මුත්තාම් එන්න නිරම්?

මුත්තා මොන පාටද?

Do you have a good projectile flow during urination?

මුතුම් පෝසික නල්ලා තුරක්කක පෝතුදා?

මුත්තා කරනකොට මුත්තා පාර හොඳට ඇතට විදිනවද?

Is there a terminal dribbling during urination?

කඩසිය මුත්තා සොට්ටු / සොට්ටු මාදිර ක්ට්ටක්තිල උලුලදා?

අන්තිම මුත්තා ටික බිංදු බිංදු වගේ ලග වැටෙනවද?

Do you have a desire to urinate throughout the day? / Always?

එන්දු හේරමුම් මුත්තාම් පෝත වේතුම් මාදිර ඉර්කා?

හැම වෙලේම මුත්තා බර තියෙනවද?

Do you have a continuous desire to urinate even after passing urine?

මුත්‍රම් පෝත පුරග මුත්‍රම් පාරමා ඉරිකා ?

මුත්‍රා කලාට පසුවත් මුත්‍රා බර තියෙනවද ?

How often do you pass urine at night?

ඉරවෙයිල එත්තන් තැරම් මුත්‍රම් පෝවිංග?

රෑට කීසැරයක් මුත්‍රා කරන්න ඕන වෙනවද ?

Is there a brake of sleep due to the desire to urinate?

මුත්‍රම් පෝරදාල තුක්කම් කුලම්බුදා ?

මුත්‍රා බර හිසා රෑට හින්දු කැඩෙනවද?

Do you wet bed while in sleep?

ඉරවෙයිල තුක්කත්තිල කට්ට්ල මුත්‍රම් පෝහුදා?

රෑ හින්දෙදි ඇදේ මුත්‍රා යනවද?

Does it pain at the initiation of micturation?

මුත්‍රම් තොඩක්කෙයිල කස්ටමා ඉරිකා?

මුත්‍රා කරන්න පටන්ගන්න කොට අමාරුද?

Do you have lower backache ?

හැර, මුදුහු හෝහුදා ?

තුනටිය, පිටකොන්ද රිදෙනවද?

Do you feel the pain radiating from loin to groin?

මුදුහුල ඉරිත්ද වලි අඩි වෙත්තුක්ක වාරදා?

වේදනාව පිට කොන්දේ ඉදලා යට්ට්ටි දිහාට එනව වගේ දැනෙනවද ?

How long does the pain persists ?

නෝඟු වචලවු හෝරම් ඉරික්ක ?

වේදනාව කොපීවර වෙලා තියෙනවද?

Does the pain relieve with Paracetamol?

පැරසිටමෝල් වඩිත්ත පුරත නෝඟු කරව්ද?

පැරසිටමෝල් වලට වේදනාව අඩු වෙනවද?

Is your drinking water hard?

කුඩික්ක තන්තියිල කැල්සියම් කුඩ ඉරිකා ?

බොන වතුර වල කිවුල ගතියක් තියෙනවද?

Some advices

Drink more water

කැනක්ක තන්ති කුඩිංග

වැඩිපුර වතුර බොන්න

Drink boiled & cooled water

සුවිටු ආරිල තන්ති කුඩිංග

උණු කර නිවාගත් වතුර බොන්න

Clean your genital area properly

උංග සැනති අංගල් නල්ලා කලුවිංග

ඔබගේ ලිංගික අවයව හොඳින් පිරිසිදු කරන්න

Do the urine test

මුත්තා සෝදිසි පාරක වේනුම්

මුත්තා පරික්ෂා කරන්න වෙනව

G.I.T DISORDERS, VOMITUS & FAECES

Useful terms and common complaints

Stomachache

වෛච්ච වලික්කිදු

බඩ රිදෙනවා

Vomiting

සත්ති වඩිත්තේන්

වමනෙ යනවා

Burning of stomach

වෛච්ච වරියදු

බඩ දුනවා

Gastro oesophageal reflux.

සාප්පාඩු තොන්ඩෙක්කි වරදු

කෂම උගුරට එනවා

Itching

උඩමිඩු කඩික්කිදු

ඇඟ කහනවා

Distension of stomach

වෛච්ච උවදි ඉරික්ක

බඩ පිපිල

Dysphagia

වලිංග කශ්ටම්

ගිලින්න අමාරුයි

Indigestion

සමික්කවලෙ

අපිරණය

Diarrhoea

වෙත්තල පෝහුදු / වෙර්ට්ටම්

බඩ වලියෙ යනවා

Faeces

මැලම්

මළපහ

Hiccups

වික්කල්

ඉක්කා

Difficulty in defecation / Constipation

මැලම් පෝහ කස්ටම්

වැසිකිලි යන්න අමාරයි

Lump /parts of bowel coming out from back while defecating

මුක්කයිල කට්ටි මාදිර වෙලියාල වරදු

පිටිපස්සෙන් කැල්ලක් වලියට විනවා

Per rectal bleeding

කුදම් රත්තම් වරදු

ගුද මාර්ගයෙන් ලේ විනවා

Bleeding while defecating

මැලම් පෝයික රත්තම් පෝහුදු

වැසිකිලි යද්දි ලේ යනවා

Important questions

From where you get your meals? From home or from outside?

සාපාධ වංග වඩික්කිරිංග, විවිචලයා?කඩයිලයා?
කෂම ගන්නේ කොහෙන්නද, ගෙදරින්ද? කඩෙන්නද?

Do you wash your hands before having your meal?

සාපුච මුන්දි කයි නල්ලා කලුවිනිංගලා?
කන්න කලින් අත් හොඳට හෝදනවද?

Which part of stomach is aching?

වෙත්තිල වංගෙ වලික්කිදු?

ඩඩේ කොතැනද රිදෙන්නේ?

At what time you feel the pain more?

වන්න තේරත්තිල කුඩ වලික්කිදු?

මොන වෙලාවටද වැඩියෙන් රිදෙන්නේ?

Since when are you having the pain?

වස්ස මුරන්ද වලික්කිදු?

කවද මුරන්ද රිදෙන්නේ?

What did you have for the breakfast/ lunch and dinner ?

වන්න කාලෙයිල / පගලෙයිල / මුරවිල සාපිවිංග?

මොනවද උදේට / දුවල්ට / රැට කෂවේ?

Do you get pain when breathing?

මුඛව වඩුක්කෙයික වලික්කිද?

හුස්ම ගනිද්දීත් රදෙනවද?

Does it relieve or increase after having meals?

සාපුට පුරග නෝවු කරව්ද? කුඩුද?

කෑවට පස්සෙ වේදනාව අඩුවෙනවද? වැඩිවෙනවද?

Does it relieve or increase after drinking water?

තන්හි කුඩිව්ව පුරග නෝවු කරව්ද? කුඩුද?

වතුර බිව්වම වේදනාව අඩු වෙනවද? වැඩිවෙනවද?

Does the pain relieve when you bend forward?

මුත්තක වලයෙක්ක නෝවු කුඩුද? කරව්ද?

ඉස්සරහට නැමෙනකොට වේදනාව අඩුවෙනවද?
වැඩිවෙනවද?

Do you feel the pain radiating towards the umbilicus?

නෝ තොප්පුල පක්කම් වරද?

වේදනාව පෙකනිය දිශාවට යනව වගේ දැනෙනවද?

Does the pain worsen when pressed?

අමත්තෙයිල කුඩ වලික්කිද?

තද කරද්දී වේදනාව වැඩි වෙනවද?

Did you vomit?

සත්හි පෝව්වා?

වමනේ ගියාද?

Was there blood in vomitus?
සත්ති ඕඩ රත්තම් පෝහුදා ?
වමනෙත් එක්ක ලේ ගියාද?

What s the colour of vomitus?
සත්ති එන්න තිරම් ?
මොන පාටටද වමනෙ ගියේ?

How many times did you vomit?
එත්තන්න තරම් පෝවිවා ?
කී සැරසක් ගියාද?

Is vomiting always accompanied with
stomachache?
වෙව් වලික්කෙයිල එප්පෝදුම් සත්ති වරදා?
බඩ රිදෙන හැම වෙලේම වමනෙ යනවාද?

Do you have diarrhoea ?
වෙවත්තල පෝහුදා?
බඩ එළියේ යනවාද?

Do you have a difficulty in defecation?
මැලම් පෝයික කස්ටම් ඉරිකා?
මළපහ කරනකොට අපහසුතාවයක් දැනෙනවද ?

Did you take any medication?
එදාවද මරද එතිත්තිංගලා?
මොනව හරි බෙහෙත් ගත්තද ?

When was the last time you took worm treatment?

කඩසිල පුවිච්චි මරඳු වජ්ජ වඩිතිංග ?

අන්තිමට පණු බෙහෙත් ගත්තේ කවද්ද ?

Did you notice any yellowish colour over your skin?

ඔබ්බ ඔංජල් නිර මාදිර ඉරිකා?

අඟ කහ පාට වෙලා තියෙනවද?

Is your skin itchy ?

ඔබ්බ ජොරියදා?

අඟ කහනවද?

What is the colour of stool?

මැලම් වන්ත නිරම්?

මළපහ මොන පාටද?

Do you pass whitish stools?

මැලම් වෙල්ලෙයි නිරම් මාදිරයා?

මළ පහ සුදු පාට වගේද?

Do you pass tea colour urine?

ඔබ්බ තේ තන්ති නිරම් පෝල පෝහුදා?

ඔබ්බ තේ වතුර පාටටද යන්නේ?

Do you pass blackish stools?

මැලම් කරජ්ජු නිරමා පෝහුදු ?

මළ පහ කළු පාට වගේද?

Do you pass watery stools?
මැළුම් පෝශික තන්හි මාදිරයා?
මළපහ වතුර වගේ යනවද?

Do you pass mucoid stools?
මැළුම් පෝශික සලි මාදිරයා?
මළපහ සෙවල වගේ යනවාද?

Does anything come out from anus while straining?
මුක්කෙයිල කුදම්ල කට්ටියාන ඒදුම් වැරහුදා?
මළපහ කරද්දි බඩවැල් එලියට එනවද?

Do you take alcohol?
සාරාශම් කුඩිප්පිංගලා?
අරක්කු බොනවාද?

Have you been suffering from liver problems?
ඊරල් වරැත්තම් ඉරිත්ද ඉරිකා?
අක්මාවෙ ලෙඩ තිබිල තියෙනවද?

Have you lost your appetite?
සාප්පාඩුක්ක මැනම් ඉල්ලාම මාදිර ඉරිකා?
කෑම අරැවිය තියෙනවද?

Do you have regurgitation of food?
සාප්පාඩු තොත්ඩෙක්කි වාර මාදිර ඉරිකා?
කෑම උගුරට එනව වගේ තියනවද ?

Is there abdominal distension?

වෛර් උගදින මාදිර් ඉරිකා?

බඩ පිපිල වගේ දැනෙනවද?

Some Advices

Take anti worm tablets

පුච්චි මරදු කුඩිංග

පහු බෙහෙත් බොන්න

Drink adequate water

කැනක්ක තන්ති කුඩිංග

වැඩිපුර වතුර බොන්න

Don't take foods from outside

කදෙව් සාපාඩ සාපුඩ වේන්ඩාම්

කඩවල් වලින් කෑම කන්න එපා

Don't starve

විරදම් ඉරැක්ක වේන්ඩාම්

බඩගින්නෙ ඉන්න එපා

Don't eat oily foods for few days

වන්නෙ සාපාඩ කොන්ජම් නාලක්කුසාපුඩ

වේන්ඩාම්

බර තෙල් කෑම ටික දුවසක් යනකම් කන්න එපා

PER RECTAL BLEEDING

Useful terms and common complaints

Rectal bleeding

කුදමල ඉරික්ද රත්තම් වරදු

ගුද මාර්ගයෙන් ලේ එනවා

Passing blood on defecation

මැලම් පෝශික රත්තම් වරදු

මළපහ කරද්දි ලේ එනවා

Important questions

Do you pass blood on defecation?

මැලම් පෝශික රත්තම් පෝරදා ?

මළපහ කරද්දි ලේ යනවද ?

For how long have you been having this problem?

වචලවු කාලම් ඉදු මාදිර ඉරික්ක?

කොච්චර කාලයක් තිස්සේ තියෙනවද?

Does it bleed a lot ?

කුඩ රත්තම් පෝතදා?

ලේ ගොඩාක් යනවද?

What is the colour of the stools?

මැලම් එන්න නිරම්?

මළපහ මොන පාටටද යන්නේ ?

How many times do you defecate per day?

ඔරු නාලෙක්කි එත්තන්න තරම් මැලම් පෝතුදා?

දවසට කී සැරයක් මළපහ කරනවද?

Do you pass blood upon straining?

මුක්කයිල රත්තම් වාරදා?

තටමද්දි ලේ එනවද?

Do you pass blood even after you finish defecating?

මැලම් පෝන පුරහ රත්තම් වාරදා?

මළපහ කලාට පස්සෙන් ලේ එනවද ?

Do you have back pain?

මලවාසල් නොවුදා ?

පිටිපස්සේ වේදනාවක් දැනෙනවද?

Do you have painful defecation?

මුක්කයිල නෝතු ඉරිකා?

තටමද්දි වේදනාවක් දැනෙනවද?

Does any lump come out of the anus upon straining?

මුක්කෙයිල මැලවාසලිල් කට්ටි වැරගුදා?

තටමද්දි පිටිපස්සෙන් ගෙඩියක් වගේ දෙයක් එළියට එනවාද?

Does it return spontaneously?

කට්ටි තානාක උල්ලුක පෝතුදා ?

ඒක ඇතුලට යනවාද?

Have you had diarrhoea ?

වෛත්තල පෝහුදා?

බඩ විලියේ යනවාද?

How many times do you go to toilet per day?

ඔරු නාලෙක්කි වත්තන්ත තඩම් මැලම් පෝහුදු?

දවසකට කී සැරයක් වැසිකිලි යන්න අවශ්‍ය වෙනවාද?

Do you have pain after defecation ?

මැලම් පෝන පුරග හෝ ඉරිකා?

මළපහ කලාට පස්සේ වේදනාවක් දැනෙනවාද?

Do you have pain before defecation ?

මැලම් පෝසික මුන්දි හෝ ඉරිකා?

මළපහ කරන්න කලින් වේදනාවක් දැනෙනවාද?

Have you noticed any loss of weight ?

කොන්ජම් නාලයිල කුඩා ඔඩුම්බු මෙලින්ද මාදිර ඉරිකා ?

ලඟදී ඉඳන් අඟ කෙට්ටු වෙනව වගේ දැනෙනවාද?

Do you have constipation ?

මැලවික්කල් ඉරිකා?

මළබද්ධිය තියෙනවාද?

Do you pass mucus with the faeces ?

මැලම් සලි මාදිරයා?

මළපහ වික්ක සෙවල වගේ යනවාද?

THYROID DISORDERS

Useful terms and common complaints

Salt	උස්පු
Iodine salt	අයඩින් උස්පු
Sweating	වියර්වෙ
Tremor	නඩුක්කම්
Hungry	පසි
Lump	කරීරි

Important questions

Do you have a lump in the neck?

කලික්තිල කරීරි මාදිරි ඉරිකා?

බෙල්ලේ ගෙඩියක් තියෙනවද?

Do you have difficulty in swallowing?

සලි විලිංග කස්ටමා?

කෙල ගිලින්න අමාරුද?

For how long have you been having this?

වචලවු නාලා කරීරි ඉරිකා?

කොච්චර කාලයක ඉඳලා තියෙනවද?

Did you loss weight recently ?

ඉන්ද කොංපම් නාලා උඩම්බු මෙලියද?

මෑතක ඉඳල අරග කෙට්ටු වෙනවද?

Did you gain weight recently?

ඉන්ද කොංජම් නාලා උඩම්බු විංකිදා?

මෑතක ඉඳලා ඇඟ මහත් වෙනවද?

Is there any recent voice changes?

කුරල් කොංජම් නාලා මාරින ඉරිකා?

කටහඬ මෑතක ඉඳල වෙනස් වෙලා තියෙනවද?

Do you sweat frequently ?

අඩික්කඩි වියර්කදා ?

හිතරම දාඩිය දානවද?

Are you loosing hair?

මුඩි කුඩ උලුගදා (විලිගිදා)?

හිසකේ වැඩිපුර ගැලවෙනවද?

Is there any abnormality in your menstrual cycle?

මාදවිඩායි ඔලුංගා ඉල්ලාමල් ඉරිකා?

ඔසප් වක්‍රය අක්‍රමවත්ද?

Do you feel your clothes becoming loose recently ?

උඩුප්පු ඔඩුම්බුක්ක ලසා ඉරිකා?

ඇඳුම් ඇඟට බුරැල් වෙලා වගේ තේරෙනවද?

Can you tolerate cold?

කුලීර් තාංග මුඩියුමා?

සීතල දරාගන්න අමාරුද?

Can you tolerate heat?

වක්කයි තාංග මුඩියුමා ?

රක්තය දුරාගන්න අමාරුද?

Do you get hungry very often?

පසි කුඩවා ඉරිකා?

හිතරම බඩගිනි දැනෙනවද?

Do you eat less salt ?

උජ්ජු සාපාඩ කුරවාලා සාපුඩරිංග?

ලණු කෑම අඩුවෙන්ද කන්නේ?

Do you use iodinated salt?

අයඩින් පෝටිට උජ්ජු පාවික්කිරිංගලා?

අයඩින් දාපු ලණුද පාවිච්චි කරන්නේ?

How often do you eat vegetables like cabbage?

ගෝවා මාදිර මරකරි කුඩ සාපිටරිංගලා?

ගෝවා වගේ ඵලවළු වැඩිපුර කනවද?

Do you have back pain / loin pain ?

මුදුලු / වලමිඳු වලික්කිදා?

පිටකොන්ද / ඇටකටු රිදෙනවද?

Do you feel sleepy all the time ?

වන්ද නේරම්මුම් තුක්ක වර මාදිර ඉරික්කදා?

හිතරම හිදිමත ගතියක් දැනෙනවද?

For how long have you been having constipation?

වචලවී කාලමාන මැලම් පෝශික කස්ටම් ඉරිකා?
කොපමණ කාලයක් තිස්සේ මළබද්දිය තියෙනවද?

Do you experience loose motion often?

අඩික්කඩි වයිත්තාල පෝහ මාදිර ඉරිකා?
හිතරම බඩ බුරුල් වෙන ගතියක් තියෙනවද?

Do you pass excessive blood during menstruation?

මාද වඩායි තේරත්තිල කුඩ රත්තම් පෝහුදා?
ඔසප් දිනවල වැඩිපුර ලේ යනවද?

Some advices

Take more iodinated salt

අයඩින් උප්පු පෝට්ටි සාප්පාඩු කුඩ සාපුඩිංග
අයඩින් ලුණු සහිත ආහාර වැඩිපුර කන්න

Eat more sea food

කඩල් සාප්පාඩු කුඩ සාපුඩිංග
මුහුදු ආහාර වැඩිපුර කන්න

Reduce the intake of sea food

කඩල් සාප්පාඩු කුරවා සාපුඩිංග
මුහුදු ආහාර අඩුවෙන් කන්න

DIABETES MELLITUS

Important terms

Sugar	සීනි
Starch	මාවු
Fiber diet	නෂර් උනවු සාප්පාඩු
Fruits	පලම්
Sweets	ඉණිප්පු
Diabetes Mellitus	සීනි වරැත්තම් / සැලරෝගම්

Important question

Do you experience polydipsia ?

උංගලක්ක තානම් කූඩ තෙරියදා?

ඔයාට වැඩිපුර තිබහ දැනෙනවද?

Do you experience polyuria?

උංගලක්ක අඩික්කඩි සැලම් පෝරිංගලා?

ඔයාට නිතරම මුත්තා කරන්න අවශ්‍ය වෙනවද?

Have you been experiencing recent weight loss?

කිරිට නාලා ඔඩම්බු මෙලියදා?

ලඟදි ඉඳල අැඟ කෙට්ටු වෙනව වගේ තියනවද?

Have you been experiencing recent weight gain?

කිරිට නාලා ඔඩම්බු උඹදා ?

ලඟදි ඉඳල අැඟ මහත් වෙනව වගේ තියනවද ?

Do you eat lot of sweets?

ඉතිරි පු සාප්පාඩ කුඩ සාපරිරංගලා ?

පැණි රස කෑම වැඩිපුර කනවද ?

Do you eat starchy foods like rice, potato, bread very often?

සෝර, පාන් , කිලංගු මාදිරි සාප්පාඩ කුඩ සාපරිරංගලා?

බත්, පාන්, අලු වගේ පිරි කෑම වැඩිපුර කනවද?

Do you drink tea with suger often?

අඩක්කඩි සීනි පෝටිට්තේ තන්ති කුඩක්කරංගලා?

සීනි දාල නිතරම තේ බොනවද?

How many times a day you drink tea ?

ඔරුනාලක්කි වත්තන්ත තැරම් තේ තන්ති කුඩක්කරංග?

දවසට කී සැරයක් තේ බොනවද?

Do you have a good eye sight ?

නල්ල කන්ත තෙරියදා ?

ඇස් හොඳට පේනවද ?

Have you been experiencing blurred vision since of late?

කිට්ටි නාලා පාර්වෙ මංගලා තෙරියදා?

මෂක ඉඳල පෙනීම බොඳ වෙලා වගේ පේනවද?

Are there any wounds, rashes on your legs?

කාල්ල පුන්හු , rash මාදිරි ඉරිකා?

කකුල් වල තුවාල, කුෂ්ඨ වගේ තියෙනවද?

Does it take long time for the wounds to heal ?
පුන්තුවල සුභමාර කැන කාල වඩික්කිද?
තුවාල හොඳ වෙන්න ගොඩක් කල් යනවද?

Do you experience numbness over your fingers and toes ?
කයිල,කාල්ල වරල්කල් වරෙක්කිර මාදුර ඉරිකා?
අත් වල කකුල් වල ඇඟිලි හිරි වැටෙනවද?

Are you on diet control ?
හිංග සාප්පාඩු control පත්තිංගලා?
ඔයා ආහාර පාලනය කරනවද?

Do you take insulin injections?
හිංග ඉන්සියුලින් උයයි පෝඩිරංගලා?
ඔයාට ඉන්සියුලින් ඉන්ජෙක්ෂන් ගතනවද?

Do you sweat a lot?
අධිතම් වියර්කදා?
ඔයාට වැඩිපුර දාඩිය දානවද?

Were there any family members with diabetes?
උංගලුයෙය කුඩුම්බත්තිල යාර්ක සරි සැලරෝගම් ඉරින්ද ඉරිකා?
පවුලේ කාටහරි දියවැඩියාව හැදිල තියෙනවද?

Are you on any medication?
ව්දාවදු මරදු සැලරෝගම්ක වඩිකිරංගලා?
මොනවහරි දියවැඩියා බෙහෙත් පාවිච්චි කරනවද?

Some advices

Don't eat too much sweets

සීනි කූඩ සාපුට වේන්ඩාම්

සීනි වැඩිපුර කන්න වපා

Stop taking sweet foods

ඉනීප්පු සාපාඩ සාපුට වේන්ඩාම්

පැණි රස කෑම නවත්වන්න

Cut down on starchy foods

මාවත්තු සාප්පාඩු කුරඉංග

පිටි සහිත ආහාර අඩු කරන්න

Eat more fiber containing food

නාර් සත්තු ඉරික්ක සාප්පාඩ කූඩ සාපිඩිංග

කෙඳි සහිත ආහාර වැඩිපුර කන්න

Take drugs after having meals

සාප්පුට පුරහ මරදු කූඩිංග

කෑමට පසු බෙහෙත් බොන්න

If you feel faintishness after taking anti

diabetes drugs, have some sugar

හිංග සැලරෝගම් මරදු කූඩිත්ත පුරහු මයක්කම්

මාදිරි ඉරිත්දාල්සීනි සීනි කොංපම් සාපුඩිංග

ඔබට දියවැඩියා පෙති බීමෙන් පසු කැරකිලි ගතියක්

දැනෙන්නේ නම් සීනි ටිකක් කන්න

Check your feet thoroughly everyday.

ඔව්වරූ නාලම් උංගල් උඩය කාල්ල

පරිච්ඡේදිත්ත පාරංග

කකුල් හැමදාම හොඳින් පරීක්ෂා කරන්න

TRAUMA

Useful terms

Wound	පුන්හු / කායම්
Cut	වෙට්ටු කායම්
Fracture	ඔඩංජ / මුරවු
Dislocation	විලිහි
Laceration	කිලිංජ කායම්
Bleeding	රත්තතෝට්ටම්
Stitch	තොයියල්
Abrasion	උරසල් කායම්
Contusion	කන්ඩ
Swelling	වික්කම්

Important Questions

What happened?

එන්න හඬන්දද?

මොකද වුනේ ?

Are you wounded badly?

රොම්බ කායමා?

ගොඩක් තුවාලද?

Did it bleed a lot ?

කැහැක්ක රත්තම් පෝව්වා?

ගොඩක් ලේ ගැලුවද?

Can you move your fingers?

විරල්කල් ආට්ට ව්ලුමා?

ඇඟිලි හොඳවන්න පුළුවන්ද?

Have you had the tetanus toxoid recently?

කීට්ට්කිල වීජපු උසසි පෝටිංගලා?

ලගදී පිටගැස්ම ඉන්පේක්ෂන් ගතලා තියෙනවද?

Is there a numbness over your fingers ?

විරල්කල් විරෙක්කිර මාදිර ඉරිකා ?

ඇඟිලි හිරිවැටිල වගේද?

Is there any difficulty in breathing ?

මුඛව වඩුක්ක කස්ටමා ?

හුස්ම ගන්න අමාරුද ?

Can you walk?

හඩක්ක මුඩියුමා ?

ඇවිදින්න පුළුවන්ද?

Some advice

Raise your Hand / leg

කසි / කාල් උයත්තුංග

අත / කකුල උස්සන්න

Don't wet the wound

පුන්හෙ හනකස වේන්ඩාම්

තුචාලය තෙමන්න වසා

It will take some time to heal
සුගමාග කොංපම් නාල් වඩුක්කම්
හොඳ වෙන්න ටිකක් කල් යයි

It will take about two months to heal
සුගමාග රෙන්නු මාසම් ආනුම් පෝනුම්
හොඳ වෙන්න මාස දෙකක් චිතර යයි

It will take to heal time (use any
time duration)

සුගමාග **ආනුම් පෝනුම්**
හොඳ වෙන්න චිතර යයි

Wound has got infected
පුන්න සිදුල් පුඩ්ච්ච ඉරක්ක
තුවාලය පැසවලා

Keep the wound properly covered
පුන්න නල්ලා මුඩ් වච්චිරංග
තුවාලය හොඳට වහල තියාගන්න

Wash the wound when you are bathing
කුලික්කෙයිල පුන්න නල්ලා කලච්චංග
නානකොට තුවාලය හොඳට සෝදන්න

Clean the wound well
පුන්න නල්ලා තුප්පර පන්තිංග
තුවාලය හොඳට ශුද්ධ කරන්න

Keep your leg elevated
කාල් උයන්ති වච්චිරංග
කකුල උස්සලා තියාගන්න

Don't move the leg.
කාල් අසෙක්ක වේන්ඩාම්
කකුල හොලවන්න එපා

Dr. Asiri Munasinghe

LUMP (කට්ටි)

Important questions

When did you notice the lump first?

කිංග මුදුල්ල කට්ටිය වර්ෂ කන්ඩිංග ?

ඔයා මේ ගෙඩිය මුලින්ම දැක්කේ කවදාද?

What made you to notice the lump?

කිංග මුදුල්ල කට්ටිය වර්ෂ කන්ඩිංග ?

ඔයා කොහොමද මුලින්ම ගෙඩිය දැක්කේ ?

For how long have you been having this?

වලවවු කාලම් කට්ටි ඉරක්ක?

කොච්චර කාලයක් තියෙනවද?

Has the lump gradually changed in size or not

කට්ටි වැර වැර පෙරසා වංදදා ඉල්ලාට්ටි විද්‍යාසමානම් ඉල්ලයා?

දවසින් දවස ගෙඩිය ලොකු වුනාද හැත්තම් වෙනසක් වුනේ නැද්ද ?

Is it pain when you are touching?

කට්ටිය තොඩයිල හෝහුදා?

ගෙඩිය අල්ලද්දි රිදෙනවද ?

Do you get a pain when pressing the lump?

කට්ටිය අම්ත්තෙයික හෝහුදා?

ගෙඩිය තද කරද්දිත් රිදෙනවද ?

Do you have fever?
කාච්චල් මාදිර ඉර්කා?
උණ ගතියක් තිබ්බද?

Is the lump area warm ?
කච්චල ඉර්කකිර ඉඩයත්තිල සුඩා මාදිර ඉර්කා?
ගෙඩිය තියෙන තැන රස්නයක් වගේ දැනෙනවද?

Did you notice any colour change?
කච්චල කිරම් මාර්ච්චා ?
ගෙඩිය පාට වෙනසක් වුනාද?

Have you got any similar lumps on your body?
ඉදු මාදිර වේර කච්ච උඩම්බුල ඉර්කා?
මේ වගේ තවත් ගෙඩි ඇගේ තියෙනවද?

Have you had any lumps in the similar nature before ?
ඉදුකු මුන්දි ඉදු මාදිර කච්ච ඉර්ද ඉර්කා ?
මීට කලින් මේ වගේ ගෙඩි තිබ්බලා තියෙනවද ?

Did the lump ever disappear?
කච්ච ච්ච්ච සර් ඉල්ලාම පෝයි ඉර්කා ?
ගෙඩිය කවද හරි නැති වෙලා තියෙනවද?

Did you take any medication for this before ?
ඉදුකු මුංදි නිග මරද ච්චත්තිංගලා?
මීට කලින් ඖයා මේකට බෙහෙත් කලාද?

Does it come out when you cough?
ඉරුමෙක්ක කච්ච වෙලිය වාරදා?
කහිනකොට ගෙඩිය ච්චියට ච්චවද?

Do you have any difficulty in swallowing because of this lump?

කරීටි ඉරිකිර තාර විලිංග කස්ටමා?

ගෙඩිය හිසා කෂම ගිලිද්දීන් අපහසුවක් දැනෙනවද ?

Have you ever experienced any voice change because of lump?

කුරල් මාර්ත ඉරිකා ?

ගෙඩිය හිසා කටහඬ වෙනසක් තියෙනවද ?

Dr. Asiri Munasinghe

HERNIA

Useful commands for examinations

Remove	කලව්ටුංග
Sit down	උකීකාරංග
Stand up	නිමින්නි නිල්ලිංග
Lie down	පඩුංග

Take off your clothes

උඩුප්පු කලව්ටුංග

ඇඳුම් ගලවන්න

Lie down and turn to this side

නිමින්නි පඩිත්තු ඉන්නි පක්කම් තිරැඹුංග

මේ පැත්ත හැරිල නිදා ගන්න

Cough while looking at that side

අන්නි පක්කම් තිරිඹි පාරිත ඉරැඹුංග

අර පැත්ත බලාගෙන කහින්න

Important questions

Can you push the lump in?

කට්ටි උල්ලක පොට්ටුක (පෝඩ) මුඩියුමා?

ගෙඩිය ඇතුලට දාගන්න පුලුවන්ද?

Have you ever had hernia before?

ඉදුකු මුන්නි උංගලක්කු හරිනියා ඉරින්නි ඉරිකා?

මීට කලින් ඔයාට හරිනියා තිබිල තියනවද?

Have you ever undergone an operations for hernia?

ඉදකු මුත්දි හර්නියා ඔපරේෂන් පත්ති ඉරිකා?
මීට කලින් හර්නියා වලට ඔපරේෂන් කරලා තියෙනවද?

What is your job ?

උංගලුඩෙය තොලිල් එන්න?
ඔයාගෙ රස්සාව මොකක්ද?

Do you engage your self in heavy work?

පාරමාන (කස්ටමාන) වේල සෙයිරිංගලා ?
බර වැඩ කරනවද ?

Do you have any difficulty going to the toilet

කක්ස්ක පෝයික කස්ටමා ඉරිකා ?
වැසිකිලි යනකොට අමාරුද?

Do you smoke Beedi / cigarettes?

බීඩ් , සිගරට් පාවිච්චිරිංගලා ?
බීඩ් , සිගරට් බොනවාද?

Do you have a heavy / chronic cough?

කනක්ක (කුඩ) ඉරුමෙයි ඉරිකා ?
තදින් කැස්ස තියෙනවද?

Some advices

Don't engage yourself in heavy work

කඩින වේල සෙය්ය වේන්ඩාම්

බර වැඩ කරන්න වීපා

Use a tightly fitting underwear

නල්ලා ඉරික්කමාන උල්ලු උඩුපිපු පාවිංග

හොඳට හිර යට ඇඳුමක් පාවිච්චි කරන්න

Stop smoking

සිගරට් කුඩික්කිර නිප්පාවිටුංග

සිගරට් බීම නතර කරන්න

Don't strain

මුක්කු වේන්ඩාම්

තටමන්න වීපා

BREAST DISORDERS

Useful terms and complaints

Breast

මාර්දු

පියවුර

Nipple

මුලයි කම්බු

තන පුඩුව

There is a lump in the breast.

මාර්පගත්තිල් කට්ටි ඔන්ඩු ඉරක්ක

පියයුරේ ගෙඩියක් තියෙනවා

Breast pain

මාර්පගත්තිල් වලි

පියයුර රිදෙනවා

There is a nipple discharge

මුලයි කම්බුල ඉරන්ද තන්හි මාදුර

වරැම්

තන පුඩුවෙන් දියර වගේ එනවා

Important questions

Is there any pain in the breast?

මාර්පගත්තිල් වලික්කිද ?

පියයුර රිදෙනවාද ?

Is there a nipple discharge?

මුලයි කම්බුල ඉරින්න (nipple ල ඉරින්න) තන්හි මාදිර /සිදුල් වරදා?

තන පුඩුවෙන් (nipple එකෙන්) දියර වගේ /සැරව එනවාද?

Is there a blood stained nipple discharge?

මුලයි කම්බුල ඉරින්න (nipple ල ඉරින්න) රත්තම් මාදිර වාරදා?

තන පුඩුවෙන් (nipple එකෙන්) ලේ වගේ එනවාද ?

what is the colour of the discharge ?

එන්න හිරම්?

මොන පාට දියරයක්ද එන්නෙ ?

Is there rash around the nipple. ?

මුලයි කම්බු සුත්ති (nipple සුත්ති) Rash මාදිර ඉරිකා ?

තන පුඩුව වටේට (nipple එක වටේට) Rash වගේ එකක් තියෙනවාද ?

Is there any lump in the breast ?

මාර්පගත්තිල් කට්ටි මාදිර ඉරිකා?

පියයුරේ ගැටිත්තක්/ගෙඩියක් වගේ තියෙනවාද?

For how long have you been having it?

එවලම් කාලමා ඉරික්ක?

කොච්චර කාලයක් තිස්සේ තියෙනවාද?

Does the lump increasing gradually?

කට්ටි කොන්පම් කොන්පම් පෙරිසා වාරදා?

ගෙඩිය ටික ටික ලොකු වුනාද?

Is there a pain while touching the lump?

කරීටි තොඩුම් පෝදු වලික්දා?

ගෙඩිය අල්ලද්දි රිදෙනවාද?

Are you married ?

උංගලුක්ක කලසානම් මුඩිංජා?

ඔයා විවාහ වෙලාද ?

When did you attain menarche?

නිංග වජ්ජ පෙරිය පිල්ලයානිංග?

වැඩි වියට පත්වුනේ කවදාද ?

How many children do you have ?

වත්තනො පුල්ලෙයිකල් ඉරික්කාංග?

දරුවෝ කීයක් ඉන්නවද ?

Did you breast feed ?

පුල්ලෙයිකලුක්ක පාල් කුඩිතිංගලා?

දරුවන්ට කිරි දුන්නද?

Do /Did you use oral contraceptive pills?

කරැතගෙඩි මිරන්දු කුඩිතිරිංගලා

/කුඩිතිතිංගලා?

උපත් පාලක පෙති බොහවද/බිවිවද?

Do/Did you use any contraceptive injection?

කරැතගෙඩි උෟශි වඩිතිරිංගලා/ වඩිතිංගලා?

උපත් පාලන ඉන්ජෙක්ෂන් ගහනවද/ගැහුවද?

Do you have any breast pain during your periods?

මාදව්ඩායි හේරත්තිල මාර්පගත්තිල වලි ඉරිකා?
ආර්ථව දුවස් වලදී පියයුරු වල වේදනාවක් තියෙනවද?

For how long have you been menopausal?

මාද විඩායි නිනඬිරු වචලවු කාලමී?

ඔබගේ ඔසප් වීම නැවතිලා කොච්චර කල් වෙනවද ?

Did any of your family members have breast cancer ?

උගලුඬිය කුඩුමිඬත්තිල යාරක සර් මාර්පගත්තිල පුට්ටු හෝයි ඉරන්ද ඉරිකා ?

ඔයාගෙ පවුලෙ කාට හර් පියයුරු පළිකා තිබිල තියෙනවාද ?

ARTHRITIS AND MUSCULO SKELETAL DISORDERS

Useful terms and common complaints

Knee pain

මුලංකාල් නෝතූද

දැනිස් රිදෙනවා

Joint pain

මුට්ටු නෝතූද

හන්දි රිදෙනවා

Leg pain

කාල් නෝතූද

කකුල් රිදෙනවා

Back pain

හෑර් නෝතූද

කොන්ද රිදෙනවා

Knees have got swollen

මුලංකාල් වික්කම්

දැනිස් ඉදිමෙනවා

Legs have got swollen

කකුල් ඉදිමෙනවා

කාල් වික්කම්

muscles are aching

තසෙ වලක්කිදි

මස් පිඩු රිදෙනවා

muscles are cramping

තසෙ පිඩිප්පු

මස් පිඩු පෙරලෙනවා

Calves are aching

තොඩෙ, කෙන්ඩෙ වලික්කිදි

කලවා, බත් කෙන්ඩ රිදෙනවා

Important questions

For how long have you been having this?

වවලවු කාලම් ඉන්ද මාදිර ඉරික්ක ?

කොච්චර කාලයක් තිස්සෙ මේ වගේ තියෙනවද?

Do you have pain throughout the day?

මුලු නාලම් වලි ඉරිකා?

වේදනාව දවස පුරාම තියෙනවද?

Does the pain aggravate during morning?

කාලයේ කුඩ වලි ඉරිකා?

වේදනාව උදේට වැඩිපුර දැනෙනවද?

Do you have difficulty in bending your fingers?

කාලයේල වරලකල් මඩික්ක කස්ටමා ?

උදේට ඇඟිලි නවන්න අමාරුද?

Does the pain gradually reduce as the day progress?

පහලෙයික වලි කුරයිවා ඉරිකා?

දවල් වෙනකොට වේදනාව අඩු වෙනවද?

Do your knees swell ?

මුලංකාල් වීංගදා?

දනිස් ඉදිමෙනවද?

What is your occupation?

උංගලුඬය තොලිල් වන්න?

ඔයා කරන රැකියාව මොකක්ද?

Do you keep standing often?

හීංග වන්ද තේරමුම් හින්ඩු කොන්ඩා ඉරැප්පිංග?

ඔයා නිතරම නිටගෙන ඉන්නවද?

Have you had wounds , fractures over the area experiencing pain now?

වලි ඉරිකිර ඉඩයත්තිල ඉදකු මුදල්ල කායම් පට්ටි, ඔඩංපි ඉරිකා?

වේදනාව දැනෙන හරියෙ මීට කලින් තුවාල වෙලා, කැඩිල හියනවද?

Did you engage in work with a bent back during last few days?

කිට්ටත්තිල හීංග කුලිංපි කොන්ඩෙ පාරමාන වේල සෙයිදිංගලා?

පහු හිය දවස් වල කොන්ද නවාගෙන බර වැඩ මොකුත් කලාද?

Some advices

Don't keep standing for long time.

**හිංග තොඩරින්දු නින්ඩු කොන්ඩේ ඉරුක ක
වේන්ඩාම්**

ඔයා දිගටම හිටගෙන ඉන්න වීපා

Don't engage in heavy works.

පාරමාන වේල සෙය්ස වේන්ඩාම්

බර වැඩ මොකුත් කරන්න වීපා

Eat calcium rich food like small fish , sprats
often.

**නෙත්තිලි කරුවාඩු , සින්න මීන් මාදිරි කැල්සියම්
කුඩු උල්ල සාප්පාඩු සාපුඩිංග**

නාල්මැස්සෝ , පොඩි මාලු වගේ කැල්සියම් සහිත
ආහාර වැඩිපුර කන්න

Get this test done .

ඉන්දු පරිසෝදනෙ සෙය්ස වේනුම්

මේ පරික්ෂණය කරගන්න

ANAEMIA, BLOOD AND BLOOD BANK

Useful terms

Blood	රත්තම් / කුරුදු
RBC	සෙත් කුලියම්
WBC	වෙන් කුලියම්
Platelets	කුරුදු සිරු තට්ටු
Cells	කැලම්
Blood test	රත්තම් පරීක්ෂණය
Blood bank	රත්තම් වංගි
Blood donation	රත්තම් දානය
Blood transfusion	රත්තම් ජීවිරුදුම්
Blood group	රත්තම් වහයි
Anaemia	රත්තම්වෝහයි / කුරුදුවෝහයි

Important questions

What is your blood group?

උංගලුඛය රත්තම් වහයි වන්න?

ඔයාගේ ලේ වර්ගය මොකක්ද ?

Have you donated blood before?

ඉදුකු මුත්දි නිංග රත්තම් දානය සෙයිදිරිකිංගලා?

මිට කලින් ඔයා ලේ දන් දිල තියනවද?

How many times have you donated blood prior to this?

ඉදුකු මුත්දි නිංග වත්තනෙ තැරම් රත්තම් දානය සෙයිදිරිකිංගලා?

මිට කලින් ඔයා කී වතාවක් ලේ දන් දිල තියනවද?

Have you been subjected to blood transfusion before?

ඉදකු මුන්දි උංගලක්කු රත්ත ඒටර් ඉරිකා ?
මීට කලින් ඔයාට ලේ දීම තිසනවද?

Did you experience any allergic reactions following blood transfusion?

රත්තම් ඒටර් පුරන Allergy මාදිරි වංදො?
ඔයාට ලේ දුන්නට පස්සෙ Allergy වගේ තිබුනද?

Do you feel sleepy , lethargic often?

උංගලක්ක වන්ද නේරමුම් කලෙප්පා, තුක්කම් මාදිරි ඉරිකා?

ඔයාට නිතරම මහන්සි , හිදිමත වගේ දැනෙනවද?

Are you a vegetarian?

නිංග මරකර් මට්ටුමා සාපුඩවිංග ?

ඔයා වලවල විතරද කන්නෙ?

Do you eat less amount of fish and meat?

නිංග ඉරවිච්, මීන් සාපුඩරද කුරවිවා?

ඔයා මස්, මාලු අඩුවෙන්ද කන්නෙ?

Have you lost your appetite ?

සාප්පාටිල් විරපම් කුරයිවා?

කෂම රැවිය අඩු වෙලාද?

Do you drink tea after having your meals?

සාපුට පුරග නිංග අඩික්කඩ් තේ තන්ති කුඩිප්පිංගලා?

කෂම කෂවට පස්සෙ නිතරම තේ බොනවද?

When was the last time you had worm treatment?

වජප කඩසියා පුළුචි මරලු කුඩිච්චිංග ?
පනු බෙහෙත් අන්තිමට බිච්චෙ කවද්ද?

Did you lose a lot of blood following an injury recently?

කිට්ටන්තිල පෙරය කායම් පට්ට කැනක්ක රත්තම් පෝච්චා?

ප්‍රගදි ලොකු තුවාලයක් වෙලා ලේ ගොඩක් ගියාද?

Do you have heavy periods?

මාදු විඩායි හේරත්තිල කුඩ රත්තම් පෝනුදා?

ඔසස් දිනවල ලේ ගොඩක් යනවද?

Are you taking any vitamin or drugs these days?

ඉජප හිංග ඵ්දාවදු විටමින් මරලු කුඩික්කිරිංගලා?

මේ දවස් වල මොනව හරි විටමින් වර්ගයක්,

බෙහෙත් වර්ගයක් පාවිච්චි කරනවද?

Some advices

Get this blood test done.

ඉන්දු රත්ත පරිකෝදනෙ සෙය්ගුංග

මේ ලේ පරික්ෂනය කරන්න

You are anaemic .

උංග ඔඩම්බිල්ල රත්තම් කුරයිචා ඉරික්ක

ඔයාගෙ ඇඟේ ලේ මදි

Use this drug continuously.

ඉන්දු මරඳු තොඩර්න්දු පාවිංග

මේ බෙහෙත් වර්ගය දිගටම පාවිච්චි කරන්න

Eat a lot of fish , meat , eggs and green leaves like food.

ඉරච්චි, මිත් , මුට්ට, කිරි, මාදිර සාපාඩ කුඩ සාපුඩිංග

මස්, මාලු, බිත්තර, පලා වර්ග වගේ කෂම වර්ග වැඩිපුර කන්න

Do not drink tea immediately after taking meals

සාපුඩ පුරග තේ තන්හි කුඩික්ක වේන්ඩාම්

කැමෙන් පසු තේ බොන්න විපා

EPILEPSY

Useful terms

Epilepsy	කාක වලිප්පු
Fit	වලිප්පු
Shivering	හඩුක්කම්

Frothing

වායාල් හුරයි වරදු

කටෙන් පෙන ව්නවා

Clenching of teeth

පල්ල කඩිව්වි කොන්ඩු ඉරිත්දදු

දත් ඇඳි වකට හැපිල තියනව

Important questions

Have you had this illness before?

ඉදේ වරැත්තම් ඉදකු මුන්දි වන්ද ඉරිකා?

මේ ලෙඩේ මීට කලින් හැදිල තියෙනවද?

How many times have this occurred before?

ඉදේ වත්තන්ත තැරම් ?

මේ කීවෙනි වතාවටද හැදුනේ?

Were there any shivering?

ඔඩම්බු හඩිංගිදා?

ඇඟ ගැහුනද?

Were there any clenching of teeth ?
පල්ල කඩිවී කොන්ඩු ඉරන්දදා?
දත් පුට්ටු වෙලා තිබ්බද?

Were there any frothing?
වායල කුරයි වන්දුවීවා?
කටෙන් පෙනු වගේ ආවද?

How long did the fit last?
වචලවු තේරම් ඉරන්දදා ?
ඊටි එක කොච්චර වෙලාවක් තිබුනද?

Did you lose consciousness?
හිතයිවු උලංදදා?
සිතිය නැතිවුනද?

When was the first time you got this?
ඉදේ වරැත්තම් මුදුල්ල වජප වන්දු?
මේ ලෙඩේ මුලින්ම හැදුනේ කවද්ද?

Are you on any medication?
ඒදාවද මරදු පාවිච්චිරිංගලා ?
බෙහෙත් මොනව හරි පාවිච්චි කරනවද ?

What drugs do you take?
වන්ත මරදු වඩික්කිරිංග ?
මොනවද ගන්න බෙහෙත් ?

How do you take them ?
වජපඩි කුඩිකිංග ?
කොහොමද බොන්නෙ?

Did you take medications regularly without any interruption ?

ඔව්වරු නාලම් ඔලංගා මරද කඩික්කිනිංගලා?
දිගටම පිළිවෙලට බෙහෙත් බිව්වද?

Was there any improvement with the medications ?

මරද කඩිව්වා මුන්නේටුම් ඉර්කා?
බෙහෙත් වලින් ගුණයක් තියනවද?

Have you ever gone through a head injury?

ඉදකු මුන්දි උංගලුඩෙය තල කායමාග ඉර්කා?
මීට කලින් ඔයාගෙ ඔලුව තුවාල වෙලා තියෙනවද?

Are you on medication for diabetes ?

නිංග සැලරෝගත්තික්ක මරද වඩිකරිංගලා?
ඔයා දියවැඩියාවට බෙහෙත් ගන්නවද?

Did you stop taking alcohol recently?

නිංග සාරායම් කඩික්කිරද ක්විටත්තිල නිප්පාර්විරිංගලා?

ඔයා අරක්කු බොන එක ප්‍රභේදි හතර කලාද?

Did you get an ECG test done?

නිංග EEG test පත්තිංගලා?
ඔයා EEG පරීක්ෂණය කලාද?

Did you do a test, which is done by fixing wires on to the Head (EEG)

හිංග තලෙල වයර් පෝට්ට සෙයියුම් පරිසෝදනෙ පත්තිහිංගලා?

ඔයා ඔළුවට වයර් ගහල කරන පරික්ෂණය කලාද?

Were you fasting ?

හිංග සාපුඩාම ඉරන්ද ඉරක්කිරිංගලා ?

ඔයා කන්නෙ නැතුව හිටියද ?

Some Advices

Don't climb to higher places

උයරංගලිල් ඒර වේන්ඩාමි

උස තැන් වලට නගින්න වසා

Don't swim

හිංදු වේන්ඩාමි

පීනන්න වසා

Don't work with fire

**හීරප්පු උල්ල ඉඩංගලිල් වේල සෙයිය
වේන්ඩාමි**

ගින්දරන් එක්ක වැඩ කරන්න වසා

Don't stop taking medications

මරලු හිප්පාට්ටු වේන්ඩාමි

ප්‍රතිකාර නතර කරන්න වසා

If the symptoms occur consult the doctor immediately

හිරිපි වලිප්පු වන්දාල් කෙදියා Doctor සන්දිංග
නැවත රෝග ලකෂණ මතුවනොත් ඉක්මනටම
වෛද්‍යවරයෙක් හමුවන්න

Dr. Asiri Munasinghe

FEVER

Useful terms and common complaints

Fever	කාච්චල්
Headache	තලෙල ඉඬි
Dizziness	තලෙල සුත්තු
Vomiting	සත්ති
Faintishness	මයක්කම්
Loss of appetite	සාපාඬුල විරූපම් ඉල්ල
Shivering	හඬුංහිදු
Joint pain	මුට්ටු වලි
Insomnia	තුක්කම් ඉල්ලෙල

Important questions

Have you got fever?

කාච්චල් ඉරිකා?

උණ තියෙනවද?

How long have you been suffering from fever?

චත්තන්න නාලා ඉරික්ක?

දවස් කීයක ඉඳල තියෙනවද?

Have you got a headache?

තලවලි ඉරිකා?

හිසරදය තියෙනවාද?

Do you feel any heaviness of the head?

තලහිල පාරමා ඉරිකා?

ඔබව බර ගතියක් දැනෙනවද?

Do you have common cold ?

තඩුමල් ඉරිකා?

හෙම්බිරිස්සාව තියෙනවද?

Is there any shivering ?

ඔබමඩු නඩුංගදා?

ඇඟ වෙවිලනවාද?

Do you have continuous fever?

තොඩන්දු කාවිවල් ඉරිකා?

එක දිගටම උණ තියෙනවද?

Do you sweat ?

ඔබමඩුක වියරක්කිදා?

ඇඟට දාඩිය දානවාද?

Is there any loss of appetite?

සාපාඩුල විරූපම් ඉල්ල මාදිර ඉරිකා?

කෑම අරූචිය තියෙනවාද?

Did you vomit?

සත්ති පෝච්චා?

වමනෙ ගියාද?

How many times did you vomit?

වත්තන්න තැරම් සත්ති පෝච්චා ?

කී සැරයක් වමනෙ ගියාද?

Do you experience dysuria ?

මූත්‍රමී පෝහයික වරු ඉරික්කා?

මුත්‍රා දැවිල්ල තියෙනවාද?

Are there any wounds in your body?

ඔබමිටුල වංග සර් පුත්තු ඉරික්කා?

ඇඟේ කොහෙ හරි තුවාල තියෙනවාද?

Are there any infected wounds?

සිදුල් පුඩිවිච පුත්තු ඉරික්කා?

පැහැවපු තුවාල තියෙනවාද?

Are there any palpable lymph nodes?

ඔබමිටුල වන්ගාවද හෙර පෝට්ට ඉරික්කා ?

ඇඟේ කුද්දැටි තියෙනවාද?

Do you experience diarrhoea?

වෛත්තාල පෝතුදා?

බඩ වීලියෙ යනවාද?

Is there any bitter taste in mouth ?

වායි කසල්පා ඉරික්කා?

කට තිත්තද?

Do you feel faintish?

මයක්කම් මාදිර ඉරික්කා?

ක්ලාන්ත ගතියක් තියෙනවාද?

Are there any red spots on your body ?
**ඔබේ මුළු සිව්පසු හිරම් කොප්පලම් වන්ද
කඩ්පසු ඉරිකා?**

ඇඟේ රතු පාට පළු දාලද?

Did you bathe from any lake recently ?
**කිරිට නාලත්තිල කුලම්තිල කුලිච්චිංගලා?
ප්‍රභදී වැව් වලින් නෂවද?**

did you work in mud / paddy field recently?
**කිරිට නාලත්තිල සහදිල / වයලිල වේල
සෙයිරිංගලා?**

ප්‍රභදී මඩ වලක / කුඹුරක වැඩ කලාද?

Are there mosquitoes in your house?

විඩුල අදිහම් නුලම්බකල් ඉරික්කිදා?

ගෙදර මදුරුවෝ ඉන්නවාද?

Some advices

Don't worry

පය පඩ වේන්ඩාම්

බය වෙන්න දෙයක් නැහැ

This is a simple viral fever

ඉදු වංද සුම්මා කාච්චල්

මේක පොඩි උණක්

You will get cured within few days

කොන්ප නාලා පුරග සුහම් වරුම්

ඊක දවසකින් හොඳ වෙයි

Don't engage yourself in heavy work
කස්ටමාන වේල සෙය්ය වේන්ඩාම්
බර වැඩ කරන්න වීපා

Bed rest well
පඩුක්කිල ඕයිවු වඩුංග
හොඳට විවේක ගන්න

Take lot of liquids
කුඩා තන්හි කුඩිංග
වැඩිපුර දියර වර්ග බොන්න

It's necessary to get this blood test done
රත්තම් පරිසෝදනෙ සෙය්ය වේනුම්
ලේ පරික්ෂණය කරන්න අවශ්‍යයි

If you get red patches, Contact a doctor
immediately

ඔබ්මල සිවර්පු පුල්ලිකල් වන්දාල් කෙදියා
Doctor සන්දිංග
ඇඟේ රතු පාට පලු දැමීමොත් ඉක්මනටම
වෛද්‍යවරයෙකු හමුවන්න

ABNORMAL VAGINAL BLEEDING & DYSMENORRHOEA

Useful terms

Menstruation	මාද වීඩායි
Menarche	පුපෙයිදුල්
Bleeding	රත්තම් පෝක්ක
Clots	රත්ත කට්ටි

Regular menstrual cycle

ඔලුංගා මාද වීඩායි

Menopause

මාද වාඩායි නිරන්තම්

Irregular menstrual cycle

ඔලුංගා ඉල්ලාම මාද වීඩායි

Post coital bleeding

ඔන්ඩා සේන්ද පිරත රත්තම් පෝක්කම්

Important questions

Do you experience excessive per vaginal bleeding during menstruation?

මාද වීඩායි නේරත්තිල කුඩ රත්තම් පෝක්ක ?

ඔසස් දිනවල යෝනිමාර්ගයෙන් අධිකව ලේ යනවද?

For how many days have you been experiencing per vaginal bleeding?

චන්තන්න නාලා රත්තම් පෝක ඉරික්ක?

දවස් කීයක ඉඳල ලේ එන එක තියනවාද ?

Do you pass clots with blood ?

රත්තම් කට්ටි ඒදම් පෝහුදා?

ලේ කැට කැට වගේ යනවාද ?

Do you have any bleeding disorders resulting gum bleeding, epistaxis?

උංගලක්කු මුක්කාල්ල , මුරසාල අඩික්කඩි රත්තම් පෝක ඉරික්කා ?

ඔයාට නනයෙන් , විදුරුමස් වලින් ලේ ගලනවා වගේ ලෙඩ තියනවාද ?

How many pads do you use each day ?

ඔරු නාලෙක්කි චන්තන්නෙ pad පාවිච්චිංග ?

දවසකට pad කීයක් චිතර පාවිච්චි කරනවාද ?

How many days do you menstruate ?

මාද වාඩයි චන්තන්න නාට්කල් ඉරික්කම්?

ඔසප් විම දවස් කීයක් තිස්සේ තියෙනවාද?

Do you have regular menstrual cycles ?

උංගලක්ක මාද විඩායි ඔලුංගා ඉරික්කා?

ආර්ථව චක්‍රය ක්‍රමානුකූලව සිද්ධ වෙනද ?

Is there any pain during menstruation?

මාද විඩායි හෝරත්තිල වයිචිරු වලි ඉරික්කා?

ඔසප් දවස් වල වේදනාවක් දැනෙනවාද?

Are you menopausal ?

උංශුලක්ක මාදු විඩායි නිත්ඬු විට්ටදා?

ඔසප් වීම නැවතිලාද?

When did that happen ?

වප්ප නිත්ඬුරදු?

නැවතුනේ කවදද?

Is there any inter menstrual bleeding?

ඉඩයිල රත්තම් පෝශු ඉරික්කා?

ඔසප් වෙන දවස් දෙකක් අතර දවස් වලත් ලේ යනවද?

When did you attain menarche?

නිංග වප්ප පෙරයපිල්ලයානිංග ?

වැඩිවියට පත්වුනේ කවදද?

Do you experience dyspareunia?

නිංග කුඩුම්බමා ඉරික්කම් පෝදු වලි ඉරිකා?

ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වනකොට වේදනාවක් දැනෙනවද?

Do you experience post coital bleeding?

නිංග කුඩුම්බමා ඉරික්කම් පෝදු රත්තම් පෝතුදා?

ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වලා ඉවර උනාට පස්සේ ලේ යනවද?

Are you on any contraceptive method ?

නිංග වදාවද කරනදෙම මුරයිකල් පාවක්කිරිංගලා?

ඔබ මොනව හරි පවුල් සැලසුම් කුම පාවිච්චි කරනවාද?

SUBFERTILITY

Important questions

How long have you been married?

හීංග කලකාණම් මුඩිංජු වචලවී කාලම් ?

ඔයා බැඳලා කොච්චර කල්ද?

Did you use any family planning method?

වදාචද කරැත්තඩයි මුරයි පාවිචිංගලා?

මොනව හරි පවුල් සැලසුම් කුම පවිචිචි කලාද?

What were they?

අදු වන්ග?

මොනවද වී ?

How long did you use contraceptive methods?

**හීංග වචලවු කාලම් කරැත්තඩයි මුරයි
පාවිචිංග?**

ඔබ කොච්චර කාලයක් තිස්සේ උපත් පාලන කුම
භාවිතා කලාද ?

Do you experience excessive per vaginal
bleeding during menstruation?

මාද වීඩායි තේරත්තිල කුඩ රත්තම් පෝනුදා?

ඔසප් දිනවල යෝනි මාර්ගයෙන් අධිකව ලේ යනවද?

Do you have regular menstrual cycles?

උංගලුඩය මාද වීඩායි ඔලුංගා ඉරකා?

ඔබගේ ඔසප් චක්‍රය කුමවත්ද?

Do you have irregular menstrual cycles?
උංගලුඩය මාද විඩායි ඔලුංගා ඉල්ලයා?
ඔබගේ ඔසප් වක්‍රය අක්‍රමවත්ද ?

Have you ever undergone a surgery ?
ඉදුක්කු මුංදි උංගලක්කු වෛත්තිල Operation පන්නි ඉරිකා ?
මීට කලින් ඔයාගේ බඩේ මොනවහර Operation කරලා තියනවාද?

What is your husband's job?
උංගලුඩය කනවර් උඩය තොලිල් වන්න?
ඔයාගේ මහත්තයාගේ රැකියාව මොකක්ද?

Has he ever had mumps?
උංගලුඩය කනවර්ක කුවේ කට්ටු වන්ද ඉරිකා?
ඔයාගේ මහත්තයාට කම්මුල්ගාය හැදිල තියනවාද?

Did your husband do the Seminal fluid analysis test ?
උංගලුඩය කනවර්ත ඉන්දිරියම් සෝදිසි පාර්කදා?
ඔයාගේ මහත්තයාගේ ශුක්‍රානු පරීක්ෂාවක් කලාද?

Was there any abnormality?
අදිල ඒදාවදු පිරව්විනෙ ඉරන්දදා?
ඒවගේ මොනව හර ප්‍රශ්නයක් තිබ්බද?

How old is he?
අවරක වත්තන්න වයසු?
ඒයාගේ වයස කීයද ?

How many times a week you engage in coitus?
ඔරු කිලමෙක්කි එත්තන්හ තරෙම් හිංග කුඩුම්බමා ඉරුප්පිංග ?

ඔබ සතියට කී වතාවක් ඒතර ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වනවද?

Do you experience Dyspareunia ?

හිංග කුඩුම්බමා ඉරක්කුම් පෝදු වලි ඉරිකා?

ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වන කොට වේදනාවක් දැනෙනවද?

How old is your last child ? (for secondary subfertility)

උංගලුඩය කඩසිය පිල්ලෙක වයසු එන්න?

ඔයාගේ අවසාන බඩාගෙ වයස කීයද ?

Do you on treatment for acnes ?

හිංග මුහප්පරක්කු මරදු එඩිතිංගලා?

ඔබ කුරුලෑ වලට ප්‍රතිකාර ගන්නවාද ?

Some advices

Reduce your body weight

උඩම්බුල කුරය හිරංග

ශරීරයේ බර අඩු කරගන්න

Go on a diet control

සාප්පාඩු කට්ටු පඩන්තංග පන්හිංග

ආහාර පාලනය කරන්න

DERMATOLOGICAL DISORDERS

Useful terms

Skin	තොල්
Itching	අර්ප්පු/සොර්ච්චල් /කඩ්ච්චල්
Acne	මුහප් පරු
Scales	සෙදිල්
Warts	පාලුන්ති
Scabies	සිරංගු
Dry skin	කායින්ද තෝල්
Wet skin	රිරම් තෝල්
Skin disorders	තෝල් ව්‍යාධි

Important questions

Do you get acne quite often?

අඩික්කඩි මුහප්පුරවු වරදා?

හිතරම කුරුලූ ව්‍යවද?

Is there any oozing?

තන්ති මාදිර වඩියදා ඉරක්කා?

දියර වගේ ගලනවද ?

Is it itching?

සොරියදා?

කහනවද?

Some advices

Don't apply soaps

සවුක්කාරම් පෝඩ වෙන්ඩම්

සබන් ගන්න එපා

Apply soap well

හල්ලා සවුක්කාරම් පෝඩුංග

හොඳින් සබන් ගන්න

Apply this cream thoroughly

ඉන්ද මරඳ හල්ලා පුසුංග

මේ බෙහෙත හොඳින් ගා ගන්න

Take these drugs continously

මරන්ද තොඩර්න්ද ච්චුංග

බෙහෙත් දිගටම පාවිච්චි කරන්න

Don't scratch

සොරිය වෙන්ඩාම්

කහන්න එපා

DENTAL AND ORAL DISORDERS

Useful terms

Tooth	පල්
Teeth	පටිකල්
Toothache	පල්ලු වලික්කිදු
Denture	පොයි පල්ලු
Halitosis	වායි මනම්
Gingivitis	මුරසු කරයිදල්
Mobile tooth	පල්ලු ආඩුරදු
Filling of tooth	පල්ලු අඩෙක්තල්
Hypersensitivity of tooth	පල්ලු කූෂදු

Important questions

Which is the painful tooth?

වන්ද පල්ලු වලික්කිදු?

කොයි දතද රිදෙන්නේ ?

Which tooth is sensitivity?

වන්ද පල්ලු කූෂදු?

කොයි දතද හිරි වැටෙන්නේ?

Which tooth is cracked?

වන්ද පල්ලු ඔඩිංජ් ඉරික්ක ?

කොයි දතද කැඩිලා තියෙන්නේ ?

How often do you get the pain?

වන්ද හේරමුම් වලික්කිද?

හැම වෙලේම රිදෙනවද?

Do you get pain when biting?

කඩික්කෙයික වලික්කිද?

හපහ කොට රිදෙනවද?

Do you get pain while drinking hot water?

සුදු තන්හි කුඩික්කෙයික වලික්කිද?

උණු වතුර බොනකොට දත් රිදෙනවද?

Do you experience tooth sensitivity while drinking hot water?

සුදු තන්හි කුඩික්කෙයික කුෂද?

උණු වතුර බොනකොට හිරි වැටෙනවද?

Do you experience tooth sensitivity while drinking cold water?

පච්ච තන්හි කුඩික්කෙයික වලික්කිද? (කුෂද?)

සීතල වතුර බොනකොට රිදෙනවද ? (හිරිවැටෙනවද?)

Have you undergone any tooth extraction before ?

ඉදක මුන්දි පල්ලු කලට්ටි (පුඩුංගි) ඉරිකා?

මේ කලින් දත් ගලවලා තියනවද ?

Are you having any mobile teeth?

පල්ලු ආඩුද?

දත් හෙල්ලෙනවද?

Do you have gum bleeding?

මුරුසුයින් ඉරික්ද රත්තම් වාරදා?

විදුරුමහෙන් ලේ එනවද?

Does it bleed when brushing?

පල්ලු තුලක්කම් පෝද රත්තම් වාරදා?

දත් මදිද්දි ලේ එනවද?

Do you chew betel often?

**එන්ද නේරමුම් වෙත්තිල පොඩුවිංගලා
(සාපුඩවිංගලා)?**

හිතරම ඩුලත් විට කනවද?

Do you have high blood pressure?

පෙෂර් ඉරිකා?

ප්‍රෙෂර් එක තියෙනවද?

Do you have any heart problems?

නෙංපි වරුත්තම් ඉරිකා?

පපුවේ අමාරුව තියෙනවද?

Some advices

Don't bite hard stuff

පැලමාන සාමාන් කඩික්ක වේන්ඩාම්

තද දේවල් හපන්න එපා

Spit out

වච්චිල් තුප්පුංග

කෙළ ගහන්න

Are you taking aspirin
අස්පිරින් පාවිච්චි රෙගුලා
අස්පිරින් පාවිච්චි කරනවද

Brush your teeth well.
නල්ලා පල් විලක්කුංග
හොඳින් දත් මදින්න

Brush your teeth twice a day.
ඔරනොලික්කි රෙන්ඩු තඩම් නල්ලා පල් විලක්කුංග
දවසට දෙසැරයක් දත් මදින්න

Brush your teeth after having dinner.
ඉරව් සාපාඩ සාපුට පුරහ නල්ලා පල් විලක්කුංග
රාත්‍රී කෂමට පසු දත් මදින්න

Take a X ray of this tooth
පල්ල X – ray ඔන්ඩු චිඩුංග
දතේ X – ray චිකක් ගන්න

This tooth has to be extracted.
ඉන්ද පල්ල පුඩංග වේනුම්
මේ දත ගලවන්න වෙනවා

This tooth has to be filled.
පල්ල තිරප්ප වේනුම්
මේ දත පුරවන්න වෙනවා

Rinse your mouth using this liquid.
ඉන්ද මරද තන්තිල නල්ලා වායි කලුවිංග
මේ දියරයෙන් හොඳින් කට හෝදන්න

Bite on this cotton for about 10 minutes

ඉන්දු පංචි පත්තු නිමුසත්තුක්ක පෝල කඩවිචි කට්ටු ඉරිංගි

මේ පුළුං කැල්ල විනාඩි දහයක් විතර හපාගෙන ඉන්න

Use this toothpaste to brush your teeth all the time.

ඉන්දු toothpaste ආල නෙඩුගවුම් පල්ලු විලක්කංග

මේ toothpaste වර්ගයෙන් දිගටම දන් මදින්න

Put the denture in water at night.

ඉන්දු පොයි පල්ලුල කුට්ටම් ඉරවෙක්කි තන්හිල පෝඩුංග

මේ දන් කුට්ටම රැට වතුරේ දාන්න

SEXUALY TRANSMITTING DISEASES

Useful terms

Venereal disease	පාලියල් නෝයි
Sexual organs	ඉලිංග අංග
Penis	ආන් උරුපේපු
Vagina	යෝනි
Testis	විදයි
Prostitutes	විබව්වාර
Itching	සොර්ව්වල්
Warts	පාලුන්ති
Blisters	පොක්කලම්

Some questions

Is there any discharges from your genitalia?
ඉලිංග අංගත්තිල් ඉරිත්ද තන්ති මාදිර වාරදා?
ලිංගේන්ද්‍රයෙන් දියර පිටවෙනවද?

What is the colour ?
වන්ත තිරම් ?
මොන පාට දියරයක්ද ?

Do you experience dysuria?
මුත්‍රම් පෝහයික වර්ව්වල් ඉරිකා?
මුත්‍රා කරද්දීත් දැනවද/රිදෙනවද ?

Are you married?

උංගලක්ක කලතාණම් මුඩිංපා?

ඔබ කසාද බැඳෙද?

Do you associate prostitutes?

උංගලක්ක විධවිචාරිගලෝඩි තොඩර්ඩු ඉරිකා?

ඔබ ගණිකාවන් ආශ්‍රය කරනවද ?

When was your last sexual encounter?

විජප කඩසිය උඩල් උරවු කොන්ඩිරිංග ?

අන්තිම වතාවට ලිංගික සබඳතා පැවැත්තුවේ කවදාද?

Are there any rashes / blisters on your genitalia?

ඉලිංග අංගත්තිල් පුන්නු/අර්ජපු ඉරැක්කා?

ලිංගික ප්‍රදේශයේ රතු පාට බිබිලි/පළ තියෙනවද ?

Did you do oral sex ?

වායි මුලම් පාල් උරවු සෙයිරිංගලා?

මුඛ ලිංගික සම්බන්ධතා පැවැත්තුවද ?

ANAESTHESIA

Useful terms

Anaesthetize

මයක්කුදුල්

Local anaesthetic drugs

මරත්තු පෝභ කොඩික්කිර මරන්දු

හිරි වට්ටන බෙහෙත්

General anaesthetic drugs

සුර්ණමාග නිහවු ඉලක්ක සෙය්සුම් මරන්දු

සිහිය නැති කරන බෙහෙත්

Now I'm going to anesthetize you (General)

ඉප්ප නාන් උංගලක්ක නිහවු ඉලක්ක සෙය්සුම්

මරන්දු කොඩිත්ත පෝරේන්

දැන් මම ඔයාට සිහිය නැති වෙන බෙහෙත් දෙන්නයි යන්නේ

Now I'm going to anesthetize you (Local)

ඉප්ප නාන් උංගලක්ක මරත්තු

පෝභ කොඩික්කිර මරන්දු කොඩිත්ත පෝරේන්

දැන් මම ඔයාට හිරි වැටෙන බෙහෙත් දෙන්නයි යන්නේ

Open your eyes

කන්න තොරංග

ඇහැ ඇරින්න

Open your mouth

වායි තොරංග

කට අර්න්ත

Put your tongue out

නාක්කු වෙලියෙ නිට්ටංග

දිව විලියට දාන්න / දික්කරන්න

Important questions

Have you ever undergone a surgery ?

ඉදකු මුන්දි උංගලක්ක Operation පන්නි ඉරිකා?

මීට කලින් ඔයාව Operation කරල තියෙනවද ?

Do you have any drug allergy ?

විදාවද මරදක්ක allergy ඉරිකා ?

සමහර බෙහෙත් වර්ග වලට allergy තියෙනවද ?

Have you experienced any skin changes after taking particular drugs ?

විදාවද මරද කුඩුත්ත පුරත ඔඩම්බුල සොර

මාදිර , තඩ්ප්පු මාදිර වංද ඉරිකා?

සමහර බෙහෙත් වර්ග ගත්තට පස්සේ ඇඟ කහන පල දාන ගතියක් තියෙනවද ?

Do you have asthma or any heart problems ?

මුට්ටු , නෙංපි වලි මාදිර වරුත්තම් ඉරිකා?

ඇදුම / පපුවේ අමාරු වගේ ලෙඩ තියෙනවද ?

Are you wearing a denture ?

වායිල පොයි පල්ලු පොට්ටු ඉරිකා?

කවේ බොරු දත් දාල තියෙනවද ?

Have you ever experienced any problem after being anesthetized ?

ඉදකු මුත්දි උංගලක්ක හිනවු ඉල්ලාමල් ආක්කනා පුරත ඒදාවද පිරව්විනෙ වත්දි ඉරිකා?

ඔයාව මීට කලින් සිහි නැතිකලහම මොනවහර් ප්‍රශ්ණයක් උනාද ?

Dr. Asiri Munasinghe

E.N.T AND EYE DISORDERS

Useful terms and common complaints

Eye	කන්
Tears	කන් නීර්
Ear	කාදු
Nose	මුක්කු
Throat	තොන්ඩේ
Smell	මහමී
Ear wax	කුඩුමී
Red eye	කන් සිවජ්ජු
Tonsillitis	තොන්ඩේ වලි

Nasal polyps

මුක්කුල සවිච්චි ඉරික්ක

හහයෙ මස් දුල්ලක් නියනවා

Foreign body in eye

කන්හුක තුඟි පෝඨි

ඇහැට රොඩ්ඩක් ගියා

Insect inside the ear

කාදුක පූච්චි පෝඨි

කණට සතෙක් ගියා

Tinnitus

කාදුක මහි අඟික්ක මාර් සත්තමී ඉරික්ක

කහෙන් සීහු සද්දයක් වනවා

Ear discharge

කාදුල ඉරින්නද තන්ති මාදුර වරුම

කහෙන් දියර වගේ එනවා

Important questions

Eye

Can you see well with this eye ?

ඉන්නද කන්න නල්ලා තෙරියදා?

මේ ඇතැ හොඳට පේනවද ?

Do you experience blurred vision?

පාර්වේ මංගලා තෙරියදා ?

බොඳවෙලාද පේන්නේ ?

Do you experience excessive tearing ?

කන්තිල කන්තිර් කැනක්ක වාරදා ?

ඇහෙන් වැඩිපුර කඳුළු එනවද ?

Do you experience tearing when looking at a light?

වෙලිවිම් පාර්කෙයික කන්තිල කන්තිර් වාරදා?

එලියක් දිහා බලද්දීත් ඇහෙන් කඳුළු එනවද ?

Was there any trauma to your eye ?

කන්තුල ඒදාවද අඩි පට්ටර්කා?

ඇසේ මොකක් හරි වැදුනද ?

Do you have difficulty in looking at light ?

වෙලිවිම් පාර්ක කස්ටමා?

එලිය දිහා බලන්න අමාරුද ?

Nose -

Is there any altered to sensation of smell ?

මනම් නල්ලා තෙරියුමා?

ගඳ,සුවඳ දැනෙනවද ?

Are there any polyps in your nose ?

මුක්කුල සව්වු ඉරිකා?

නහයෙ මස් දැව් තියනවද ?

Did you bleed from the nose?

මුක්කුල ඉරිත්ද රත්තම් වාරදා?

නහයෙන් ලේ ආවද ?

Throat-

Do you have sorethroat ?

තොන්ගේ වලි ඉරිකා?

උගුර රිදෙනවද ?

Do you have any difficulty in swallowing ?

වලිංග කස්ටමා?

ගිලින්න අමාරුද ?

Do you have any voice changes?

කුරල් මාරින මාදිරි¹ තෙරියදා?

කටකඩ වෙනස් වෙලා වගේ¹ තේරෙනවද ?

Do you have a bloody taste in your throat?

තොන්ඩයිල රත්තම් මනම් තෙරියදා?

උගුර ලේ රහ දැනෙනවද ?

Ear-

Can you hear well ?

කාදු නල්ලා ක(ර)ක්කදා?

කන හොඳට ඇහෙනවද ?

Is there any noise coming from your ear?

කාදු උල්ලක්තිල චන්ත සරි සත්තම් මාදිරි තෙරියුමා?

කන ඇතුලෙන් මොකක් හරි සද්දයක් වගේ ඇහෙනවද?

Is there any discharge from ear ?

කාදුල ඉරිත්ද තන්ති මාදිරි වාරදා?

කනෙන් දියර වගේ ච්ඡවද ?

Is there pus discharge from ear ?

කාදුල ඉරිත්ද සිදුල් වාරදා?

කනෙන් සැරව ච්ඡවද ?

Some advices

Don't put anything in to the ear

කාදුක ඔන්ඩුම් විඩ වේන්ඩාම්?

කනට මොකක් දාන්න ඒපා

Don't bath

කුලික්ක වේන්ඩාම්?

නාන්න ඒපා

Don't squeeze the eye

කන්නෙ කසක්ක වේන්ඩාම්

ඇස පොඩි කරන්න විපා

Rinse your throat with salt water

තොන්දෙට් උප්පු තන්හිල නල්ලා කලවුංග

උගුර ලුණු චතුරින් හොඳට හෝදන්න

Do steam inhalation

ආවි පුඩිංග

වාෂ්ප අල්ලන්න

Dr. Asiri Munasinghe

BURN

Useful terms

Burn	හෙරැප්පු කායම්
Fire	හෙරැප්පු
Blisters	පොක්කලම්
Smoke	පුහෙ

Important questions

What happened ?

චිත්ත හඩිංදුද ?

මොකද වුණේ ?

With what you got burnt?

චිත්තතාල සුඩු පට්ටි ?

මොකකින්ද පිට්ටුණේ ?

How did you put out the fire?

චිප්පඩි නිරැප්පෙ ඉත්තිංග ?

කොහොමද ගින්න නිව්වේ?

Are there any blisters?

ඔඩම්බුල කොප්පලම් චන්දි ඉරිකා ?

ඇගේ දිය පට්ට දාල තියෙනවාද ?

Is there any burning sensation on your skin ?

තෝල් වර්ශයා ?

හම දැනවද ?

Do you have fever?

කාච්චල් මාදුර ඉර්කා ?

උණ ගතියක් තියනවද ?

Where are the burns?

වංග සුඬු පට්ටි ඉර්ක්ක ?

කොහෙද පිච්චල තියෙන්නෙ ?

Are you thirsty?

තන්ති තාගම් කනක්ක ඉර්ක්කා?

චතුර තිබන දැනෙනවද ?

Do you have the normal urine out put?

මුත්තම් සාධාරණමාන අලවු පෝතුදා ?

මුත්තා සාමාන්‍ය ප්‍රමාණයට යනවද ?

Did you apply anything over the burnt areas?

චේද්ද ඉඩත්තිල වන්ත සර් පුසිතිංගලා

පිච්චන තැන්වල මොනවහර් ගෑවද ?

Did you put water after being burnt?

චේද්ද පුරග තන්ති පොට්ටිංගලා ?

පිච්චනට පස්සෙ චතුර දැමීමද ?

POISONING

Useful terms

Poison	නංජී
Weed killers	කලෙ කොල්ලිගල්
Pesticide	පූච්චි කොල්ලිගල්
Gloriosa	කාත්තිනෙ පූ
Nerium	ඇලරි
Manioc	මර වල්ලි
Mushrooms	කාලාන්

Important questions

What did you drink ?

චන්තා කුඩිච්චංග ?

මොනවද බීච්චේ ?

At what time has he/she taken it ?

චන්ත තේරත්තික කුඩිච්චි ඉරික්ක?

කීයට චිතරද බීල තියෙන්නේ ?

What is the amount she has taken?.

චචලච්චි අලච්චි කුඩිච්චි ඉරික්කිරාන් ?

කොච්චර ප්‍රමාණයක් බීල තියනවද ?

What is the colour?

චන්ත තිරම් ?

මොන පාටද ?

What has she eaten?

වත්තත්තෙ සාපිටවා ?

මොනවද කාල තියෙන්නෙ?

Did you vomit?

සත්ති පෝච්චා?

වමනෙ ගියාද ?

Do you feel like shivering?

ඔඩම්බු නඩුංගිර මාදිර ඉරිකා?

ඇඟ වෙවුලනව වගේ දැනෙනවාද ?

Dr. Asiri Munasinghe

SNAKE BITE

Useful terms and Common complaints

Snake	පාමිඳු
Cobra	හාග පාමිඳු
Python	මරම් පාමිඳු
Russel's Viper	වීරයන් පාමිඳු
Krait	වීරයන් පාමිඳු
Rat snake	සෂර පාමිඳු

Snake bite

සර්පයෙක් කෂව

පාමිඳු කඩිවිච්චි

Important questions

What was the snake?

වන්න පාමිඳු කඩිවිච්චි ?

මොකෙක්ද කෂවේ ?

Did you recognize the snake?

පාමිඳු කන්ඩිංගලා ?

සර්පයා අඳුරගත්තද ?

What's the colour ?

පාමිඳු වන්න තිරම්?

සර්පයා මොන පාටද?

What is the length of the snake?

පාම්බු වචලව් හිට්ටම්?

කොච්චර විතර දිගද ?

Where were you bitten?

වංගේ කඩව්වද ?

කොතනද කෑවේ ?

At what time did the snake bite?

වත්තන්න මහියා පෙල කඩව්ව් ?

කීයට විතරද කෑවේ ?

Does it hurt ?

නෝතූදා?

රිදෙනවද ?

Do you feel faintish?

මයක්කම් වර මාදිර් ඉරක්කා ?

කලන්නෙ වගේද ?

Can you see clearly ?

කන්න නල්ලා තෙරියදා ?

ඇස් හොඳට පේනවාද ?

Is the vision blurred ?

පාර්වෙ මංගලා තෙරියදා ?

බොඳ වෙලාද පේන්නෙ ?

Do you have haematuria?

මුත්තාම පෝයික රත්තම පෝතූදා ?

මුත්තා චික්ක ලේ යනවද ?

What is the colour of urine ?

මුත්‍රයේ වර්ණය කුමක් ?

මුත්‍රය මොන පාටද ?

Is it painful when passing urine?

සැලීමේදී පෝපයක නොවනවාද ?

මුත්‍රය කරනකොට වේදනාවක් දැනෙනවාද ?

Some advices

Don't be afraid

පය පඩ වේන්ඩාමි

බය වෙන්න එපා

The snake which has bitten you is non
venomous

විෂමි ඉල්ලාද පාමිබු කඩිවිච් ඉරක්ක

විෂ නැති සර්පයෙක් කාල තියෙන්නේ

Don't move the leg

කාල් අසෙංග වේන්ඩාමි

කකුල හොල්ලන්න එපා

BRACING BAD NEWS AND TAKING CONSENT

Now I'm going to examine you

ඉප්ප නාන් උංගලෙයි සෝදිසි පාර්ක පෝරෙන්
දැන් මම ඔයාව පරික්ෂා කරල බලන්නයි යන්නෙ

If you feel a pain please tell me

නෝවු ඉරිත්දාල් සොල්ලුංග
රිදෙනවනම් කියන්න

Do you know about the illness you have?

උංගලුඩය වරැත්තම් පට්ටිඋංගලක්ක තෙර්වුමා?
ඔයාට තියෙන රෝගය මොකක්ද කියල දන්නවාද?

You are having..... (any disease)

උංගලුක්කු ඉරික්කිරදු
ඔයාට තියෙන්නේ

Nothing to be afraid of

අවලවු පයමාන වරැත්තම් ඉලෙ
වච්චර බය වෙන්න දෙයක් නැහැ

This will get cured with medicine

මරද කුඩිත්තාල් පුරග සුහම් වරැම්
බෙහෙත් කලාම ඉක්මනට හොඳ වෙයි

Small surgery has to be done

සිත්ත (පෙරිය) operation ඔන්ඩු සෙයිය වේනුම්
පොඩි (ලොකු) operation එකක් කරන්න වෙනවා

you may have to be warded at I.C.U after the surgery

උංගලක්කු operation සෙයියද පුරත සිල
වේලහලිල් අවසර සිහිව්වෙව් පිරිවුල නික්ක
වේනුම්

සමහර විට ගලසකර්මයෙන් පස්සේ දැඩි සත්කාර
විකකයේ නවතින්න වෙයි.

You may have to be warded for some time

සිල වේලහලිල් කොන්ජනාල් වාට්ටිල නික්ක
වේනුම්

සමහර විට ටික දවසක් වාට්ටුවේ නැවතිලා ඉන්න
වෙයි

You may have to be given blood

සිල වේලහලිල් උංගලක්ක රත්තම් තරට්ටු
වේන්ඩි ඉරික්කුම්

සමහර විට ලේ දෙනු වෙයි

Surgery will be done under general anaesthesia

Operation ක්ක පෝදු මයක්ක මරදු කුඩුක්ක
වේන්ඩි ඉරික්කුම්

ගලස කර්මය කරන්නේ සිහි නැති කරලා

Surgery will be done under local anaesthesia
**Operation ක්ක අප්පේ හුදික්ක මයක්ක මරදු
කුඩුක්ක කුඩුක්ක වේන්ඩි ඉරික්කුම්**
Operation එක කරන්න වෙන්නෙ හිරි වට්ටලා

Surgery will be done under spinal anaesthesia
**Operation ක්ක අප්පේ හුදික්ක මයක්ක මරදු
කුඩුක්ක කුඩුක්ක වේන්ඩි ඉරික්කුම්**
මේ ශල්‍යකර්මය කරන්නෙ කොන්දුට ඉන්පේක්ෂන්
එකක් ගහල හිරි වට්ටලා

Have you ever been anaesthetized before?
**ඉදකු මුන්දි උංගලක්ක මයක්ක මරදු කුඩුක්ක
ඉරික්කා**
මීට කලින් සිහිය නැති කරල තියෙනවද?

You might face some difficulties after the surgery
**Operation පුරග සිලවේලය උංගලක්ක
කොන්පම් පිරව්වනෙ වරලාම්**
පස්සෙ සමහර විට ටිකක් අමාරු වෙයි

Your voice might get changed after the surgery.
**Operation පුරග සිලවේලය උංගලක්ක කුරල්
මාරලාම්**
ශල්‍ය කර්මයෙන් පස්සේ සමහර විට කටහඬ වෙනස්
වෙයි

Discuss about the surgery with your family members and sign this.

උංකල් කුඩුම්බත්තරැඩින් කදෙත්ත පිරග sign පෝඩුංග

ඉලස කර්මය ගැන ගෙදුර අයත් වික්ක කථා කරලා මේක අත්සන් කරන්න

Sign here saying you have given your consent for the surgery

Operation ක්ක සමදික්කිරේනර් sign පෝඩුංග

ඉලසකර්මයට කැමතියි කියල මෙතනින් අත්සන් කරන්න

Dr. Asiri Munasinghe

INVESTIGATIONS / TESTS

(පරිච්ඡේදන)

Eye test

කන් පරිච්ඡේදන

ඇස් පරීක්ෂාව

Stool test

මැල ම පරිච්ඡේදන

මළපහ පරීක්ෂාව

Urine test

මුත්‍ර පරිච්ඡේදන

මුත්‍ර පරීක්ෂණය

Urinary sugar test

මුත්‍රයේ සීනි පරීක්ෂණය

මුත්‍රයේ සීනි බලන පරීක්ෂාව

Urinary protein test

මුත්‍රයේ ප්‍රෝටීන් පරීක්ෂණය

මුත්‍රයේ ප්‍රෝටීන් බලන පරීක්ෂණය

Test, which is done by fixing wires on to the chest (ECG)

කේපිල වයර් පෝට්ට සෙයිසම් පරිච්ඡේදනය

පුට්ට වයර් ගත කරන පරීක්ෂණය

This blood test should be done

රක්ත පරිච්ඡේදනය සෙයිසම් වේනම්

ලේ පරීක්ෂණය කරන්න වෙනව

Test, which is done by fixing wires on to the Head (EEG)

තලෙල වයර් පෝට්ට සෙයිගුම් පරිකෝදනෙ
ඔළුවට වයර් ගහල කරන පරීක්ෂණය

The test done by inserting a camera in to the stomach (Endoscopy)

වයිට්ටරකල් කමාරා පෝට්ට සෙයිගුම්
පරිකෝදනෙ
බඩට කමාරාවක් දාල කරන පරීක්ෂණය

..... test should be done (Any test)

.....**පරිකෝදනෙ සෙයිග වේනුම්**
..... පරීක්ෂණය කරන්න ඕන

Blood sugar should be checked

රත්තත්තිල් සීනි පාරකුම් පරිකෝදනයි සෙයිග
වේනුම්
ලේ වල සීනි බලන පරීක්ෂණය කරන්න වෙනව

Blood cholesterol should be checked

රත්තත්තිල් cholesterol පාරකුම් පරිකෝදනෙ
සෙයිග වේනුම්
ලේ වල cholesterol බලන පරීක්ෂණය කරන්න වෙනව

You have to do this test from outside

ඉන්ද පරිකෝදනෙ වෙලියිල් සෙයිග කොල්ල
වේනුම්
මේ පරීක්ෂණය ච්ලියෙත් කරගන්න වෙනව

Have your meals before 8 at night, and should keep fasting until 6 am in the morning following day to do this test.

ඉරවු වීරිටු මනිප්පෝල සාප්පිරිට , කාලෙ ආරු මනි වරයි ඔන්ඩුම් සපිඩාමල් ඉරින්ද, පරිසෝදනෙයි සෙයිස වේනුම්

ෑ 8ට විතර කෑම කාලා , උදේ 6 විතර වෙනකම් මොකුත් නොකා නොබී ඉඳල , මේ පරික්ෂනය කරන්න ඕන

Take some urine in to a small bottle

සින්න කුප්පියිල් මුත්තම් කොන්පම් කොන්ඩු වාංග පොඩි කුප්පියකට මුත්තා ටිකක් අරන් වින්න

The test which is done by taking a small tissue part (biopsy)

තුන්ඩු විචිත්ත සෙයිස පරිසෝදනෙ කෑල්ලක් අරන් කරන පරික්ෂණය

Did you do the test ?

පරිසෝදනෙ සෙයිදිංගලා? පරික්ශාව කලාද ?

Notes

Dr. Asiri Munasinghe

Notes

Dr. Asiri Munasinghe

Notes

Dr. Asiri Munasinghe

Practical Tamil For Medical Professionals

Dr. Asiri Munasinghe

A classic text written by Dr. Asiri Munasinghe to enhance the ability of effective interpersonal communication in Tamil, among Medical professionals recruited islandwide in their clinical practice.

The context successfully covers a vast area in the concerned field ; thus emerges as a valuable hand book for all professionals in the health sector.

ISBN 978-955-51115-0-8

Rs 220 /-