

අපි ඔවුනට ඒම වෙමු

(දම්ප්තියක් රෝගීනට ඇමතිමට ඉගෙන ගනිමු)



වෛද්‍ය සවින්ද්‍ර ගමගේ
දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ
මහනුවර

සමරවදන

අපි ඔවුන්ට ලංවෙමු

සිංහල භාෂාව නවා කරන වේදිකා දෙසා දුම්රුක සංස්ථාව පවතින නොහොඳුත් අයුරු කළ දු දුම්රුක භාෂාව නවා නිර්මාණය වෙමින් සිටියදී ඔබගේ දායකත්වය මගින් මෙම ප්‍රවෘත්තියට නිරායානි.

විදේශයෙන් දුම්රුක භාෂාව පවතින නවා කළ ඔබගේ දායකත්වය මගින් වෙදිකා දෙසා දුම්රුක සංස්ථාව පවතින නොහොඳුත් අයුරු කළ දු දුම්රුක භාෂාව නවා නිර්මාණය වෙමින් සිටියදී ඔබගේ දායකත්වය මගින් මෙම ප්‍රවෘත්තියට නිරායානි.

අවස්ථා 10 ක්

සමස්ත දායකත්වය මගින් මෙම ප්‍රවෘත්තියට නිරායානි.

වැඩි 100 ක්

වැඩි දායකත්වය මගින් මෙම ප්‍රවෘත්තියට නිරායානි.

වැඩි දායකත්වය මගින් මෙම ප්‍රවෘත්තියට නිරායානි.

වැඩි දායකත්වය මගින් මෙම ප්‍රවෘත්තියට නිරායානි.

වැඩි දායකත්වය මගින් මෙම ප්‍රවෘත්තියට නිරායානි.

A Project funded by
Plan Sri Lanka



වෛද්‍ය එස්.ඒ.කේ. ගමගේ
දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ
මහනුවර

වෛද්‍ය සවිඤ්ඤා කමිතේ
දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ
මහනුවර.

පෙරවදන

ලොව භාෂාවල කොපමණ විශාල ප්‍රමාණයක් භාවිතා කලද අප රටේ සිංහල භාෂාවට අමතරව ප්‍රධාන වශයෙන් භාවිතා වන්නේ ඉංග්‍රීසි හා දමිළ භාෂාවන් දෙක පමණි.

සිංහල භාෂාව කථා කරන බෝහෝ දෙනා දමිළ සහෝදර ප්‍රජාව සමග කොතෙකුත් ඇසුරු කල ද දමිළ භාෂාව කථා කිරීමට හෝ තේරුම් ගැනීමට නොහැකි වීම කණගාටුවට මෙන්ම පුද්ගලයාට කරුණකි.

විශේෂයෙන් දමිළ භාෂාව පමණක් කථා කල හැකි හා තේරුම් ගත හැකි රෝගියෙකු හෝ පුද්ගලයෙකු අප රෝහලකට පිළිසරණක් / සුවයක් පතා පැමිණි විට එම පුද්ගලයන්ගේ දැක හෝ ගැටළු අපට වටහා ගත නොහැකි නම් එම පුද්ගලයා පත්වන අපහසුතාවය පිළිබඳව අමුතුවෙන් සඳහන් කල යුතු නොවේ.

සාර්ථක සෞඛ්‍ය සේවාවක් ලබාදීමේදී සන්නිවේදන පිළිබඳව වැඩි සැලකිල්ලක් යොමු විය යුතු බැවින් පැහැදිලිවම මේ පිළිබඳව දැඩි අවධානයක් යොමු විය යුතුව ඇත.

මෙහි 8 වන පරිච්ඡේදයේ (15 වන පිටුව) පළවන පුවත් පත් වාර්තාව ඊට ඉතා පැහැදිලි සාධකයක් පෙන්වා දෙන අතර දැනට අප රටේ පවතින ජනවාර්ගික යුද්ධමය ගැටළුවට ද එක් හේතුවක් ලෙසද මෙය දැක්විය හැකිය.

මෙම ග්‍රන්ථය එම ගැටළුවට විසඳුමක් ලබාගැනීමට ගත් එක් උත්සාහයක් පමණි.

එම උත්සාහය සඳහා විවිධ අයුරින් සහයෝගය දැක්වූ සියලු දෙනාටම මගේ ස්තූතිය පිරි නැමේ.

යතුරු ලියනය කිරීමෙන් සහයෝගය දැක්වූ චිත්‍රා, කාන්ති, තනුජා සහ කෞශලයාටත් විශේෂයෙන් සිංහල වැකි දෙමළ බසට පරිවර්තනට කොට දැඩි කැපවීමක් කල මහනුවර දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයේ ඩී. ජෙබකනි හා තිලගේෂ්වරී යන මහත්මීන් දෙදෙනාටත් ජායාරූප ගැනීමට අවස්ථාව ලබාදුන් නාවලපිටිය රෝහලේ කාර්ය මණ්ඩලයට හා අනෙකුත් ප්‍රජාවටත් මාගේ ස්තූතිය පිරිනැමේ.

මෙම ග්‍රන්ථය සඳහා දර්ශනය පිටකවරයක් නිර්මාණය කල අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ මාඩුවාවල එස්. ප්‍රේමසිරි මයාට විශේෂ ස්තූතියක් හිමිවිය යුතුව ඇත.

වෛද්‍ය සවින්ද්‍ර ගමගේ
දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ
මහනුවර.

අපි නිවුන්ට ලංවෙමු

දුර්වල බිහිත් රෝගීන් ඇතිවීමට හේතු වන හරිත, මන්ධිල, හුරු, නිරිම අරමුණු සහිතව "අපි නිවුන්ට ලංවෙමු" කෘතිය අතිශයින්ම ප්‍රයෝජනවත් කෘතියක් වන බව මාගේ අදහසයි.

අධ්‍යාපන කමිටුන් ප්‍රමාණවත් පහසුකම් සැලසීම සහතික කිරීම සඳහා රජය විසින් වර්ධිත හේතුව ඇතිවන අමාත්‍යාංශය සහ පළාත් සහ සරසා ලබාදෙන අවස්ථාවක පහසුකම් සුදුසුකම් වාර්තාව සැලසීම සඳහා විවේචනාත්මක ඉතාම වැදගත් වේ. නමුත් අපගේ කොටස කාර්ය මණ්ඩලයට සහතික කිරීමට සූදානම් වීමට අපි උත්සාහ වීමට සූදානම්ව සිටිමු.

විශේෂ සතුන්ය



රෝගීන් වල ප්‍රධාන හේතුව වන රෝග වලට හේතු වන හේතු සහතික කිරීම සඳහා එම විෂය කථා කරන කෘතියට මාගේ සහය සැපයීමට එක් එක් පරිච්ඡේදය අවසානයේ අපගේ විවිධ වෛද්‍යවේදීන් විවිධාකාරව දැක්වීමට මම මුහුණ දීමට සූදානම් වෙමි.

* මෙම ග්‍රන්ථය සඳහා හැඳින්වීමක් ලබා දුන් සෞඛ්‍ය ආරක්ෂක හා පෝෂණ අමාත්‍යාංශයේ අතිරේක ලේකම් (වෛද්‍ය සේවා) වෛද්‍ය නිහාල් ජයතිලක මහතාට

* මෙම ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කිරීම සඳහා මුල්‍ය අනුග්‍රහය දැක්වූ ජ්‍යෙෂ්ඨ ශ්‍රී ලංකා ආයතනයට



සෞඛ්‍ය ආරක්ෂක හා පෝෂණ අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
කොළඹ - 10

අපි ඔවුන්ට ලංවෙමු

දම්ල බසින් රෝගීන් ඇමතිමට සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩල හුරු කිරීම අරමුණු කොටගත් " අපි ඔවුන්ට ලංවෙමු " කෘතිය අතිශයින්ම ප්‍රයෝජනවත් කෘතියක් වන බව මාගේ අදහසයි.

අතිවිශාල සම්පත් ප්‍රමාණයක් ජනතාවගේ සෞඛ්‍ය සංවර්ධනය සිදුකිරීම සඳහා රජය විසින් රේඛීය සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය සහ පළාත් සභා හරහා ලබාදෙන අවස්ථාවක ජනතාවගේ සුබවාදී චාර්යාමය වෙනසක් ඇති කිරීමට සන්නිවේදනය ඉතාම වැදගත් වේ. නමුත් අපගේ සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලවල දම්ල බසින් කතා කිරීමේ හැකියාවේ ඇති උගුණතාවය මෙම සන්නිවේදන කාර්යයේදී ඉමහත් බාධාවක් ඇති කරනු ලබයි.

රෝහල් වල ප්‍රධාන ස්ථාන කිහිපයක පොදු වශයෙන් භාවිතා කෙරෙන සංවාද තෝරා එම වැකි කථා කරන භාෂාවෙන්ම නිර්වචනය කොට එක් එක් පරිච්ඡේදය අවසානයේ අලුත් වචන වෙන්වෙන් වශයෙන් දක්වා තිබීම නිසා පාඨකයාට මෙම ග්‍රන්ථය පරිශීලනය ඉතා පහසු බව පැහැදිලිය.

රට අමතරව දෙමළ හෝඩිය, දෙමළ භාෂාවේ විශේෂිත අවස්ථා කිහිපයක්, ශරීරයේ කොටස් හා රෝහල් වල ප්‍රධාන ස්ථාන දෙමළ භාෂාවෙන් අමතන අයුරු දක්වා තිබීමද පැසසිය යුත්තේය.

මහනුවර දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වෛද්‍ය සචන්ද්‍ර ගමගේ මහතා විසින් රචිත මෙම කෘතිය එම අඩුපාඩු මග හැරවීම සඳහා වන අතිශයින්ම සාර්ථක ප්‍රයත්නයක් වනු ඇතැයි මම විශ්වාස කරමි.

එය එසේම වේවායැයි මා ප්‍රාර්ථනා කරමි.

වෛද්‍ය නිහාල් ජයතිලක
අතිරේක ලේකම් (වෛද්‍ය සේවා)
සෞඛ්‍ය ආරක්ෂණ හා පෝෂණ අමාත්‍යාංශය
" සුවසිරිපාය "
කොළඹ - 10

කතුවරයාගේ වෙනත් කෘති

ලියවිලි ලියවිලි පිට

1. Mnemonics in Health Management.

2. අප දඹදිව යා යුත්තේ ඇයි : දඹදිව සංචාරයේ යෙදෙන්නන්ට අත් පොතක් - 08 පිට

3. පරිපාලනය සත්තු හා මිනිස්සු

උපමා කවා දහයක් - උපමා කවා දහයක් - උපමා කවා දහයක්

4. සෞඛ්‍ය සේවාවේ ගුණාත්මකභාවය ඉහල නැංවීම

: ආයතන භාර වෛද්‍ය නිලධාරීන් හා වාට්ටු භාර හෙද සොයුරියන් සඳහා

5. නේවාසික රෝගීන් සඳහා සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය

6. ආයතන පරිපාලනය සඳහා පරිඝනක භාවිතය

: ආයතන ප්‍රධානීන් හා පාරිපාලන නිලධාරීන් වෙනුවෙන් -

7. එච් අයි වී ආසාදනය හා ඒඩ්ස් රෝගය

(Tele Documentary CD Available on Request)

8. More than 10 Hands Within 05 Years.

(Retrospective Case Study - Lost hands after Intra Venous Therapy - Reasons & Recommendations)

9. පත්තර හා මම

: මා සම්බන්ධව හා මා කී දේ කළ දේ අඩංගු පුවත්පත් වාර්තා එකතුවක්

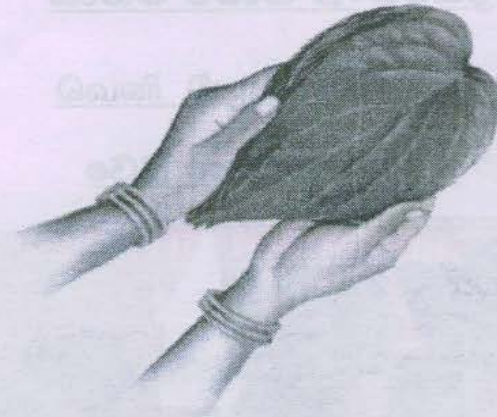
10. Things to Know about Dengue Fever

(Must Know, Nice to Know & Interesting to know about Dengue Fever)

(රෝග ප්‍රවෘත්ති) මිනිසුන් සඳහා
සාමාන්‍යයෙන් සාමාන්‍යයෙන් සාමාන්‍යයෙන් සාමාන්‍යයෙන්
" සාමාන්‍යයෙන් "
01 - සාමාන්‍යයෙන්

මහාල මුද්‍රාව

සරියෙන් මුද්‍රා



පිලිගැන්වීම

අපේ රටේ දැමිලි භාෂාව කථාකරන
 මුස්ලිම් දැමිලි
 සියලුම ප්‍රජාව වෙත
 මෙම කෘතිය
 බැනියෙන් පිරිනැමේ

I	සරියෙන් මුද්‍රා	1
II	සරියෙන් මුද්‍රා	2
III	සරියෙන් මුද්‍රා	3
VI	සරියෙන් මුද්‍රා	4
V	සරියෙන් මුද්‍රා	5
IV	සරියෙන් මුද්‍රා	7

පෙල ගැස්ම

පළමු කොටස



A	පෙරවදන	a
B	හැඳින්වීම	b
C	පුවත් පත් වාර්ථාව	c
D	<u>කතු වරයාගේ වෙනත් කාරි</u>	
1	බාහිර රෝගී අංශයේදී	1
2	පුර්ව ප්‍රසව සායනයේදී	2
3	ප්‍රසවයේදී හා ප්‍රසවය අවසානයේදී	5
4	දරුවා ලැබීමෙන් පසු	7
5	ලමා වාට්ටුවේදී	9
6	දිවැඩියාව සායනයේදී	11
7	අධික රුධිර පීඩනය සායනයේදී	13
8	දරුවා රෝහලින් ගෙන යාමට පෙර	15
9	දන්ත සායනයේදී	17
10	වෙනත් විශේෂිත අවස්ථා	19

දෙවන කොටස

1	දෙමළ හෝඩිය	I
2	ඇලපිලි හා පාපිලි භාවිතය	II
3	දෙමළ අකුරු ගැන තවත් විශේෂ කරුණක්	III
4	ස්ත්‍රී ලිංග හා පුරුෂ ලිංග පද	IV
5	විධානයක්	V
6	වෙනසක් තිබේද ? ඇත්නම් කොහේද ?	VI
7	ශරීරයේ විවිධ කොටස්	VII

01

மாகிர ரோஜி அண்டஸ்டீ

வெனி நோயாளர் பிரிவு

வேலி நோயாளர் சிபிடி



01. நம் மோகன்டி ?

பேர் என்னா ?

பேர் சினை

02. தேசிய குமன்டி ?

விலாசம் என்னா ? விலாசம் சினை ?

03. வக வகடி ?

எத்தன வகடி ? சினை வகடி ?

04. காரகாரகால் சம் மோகன்டி ?

பாதுகாவலர் பேர் என்னா ?

பாதுகாவலர் பேர் சினை

05. மிடி அடி ஒக்கிரகால் சினை வகடி

உங்களுக்கு இன்று ஆஸ்பத்திரில நிக்க வேண்டி வரும்
செல்லக் குண்டி அடிசின்சிரில் சினை வேண்டி வரமீ

06. மிடி அடி ஒக்கிரகால் சினை அவின சை தேடர் கிசிலா அமார், குனான் சினை

உங்களுக்கு இன்று ஆஸ்பத்திரில நிக்க தேவை இல்ல, வீட்டுக்கு போய்,
வருத்தம்னா திரும்ப வாங்க.

செல்லக் குண்டி அடிசின்சிரில் சினை வேண்டி வரமீ செல்லக் குண்டி
சிரமீ வரமீ.

07. டூன் நியைன அமார் லோனவாடி ?

இப்ப இருக்கிற வருத்தம் என்னா ?
ஒபப ஒரன்கிர வரன்தமீ சன்தா ?

08. மீடு ஒகீகர நிறு அமார் லோனவாடி ?

இதுக்கு முன் இருந்த வருத்தம் என்னா ?
ஒடிக்க லுன் ஒரன்தீ வரன்தமீ சன்தா

09. வமனே டனவாடி? கிந்தீ டனவாடி? லுது ஙோடி டனவாடி? டுன நியைனவாடி? கன்கீக நியேடி?

வாந்தி போவுதா ?/ தூக்கம் போவுதா ?/ முத்திரம் ஒழுங்கா போவுதா ?/ காச்சல் இருக்கா ?/ இருமல் இருக்கா ?
லாந்தீ சேர்வடி / துக்கமீ சேர்வடி / லுந்தரம் டிலுன்தா சேர்வடி / காவிலல் ஒரன்கா / ஒரமல் ஒரன்கா.

10. கமநரவீடு லேடாந் சிக்க காவநர் நவகிந்த வேடி

சிலவேள நோயாளியோட யாராவது தங்க வேண்டி வரும்
டிலவேல ஙோடாடுளேடி டாராவடி துள வேந்டி வரமீ

அலுன் வவன

புதிய சொற்கள் புடிட டோடுகல்

1	லோகன்தீ ? கலகன்தீ ?	சன்தா என்னா ?	7	நவகிந்த	கிந்கவேலுமீ தங்கவேலும
2	நம	சேர் பேர்	8	வமனே	லாந்தீ வாந்தி
3	வடக	வடக வயக	9	கிந்தீ	துக்கமீ தூக்கம்
4	காரகாரடா	சாடிகாவலர் பாதுகாவலர்	10	டுன	காவிலல் காச்சல்
5	டூன்	ஒபப இப்ப	11	நியைனவாடி	ஒரன்கா இருக்கா ;
6	அமார்	வரன்தமீ வருத்தம்	12	கமநரவீடு	டிலவேல சிலவேள

பூர்வ பூசலுக்கான கையேடு

ஆரம்ப பிரசவ பிரிவு

முதல் பூசலுக்கான கையேடு



01. **உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?**
 நீங்கள் கலியாணம் முடித்தவரா ?
 உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?

02. **உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?**
 எத்தனை பிள்ளைகள் ?
 உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?

03. **உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?**
 கடைசி பிள்ளைக்கு எத்தனை வயது ?
 உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?

04. **உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?**
 மூத்த பிள்ளைக்கு எத்தனை வயது ?
 உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?

05. **உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?**
 மூத்த பிள்ளை பெற்றந்தது சாதாரணமாகவா ?
 உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?

06. **உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?**
 கடைசியாக சந்தமான தேதி எப்போது ?
 உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?

03. கடைசி பிள்ளைக்கு எத்தனை வயது ? உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?	உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?	1
04. மூத்த பிள்ளைக்கு எத்தனை வயது ? உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?	உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?	2
05. மூத்த பிள்ளை பெற்றந்தது சாதாரணமாகவா ? உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?	உங்களுக்கு என்ன தெரியும் ?	3

07. டூன் ஸ்ரீஸயப வஸக கௌசமஸ கல்஢ ?

இப்ப கர்ப்பமடெந்து எத்தன மடசம் ?
ஓர்ப கர்பமடெஸ்தீநீநீப சந்தன மடசமீ ?

08. லமஸ ஡ௌ஢ப ஢ஸலனவட ?

பிள்ள நல்ல ஡டிக்஡ிறத ஡ ?
பிலே஢ீ நல்ல ஡டிக்஡ிறத ?

09. க஡ுலீவல ஡நீ஢ீவல ஓ஢ீலும திஸனவட ?

கால் மூட்டுகள்ல வீக்கம் இருக்க ஡ ?
கால் மூட்டுகள்ல வீக்கம் இருக்க ஡ ?

10. கரகிலீல திஸனவட ?

தலை சுத்து இருக்க ஡ ?
தலை சுத்து இருக்க ஡ ?

11. வமனஸ ஡னவட ?

வாந்தி போவத ஡ ?
வாந்தி போவத ஡ ?

஢ுலநீ வவன

புதிய ஡ொற்கள் ஡ு஢ீஸ ஡ு஡ுபிகல்

1	கக஢ ஡஢ுல஢	கலஸனமீ மூ஡ிந்தவர ஡ கல்ய஡ணம் மூ஢ித்தவர ஡?	7	஢ஸலனவட	தூ஢ிக்஡ுத ஡ ? தூ஢ிக்஡ுத ஡ ?
2	லமஸ	஡ுலீல புள்ள	8	வமனீ	ல஢ீ வ஡ந்தி
3	஡ாலம லமஸ	கட஡ி஡ுலீல கட஡ி஡ுலீல	9	கிநீ஢	தூ஡ிக்஡ுத தூ஡ிக்கம்
4	க஡ுலீவல ஡நீ஢ீவல	கால்மூட்டுகள்	10	஡ஸ	க஡ிவலீ க஡ச்சல்
5	வ஡ிமலீ லமஸ	மூத்தபுள்ள	11	திஸனவட	ஓர஡ிக ஡ருக்க ஡ ?
6	கரகிலீல	தலைசுத்து	12	க஡஡ரவீப	஡ிலவீல சிலவேள

ප්‍රසවයේදී හා ප්‍රසවය අවසානයේ

පිරිසවත්තිරිනු (முன்னும் பின்னும்)

ප්‍රසවත්තිවකු මුන්නුම් පින්නුම්



01. බබා හොඳට දැනලනවාද ?

පපා තුමා තුමා කුමක් කීවා ?
බබා නිල්ලා තුමා කීවා ?

02. රුධිර ගැලීමක් සිදු වුනාද ? වතුර ගැලීමක් සිදු වුනාද ?

ඉරත්තම පොතො ? තණ්ණි පොතො ?
රත්තම් පොතො ? තන්ති පොතො ?

03. අන්තිමට බබා දැනලනවා දැනුනේ කීයටද ?

කදාදා පපා තුමා කීවා ගැන කතා කළා ?
කදෙහිදා බබා තුමා කීවා එපිට තෙරින්ද ?

04. අවසාන ප්‍රමාණය ලැබුණේ කොහි කාලයේදීද ?

කදාදා පුළුල් වුනාද ?
කදෙහිදා පුළුල් වුනාද ?

05. අන්තිම ප්‍රමාණයේ වයස කීයද ?

කදාදා පුළුල් වුනාද ?
කදෙහිදා පුළුල් වුනාද ?

06. **மீடு சேர் உர் சூகந வுடீ கிகியமீ ஁புலு நன்வயன் கிவூனீடீ ?**
 இதுக்கு மொத பிள்ள பெறந்த போது கஸ்டம் ஏதும் இருந்ததா ?
 ஓடன்கு லுட பிலுல சேர்ன்டீ சுடூ கஸ்டுமீ ஂடூமீ ஓர்ன்டீலு ?
07. **சுபிவிக் தடுவிக்**
 குகாஞ்சம் முக்குங்க.
 குுன்சுமீ ஡ுன்கு஁
08. **வென் ஁லச கர்ம மீடு சேர் கர்லா கிவீடீ ?**
 வேற சத்திரசிகிச்சுசை இதுக்கு மொத செஞ்சிருக்கா ?
 வுர் ஁ந்ருகிடுவீவீ ஓடன்கு லுட ஁ன்சீ ஓர்ன்கா ?
09. **஁டீகியன் ஡ுனூன் ஁லசகர்மயன் கர்ன்டு வெடீ**
 அவசரம் இருந்தா சத்திரசிகிச்சுசை செய்ய வேண்டி வரும்
 ஁ல஁ர்மீ ஓர்ன்டீ ஁ந்ருகிடுவீவீ ஁டீய வென்஁ி வர்மீ
10. **டீயவ஁யாவ ஁கிய சசுவீ ஁லர்வ மீடு சேர் ஁டீ கிவூனீடீ ?**
 நீர்ழிவு ,இதய சம்பந்தமான நுாய்கள் இதுக்கு மொத ஏற்பட்டு இருக்கா ?
 தர்லு, ஓடய ஁மீவன்஁ுல ஁ுடீய ஁லு ஂடுசடு ஓர்ன்கா ?

஁லன் வவன

புதிய சுாற்கள் ஂடீய ஁ுடு ஁ுடுகல்

1	டீலலவாடீ ?	கூ஁கீடீ தூடீக்கிறதா ?	7	தடுவிக்	஡ுன்கு஁ முக்குங்க
2	ர்஁ர்	ர்ன்மீ இரத்தம்	8	வென்	வீர் வேற
3	஁லகா ஁மீய	கவீ஁ ஂலுல கடைசிபுள்ள	9	஁லசகர்மயன்	஁ந்ருகிடுவீவீ சத்திரசிகிச்சுசை
4	வயக கியடீ ?	வய஁ ஂன்வா ? வயசு எத்தன்?	10	மீடு சேர்	ஓடன்கு லுட இதுக்கு மொத
5	஁புலு	கஸ்டுமீ கஸ்டம்	11	஁டீகியன்	஁ல஁ர்மீ அவசரம்
6	சுபிவிக்	குுன்சுமீ குகாஞ்சம்	12	கர்ன்டுவெடீ	஁டீய வென்஁ி வர்மீ செய்ய வேண்டி வரும்

07. மலிகர் ஙுடடு டுதீத துலுலதீ ? கர் தடலுல தருதலா ?
 தாய் பால் நன்றாக குடுக்க முடிகுறதா ? பால் கட்டி இருக்கா ?
 தாடிபாலு் ததீதுல துதுகீக துதீடுரலா ? பாலு் கடுடு ஓரகீகா
08. தலா துது கரட ?
 பிள்ளை முத்திரம் பெய்ததா ?
 பிலுலுடி துதீடுரலு் படுடீடலா ?
09. ஙுடடு திதீலு் தடுலு் கலுலக கலுலா திலுடாடுதீடு டுதீலா தீகீதர ததததீ
 வீட்டுக்கு போய் குடும்ப சுகாதார சலுலை அதிகாரியிடம் ஢ுலதிக விடயங்களை
 கலுடடு தலுறந்து கலுள்ளங்க.
 தீடுடுகீக பலுடி கதுதீத துதாடாடு கலுலடு துடீதாடுதீதீ தலுலடுல விடயதீதலுலு கலுடுடு
 தலுடுதீ கலுலுலு
10. தாலு தல தலுலு டுதீத தலுதீத தீதா தீ துத கலுலகீதீ திலுலலா ?
 இப்பலுலுக்கு இன்னலுரு பிள்ளை திரும்பலும் பெற்று கலுள்ள வேண்டலும்.
 அதை குறிகீது திட்டம் இருக்கா ?
 ஓதீபலுலுலு ஓதீதலுடு, பிலுலுலு திருதீதலுடு பலுடுலா கலுலுலு வலுலா. துட கலுடுதீ
 தீடுடுதீ ஓரகீகா ?

துலுதீ வலத

புதிய சலுறகீக படுடீய கலுடுகலு்

1	வலுலுடு	துடீதலா அதிகலா	7	மலிகர்	தாடிபாலு் தாய் பால்
2	தீடுடுதலா ?	பலுடுடுலா ? பலுகுறதா ?	8	கர் தடலுலு	பாலு் கடுடு பால் கட்டி
3	தருதலா ?	ஓரகீகலா ? இருக்குதா ?	9	கலுலகீதீ	தீடுடுதீ திட்டம்
4	துலாலு்	காடதீ காயம்	10	ஙுடடு திதீலு்	தீடுடுகீக பலுடி வீட்டுக்கு போய்
5	டுடலுலா ?	வலுலுலா ? வலிகுதா	11	தல தலுலு	ஓதீதலுடு, பிலுலுலு இன்னலுருபிள்ளை
6	துதலுலா ?	துலுடுடுலா ? அமுுகுறதா	12	தாலு	ஓதீதலு் இனி஢ுலு

சூமா வார்டுவேட்டி

(குழந்தை வாட்டில்)

கூலண்டி வார்டில்



01. சூமாயில் வரீம லோடி சிடிவெனலாடி ?
பிள்ளையின் வளர்ச்சி நல்லா இருக்கா ?
சில்லேடின் வலர்வீவி னல்லா ஓரக்கா ?

02. சூமாயில் சூமா வர்மன சடுதன் சோத லோடிடி ?
பிள்ளையின் வளர்ச்சி குறிப்பு புத்தகம் ஂங்க ?
சில்லேடின் வலர்வீவி கர்ச்சு சூதனமீ சன் ?

03. ஡லாடு மலீகர்டி / சிடுகர்டி ஡லன்ன ஡ேன்னை ?
பபாக்கு தாய்பாலா / பால்மாவா குடிக்க கொடுக்கிறீங்க. ?
஡லாக்க னாடி சாலா / சால்தாலா கலீக்க லோடிக்கர்சன் ?

04. சிடுகர்வலடு வலா மலீகர் லோடிடி வீ தி஡ா சிடுகர் ஡ேன்ன லசா
பால்மாவ விட தாய்பால் நல்லது. அதனால பால்மா கொடுக்க வேண்டாம்.
சால்தால விடி னாடிசால்த னல்லடி ஡டினால சால்தால கலீக்க வேன்லா

05. ஡ல்தல் சூச்சு சூர்டி சூனான் மலீகர் ஡லன்னடு சூமாய கமீமலு வெனலா.
போத்தல்ல சூப்புர பழக்கம் வந்தூரிச்சினா தாய் பால் குடிக்க பிள்ள சோம்பல்படும்.
஡ல்தலல்ல சூச்சுர சலக்கமீ வன்டூர்வீவினா னாடிசால்த கலீக்க சில்ல ஡ல்தலல்ல

06. ஡லாடு ஡லவன சூதி஡க்கி லன்னை தி஡மீத லேச ஡ீ தி஡ெனலாடி ?
பிள்ளககி தேவையான ஡஡சி சரியா குடுத்திருக்குதா ?
சில்லேடி஡ னேவலாந ஡ூ஡ி ஡ர்லா கலீக்கர்சன் ?

07. BCG டூன்னை ? லீகே கரலல தியெனவாடி ?
 B.C.G. குடுத்திருக்கா ? அந்த அடையாளம் இருக்குதா ?
 வி.கி.கி. கடிதநீர்னகா ? டன்டி டடிவெயாலுமீ ஓர்னகடி ?
08. லீகே கடி கலகூர் வநீநர் லீகேம டேனவாடி ?
 சோறு கஞ்சி, பழங்கள், முட்டை இதெல்லாம் குடுக்கிறீங்களா ?
 டீர் கலி கலலுலே ஓர்வெ ஓடிவெ ஓடிவெ கடினகூர்லா ?
09. டூர்வாடு லாக 05 கீ வெனகாடு டிமநர் டிநார் டேன்கடு தூர்வதி
 பிள்ளக்கி ஐந்து மாசமாகிற போது வேற சாப்பாடு குடுக்க முடியும்
 கிலலெகடி டன்டி லாகலாடுர் டீர் டீர் டீர் கடினகூர் ஓர்வெ
10. லீகே டிமலா தாநீநா கியலா கலா கர்னவாடி ? கெலுமீ கர்னவாடி ?
 பிள்ள அம்மா அப்பாந்னு சலல்லுதா ? விளையாடுதா ?
 கிலல டிமலா டிமலா டீர் ஓர்வெ ? ஓர்வெ ?

டிவெ லவன

புதிய சலாற்கள் தூர்வ டீர்வ டீர்வ

1	வகீம	லலர்லி வளர்ச்சி	7	டின்க லகா	கடினகூர் வெநீநாமி கலாடுக்க வேண்டாம்
2	காடிடு	தலலா நல்லா	8	கரலல	டிவெயாலுமீ அடையாளம்
3	கெலுமீ கர்னவாடி	லலயாடி லிளையாடுதா?	9	கலா கர்னவாடி ?	டீர் டீர் டீர் ?
4	கிடுகர்	கலலா பால்மா	10	கலகூர்	கலலுலே பழங்கள்
5	டிவலவா	டிவலா அமுதா ?	11	லாக 05 கீ வெனகாடு	டீர் டீர் டீர் டீர் டீர் ஐந்து மாசமாகிற போது
6	லீ கிகா	டிவலா அதனால	12	டிமநர் டிநார்	லீர் டீர் டீர் வேற சாப்பாடு

தீயவாழ்வு சாட்சியகம்

நீரழிவு சிகிச்சை பிரிவில்

கிரிஜா சிங்கே கிரிஜா



01. அது கைபிடி வேண்டி ?

உடம்பு மெலியுதா ?
செய்யும் வேலை ?

02. வறும் சிவகாசி வாழ்வைத் துன்பமா ?

நெரயா தண்ணி தாகம் எடுக்குதா ?
நெரயா தண்ணி தாகம் எடுக்குதா ?

03. மூலம் வாழ்வை வாழ்வை அழித்து விடுவதா ?

முத்திரம் நெரயா எந்த நேரமும் போவதா ?
முத்திரம் நெரயா எந்த நேரமும் போவதா ?

04. கைம் வாழ்வை அழித்து விடுவதா ? வாழ்வை அழித்து விடுவதா ?

சாப்பாடு எப்படி எடுக்கிறீங்க ? நெரயா சீனி சாப்பிட ஆசையா இருக்கா ?
சாப்பாடு எப்படி எடுக்கிறீங்க ? நெரயா சீனி சாப்பிட ஆசையா இருக்கா ?

05. சிவகாசி வாழ்வை வாழ்வை அழித்து விடுவதா ?

குடும்பத்துல யாருக்காவது நீரழிவு நோய் இருக்கா ?
குடும்பத்துல யாருக்காவது நீரழிவு நோய் இருக்கா ?

06. மீட ஆசை தீயவாழ்வு வாழ்வை அழித்து விடுவதா ?

இதுக்கு முன் நீரழிவு நோய் வந்து மருந்து எடுத்து இருக்கிறீங்களா ?
இதுக்கு முன் நீரழிவு நோய் வந்து மருந்து எடுத்து இருக்கிறீங்களா ?

07. **තුலාලේ හැදිලා හොද වෙන කල් යනවාද ?**

புண் வந்து சுகமாக நாளாகுதா ?

පුන් වන්ද සුගමාග නාලාගුදා ?

08. **වැඩිපුර සීනි කැම පිටි වර්ග කැම හොද නෑ**

அதிகம் சீனி, மாவு சாப்பாடு நல்லது இல்ல

අදිගම් සීනි මාවු සාප්පාඩු නල්ලද ඉල්ල

09. **කැම ගැනීම ප්‍රවේශමෙන් කරලා බෙහෙත් වර්ග හරියට ගත යුතුයි**

சாப்பாட கட்டுபடுத்தி, மருந்த சரியா குடிங்க

සාප්පාඩ කට්ටුපඩුන්ති මරැන්ද සරියා කුඩිංග

10. **මේ දෙන කෑම වට්ටෝරුවට අනුව කෑම ගන්න පුළුවන්නම් හොදයි**

இங்க தரற சாப்பாட்டு முறைப்படி சாப்புடுறது நல்லது.

ඉංග තාර සාප්පාඩු මුරෙපඩි සාප්පුඩුරුද නල්ලද

අලුත් වචන

புதிய சொற்கள் පුදිය සොටිකල්

1	අග කෙට්ටු වෙනවාද ?	ඔඩම්බුමෙලයිදා ඉදම්පුමෙලියුතා	7	කල් යනවාද ?	නාලාගුදා නාලාගුතා
2	වතුර පිපාසය	තන්නිකාගම් තණ්ණි තාකම්	8	වැඩිපුර	නෙරයා බෙරයා
3	දියවැඩියාව	නිරලවු නිරුලු	9	වට්ටෝරුවට	අට්ටවනෙ/ අට්ටවන
4	වැඩිවාර ගණනක්	නෙරයාද එන්ද නෙරමුම් බෙරයා ආන්ද බෙරමුම්	10	ප්‍රවේශමෙන්	නල්ලද බෙරයා
6	තුලාල	පුන් පුණ්	12	මුහුණ	මුත්තිරම් මුත්තිරම්

-----0000-----

அடிக ரடீர சீவனய ஸாயனயேடீ

இரத்த அழுத்த சிகிச்சை பிரிவல்

ரத்த அழுத்த சிகிச்சை பிரிவல்



01. னகிய கியைலாட ?
 உலசீபு ஓரன்கா ?
 எழுப்பு, இருக்கா ?

02. கரகிலீல கியைலாட ?
 வலசுத்து ஓரன்கா ?
 தலசுத்து இருக்கா ?

03. சபுலீ கன்குல கியைலாட ?
 னைசீ லில ஓரன்கா ?
 நெஞ்சு வலி இருக்கா ?

04. சீகரலீ லைலாட ?
 சீகரலீ கிடிக்கிரீங்ளா ?
 சிகரட் குடிக்கிரீங்ளா ?

05. அரகீலு லைலாட ?
 ஸாராயலீ கிடிக்கிரீங்ளா
 சாராயம் குடிக்கிரீங்ளா ?

முயலு புகலசீ	கடிக	1
சீகரலீ கிடிக்	சீகரலீ கிடிக்	2
சீகரலீ கிடிக்	சீகரலீ கிடிக்	3
சீகரலீ கிடிக்	சீகரலீ கிடிக்	4
சீகரலீ கிடிக்	சீகரலீ கிடிக்	5
சீகரலீ கிடிக்	சீகரலீ கிடிக்	6

06. சப்தலே அயசி அபிக ருடீர சீவிய கிவெலவாடி ?
 கடிமிவ்வன்குல டாரகன்குமி அடித ரெவ்வ அலுவ்வமி ஓரகன்கா ?
 குடும்பத்துல யாருக்கும் அதிக ரத்த அழுத்தம், இருக்கா ?

07. மூலா சரிவண கர கிவெலவாடி ?
 மூவ்விரமி சரிவெடிவிவி ஓரகன்கா ?
 முத்திரம் பரிசோதிச்சி இருக்கா ?

08. மீசி ஓக்சர ரேகி விதிவீத சவ கிவெலவாடி ?
 ஓடிவ்கு மூவ்வ னேயி சரிவெடிவிவி வுன்கு ஓரகன்கா
 இதுக்கு முன், நேயம் பரிசோதிச்ச துண்டு இருக்கா ?

09. மீசி ஓக்சர வெவென் கன் வாரீவா கியெலவாடி ?
 ஓடிவ்கு மூவ்வ மரன்கு சீவ்வவ்வ வவெல் ஓரகன்கா ?
 இதுக்கு முன், மருந்து எடுத்த தகவல் இருக்கா ?

அலுவ்வ வவவ
 புதிய சவாற்கள் **சூடிவ டவாவிவல்**

1	கவிய	சிலசூ எழப்பு	7	சரிவண	சரிவெடிவிவி பரிசோதிச்ச
2	கியெலவாடி ?	ஓரகன்குலா ? இருக்கா ?	8	வாரீவா	வவெல் தகவல்
3	சவ்வே ககன்கும	வெசி வரவ்வமி நெஞ்ச வருத்தம்	9	சப்தலே அயசி	கடிமிவ்வன்குல குடும்பத்துல
4	ககரகிலீல	வலவ்வவ்வ தலசுத்து	10	மீசி ஓக்சர	ஓடிவ்கு மூவ்வ இதுக்கு மு
5	அரகன்கு	வாராயமி சாராயம்	11	வெவென்	மரன்கு மருந்து
6	வவவலவாடி ?	கடிவ்வகிரிவ்வல குடிக்கிரிவ்வகளா ?	12	அபிக ருடீர சீவிய	அடி வரெவ்வவலுவ்வமி அதிக ரத்த அழுத்தம்,

07. மலி கர் டேககோபி ஢ிவாவ தியாதனேனே ஢ேகேம
தாய் பால் கொடுக்கும் போது பபாவை இப்பாடி வைக்க வேணும்
நாடிபாலே கௌடின்குமீ சேர்ட ஢ிவாவடி ஓர்சபி வடின்க வேனுமீ

08. டூர்வாவ மாக 6 கீ வேககன் மலிகர் விநரன் டூன்காம ஢ோடும அகி
6 மாதம் வரை தாய்பால் மட்டும் கொடுத்தால் போதும்.
டூர் மூடுமீ சீகேம மீ வரேடி நாடி பாலே மலிடுமீ கௌடின்காலே சேர்டுமீ

09. சிபிகர் வகூர் கௌன்கமலேடு டேகீன சிபா
பால்மா, தண்ணீ, கொத்தமல்லி கொடுக்க வேணா.
பாலேமா நன்கீ கௌன்கமலேடு கௌடின்க வேனா

10. கர் டூலா ஢ுடின்க அரீன்கே ஢ேகேமடி நகீன்கமீ ஢ிவாவ அச஢கூடி
பால் கொடுத்ததும் ஏப்பம் விட வைக்க வேணும். இல்லாவிட்டல் பபாவுக்கு கஸ்ட
பாலே கௌடின்கமீ சீசபமீ விவி வடின்க வேனுமீ ஓலேலாவாவா ஢ிவாவுகு கசீடமீ

அலன் வவன

புதிய சொற்கள் **புரீய டுஓரினல்**

1	மலிகர்	தாய்பால் நாடிபாலே	7	நகீன்கமீ	இல்லாவிட்டால் ஓலேலாவாவா
2	஢ு஢வாடு ?	குடிக்கிறதா ? கும்பின்கிரடா ?	8	வகூர்	தண்ணி நன்கீ
3	சிபிகர்	பால்மா பாலேமா	9	கௌன்கமலேடு	கொத்தமல்லி கௌன்கமலேடு
4	஢ேகேம	இப்பாடி ஓர்சபி	10	டூன்காம	கொடுத்தால் கௌடின்காலே
5	கீவேகி	எதிதனையாவது சீன்கனையாவது	11	஢ுடின்க அரீன்கே	ஏப்பம் விடல் சீசபமீ விவி
6	அ஢ிமீவரடி	பெருமை சேர்டுமீ	12	அச஢கூடி	கஸ்டம் கசீடமீ

දන්ත සායනයේදී

පහ்சිකිச்சைப் பிரிவில்

පරිසිහිවීමේ පිරිවිල්



01. ඔබ ආවේ දන් ගලවන්නද ?
 நீங்க பல் கழட்டவா வந்தீங்க ?
 නිංග පල් කලට්ටවා වන්දිංග
02. ඔබ ආවේ දන් පුරවන්නද ?
 நீங்க பல் நிரப்பவா வந்தீங்க ?
 නිංග පල් නිරප්පවා වන්දිංග
03. ඔබ ආවේ දන් සුද්ද කරන්නද ?
 நீங்க பல் சுத்தம் செய்யவா வந்தீங்க ?
 නිංග පල් සුන්නම් සෙයියවා වන්දිංග ?
04. ඔබේ දන් රිදෙනවාද ?
 உங்க பல் வலிக்குதா ?
 උංග පල් වලක්කුදා
05. මොන වෙලාවටද දන් රිදෙන්නේ ?
 எந்த நேரம் பல் வலிக்குது ?
 එන්ද නේරම් පල් වලක්කුද ?
06. සීතල / පැණි රස දේවල් කනකොට දන් හිරිවැටෙනවාද ?
 குளிரான, இனிப்பான தீன்பண்டங்கள் சாப்பிடும் போது பல் கூசுதா ?
 කුලිරාන , ඉනිප්පාන තින්පන්ඩංගල් සාප්පිඩුම් පෝද පල් කුසුදා ?

07. ரீடேஜை சர்தைனே னசலா கன்த சூலுலன்த ?
வலிக்கும் பக்கம் கடித்து சாப்பிட முடியுமா ?
வலென்துமீ பக்தகமீ கமின்து சாப்சிவி லுமிசூலா
08. ஓவசாஸத னானகநி னரமீ வேதனாவக்த நிசெனவாட ?
தாங்க முடியாதபடி வேதனையா இருக்கா ?
நான லுமிசாட பகி வேதனசா ஓரக்தகா ?
09. காஓடி டுனடி னாலலென்தே ?
எந்த பல் ஆடுது ?
பந்த பல் னாமிட
10. டுசவகிசாவ டுசூர் வளே வென்த னகநிச பினை நிசெனவாட ?
நீரழிவு பானர் போன்ற வேறு ஏதும் நோய்கள் இருக்குதா ?
நிரலுல பர்சர் சேன்தி விர சீட்தி னாமிசுல ஓரக்தகா ? ?

னலுந் வவன

புதிய சான்கள் சூடீச சாஓகல்

1	டுந்	பல் பல்	7	சூனி	இனிப்பான ஓநிசலா
2	னலுலன்த ?	கழட்டவா கலுஓலா	8	நிரவலெனவா ?	கூசதா ? கனுடா
3	சூரவன்த ?	நிரப்பவா நிரசபலா	9	னசலா	கடித்து கமின்து
4	கூடீட	சுத்தம் சூந்தமீ	10	சூசூர்	இரத்த அழுத்தம் பிரனர் ரந்ன னலுந்தமீ சூசூர்
5	ரீடேஜே ?	வலிக்குதா ? வலென்துடா	11	டுசவகிசாவ	சக்கரை வியாதி சக்தகரே விசாநி
6	கீனல	குளிரான கலுரலா	12	லெமிகல	நோய்களுக்கு னாமிசுலென்து

வெண் விஞ்சை அலக்டா

வேறு விநேச சந்தர்ப்பங்கள்

வேர் விஞ்சை கன்டர்ச்கண்ட்



டூர் கன் தாசா சாசனடேடீ

தொண்டை, காது, மூக்கு சிகிச்சைப்பிரிவில்

தொண்டை காது மூக்கு சிகிச்சைப்பிரிவில்

01. கன் அகீம் அலு வெலா காவீலர் கல்டே ?
காது கேட்காமல் போய் எவ்வளவு காலம் ?
காது கெடிகாமல் சேயி டீவீலலு காலமீ ?

02. கதென் கரலி சிப வெலாடே ?
காதுல சீழ் வடிகிறதா ?
காதுல கீல் வடிகிறதா ?

03. கன் கக்டும தாடீலா காவீலர் கல்டே ?
காது வலி வந்து எவ்வளவு காலம் ?
காது வலி வந்து டீவீலலு காலமீ ?

04. கதென் கலு திசெலா கத கன்டென்னை வெடீ
காதுல ஊத்தை இருக்கிறது. கழுவ வேண்டும்.
காதுல டூர்நெ ஓர்நகிர்டு கலு வென்டூ

අත්තිසායනයේදී

கண் சிகிச்சைப் பிரிவில் கன் ஃகிவிவே சிர்விலீ

01. අැස් ජෙහීම අඩුද ?

கண் பார்வை குறைவா ?
கன் பார்வේ கුරேலா ?

02. අැස් රතු වෙලාද ?

கண் சிவப்பாகி இருக்குதா ?
අැස් සිවප්පාහි ඉරැක්කුදා ?

03. අැස් වලින් කඩ ගලනවාද ?

கண்ணிலிருந்து பூலை வருகிறதா ?
கன்නிலිරැන්ද පුලේ වරැහිරදා ?

සාමාන්‍ය සායනයකදී

பொது சிகிச்சைப் பிரிவில் පොදු සිහිවිවේප් சிர்விலீ

01. හොදට හුස්ම ගන්න අතින් ජැන්තට හැරිලා

மற்ற பக்கம் திரும்பி நல்லா மூச்சு எடுங்க.
මට්ටු පක්කම් තිරැමිබි නලලා මුච්චි එඩුංග

02. කොතනද රිදෙන්නේ තද කරනකොට රිදෙනවාද ?

எந்த இடத்தில் வலிக்கிறது ? அமுக்கும் போது வலிக்கிறதா ?
එන්ද ඉඩත්තලි වලික්කිරද අමුක්කුම්පොදු වලික්කිරදා ?

03. බය වෙන්න එපා අපි ඔබට උදව් කරන්න ලැස්තියි

பயப்பட வேண்டாம். நாங்க உங்களுக்கு உதவி செய்வோம்.
පයප්පඩ වේන්ඩාම් නාංක උංගලැක්කු උදව් සෙයිස සෙයිවෝම්

1	අැස්	கண் கன்	7	හැරිලා	திரும்பி திரும்பி
2	ජෙහීම	பார்வை பார்வේ	8	නෝදන්න	கழுவுங்க கழுவுங்க
3	උගුර කන් නාස	தொண்டை, காது, மூக்கு தொண்டை காத் துக்கு	9	තද කරනකොට	அமுக்கும் போது අමුක්කුම්පොදු
4	කඩ ගලනවාද ?	பூலை வருகிறதா ? புலே වරැහිරදා ?	10	හුස්ම ගන්න	மூச்சு எடுங்க. මුච්චි එඩුංග
5	සැරව	சீழ் சீல்	11	උදව් කරන්න	உதவி செய்க උදව් සෙයික
6	කැක්කුම	வலி வலி	12	ලැස්තියි	ஆயத்தம் ආයත්තම්

1

தமிழ் உயிரெழுத்து

தேமல ஹீமீட

அ

அ-அனா

ஆ

ஆ-ஆலாந்னா

இ

இ-இனா

ஈ

ஈ-ஈயந்னா

உ

உ-உனா

உள

உள-உளவந்னா

எ

எ-எனா

ஏ

ஏ-ஏந்னா

ஐ

ஐ-ஐயந்னா

ஓ

ஓ-ஓனா

ஔ

ஔ-ஔவந்னா

ஔள

ஔள-ஔளவந்னா

க

க-கனா

ங

ங-ங்னா

ச

ச-சனா

ஞ

ஞ-ஞனா

ட

ட-டனா

ண

ண-ணனா

த

த-தனா

ந

ந-நனா

ப

ப-பனா

ம

ம-மனா

ய

ய-யனா

ர

ர-ரனா

ல

ல-லனா

வ

வ-வனா

ழ

ழ-ழனா

ள

ள-ளனா

ற

ற-றனா

ள

ள-ளனா

ஈ-ஈயந்னா

ஐ
ச-சா

ஸ
ஈ-ஈ

ஷ
ஊ-ஊ

ஹ
ஹ-ஹ

ஸ்ரீ
சூ-சூ

2

தேமல தகூரலதததத துலததல து துலததல ஸாவீதத

* அரலுதத - துலததல -
கா க லா லா நா ஊ

* குததததத - தல்தலத -
க க ப த த

* - துலததல
ப த வ த த கு த ர

* துலததத - துலததல
ப த ர த த

* வலதததத - துலததல
க க த த

* துலததல துலததத - துலததல
க க ச த

* துலததல துலததல - துலததல

யெ யெ ரெ ரெ வெ வெ

* துலததல - துலததல துலததல

கை - துலததல வை - வெ

நாம படி
ஈழி லிங் னா பூரண லிங் படி

பூரண லிங்
ஆண்பால்
ஈண்பால்

ஈழி லிங்
பெண்பால்
ஈண்பால்

நாந்தா	அப்பா	ஈபபா	ஈமீமா	அம்மா	ஈமீமா
ஈடியா	அண்ணன்	ஈண்பன்	ஈக்கா	அக்கா	ஈக்கா
மல்லீ	தம்பி	நமீவி	நங்கீ	தங்கை	நங்கை
பூநா	மகன்	மகன்	பூவி	மகள்	மகல்
மாமா	மாமா	மாமா	நான்பா	மாமா	மாமா
மாதா	சித்தப்பா	ஈந்தப்பா	ஈவிமீமா	சின்னம்மா	ஈந்தமீமா
ஈயா	பாட்டன்	பாட்டன்	ஈலீலீ	பாட்டி	பாட்டி
ஈமீயா	கணவன்	கணவன்	விர்ஈ	மனைவி	மனைவி
ஈஈரீயா	சகோதரன்	ஈஈரீயன்	ஈஈரீயன்	சகோதரி	ஈஈரீயன்
ஈயா	தந்தை	நந்தை	மல	தாய்	நாதி

விடானகன்

<p>லன்ன வாருங்கள் - வாரூங்ல்</p>	<p>1</p>	<p>஁லன்ன ஔருங்கள் - ஁஁஁ங்ல்</p>	<p>1</p>
<p>஁ன்ன ஁ோங்கள் - ஁ோங்ல்</p>	<p>2</p>	<p>஁ல஁ன் ஁ு - ஁஁஁</p>	<p>2</p>
<p>லரன் வா - வா</p>	<p>3</p>	<p>஁லல ஁லன் ஁டிவா - ஁஁஁லா</p>	<p>3</p>
<p>஁஁ன் ஁ோ - ஁ோ</p>	<p>4</p>	<p>஁லலா ஁஁ன் ஁டி஁஁஁ - ஁஁஁஁஁</p>	<p>4</p>
<p>஁஁஁ன் ஁஁஁஁஁ - ஁஁஁஁஁஁</p>	<p>5</p>	<p>஁லலா ஁஁ன் ஁டிவாருங்கள் - ஁஁஁஁஁஁</p>	<p>5</p>

6

වෙනසක් තිබේද ? ඇත්නම් කොහේද ?

	සිංහල	දෙමළ		සිංහල	දෙමළ
1	අම්මා	අම්මා	15	උදව්	උදව්
2	අප්පච්චි	අප්පා	16	රාත්‍රිය	රාත්තිර්
3	අක්කා	අක්කා	17	පඩිය	පඩි
4	ආච්චි	ආච්චි	18	සංගමය	සංගම්
5	සුන්දර	සුන්දරමාන	19	නිල්	නිලම්
6	පොදි	පොදි	20	කුඩුව	කුඩු
7	ආසාව	ආසෙ	21	මුඩිය	මුඩි
8	පාඩම	පාඩම්	22	සෙම්බුව	සෙම්බු
9	පන්දුව	පන්දු	23	තොට්ල්ල	තොට්ටිල්
10	මාමා	මාමා	24	තෝඩුව	තෝඩු
11	සුරියයා	සුරියන්	25	යෞවනය	යෞවනම්
12	වන්ද්‍රයා	වන්දිරන්	26	සිංහයා	සිංගම්
13	ආනන්දය	ආනන්දම්	27	පංගුව	පංගු
14	ඉරට්ටය	ඉරටෙ	28	පෙට්ටිය	පෙට්ටි

සිංහල හා දෙමළ භාෂාවේ බොහෝ වචන වල සම්බන්ධයක් දැකිය හැකි බව පෙනේ. ඉහත දැක්වෙන්නේ ඒ සඳහා වූ උදාහරණ කීපයකි

ශ්‍රීරජය විවිධ කොටස්

තලය	- තලෙ - හිස
වழுக்கක	- වලුක්කෙ - තට්ටය
කාතු	- කාදු - කන
කාතු සව්චු	- කාදු සව්චු - කන්සේත
කාතීන් කේටුකුම පලුති	- කාදුන් කේට්කුම් පහුදි - කන්බෙරය
උද්කාතු	- උට්කාදු - කලාදුරු
කන්නම	- කන්නම් - කම්මුල
මුකවாய්	- මුගවායි - හිකට
බෙහ්ඞ්ඞ්	- හෙට්ට් - නළල
කණ්	- කණ් - ඇස
ඉමයෙ මයිර්	- ඉමෙමයිර් - ඇහිබැම
කරුච්චි	- කරුච්චි - කළු ඉංගිරියාව
වෙණ් විච්චි	- වෙණ්ච්චි - සුදු ඉංගිරියාව
කණ්පුලා	- කණ්පුලෙ - කඩ
කණ්ණේර්	- කණ්ණේර් - කදුළු
වாய්	- වායි - කට
උදු	- උදුච්චි - තොල්
නාකු	- නාක්කු - දිව
පල්	- පල් - දන්
උග්නාකු	- උල් නාක්කු - රහ දිව

	பல் ஈறு	- சலீரர் - விடூர் மை
	கழுத்து	- கலுந்து - வெல்ல
	தொண்டை	- நோன்வே - டுற
1	தொண்டை கட்டு	- நோன்வே கட்டு - டுறர் ஈடு
2	மார்பு	- மார்பு - சது
3	தோள்	- தோள் - டுற
4	முளை	- மூலே - சிசுடூர்
5	முளைக்காம்பு	- மூலேக்காம்பு - சிசுடூர் துடி
6	முதுகு	- மூலு - சிடு
7	இதயம்	- ஓடயம் - தாடய வக்து
8	நுரையீரல்	- நுரேடீரல் - சேதாடீரல்
9	கல்லீரல்	- கலீரல் - ஈக்தா
10	வயிறு	- வடீர - வடி
11	இரைப்பை	- ஓரேசீசே - ஈதாடய
12	சிறுகுடல்	- சீர் துடி - வடிவல்
13	சிறுநீர்ப்பை	- சீர் தீசீசே - மூதாடய
14	சிறுநீரகம்	- சீர் தீரதீ - வடிவடி
	மூத்திர நாளம்	- மூதீரதாடய - மூதாடய
	ஆண்குறி	- ஈதீ - மூதீசீசு
	விதை	- விடே - ஈதீவகீசு
	இந்திரிய குழாய்	- ஓதீசீசு துடய - ஓதூ தா
	அடிவயிறு	- ஈடி வடீர - ஈடி வடி
	புஷ்டம் (பின்புறம்)	- சூசீ - தீசீ

குதம்	கிங் கானி - கடிமீ - அடொலார்யச
பகம் (யோனி- -பெண்குறி)	கூ - ககமீ - (கெனீகூர்) - யோகிய
யோனி வழி	கூகி - யோகி வல - யோகி லார்யச
கை	கூகூ - கெகி - - அந
முழங்கை	- லூகூகே - வகூகூ
விரல்	- வீரல் - அகூகூ
உள்ளங்கை	- கல்லூகே - அல்ல
கைரேகை	- கெகேகே - அல்லே கீலா
மணிக்கட்டு	- லகூகூகூ - லகூகூகூ
விரல் மொழிகள்	- வீரல் லூகூகூ - அகூகூ கூரகூ
விரல் நுனிகள்	- வீரல் கூகூகூ - அகூகூ கூகூ
நகம்	- ககமீ - கிய கோகூ
தொடை	- கோகே - ககூலா
முழங்கால்	- லூகூகூ - ககூகூ
கால்	- கால் - ககூகூ
கென்டைக்கால்	- கெகூகேகூகூ - ககூகூகூ
கரண்டக்கால்	- ககூகூகேகூ - வகூகூகூ
அடிபாதம்	- அகூகூகூ - ககூகூ அகூகூ
தொப்புள்	- கோகூகூ - ககூகூ
எலும்பு	- ககூகூ - அகூகூ
எலும்புகூடு	- ககூகூகூகூ - அகூகூ ககூகூ
நரம்பு	- ககூகூ - ககூகூ
உணர்வு	- ககூகூ - ககூகூ

