

# ဆေးစာမဲ့ဝယ်နိုင်သောဆေး (OTC) နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ် သော စားသောက်ကုန်စာရင်း

.....  
2025 ခုနှစ် Medicare Advantage အစီအစဉ်



# Wellcare Add Up ၏ အကျိုးခံစားခွင့်များ



နာကျင်မှု သက်သာသည့်ဆေး၊ သွားတိုက်ဆေး၊ ချောင်းဆိုးသက်သာစေသည့် ငုံဆေးလုံး၊ လတ်ဆတ်သော သစ်သီးများ၊ အသီးအရွက်များနှင့် နောက်ထပ်အရာများ ကဲ့သို့ ဆေးစာမဲ့ဝယ်နိုင်သောဆေး (OTC) ပစ္စည်းများနှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီသော အစားအစာများကို ဝယ်ယူရာတွင် သင်၏ Wellcare Spendables™ ကတ်ကို အသုံးပြုပါ။ အကျိုးဝင်သော ပစ္စည်းများ၏ ရွေးချယ်စရာကို ရှာနိုင်ရန် ဤစာရင်းမှတစ်ဆင့် ကြည့်ရှုပါ။ အွန်လိုင်းနှင့် စတိုးဆိုင်တွင် နောက်ထပ်ပစ္စည်းများ ရရှိနိုင်ပါသေးသည်။

ရရှိနိုင်သော OTC နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သော စားသောက်ကုန် အမျိုးအစားများကို ကြည့်ရှုရန် သင်၏စမတ်ဖုန်း သို့မဟုတ် တက်ဘလက်ဖြင့် QR ကုဒ်ကို စကန်ဖတ်ပါ။



QR ကုဒ်ကို စကန်ဖတ်ရုံဖြင့် အဖွဲ့ဝင်ပေါ်တယ်သို့ ဝင်ရောက်ပြီး “Wellcare Spendables” ကို ရွေးချယ်ပါ။ ဤနေရာတွင် သင်သည်-

-  သင့် အကျိုးခံစားခွင့်များနှင့် ကတ်လက်ကျန်ငွေကို ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။
-  ထောက်ခံချက်ရပြီးသား ထုတ်ကုန်များကို ဝယ်ယူနိုင်ပါသည်။
-  သင့်ကတ်ကို ဖွင့်နိုင်ပါသည်။
-  ငွေသွင်းငွေထုတ်နှင့် မှာယူမှုမှတ်တမ်းကို ပြန်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။
-  ပါဝင်သော စတိုးဆိုင်များကို ရှာနိုင်ပါသည်။



ဤစာရင်းထဲတွင် ဝက်ဘ်ဆိုက်များနှင့် မိုဘိုင်းအက်ပ်ကို ရည်ညွှန်းထားသည့် အချက်အလက်များ ပါရှိသည်။ သင်သည် ဝက်ဘ်သို့မဟုတ် စမတ်ဖုန်းကို အသုံးမပြုနိုင်ပါက ဤအကျိုးခံစားခွင့်များနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များအကြောင်း ဆွေးနွေးရန် သင့်အဖွဲ့ဝင် ID ကတ်နောက်ကျောရှိ နံပါတ်ကို အသုံးပြု၍ အဖွဲ့ဝင် ဝန်ဆောင်မှုဌာနသို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

# ဈေးဝယ်ရာတွင် လွယ်ကူ သက်သာစေသော



## Wellcare Spendables™ ကတ်

.....  
သင်၏ OTC နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော စားသောက်ကုန်များ  
ကို မှာယူရန် လွယ်ကူသော နည်းလမ်းလေးမျိုးရှိသည်-



### စတိုးဆိုင်တွင် ဝယ်ယူခြင်း

ပိုမိုသိရှိရန်နှင့် သင့်အနီးအနားရှိ စတိုးဆိုင်များကို ရှာဖွေရန်  
**member.membersecurelogin.com** သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။



### အွန်လိုင်းမှတစ်ဆင့် ဝယ်ယူခြင်း

ပစ္စည်းမျိုးစုံအတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ အွန်လိုင်းစတိုးတွင် ဈေးဝယ်  
ပါ။ **member.membersecurelogin.com** သို့ သွားပြီး အကောင့်  
ဝင်ရောက်ပါ သို့မဟုတ် Register (စာရင်းသွင်းမည်) ကို နှိပ်ပါ။  
ဝင်ရောက်ပြီးသည်နှင့် Shop Online (အွန်လိုင်းတွင် ဈေးဝယ်ရန်)  
စာမျက်နှာကို နှိပ်ပါ။ သင်၏ ဈေးဝယ်လှည်းသို့ ပစ္စည်းများထည့်  
ပြီးနောက် မှာယူမှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ရန် Cart (လှည်း) ကို နှိပ်ပါ။  
သင်၏မှာယူမှုကို အပြီးသတ်ရန် Check Out (ငွေရှင်းရန်) ကို နှိပ်  
ပြီး ပို့ဆောင်မှု အသေးစိတ်အချက်များကို ထည့်သွင်းပါ။ ထို့နောက်  
သင်၏ OTC နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအသောက်  
ပစ္စည်းများကို အိမ်အရောက် ပို့ဆောင်ပေးစေရန် Place Order  
(အော်ဒါတင်မည်) ကို နှိပ်ပါ။



### မိုဘိုင်းအက်ပ်မှတစ်ဆင့် ဝယ်ယူခြင်း

OTC နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော စားသောက်ကုန်များကို ဝယ်ယူ  
ရန် Healthy Benefits+™ အခမဲ့ မိုဘိုင်းအက်ပ်ကို ဒေါင်းလုဒ်လုပ်ပါ။

## ဖုန်းခေါ်ဆို၍ ဝယ်ယူခြင်း

**1-855-744-8550** (TTY- **711**) သို့ ဖုန်းခေါ်ဆို၍ သတ်မှတ်ချက်နှင့်ကိုက်ညီသည့် OTC နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအသောက်ပစ္စည်းများကို မှာယူပါ။ အောက်တိုဘာ 1 ရက်နေ့မှ မတ်လ 31 ရက်နေ့အတွင်း ကိုယ်စားလှယ်ဝန်ထမ်းများကို တနင်္လာမှ တနင်္ဂနွေ၊ နံနက် 8 နာရီမှ ည 8 နာရီအထိ ဆက်သွယ်နိုင်သည်။ ဧပြီလ 1 ရက်နေ့မှ စက်တင်ဘာလ 30 ရက်နေ့အတွင်း ကိုယ်စားလှယ်ဝန်ထမ်းများကို တနင်္လာမှ သောကြာ၊ နံနက် 8 နာရီမှ ည 8 နာရီအထိ ဆက်သွယ်နိုင်သည်။ ဧပြီလ 1 ရက်နေ့မှ စက်တင်ဘာလ 30 ရက်နေ့အထိ ရုံးချိန်နောက်ပိုင်း၊ စနေတနင်္ဂနွေ ပိတ်ရက်များနှင့် အစိုးရရုံးပိတ်ရက်များအတွင်း ကျွန်ုပ်တို့၏ အလိုအလျောက်ဖုန်းဖြေစနစ်သည် သင်၏ခေါ်ဆိုမှုကို ဖြေကြားပေးနိုင်ကြောင်း မှတ်သားထားပေးပါ။ ဝယ်ယူလိုသော ပစ္စည်းများ၏ အမည်များနှင့် ID နံပါတ်များကို အဆင်သင့်ပြင်ထားပါ။



# Wellcare က

## အခမဲ့ပို့ဆောင်ပေးရန် စီစဉ်ပေးပါသည်\*။



HealthyBenefits+ ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင် ဖော်ပြထားသော ပစ္စည်းအားလုံးကို အလိုအလျောက် အခမဲ့ပို့ဆောင်ပေးပါမည်။



အခမဲ့ ပို့ဆောင်မှုအတွက် အနည်းဆုံး ဝယ်ယူရန်လိုအပ်သည့်ပမာဏ သတ်မှတ်ထားခြင်းမရှိပါ။

\*အွန်လိုင်းမှ ရောင်းသည့် အချို့မိတ်ဖက်များသည် ငွေရှင်းရာတွင် ပို့ဆောင်စရိတ်ကို ကျခံရနိုင်ပါသည်။





# ဓာတ်မတည့်ခြင်းနှင့် ထိပ်ကပ်နာ

**B0046XDXXS Allegra \$10.12**



Allegra လူကြီးသုံး 12 နာရီ မူးဝေခြင်းမရှိစေသော ဓာတ်မတည့် ပျောက်ဆေး၊ ဆေးပြား 12 ပြား၊ ဓာတ်မတည့်ခြင်း ရောဂါ လက္ခဏာကို လျင်မြန်စွာ သက်သာစေပါသည်။ 60 mg

**B00GA9AVH2 Benadryl \$14.88**



Benadryl Ultratabs ဓာတ်မတည့်ပျောက်ဆေး ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့်ဆေး၊ နှာချေခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း အပြင် မျက်စိနှင့် လည်ချောင်းယားခြင်းကဲ့သို့ အအေးမိခြင်းနှင့် ဓာတ်မတည့်မှုဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာများအတွက် Diphenhydramine HCl ဆေးပြားများ၊ 100 ct

**B014HN971I Benadryl \$21.23**



Benadryl Ultratabs Go Packs၊ ခရီးသွားနေစဉ်နှင့် အလုပ်များနေစဉ်တွင် အအေးမိခြင်းနှင့် ဓာတ်မတည့်ခြင်းအတွက် လွယ်ကူအဆင်ပြေသော Diphenhydramine HCl ပါသည့် ဓာတ်မတည့်ပျောက်ဆေး ဆေးပြားများ၊ တစ်ထုပ်လျှင် ဆေး 2 ပြားပါပြီး အထုပ် 60 ပါရှိသည်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B074F19XB8 Amazon Basic Care \$7.67**

Amazon Basic Care ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို လုံးဝ သက်သာစေပြီး ရောဂါလက္ခဏာများကို သက်သာစေသော Diphenhydramine HCl 25 mg ပါ ဓာတ်မတည့်ပျောက်စေသော ဆေးပြားများ၊ 400 ပြား



**B0B13PZF8Z Benadryl \$8.99**

Benadryl Extra Strength ဓာတ်မတည့်ပျောက် ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့်ဆေး၊ ပန်းဝတ်မှုန်ကြောင့် ဖျားနာခြင်း သို့မဟုတ် အခြား အသက်ရှူလမ်းကြောင်းအပေါ် ပိုင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်းများကြောင့် ဖြစ်သော ဓာတ်မတည့်ခြင်း ရောဂါလက္ခဏာများကို သက်သာစေရန်အတွက် 50 mg Diphenhydramine HCl ဆေးပြားများ၊ 24 ct



**B01JGZDIHQ Arm & Hammer \$21.60**

Arm & Hammer Simply Saline အာနိသင်အပြင်းစား နှာခေါင်းဖျန်းဆေး 4.6oz၊ ဆားပျော်ရည်ပါဝင်သည့် နှာခေါင်းဖျန်းဆေး၊ မူးယစ်ဆေးမပါဝင်၊ 3 ဘူးတစ်တွဲ



**B074F18H5N Amazon Basic Care \$15.99**

Amazon Basic Care ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့် Loratadine ဆေးပြားများ 10 mg၊ ဆေးပြား 300

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B01LQBIWQ0**      **XYZAL**      **\$27.49**

Xyzal ဓာတ်မတည့်ပျောက် ဆေးလုံးများ 24 နာရီအတွင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေ၊ အလုံး 80 ၊ မူလဆေးညွှန်းပါ အာနိသင်



**B07HD646P7**      **HealthCareAisle**      **\$8.10**

HealthCareAisle ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့်ဆေး- Levetirizine Dihydrochloride USP: ၂ 5 mg - ဆေးပြား 80 - မူလဆေးညွှန်းပါ အာနိသင် ဓာတ်မတည့်ခြင်းအတွက် ဆေးဝါး၊ 24 နာရီအတွင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေ၊ 80 ပြား (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B000X1H2N4**      **Zyrtec**      **\$14.37**

Zyrtec 24 နာရီအတွင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့် ဆေးပြားများ၊ ဓာတ်မတည့်ခြင်းများအတွက် ဓာတ်မတည့်ပျောက်စေသော ဆေးပြားတစ်ပြားလျှင် 10 mg Cetirizine HCl ပါသည့် ဓာတ်မတည့်ခြင်းအတွက် ဆေးဝါး၊ သွားရင်းလာရင်း သက်သာစေ၊ ခရီးဆောင်အဖြစ်သုံးရန် ဆေးတစ်ပြားစီပါ အိတ်ငယ်များ၊ 14 ct(14 x 1 ct)



**B074F145Y1**      **Amazon Basic Care**      **\$15.60**

Amazon Basic Care 24 နာရီအတွင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့် ဆေး၊ Cetirizine Hydrochloride ဆေးပြားများ၊ 10 mg၊ 300 ပြား

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။





**B0010NSC1U      Ayr      \$3.62**

Ayr ဆားပါဝင်သော နှာခေါင်းလိမ်းဆေးဂျယ်၊ အသားအေးစေသည့် ရှားစောင်းလက်ပပ်ပါဝင်၊ 0.5 အောင်စ ညှစ်ဘူး (1 ဘူး တစ်ပါကင်)



**B0BX7GY18B      Claritin      \$69.99**

Claritin 24 နာရီခါတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့်ဆေး၊ မူးဝေခြင်းမရှိဘဲ မူလဆေးညွှန်းပါ အာနိသင်အတိုင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့် ဆေး၊ Loratadine ဓာတ်မတည့်ပျောက်စေသော အရည်-ဂျယ်၊ 1x30၊ 1x10၊ 1x60၊ စုစုပေါင်း အရည်-ဂျယ် 100



**B01HCX4B7U      Vicks      \$8.33**

Vicks Sinex အပြင်းစား နှာဖျန်းဆေး၊ မူလအမျိုးအစား ဖျန်းဆေးအငွေ့ ၊ ရင်ကျပ်ပျောက်ဆေး၊ အအေးမိခြင်း သို့မဟုတ် ဓာတ်မတည့်ခြင်းနှင့် နှာပိတ်ခြင်း၊ ထိပ်ကပ်နာဖိအားကို သက်သာစေသည့် ဆေး၊ 265 ကြိမ်စာ ဖျန်းဆေး



**B019NX6JCM      Afrin      \$6.74**

Afrin ထိပ်ကပ်နာနှင့် ဓာတ်မတည့်ခြင်းဆိုင်ရာ ဓါတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသော နှာဖျန်းဆေး - အရွယ်ရောက်ပြီးသူများနှင့် အသက် 6 နှစ်နှင့်အထက် ကလေးများအတွက် ဓာတ်မတည့်ခြင်းများကြောင့် ဖြစ်သည့် နှာပိတ်ခြင်းကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် အာနိသင်ကောင်းစွာ ဖယ်ရှားပေးခြင်း၊ 0.50 Fl Oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B01MTXZKMH Flonase Sensimist \$14.34**

Flonase Sensimist မူးဝေခြင်းမရှိဘဲ ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေသည့် နှာဖျန်းဆေး၊ 24 နာရီအတွင်း ဓာတ်မတည့်သည့် ရောဂါလက္ခဏာစုံကို သက်သာစေ၊ 60 ကြိမ်စာ ဖျန်းဆေး



**B00M1QM8EM Nasacort \$25.97**

Nasacort အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် 24 နာရီအတွင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်း သက်သာစေသည့် နှာခေါင်းဖျန်းဆေး၊ မူးဝေမှုမရှိ၊ အယ်လ်ကိုဟောမပါဝင်၊ 240 ကြိမ်စာ ဖျန်းဆေး၊ 0.57 fl.oz။ 2Ct



**B07MLTLN75 Amazon Basic Care \$5.79**

Amazon Basic Care အစက်ချရန် မလိုသည့် နှာခေါင်းဖျန်းဆေး၊ 12 နာရီအတွင်း နှာပိတ်သက်သာဆေး၊ အရည်ဖျန်းဘူး၊ Oxymetazoline HCl ၊ အအေးမိခြင်းနှင့် ဓာတ်မတည့်ခြင်းအတွက် နှာခေါင်းဖျန်းဆေး၊ 1 fl oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B07HD6F7DZ HealthCareAisle \$11.87**

HealthCareAisle ဓာတ်မတည့်ခြင်း သက်သာစေသော - Levocetirizine Dihydrochloride ဆေးပြားများ USP၊ 5 mg၊ ဆေးပြား 160၊ မူလဆေးညွှန်းပါ အာနိသင်အတိုင်း ဓာတ်မတည့်ဆေးဝါး၊ 24 နာရီအတွင်း ဓာတ်မတည့်ခြင်းကို သက်သာစေ၊ ဆေးပြား 80 (2 ထုပ်တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



# သန့်စင်ခန်းတွင်း ဘေးကင်းရေး



**B08KSKPX7N Medline \$42.99**

Medline အကြမ်းခံသော ကျောမှီမပါဝင်သည့် ရေချိုးထိုင်ခုံ တန်း၊ 550 Lbs အထိ ထိုင်နိုင်သော အဝလွန်သူများအတွက် ရေချိုးခန်းသုံး ထိုင်ခုံ



**B002VWKOWI Drive Medical \$35.49**

Drive Medical RTL12202KDR ကျောမှီပါ ရေချိုးခန်းသုံး ထိုင်ခုံ၊ စုပ်ခွက်ပါ ထိုင်ခုံခြေထောက်နှင့် ချိန်ညှိ၍ရသော ထိုင်ခုံ၊ ရေပန်းပါ ရေချိုးခန်း သို့မဟုတ် ရေချိုးလေ့အတွက် ရေချိုးခန်းသုံး ထိုင်ခုံ၊ အသက်ကြီးသူများနှင့် မသန်စွမ်းများအတွက် ရေချိုးခန်းသုံး ထိုင်ခုံတန်း၊ ခံနိုင်ရည်အလေးချိန် 300 LBI မီးခိုးရောင်



**B008KMF6J0 Drive Medical \$19.59**

Drive Medical RTL12012 ပေါင်ဒါ အပေါ်ယံလွှာပါသော လက်ကိုင်ဘားတန်း၊ အဖြူရောင်



**B002VWKOU0 Drive Medical \$69.27**

Drive Medical ကိုယ်အလေးချိန်ကျရန် ခွဲစိတ်ထားသူများ အတွက် အကြမ်းခံသည့် ရေချိုးခန်းသုံး ထိုင်ခုံ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B01MSISJKG Medline \$41.98**

Medline အောက်ခံပါသော လက်တင်နှင့် ကျောမီပါသည့် ရေချိုးခန်းသုံး ထိုင်ခုံ ရေချိုးလေးအတွက် အကြမ်းခံသည့် ရေချိုးခန်းသုံးထိုင်ခုံ၊ အမြင့်ချိန်ညှိနိုင်ပြီး ချော်ထွက်ခြင်း မဖြစ်စေသည့် ရေချိုးခန်းသုံးထိုင်ခုံ၊ 350 lb ခံနိုင်ရည် ရှိသည့် ရေပန်းပါ ရေချိုးခန်းအတွင်း ထိုင်ခုံ



**B000BJBH48 Medline \$33.14**

Medline တပ်ဆင်ရလွယ်ကူပြီး အမြင့်ချိန်ညှိနိုင်သော သန့်စင်ခန်းတွင်း အန္တရာယ်ကင်းစေသော အောက်ခံနှင့် လူကြီးသူမများအတွက် ရေအိမ်တွင်း အန္တရာယ် မဖြစ်ရေး လက်ရန်း၊ လက်တင်တန်းပါ ရေချိုးခန်းသုံး အကူလက်ရန်း၊ ရေချိုးခန်းတွင်း အန္တရာယ်ကင်းစေသော ပစ္စည်း၊ ခံနိုင်ရည်အလေးချိန် 250 lb။



**B0BP9K6NFM Waterpik \$34.99**

Waterpik ရေအားပြင်း ပိုက်ပါ ရေချိုးခန်းသုံး လက်ကိုင် ပိုက်ခေါင်း၊ PowerPulse 6 မျိုးနွယ်နယ်ပေးနိုင်၊ သတ္တုရောင် XAL-643ME



**B002VWJYZW Drive Medical \$37.25**

Drive Medical လော့ခ်နှင့် အဖုံးပါသော အထက်သို့မြှင့်ထားသည့် အိမ်သာသုံးထိုင်ခုံ၊ စံမီထိုင်ခုံ၊ 4 လက်မ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0000533DS Carex \$29.68**

Carex Toilet ထပ်ပိုးထိုင်ခုံ၊ ဘိုထိုင်ထိုင်ခုံကို 3.5 လက်မအထိ ပိုမြင့်ပေးနိုင်သော လုံးပတ်အမြင့်ဘိုထိုင်ထိုင်ခုံ၊ ကိုင်းခြင်း သို့မဟုတ် ထိုင်ခြင်းတွင် အကူအညီ ဖြစ်စေဖို့အတွက် ဘိုထိုင် ထိုင်ခုံအမြင့်၊ 300 ပေါင် ခံနိုင်ရည်အလေးချိန် ရှိသည့် Toilet Riser



## အထိန်းများနှင့် အထောက်အကူများ



**B005YU8SX2 ACE \$5.01**

ACE Brand 2 လက်မ ဆွဲဆန့်နိုင်သော ကလစ်ပါသည့် ပတ်တီး၊ 2 in x 51.2 in၊ တံတောင်ဆစ်၊ ခြေကျင်းဝတ်၊ ဒူးနှင့် အခြား အစိတ်အပိုင်းများအတွက် အလွန်သင့်လျော်၊ အချိန်ကြာမြင့် စွာ ဝတ်ထားနိုင်ရန် သက်သောင့်သက်သာခံနိုင်၊ အသုံးပြုရန် လွယ်ကူအောင် ထပ်ပိုးထားသော ဒီဇိုင်း (207310)



**B00267SFKM Mueller \$24.28**

MUELLER အားကစားဆေးပညာ အလိုအလျောက်ချိန်ညှိပေးနိုင် သော ဒူးစည်း၊ တစ်မျိုးတည်းဖြင့် အမျိုးသားရော အမျိုးသမီးပါ အသုံးပြုနိုင်ပြီး ဒူးနာကျင်မှုကို သက်သာစေခြင်း၊ အဆစ်ရောင် ရောဂါ၊ အဆစ်ရောင်ခြင်းအတွက် အကောင်းဆုံး၊ အနက်ရောင်၊ အရွယ်တစ်ခုတည်း

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**B07TJF2MQG      Copper Fit      \$28.47**



Copper Fit အပူ/အအေး ကုသမှု ပါသည့် ခါးနာသက်သာစေသော ခါးစည်း၊ ခါးအောက်ပိုင်းနာခြင်း၊ ခါးဆစ်အရိုးနုကျခြင်း၊ ပေါင် တန်းခြင်း၊ ကျောရိုးစောင်းခြင်းတို့အတွက် ခါးနောက်ပိုင်းထိန်း ကြိုးပါသည် - အိမ်တွင်ရော၊ အလုပ်တွင်ပါ အဆင်ပြေသည် - အမျိုးသားရော၊ အမျိုးသမီးပါ အသုံးပြုနိုင်သည်

**B001OAXE0S      Mueller      \$16.97**



MUELLER အားကစားဆေးပညာ ချိန်ညှိ၍ရသော ခါးစည်း အမျိုးသားရော အမျိုးသမီးပါ အသုံးပြုနိုင်သည့် နောက်ကျော နာကျင်မှု အထောက်အကူ၊ ကျောကုန်းနှင့် ခါး နာကျင်မှု အတွက် အကောင်းဆုံး၊ တင်ပါးအာရုံကြော၊ အနက်ရောင်

**B07L4VQTPZ      Copper Fit      \$8.98**



Copper Fit တံတောင်ဆစ်ကို စိတ်တိုင်းကျ လှုပ်ရှားနိုင်သော အထိန်းလက်စည်းအစွပ်

**B005783U4I      Truform      \$8.35**



Truform ဖောက်မြင်ရသော အထိန်းခြေအိတ်ရှည်၊ 8-15 mmHg၊ ပျမ်းမျှ အမျိုးသမီးဒူးအမြင့် အရှည်၊ 20 Denier၊ အနက်ရောင်၊ အလယ်အလတ်

**B08P2CN8F6      Dr. Scholl's      \$12.98**



Dr. Scholl's အမျိုးသားဝတ် ဆီးချိုသမားများအတွက် သွေးလှည့်ပတ် မှုကောင်းစေသော ခြေအိတ်ရှည်-4 စုံ နှင့် 6 စုံပါ အထုပ်များ- ခြေအိတ်အနားကွပ် မပါဘဲ အစိုဓာတ်ကို ထိန်းပေးသည်။ ဆိုဒ် 7-12

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B06W9MHMTN Dr. Scholl's**

**\$8.73**

Dr. Scholl's အမျိုးသားဝတ် ဆီးချိုသမားများအတွက် သွေးလှည့်ပတ်မှုကောင်းစေသော ခြေအိတ်ရှည်-4 စုံ နှင့် 6 စုံပါ အထုပ်များ-ခြေအိတ်အနားကွပ် မပါဘဲ အစိုဓာတ်ကို ထိန်းပေးသည်။ ဆိုဒ် 13-15



# အအေးမိခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် တုပ်ကွေးမိခြင်း



**B0C6BF6Q3P**

**Alka-Seltzer Plus**

**\$10.47**

Alka-Seltzer Plus ပြင်းထန်သော အအေးမိခြင်းအတွက် PowerFast အမြှုပ်ထသည့် လိမ္မော်ခွံ ရေဆူဆေးပြားများ၊ 24ct၊ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်



**B0C79PD1CF**

**Alka-Seltzer Plus**

**\$10.47**

Alka-Seltzer Plus ညဘက် ပြင်းထန်သော အအေးမိခြင်းအတွက် PowerFast အမြှုပ်ထသည့် ရေဆူဆေးပြား 24 ပြား



**B019DL5KCO**

**Coricidin HBP**

**\$8.99**

Coricidin HBP ရင်ကျပ်ပျောက်ဆေးမပါသည့် ချောင်းဆိုးအအေးမိပျောက်ဆေး - သွေးတိုးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ နှာချေခြင်းနှင့် အအေးမိ ရောဂါလက္ခဏာများကို အထူးသက်သာစေသည် (16 ခု)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**B088Z2GNQ3 Coricidin HBP \$9.52**



Coricidin ခန္ဓာကိုယ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ကိုယ်လက်နာကျင်သည့် အအေးမိခြင်းနှင့် ချောင်းဆိုးခြင်းကို သက်သာစေသော HBP အာနိသင်အမြင့်ဆုံး ရောဂါလက္ခဏာစုံ သက်သာစေသည့် တုပ်ကွေးဆေးပြားများ၊ သွေးတိုးရှိသည့် အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ အတွက် အဖျားပျောက်ဆေး - 24 ပြား

**B0013FW1XA Mucinex \$14.97**



Mucinex 12 နာရီကြာ အာနိသင်အမြင့်ဆုံး သလိပ်အလွန်ထွက်ခြင်းကို သက်သာစေရန်အတွက် 1200 mg Guaifenesin အာနိသင် ဖြည်းဖြည်းချင်းလွတ်ပေးသော ဆေးပြားများ၊ သလိပ်အလွန်ထွက်ခြင်းကို ဖယ်ရှားပေးရာတွင် ကူညီပေးသည့် သလိပ်ပျော်ဆေး၊ ရင်ကျပ်ခြင်းကို သက်သာစေသည်။ 14 ပြား

**B07BQKPMFM Amazon Basic Care \$11.54**

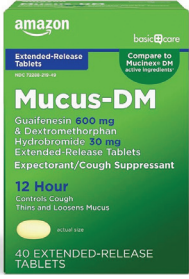


Amazon Basic Care အအေးမိတုပ်ကွေး ပျောက်ဆေး၊ ညဘက်နှင့် နေ့ဘက်အတွက် နှစ်မျိုးတွဲ ဂျယ်လ်အပျော့၊ ရောဂါလက္ခဏာအစုံကို သက်သာစေပြီး နေ့သုံးညသုံးအတွက် အာနိသင်ရှိသော အဖျားပျောက်ဆေး၊ 48 တောင့် (1 ဘူးတစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B07QW3WHD3 Amazon Basic Care \$16.99**



Amazon Basic Care ခွဲပျော်ဆေး DM I I 12 နာရီစာ Guaifenesin နှင့် Dextromethorphan Hydrobromide အာနိသင်တာရှည်ခံ သော ဆေးပြားများ၊ 600 mg/30 mg၊ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ နှင့် ကလေးများအတွက် ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး၊ 12 နှစ်နှင့် အထက်၊ ဆေးပြား 40 (1 ဘူးတစ်ပါကင်)

**B018GX9HII SUDAFED PE \$10.99**



Sudafed PE နှာခေါင်းပိတ်ခြင်းအတွက် အာနိသင်အမြင့်ဆုံး မူး ဝေခြင်းမဖြစ်စေသော နှာခေါင်းပိတ်ဆေးပြားများ၊ 36 ct

**B074F297S8 Amazon Basic Care \$6.99**



Amazon Basic Care ညဘက် အအေးမိခြင်းနှင့် တုပ်ကွေးမိခြင်း အတွက် အရည်၊ ချယ်ရီအရသာ၊ 12 fl oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)

**B07JLJ6BMB Amazon Basic Care \$10.12**



Amazon Basic Care ရေခဲအငွေ့ပြင်းထန်သော အအေးမိ တုပ် ကွေးကို နေ့ရောညပါ သက်သာစေသည့် ဆေးတောင့်များ၊ အမြင့် ဆုံးအာနိသင်ရှိ ဆေးဝါး၊ အတွဲလိုက် ထုပ်ပိုးထားခြင်း၊ 48 တောင့်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**B00ASE013A Amazon Basic Care \$8.09**



Amazon Basic Care ညဘက် ပြင်းထန်သော အအေးမိခြင်း နှင့် တုပ်ကွေးမိခြင်းအတွက် ပြင်းထန်သော အအေးမိ ဖျားနာ သက်သာစေသည့် အရည်၊ အာနိသင်အပြည့် ဆေးအရည်၊ ရောဂါလက္ခဏာအစုံ သက်သာခြင်း၊ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ နှင့် 12 နှစ်နှင့် အထက် ကလေးများအတွက်၊ ဘယ်ရီသီးစုံ အရသာ၊ 12 fl oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B00I67FS10 Luden's \$1.79**

Luden's လည်ချောင်းနာပျောက် အစက်ချဆေး၊ အပျော့စား လည်ချောင်းနာခြင်းကို သက်သာစေသည်၊ ချယ်ရီအရသာ၊ အခု 30



**B000WZVQBA Chloraseptic \$3.74**

Chloraseptic နှစ်မျိုးပေါင်း လည်ချောင်းနာခြင်း + သကြားမပါ သော ပူရိုန်းဆေးပြား၊ အရိုင်း ချယ်ရီ အရသာ၊ 15 ပြား



**B0895XXS6V Chloraseptic \$5.88**

Chloraseptic ပူနွေးစေသော လည်ချောင်းနာခြင်းအတွက် ပူ ရိုန်းဆေးပြား၊ ပျားသံပရိုအရသာ၊ 18 ပြား၊ 1 ဘူးတစ်ပါကင်



**B009ITR4EY Tylenol \$8.59**

Tylenol Cold + Flu Severe အဖျားတက်ခြင်း၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် ရင်ကျပ်ခြင်းအတွက် ဆေးတောင့်များ၊ 24 ct.

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0014CV4Y4 Chloraseptic \$6.38**

Chloraseptic လည်ချောင်းနာ ဖျန်းဆေး၊ ချယ်ရီအရသာ၊ 6 fl oz



**B073WVG99X Vicks \$11.97**

Vicks VapoInhaler ၊ ခရီးသွားရင်း သယ်ရလွယ်သော နှာရှူဆေးဘူး၊ ဆေးဝါးမပါ၊ လန်းဆန်းစေသော Vicks အငွေ့များပါဝင်၊ ပူရှိန်းရနံ့၊ ရနံ့သင်းသော အတောင့် 2 တောင့်



**B001G7QUU0 Vicks \$30.58**

Vicks VapoRub၊ မူလ၊ ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး၊ ရင်လူးဆေးနှင့် အကိုက်အခဲပျောက်လိမ်းဆေး ဆေးပါဝင်သော Vicks Vapors၊ အအေးမိခြင်း၊ ကိုက်ခဲခြင်းနှင့် နာကျင်ခြင်းကြောင့် ချောင်းဆိုးခြင်းကို သက်သာစေသည်။ 6oz



**B07N84SBBS Amazon Basics \$5.00**

Amazon Basics ရင်လူးဆေးနှင့် အကိုက်အခဲပျောက်လိမ်းဆေး၊ 3.53 အောင်စ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



# နေ့စဉ်နေထိုင်လှုပ်ရှားနိုင်ရေး အထောက်အကူ ပစ္စည်းများ

**B00JKIMXH6 FabLife \$24.55**



FabLife တင်ပါးဆုံအထောက်အကူပြု ကိရိယာအစုံ နေ့စဉ် နေထိုင်လှုပ်ရှားနိုင်ရေး အထောက်အကူပစ္စည်းများ၊ တင်ပါးဆုံ ရိုးအစားထိုးပြီးနောက် ပြန်လည်ထူထောင်ရေး၊ ဒူးနှင့် ခါး ရိုးခွဲစိတ်မှုအတွက် အထောက်အကူများ၊ လှမ်းကောက်တံ၊ ရေချိုးခန်းသုံးဆပ်ပြာတိုက်တံ၊ ဆွဲဆန့်နိုင်သော ခြေစွပ်အကူ၊ ခြေဖနောင့်ထိန်းတို့ ပါဝင်သည်

**B001F5PHNY Ezy Dose \$2.98**



EZY DOSE အပတ်စဉ် (7 ရက်) ဆေးထည့်ဘူး၊ ဆေးများ စီစဉ်ထားရှိရန် ဘူး၊ ဗီတာမင်ထည့်ရန်ဘူး၊ ဆေးထည့်ရန် အလယ်အလတ်ဆိုင် အကန်များပါဝင်၊ အသုံးပြုရလွယ်ကူ၍ အဆင်ပြေသည်၊ အရောင်ကွဲနိုင်သည်၊ BPA ကင်းစင်သည်

**B001OK1YUA EZY DOSE \$4.97**



EZY DOSE ခလုတ်ပါ (7 ရက်စာ) ဆေးထည့်ဘူး၊ ဆေးများစီစဉ်ထား ရှိရန် ဘူး၊ ဗီတာမင်ထည့်ရန်ဘူး၊ မနက်/ည 2 ကြိမ်စာ၊ ပုံမှန်ထက် ကြီးသည့် အကန်များ၊ အဆစ်ရောင်ရှိသူများအတွက် အသုံးပြုရ လွယ်ကူ၊ အဖုံးအကြည်၊ ခရမ်းနှင့် အပြာ၊ BPA ကင်းစင်သည်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**B000E0ZHFO EZY DOSE \$10.57**



EZY DOSE 3 ကန့်ပါ ဆေးလုံးခြေဘူး၊ ကိုက်ညှပ်ကိရိယာနှင့် အမှုန့်ကြိတ်ကိရိယာ၊ နေ့စဉ်သုံး၊ ဆေးလုံးများ၊ ဗီတာမင်များ၊ ဆေးပြားများကို အာနိသင်မထိခိုက်၊ မပျက်စီးစေဘဲ ကိုက်ညှပ်နိုင်သည်။ တိကျလွယ်ကူစွာ ကိုက်ညှပ်နိုင်သည်။ အရောင်မပါသည့် စတီးဓာတ်အသွား၊ ဆေးသောက်ရာတွင် အသုံးပြုနိုင်သည့် ခွက်အရှင်၊ အနီရောင်၊ BPA ကင်းစင်သည်

**B001G0HIYE EZY DOSE \$5.68**



EZY DOSE 3 ကန့်ပါ ဆေးလုံးခြေဘူး၊ ကိုက်ညှပ်ကိရိယာနှင့် အမှုန့်ကြိတ်ကိရိယာ၊ နေ့စဉ်သုံး၊ ဆေးလုံးများ၊ ဗီတာမင်များ၊ ဆေးပြားများကို အာနိသင်မထိခိုက်၊ မပျက်စီးစေဘဲ ကိုက်ညှပ်နိုင်သည်။ တိကျလွယ်ကူစွာ ကိုက်ညှပ်နိုင်သည်။ အရောင်မပါသည့် စတီးဓာတ်အသွား၊ ဆေးသောက်ရာတွင် အသုံးပြုနိုင်သည့် ခွက်အရှင်၊ အပြာရောင်၊ BPA ကင်းစင်သည်

**B0BFRX46G9 Amazon Basic Care \$5.56**



Amazon Basic Care (7 ရက်စာ) မနက်/ည အစီအစဉ်တကျဆေးထည့်ဘူး၊ ဗီတာမင်ထည့်ရန်ဘူးနှင့် ဆေးထည့်ဘူး၊ အကန့်ကြီးများ၊ တစ်နေ့လျှင် 2 ကြိမ်စာ၊ အနက်ရောင်နှင့် အဖုံးအကြည်

**B0BKNSM35Q MEDICINE RX SAFE \$19.62**



ဆေးဝါးသယ်ဆောင်နိုင်သော သေတ္တာ - ငွေရောင် သေတ္တာငယ်

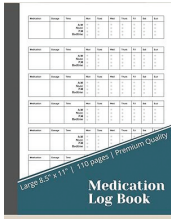
ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**B08JMCV1XM Etekcity \$22.99**



Etekcity ကိုယ်အလေးချိန်ချိန်ရန် ပေါင်ချိန်စက် ၊ ခန္ဓာကိုယ် အဆီအတွက် ရေချိုးခန်းသုံး ဒီဂျစ်တယ်ကိုယ်အလေးချိန်စက်၊ BMI နှင့် ကိုယ်အလေးချိန်လျှော့ရန်အတွက် စမတ်ဘလူးတုတ် ပေါင်ချိန်စက်၊ အခြားကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးအက်ပ်နှင့် ချိတ်ဆက် နိုင်သော ဒေတာ 13 မျိုး၊ အနက်ရောင်၊ 11x11 လက်မ

**B098VMYBLL Medication Log Book \$9.16**



Medication Log Book- 52 ပတ်စာ နေ့စဉ် ကိုယ်ပိုင်ဆေးဝါးစီမံ ခန့်ခွဲခြင်း စီမံမှုနှင့် မှတ်တမ်းတင်မည့် မှတ်တမ်းစာအုပ်

**B082319CWJ Lights By Night \$9.99**



Lights By Night အသေးစား LED ညအိပ်မီး ၊ ပလတ်ထိုး၍ အသုံးပြုနိုင်သည်။ အလင်းအမှောင် အာရုံခံကိရိယာ၊ မပူမ ပြင်းသောအဖြူရောင်၊ ကျစ်လစ်သေးငယ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင် ကို အလင်းရောင်ကောင်းကောင်းရစေသည်။ အိပ်ရာ၊ ရေချိုး ခန်း၊ ကလေးငယ်ကစားသည့်အခန်း၊ စင်္ကြံ၊ မီးဖိုချောင်တို့ အတွက် LED မီးလုံးများ၊ 45176၊ 6 လုံးတစ်ပါကင်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**B000GUDGUU Stander \$13.88**



Stander CarCaddie၊ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ၊ လူကြီးသူမများ၊ အသက်ကြီးသူများအတွက် ကားပေါ်တွင် ဘေးကင်းရေး လက်ကိုင်ကွင်း၊ ချိန်ညှိနိုင်သောသိုင်းကြိုးနှင့် မချော်ထွက်အောင် လုပ်ထားသော ရာဘာကွင်း ပါသည့် ယာဉ်မျိုးစုံမှာ လွယ်ကူစွာ အသုံးပြုနိုင်သည့် လက်ကိုင်၊ ကားထဲတွင် အထအပြုနှင့် လှုပ်ရှားရာတွင် အကူအညီ ပေးနိုင်ပါသည်။

**B000FZVTPU DMI \$14.77**



DMI ရုံးသုံးကုလားထိုင်များအတွက် ထိုင်ခုံနှင့် ကုလားထိုင်ကုရင်၊ ဘီးတပ်ကုလားထိုင်များ၊ စကူတာများ၊ မီးဖိုချောင်သုံး ကုလားထိုင်များ သို့မဟုတ် ကားထိုင်ခုံများ၊ FSA HSA အကျုံးဝင်၊ ခါး၊ မြီးညှောင်ရိုး သို့မဟုတ် ပေါင်တန်းခြင်းတို့အတွက် ဖိအားလျော့ချပေးနိုင်ပြီး မြှင့်တင်ထောက်ကူပေးနိုင်သည်။

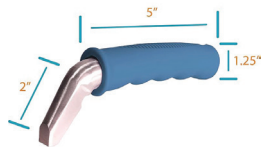
**B01KVF4XMO Able Life \$18.79**



Able Life အသုံးဝင်သောလက်ကိုင်၊ အသက်ကြီးသူများနှင့် မသန်စွမ်းသူများအတွက် အထအပြုတွင် ကူညီပေးသော ပစ္စည်း၊ မသန်စွမ်းသူအတွက် လူနာမတ်တတ်ရပ်ရာတွင် အထောက်အကူပေးသည်။ ရာဘာလက်ကိုင်ပါဝင်သည့်အပြုရောင်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

PRODUCT DIMENSIONS



**B01MTKFBHY Able Life \$14.99**

Able Life အလိုအလျောက် တုတ်ကောက် ထိုင်ရာမှ လွယ်ကူစွာ ထိုင်ရန် အထောက်အကူပေးသည့် သယ်ရလွယ်သော အကူလက်ကိုင်၊ ကားအတွင်း အထောက်အကူ ပေးသည့် ဆုပ်ကိုင်နိုင်သော လက်ကိုင်အချောင်း၊ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများ၊ လူကြီးသူမများနှင့် အသက်ကြီးသူများအတွက် နေ့စဉ်လှုပ်ရှားရာတွင် အထောက်အကူပေးသည့်ကိရိယာ၊ အပြာရောင်

**B004YIFA0Y Able Life \$44.53**



Able Life အိပ်ရာဘေးတွင် တပ်ဆင်ရန် အားကောင်းသည့် လက်ရန်း လူကြီးသူမများအတွက် အသေးအမွှားပစ္စည်းများ ထည့်နိုင်သော အိတ်ပါသည့် အကာပါလက်ရန်း၊ ခရီးသွားစဉ် King၊ Queen၊ Full နှင့် Twin အိပ်ရာအများစုအတွက် ကိုက်ညီသော အသုံးပြုရလွယ်ကူသည့် ဒီဇိုင်း

**B000GRXHIE Vicks \$14.99**



Vicks SpeedRead V912US ဒီဂျစ်တယ် သာမိုမီတာ - ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်

**B07S2H3XB9 Omron \$34.97**



OMRON Bronze သွေးပေါင်ချိန်တိုင်းစက်၊ လက်မောင်းအပေါ်ဘက် လက်ပတ်၊ ဒစ်ဂျစ်တယ်သွေးပေါင်ချိန်တိုင်းစက်၊ တိုင်းတာမှုအဖြေ 14 ခုအထိ သိမ်းဆည်းနိုင်သည်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B000E8MW28 ADC \$49.85**



ADC 6021N Advantage ထည့်သိမ်းရန်ဘူးပါသည့် အလိုအလျောက် ဒီဂျစ်တယ်သွေးပေါင်ချိန်တိုင်းကိရိယာ၊ BHS AA နှုတ်၊ အရွယ်ရောက် ပြီးသူများ၏ လက်မောင်းအပေါ် ပိုင်းအတွက် သင့်တော်သော အရွယ်အစားရှိသည့် အပြာရောင်ရောင် BP လက်မောင်းပတ်

**B00I45JJRS Able Life \$90.00**



Able Life အများသုံးအထောက်အကူပြုခုံ၊ အသက်ကြီးသူများ အတွက် မြင့်နိုင်သည့် အထောက်အကူပြုထိုင်ခုံ၊ လူကြီးသူမများ အတွက် အထအပြုတွင် အထောက်အကူပေးသော လက်ကိုင် တန်း၊ နေ့စဉ်နေထိုင်လှုပ်ရှားနိုင်ရေး အထောက်အကူပစ္စည်း

**B07D7R25JV Etekcitiy \$24.99**

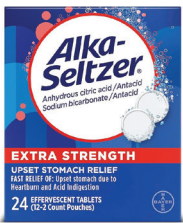


Etekcitiy ကိုယ်အလေးချိန်တိုင်းရန် စမတ်ပေါင်ချိန်စက်၊ BMI ကြွက်သား အဆီရာခိုင်နှုန်း ချိန်နိုင်သည့် ဒီဂျစ်တယ်ရေချိုးခန်း သုံးစက်၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံကို တိကျစွာ စိစစ်ပေးခြင်း၊ ဘ လူးတုတ် အီလက်ထရောနစ် တိုင်းတာမှုပစ္စည်း၊ 400lb



## အစာခြေခြင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး

**B01MPYDZ13 Alka-Seltzer \$6.54**



Alka-Seltzer ရင်ပူခြင်းသက်သာစေသော အာနိသင်အမြင့် ဆုံး ရေဆူဆေးပြားများ၊ ရင်ပူခြင်း၊ အစာအိမ်အချဉ်ပေါက် ခြင်းနှင့် အစာအိမ်နာခြင်း၊ အက်ဆစ်ကြောင့် အစာမကြေဖြစ် ခြင်းကို သက်သာစေသည် 4 in 1 ဆေး၊ အရည်ပျော်ဝင်သော အချဉ်ဓာတ်ဖြေပေးသည့်ဆေး၊ 24 ct

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B004PX79FC Alka-Seltzer \$10.47**

Alka-Seltzer ရေဆူဆေးပြား မူလအရသာ၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကိုက်ခဲခြင်း ရောဂါလက္ခဏာအစုံကို မြန်ဆန်စွာသက်သာ စေသည်။ အရည်ပျော်ဝင်နိုင်သော ရေဆူဆေးပြားများ၊ 72 Ct



**B06XBJNV36 Nexium \$19.21**

Nexium 24HR ClearMinis အက်ဆစ်လျော့ပေးသော ရင်ပူ သက်သာစေသည့် အာနိသင်ဖြည်းဖြည်းချင်း လွတ်ပေးသည့် ဆေးတောင့်များ မကြာခဏ ရင်ပူခြင်းကို တစ်နေ့ကုန်နှင့် တစ်ညလုံး ကာကွယ်ပေးနိုင်။ Esomeprazole Magnesium - 42 တောင့် ပါသည့် ရင်ပူဖြစ်ခြင်းအတွက် ဆေး



**B0779CJZ9Q Amazon Basic Care \$15.72**

Amazon Basic Care Esomeprazole Magnesium အာနိသင်ဖြည်းဖြည်း ချင်းထုတ်လွတ်ပေးသည့် ဆေးတောင့်များ၊ 20 mg၊ အက်ဆစ် ဓာတ်လျော့ချပေးခြင်း၊ ရင်ပူခြင်းအတွက် ဆေး၊ 42 တောင့်



**B00006J3G2 Pepcid \$19.98**

Pepcid Complete အက်ဆစ်လျော့ပေးပေးစေ + ရင်ပူသက်သာစေ သည့် ဝါးစားနိုင်သော ဆေးပြားများ၊ ရင်ပူခြင်းကို သက်သာစေ၊ ဘယ်ရီအရသာ၊ 50 ct (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**B07MJ87WS5 Amazon Basic Care \$12.59**



Amazon Basic Care Dual Action Complete အက်ဆစ်ဓာတ်လျော့စေသည့်အပြင် အချဉ်ဓာတ်ဖြေပေးသည့် ဝါးစားနိုင်သော ဆေးပြားများ၊ ဘယ်ရီအရသာ၊ ရင်ပူခြင်းအတွက်ဆေး၊ အက်ဆစ်ကြောင့် အစာမကြေဖြစ်ခြင်းကို သက်သာစေ၊ ဆေးပြား 50

**B07MBR87NG Amazon Basic Care \$8.99**



Amazon Basic Care မူလပြင်းအား Famotidine ဆေးပြားများ၊ 10 mg၊ အက်ဆစ်လျော့ချပေးသည်၊ ရင်ပူခြင်းအတွက်ဆေး၊ အက်ဆစ်ကြောင့် အစာမကြေဖြစ်ခြင်းကို သက်သာစေသည်၊ ဆေးပြား 90

**B0014D3MGG TUMS \$5.74**



TUMS အာနိသင်အမြင့်ဆုံး ဘယ်ရီသီးစုံ အက်ဆစ်ဓာတ်လျော့စေသည့် ဆေးပြားများ၊ ရင်ပူခြင်းကို သက်သာစေခြင်းအတွက်၊ 96 ပြား

**B07TVCKJ47 Pepcid Complete \$13.01**



Pepcid Complete အက်ဆစ်လျော့ပါးစေ + ရင်ပူသက်သာစေသည့် ဝါးစားနိုင်သော ဆေးပြားများ၊ ဆေးပြားတစ်ပြားတွင် 10 mg Famotidine၊ 800 mg Calcium Carbonate နှင့် 165 mg Magnesium Hydroxide ပါသည်၊ ရင်ပူခြင်းအတွက် အချဉ်ဓာတ်ဖြေပေးသည့်ဆေး၊ အပူပိုင်းဒေသ သစ်သီးအရသာ၊ 25 Ct

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B001P5H8HC      Pepcid Complete      \$19.88**

Pepcid Complete အက်ဆစ်လျော့ပါးစေ + ရင်ပူသက်သာစေ သည့် ဝါးစားနိုင်သော ဆေးပြားများ၊ ဆေးပြားတစ်ပြားတွင် 10 mg Famotidine၊ 800 mg Calcium Carbonate နှင့် 165 mg Magnesium Hydroxide ပါသည်။ ရင်ပူခြင်းအတွက် အချဉ်ဓာတ် ဖြေပေးသည့်ဆေး၊ အပူပိုင်းဒေသ သစ်သီးအရသာ၊ 50 Ct



**B0013JIVB2      Gas-X      \$12.98**

Gas-X အာနိသင်အမြင့်ဆုံး လေပွခြင်းသက်သာစေသည့် ဂျယ် လ်အပျော့ လေပွခြင်းကို သက်သာစေသည့် Simethicone 180 mg ပါသည် - ဆေးတောင့် 50



**B000GCED9G      Imodium      \$7.99**

Imodium A-D ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှော့ပျောက်ဆေးရည်၊ ပြင်းထန်၊ အချိန်ကြာကြာနှင့် ခရီးသွားရင်း ဝမ်းလျှော့ခြင်းကြောင့် ဖြစ် သည့် ဝမ်းလျှော့ခြင်း ရောဂါလက္ခဏာများကို ထိန်းချုပ်ရာတွင် ကူညီပေးသော Loperamide Hydrochloride ပါသည်။ ပူရိုန်း အရသာ၊ 4 fl. oz



**B01HI7W5T6      Imodium      \$9.20**

Imodium A-D ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှော့ပျောက် ဂျယ်လ်ဆေးတောင့် အပျော့၊ 2 mg Loperamide Hydrochloride၊ 12 ct.

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B01EKJ941C Mylanta \$7.98**

Mylanta အချဉ်ဓာတ်ဖြေပေးသော နှင့် လေပွခြင်း သက်သာစေသော အကောင်းဆုံးအာနိသင်ရှိ ဖော်မြူလာ၊ ကောင်းမွန်သောအရသာ၊ 12 အရည်အောင်စ



**B00081Q6KE Pepto Bismol \$4.98**

Pepto Bismol မူးဝေအော့အန်ခြင်း၊ ရင်ပူခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ အစာအိမ်နာခြင်း၊ ဝမ်းလျှော့ခြင်းအတွက် အရည် - ရောဂါလက္ခဏာ 5 ခုအတွက် မြန်ဆန်စွာ သက်သာစေသည်။ မူလအရသာ၊ 8 oz



**B000Q3H8UQ Pepto Bismol \$7.14**

Pepto Bismol Ultra အရည် 8 အောင်စ



**B001GCU1GY Pepto Bismol \$23.07**

Pepto Bismol မူးဝေအော့အန်ခြင်း၊ ရင်ပူခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ အစာအိမ်နာခြင်း၊ ဝမ်းလျှော့ခြင်းအတွက် ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ၊ သောက်ရလွယ်ကူသော ပုံစံဖြင့် ရောဂါလက္ခဏာ 5 ခုကို မြန်ဆန်စွာ သက်သာစေသည်။ 3 ဘူးတွင် အတောင့် 40 ပါသည် (စုစုပေါင်း အတောင့် 120)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**BOB9QLSDP Pepto Bismol \$14.38**



Pepto Bismol မူးဝေအော့အန်ခြင်း၊ ရင်ပူခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ အစာအိမ်နာခြင်း၊ ဝမ်းလျှော့ခြင်းအတွက် ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ - ရောဂါလက္ခဏာ 5 ခုအတွက် မြန်ဆန်စွာ သက်သာစေသည်။ 2 ဘူးတွင် 24 ct၊ စုစုပေါင်း 48 တောင့်

**B000063XTO Dulcolax \$13.39**



Dulcolax အူကိုလုံ့ဆော်သော ဝမ်းနုတ်ဆေးပြားများ၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်းအတွက် မှန်းဆနိုင်ပြီး ထိရောက်သော သက်သာစေသည့် ဆေး၊ ဝမ်းသွားရန်အားစိုက်ရခြင်းနှင့် လေပွခြင်းကို သက်သာစေ၊ Bisacodyl 5 mg၊ ဆေးပြား 100

**B088LF79CN MiraLAX \$17.97**



MiraLAX မွေတံပါဝင်သော ဝမ်းချုပ်သက်သာစေရန် ဝမ်းနုတ်ဆေးမှုန့် အပျော့စား၊ PEG 3350 ပါကာ ဝမ်းပျော့စေသည်။ ဆိုးဝါးသည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး မရှိ၊ ဆရာဝန် 1 ဦးနှင့် သားဖွားမီးယပ်ရောဂါပါရဂူ၏ ထောက်ခံချက်ရ၊ 14 ကြိမ်စာ

**B074F2FSX5 Amazon Basic Care \$18.99**



Amazon Basic Care ClearLax ဆေးဖျော်ရန်အတွက် Polyethylene Glycol 3350 အမှုန့်၊ Osmotic ဝမ်းနုတ်ဆေး၊ အခါအားလျော်စွာ ဖြစ်တတ်သော ဝမ်းချုပ်ခြင်းကို သက်သာစေ၊ အရသာမပါ၊ 1.68 ပေါင် (1 ဘူးတစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0072DDMVM Dramamine \$10.60**  
 Dramamine Original ကားမူးခြင်းကို သက်သာစေ၊ 36 ပြား



**B00CX3ASFE Benefiber \$22.98**  
 Benefiber နေ့စဉ်အကျိုးပြု ပရီဘီယိုတစ်ဖိုက်ဘာ ဖြည့်စွက်စာအမှုန့်၊ အစာခြေစနစ် ကျန်းမာရေးအတွက်၊ အရသာမပါ - 125 ကြိမ်စာ (17.6 အောင်စ)



**B001F0QZBC Citrucel \$21.49**  
 Citrucel အခါအားလျော်စွာ ဝမ်းချုပ်ခြင်းကို သက်သာစေရန်အတွက် သကြားမပါသော အမျှင်ဓာတ်အမှုန့်၊ Methylcellulose အမျှင်ဓာတ်အမှုန့်၊ လိမ္မော်အရသာ - 16.9 အောင်စ



**B00131IH9G Metamucil \$23.98**  
 Metamucil 4 in 1 နေ့စဉ်အကျိုးပြု ဖိုက်ဘာ ဖြည့်စွက်စာ အမှုန့်၊ ဝမ်းမှန်ခြင်းနှင့် အစာခြေခြင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအတွက် အမျှင်ဓာတ်အမှုန့်၊ သကြား ကင်းစင်သည်။ လိမ္မော်အရသာ၊ သဘာဝအရင်းအမြစ် Psyllium အမျှင်၊ လက်ဖက်ရည်ဇွန်းဖြင့် 114 ကြိမ်စာ



**B09TQ78Q5C Vitafusion \$19.08**  
 Vitafusion အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် Fiber Well + အကျိုးပြုပိုးမွှားများပါသော Gummy များ အခု 60

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B07GPGQJR4 Amazon Basics \$10.20**

Amazon Basics (ယခင် Solimo) ဖိုက်ဘာ 4g Gummy ဆေးပြား - အစာခြေစနစ် ကျန်းမာရေး၊ ဝမ်းမှန်ခြင်းအတွက် အထောက်အကူ ဖြစ်စေ၊ လိမ္မော်၊ သံပရိုနှင့် စတော်ဘယ်ရီ အရသာ၊ အခဲ 90 (တစ်ကြိမ်စာအတွက် 2 ခဲ)



**B0009RF9KK Lactaid \$15.37**

Lactaid Fast Act Lactose နှင့်မတည့်သူများအတွက် Lactase အင်ဇိုင်းပါသည့် နို့သကြားခဲ၊ သစ်ခွအရသာ၊ အခဲ 60 (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B000052XB5 Lactaid \$15.54**

Lactaid မူလအာနိသင် Lactose နှင့်မတည့်သူများအတွက် Lactase အင်ဇိုင်းပါသော သက်သာစေသည့် ကပ်ပလက်စ် ဆေးတောင်များ၊ Lactose နှင့်မတည့်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည့် လေတက်ခြင်း၊ လေပွခြင်းနှင့် ဝမ်းလျှောခြင်းကို ကာကွယ်ပေးရာတွင် ကူညီပေးသော ဖြည့်စွက်အစာ၊ 120 ct



# နား နှင့် မျက်စိ ဆိုင်ရာ ကုသစောင့်ရှောက်မှု



**B00ANL4Z4I Debrox \$5.98**

Debrox နားဖျားသန့်စင်ပေးသည့် အစက်ချဆေးရည်၊ နူးညံ့သေးငယ်လှသော အမြှုပ်ပုံစံ နားဖျားသန့်စင်ဆေး၊ 0.5 Fl Oz

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။





**B07TXGMJP7 Similasan \$12.45**

Similasan Searinse နားသန့်ရှင်းရေးနှင့် နားဖာချေးအတွက် နားသန့်ဆေး၊ 3.3 Fl Oz



**B07SHJGM6Q Ocuvite \$16.99**

Ocuvite Bausch + Lomb မျက်စိစွမ်းဆောင်ရည်ကောင်းစေမည့် ဖော်မြူလာ ဂျယ်ဆေးတောင့်အပျော့၊ အခု 30



**B07SXTZVRN PreserVision® \$33.65**

PreserVision® AREDS 2 ဖော်မြူလာ + ဗီတာမင်စုံ ဗီတာမင်နှင့် သတ္တုဓာတ်ဖြည့်စွက်မှု ဂျယ်ဆေးတောင့်အပျော့ 80 ct



**B00DJUK8HS PreserVision \$31.24**

PreserVision AREDS 2 မျက်လုံးအတွက် ဗီတာမင်နှင့် သတ္တုဓာတ်ဖြည့်စွက်စာ၊ လူတင်း၊ ဗီတာမင် C၊ ဇီဇန်သင်း၊ ဇင့် နှင့် ဗီတာမင် E တို့ ပါဝင်သည်။ ဂျယ်ဆေးတောင့်အပျော့ 120 တောင့် (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)



**B074V8R6NL Lipo Flavonoid \$20.08**

Lipo Flavonoid နေနှင့်ညသုံး ပေါင်းထားသည့် ဆေးပစ္စည်း၊ နား အူခြင်းကို သက်သာစေ၊ မယ်လတိုနှင့် ဗီတာမင် C ပါသည့် Lipo Flavonoid Plus နှင့် Lipo Flavonoid ညသုံး ၊ ဆေးတောင့် 90

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B00FQR81XU Systane \$13.99**

Systane မျက်ခွံသန့်ရှင်းရေး တစ်ရှူးအစုံ၊ အခု 30



**B07QWYHK55 Visine \$12.83**

Visine မျက်လုံး ဓာတ်မတည့်ခြင်း သက်သာစေသော အာနိသင် မျိုးစုံပါ Pheniramine Maleate နှင့် Naphazoline HCl ပါသည့် ဓာတ်မတည့်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါကုဆေးနှင့် မျက်လုံး နီမြန်းခြင်းကို သက်သာစေသော မျက်စဉ်း၊ မျက်လုံး နီမြန်းခြင်း၊ ယားယံခြင်း၊ ဓာတ်မတည့်ခြင်းတို့အတွက် ကုသရန် မျက်စဉ်း၊ 0.5 fl. oz



**B0010L8FQ4 Bausch & Lomb \$12.84**

Bausch & Lomb အဆင့်မြင့် မျက်စိခြောက်သွေ့ခြင်းနှင့် နီမြန်းခြင်းကို သက်သာစေရန်အတွက် မျက်စိသက်သာစေသော မျက်စဉ်း၊ 30 mL



**B08F13V8NR Refresh \$14.26**

Refresh Digital စိုစွတ်စေသော မျက်စဉ်း၊ 0.33 Fl Oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B000052XFC Refresh Plus \$21.38**

Refresh Plus စိုစွတ်စေသော မျက်စဉ်း၊ တာရှည်ခံဆေးကင်းစင်သည်။ 0.01 Fl Oz တစ်ခါသုံးဘူး၊ အကြိမ် 50 စာ၊ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B00B6A6VFQ Refresh \$18.09**

Refresh Optive Advanced မျက်စဉ်း၊ 0.33 Fl Oz (နှစ်ဘူးပါသည်)



**B00WJZAOS2 Soothe \$9.58**

Soothe Bausch & Lomb ၏ ညသုံး အဆီပါသော မျက်စိ လူးဆေး၊ မျက်ဝတ်မထွက်ခြင်းအတွက် စိုစွတ်သက်သာ စေသည်။ 3.5 g



**B018GXS7WK Refresh \$14.79**

Refresh Optive ဂျယ်လ်လူးဆေး မျက်ရည်များကို ထိန်းသိမ်း ပေးသည့် မျက်လုံးစိုစွတ်စေသော ဂျယ်လ်လူးဆေး 0.33 fl oz (10 mL)



**B00CBXQ1XO Systane \$13.29**

Systane မျက်လုံးစိုစွတ်စေသော ဂျယ်လ်လူးဆေး၊ ညသုံး၊ 0.35 အောင်စ (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)



**B0BW2BXNFQ Biotrue \$18.99**

Biotrue ယားယံပြီး ခြောက်သွေ့သော မျက်လုံးအတွက် ရေ ဓာတ်မြင့်ပေးသော မျက်စဉ်း၊ Bausch + Lomb တစ်ခါသုံးဘူး သေး၊ တာရှည်ခံဆေး ကင်းစင်သည်။ pH ကို ထိန်းညှိပေးသည်။ သဘာဝအတိုင်း ထုတ်လုပ်ထားသည်။ ဘူးသေး 30 ပါ တစ်ထုပ်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B003H03SDQ Biotrue \$20.49**

Biotrue မျက်ကပ်မှန်ဆေးရည်၊ မျက်ကပ်မှန်အပျော့ ဆေးရန် ဘက်စုံသုံးဆေးရည်၊ မျက်ကပ်မှန်ဘူးငယ် ပါဝင်၊ 10 FL OZ (2 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B00NMPN1JC TheraTears \$13.47**

TheraTears ခြောက်သွေ့သော မျက်စိအတွက် မျက်စဉ်း၊ ခြောက်သွေ့သောမျက်စိအတွက် ကုသနိုင်သည့် စိစွတ်စေသော မျက်စဉ်း၊ ရေရှည်သက်သာစေရန် လုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။ 30 mL 1 Fl oz တန်ဖိုးသင့် အရွယ်အစား



**B004DGKHZU Visine \$16.64**

Visine ပင်ပန်းအားနည်းပြီး ခြောက်သွေ့နေသောမျက်စိကို သက်သာစေသည့် မျက်စဉ်း၊ စကရင်နှင့် ကွန်ပျူတာအသုံးပြု ခြင်းကြောင့် ယားယံသော မျက်စိအတွက် စိစွတ်စေခြင်းနှင့် အေးမြစေခြင်း၊ 0.5 fl. oz

 **အမျိုးသမီး ကျန်းမာရေး**



**B079Y85CGF URISTAT \$8.83**

URISTAT အထူး UTI သက်သာစေသော ဆေးအတွဲ၊ အမျိုးသား နှင့် အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ခြင်း ကုသ မှု၊ UTI စမ်းသပ်တံ 1 ချောင်းနှင့် UTI ကုသပေးနိုင်သော ဆေးပြား 12 ပြား၊ ဘူး 1 ဘူး

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**BOCWRZZWWF Centrum**

**\$19.98**

Centrum ဆေးပညာအရ သုတေသန ပြုထားသည့် enXtra ပါသော သွေးဆုံးချိန်စိတ်ကြည်တည်ငြိမ်စေရန် ကူညီပေးသည့် ဆေးပြားများ၊ ဆေးပြား 30



**BOCWS29XW1 Centrum**

**\$19.99**

Centrum ဆေးပညာအရ သုတေသနပြုထားသည့် DailyZz နှင့် geniVida ပါသော သွေးဆုံးချိန်ကောင်းစွာ အိပ်ပျော်နိုင်ရန် ကူညီပေးသည့် ဆေးပြားများ၊ 28 ပြား



**BOCBP8GX5V Hyland's**

**\$25.98**

Hyland's Rock On အမျိုးသမီးများအတွက် ကိုယ်ခံအားကို အထောက်အကူဖြစ်စေသည့် သွေးဆုံးခြင်း + အသားအရည် နုပျိုစေသော ဗီတာမင်စုံအားဆေး - ဆေးတောင့် 60 - ဘိုင်အိုတင်၊ ကော်လဂျင်နှင့် အနီရောင် သုံးရွက်ဆိုင်ပဲရိုးပင် ပါဝင်ပြီး အမျိုးသမီးများအတွက် သွေးဆုံးချိန်ဝေဒနာ သက်သာစေသည်



**B011TU8LFA Monistat**

**\$17.49**

Monistat 3 ရက် မှီပိုးဝင်ခြင်းအတွက် ကုသဆေး



**B000GCI AHM Monistat**

**\$12.86**

Monistat 7 ရက် အမျိုးသမီးများတွင် မှီပိုးဝင်ခြင်းအတွက် ကုသဆေး၊ တစ်ခါသုံးအတံများ ပါသည့် 7 Miconazole ခရင်မ်လူးဆေး၊ 1 ဘူး

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B076SJCTV8 Monistat \$9.29**

Monistat အမျိုးသမီးများအတွက် ယားယံခြင်းကို ချက်ခြင်း သက်သာစေသော ဖျန်းဆေး၊ အကောင်းဆုံးအာနိသင်ရှိ အမျိုးသမီးအင်္ဂါ ယားယံမှုကို ကုသပေးသည်။ 2 oz



**B09Q9X63YY ONE A DAY \$10.98**

ONE A DAY Multi+ အရေပြား၊ ဆံပင်နှင့် ခြေသည်းလက်သည်း ဗီတာမင်အစုံ + ဘိုင်အိုတင်၊ ဗီတာမင် A၊ C၊ E နှင့် ဇင့် ပါဝင်ပြီး ကျန်းမာသော ဆံပင်၊ အသားအရေနှင့် ခြေသည်းလက်သည်းများ ပိုင်ဆိုင်နိုင်ရန် အားပြည့်ပေးသည်။ Gummy အခဲ 120 ခု (2 လစာ)



**B000JOFX2S vitafusion \$16.55**

vitafusion အကောင်းဆုံးအာနိသင်ရှိ Gummy ဘိုင်အိုတင် ဗီတာမင်ဆေးများ၊ ဘယ်ရီအရသာ၊ 5,000 mcg ဘိုင်အိုတင် ဗီတာမင်များ၊ အမေရိကန်နံပါတ် 1 Gummy ဗီတာမင်အမှတ် တံဆိပ်၊ ရက် 50 စာ၊ အလုံး 100 (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)

## ရှေးဦးသူနာပြုပစ္စည်းများ



**B00CYBXH7G Be Smart \$8.34**

Be Smart Get Prepared 110 pc ရှေးဦးသူနာပြု ပစ္စည်းစုံ- အသေးစား ပြတ်ရှုရာများ သန့်ရှင်း၊ ကုသ၊ ကာကွယ်ရေး၊ အိမ်၊ ရုံးခန်း၊ ကား၊ ကျောင်း၊ လုပ်ငန်း၊ ခရီး၊ အရေးပေါ်အခြေအနေ၊ ပြင်ပ၊ စခန်းချခရီးထွက်ခြင်းနှင့် အားကစားအတွက် အသုံးပြု နိုင်သည်။ FSA/HSA (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B00006IDL6 BAND-AID \$8.47**

Band-Aid အမှတ်တံဆိပ် ဒဏ်ရာကုသခြင်းနှင့် ရှေးဦးသူနာပြု အတွက် ကွေးနိုင်ဆန့်နိုင်ပြီး စေးကပ်အားကောင်းသော ပတ်သား ပတ်တီး၊ အားလုံးအတွက် အရွယ်အစားတစ်မျိုးတည်း၊ အခု 100



**B001AJS1AQ BAND-AID \$13.20**

Band-Aid အမှတ်တံဆိပ် စေးကပ်အားကောင်းသော ပတ်တီး များ မိသားစုသုံး အရွယ်အစားမျိုးစုံပါသည်။ ဘူး၊ ပါးလွှာ ပြီး ရှင်းလင်းသည်။ ကွေးနိုင်ဆန့်နိုင်သည်။ ပုံးသေစေသည်။ ရှေးဦးသူနာပြုအတွက် ကိုယ်တိုင်စည်းနိုင်သော ပတ်တီးများ၊ အသေးစား ပြတ်ရှုရာများနှင့် ခြစ်ရာများအတွက် ဒဏ်ရာကုသ နိုင်သည်။ အရွယ်အစားမျိုးစုံ ပါသည်။ အခု 280



**B01BT3U6DW Nexcare \$11.86**

Nexcare ရေစိုခံပတ်တီး၊ ရေထိခံသည်။ 12 နာရီကြာ မြဲသည်။ လက်ချောင်းများနှင့် တံတောင်ဆစ်များအတွက် ပတ်တီး အကြည် - အထုပ် 100 ပါသည့် ရေစိုခံ ပတ်တီးများ



**B0100VEVDG Nexcare \$3.99**

Nexcare ကွေးဆန့်နိုင်သော တိပ်အကြည် ရေစိုခံ အကြည် ရောင် ဆေးဘက်သုံးတိပ်၊ အနာများကို မြဲမြံစွာ ပတ်ထားနိုင် ခြင်းနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာထဲမှ အရည်များကို ထုတ်ယူပေးနိုင်သော ပြွန်ငယ် - 1 လက်မ x 10 ကိုက်၊ တိပ် 1 လိပ်



**B00HA8SOSK Nexcare \$29.79**

Nexcare အထိအခိုက်လွယ်သော အရေပြား အသေးစား အနာတရအတွက် တိပ်၊ 4 ခု

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B000GCKCCS Domeboro \$13.77**

Domeboro အဖူအပိန်ကို သက်သာစေသည့် ဆေးပါသော ဂွမ်းအစုံ၊ 12 ခု (1 ထုပ်တစ်ပါကင်) - ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်



**B00AHZ2Y0M Curad \$6.99**

Curad ကောင်းမွန်လှသော ပိတ်ကျဲသားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသည့် ပိုးသေစေသော ပိတ်သားအချပ်၊ 4 လက်မ x 4 လက်မ 25 ချပ် (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)



**B00DUGPW40 Q-tips \$7.72**

Q-tips ဂွမ်းတံ၊ အခု 500 (2 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B00LITXQY4 Band-Aid \$6.43**

Band-Aid အမှတ်တံဆိပ် ရှေးဦးသူနာပြုအတွက် ထုတ်ကုန်များ ဒဏ်ရာအသေးစားကုသမှုအတွက် ပျော့ပျောင်းသော ပိတ်ကျဲသားအစည်းအလိပ်၊ ပျော့ပျောင်းသော အချပ်ပြားနှင့် ချက်ချင်းစုပ်ယူနိုင်၊ 2.1 ကိုက်နှင့် 3 လက်မ အရွယ်၊ တန်ဖိုးသင့် အထုပ် 5 ct



**B09497R2CN Amazon Basics \$3.32**

Amazon Basics ဂွမ်းလုံး၊ အလုံး 200 (ယခင် Solimo)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B009UKXMLA Dynarex**

**\$7.28**



Dynarex Povidone-Iodine ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပေးသည့် အခံပြားများ Povidone အိုင်အိုဒင်း 10% ပါသော အရည်၊ ကြိုတင်လုပ်၍ ရသည့်အသေးစားကုသမှုလုပ်ငန်းစဉ်များအတွက် ဆေးဘက်သတ်မှတ်ချက်နှင့်ညီသော ပိုးသတ်ထားသော တစ်ရှူးများ၊ အလယ်အလတ်စား၊ 1 ဘူးတွင် အခု 100 ပါသည်။ ကြိုတင်အသုံးပြုနိုင်သော အထုပ်များ

**B001ECQ4L2 Vaseline**

**\$14.97**



Vaseline ရေနံဂျယ်လီ မူလအမျိုးအစား အသားခြောက်ခြင်းကို သက်သာစေသည်။ အသေးစားပြတ်ရှုရာများကို ကာကွယ်ပေးသည်။ အရေပြားအထူးကုများ၏ ထောက်ခံချက်နှင့် အစိုဓာတ်ထိန်းပေးသည်။ 13 အောင်စ (3 ဘူးတစ်ပါကင်)

**B00169T23U Benadryl**

**\$5.01**



Benadryl မူလအာနိသင်ပါသည့် ယားယံခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသော ခရင်မ်လူးဆေး၊ အင်းဆက်ပိုးမွှားအကိုက်ခံရခြင်းကြောင့် ယားယံခြင်းကို သက်သာစေသည်။ Diphenhydramine HCl ပါသည့် အကိုက်အခဲလူးဆေးနှင့် အရေပြားကို ကာကွယ်ပေးသည့် ဇင့်အက်ဆီတိတ်ဓာတ်၊ တောတွင်းခရီးသွားခြင်းအတွက် အလွန်သင့်လျော်သည်။ 1 oz

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**BOCK525MBQ Neosporin \$16.56**



Neosporin + Lidocaine ရှေးဦးသူနာပြု ပဋိဇီဝဆေး လိမ်းဆေး၊ မြန်ဆန်စွာ အာနိသင်ရှိသော နာကျင်မှု သက်သာစေသည့် လိမ်းဆေး၊ 24 နာရီကြာ ရောဂါကူးစက်မှုကို ကာကွယ်ပေးပြီး နာကျင်မှုကို ပပျောက်စေသည်။ Bacitracin ဇင်၊ နှစ်ဘူးပါသည်။ 2 x 0.5 oz

**B0779CBH6S Amazon Basic Care \$5.50**



Amazon Basic Care Hydrocortisone 1% ပါသည့် ယားယံခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသော ခရင်မ်လူးဆေး၊ အဖြူရောင်၊ 2 အောင်စ (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B00164IUI Neosporin \$4.87**

Neosporin မူလပဋိဇီဝလိမ်းဆေး၊ အသေးစားဒဏ်ရာများအတွက် 24 နာရီကြာ ရောဂါကူးစက်ခြင်းကို ကာကွယ်ပေးသည်။ .5 oz



**B000NQ10FK Neosporin \$9.88**

Neosporin + အကောင်းဆုံးအာနိသင် Bacitracin ဇင် ပါသည့် နာကျင်မှုကို သက်သာစေပြီး သက်ရောက်မှုနှစ်မျိုးပါသည့် ပဋိဇီဝလိမ်းဆေး၊ 1 oz

**BOBW9RS6RY Germ-x \$12.51**



Germ-x အဆင့်မြင့် လက်သန့်ဆေး၊ ကျောင်းပြန်တက်ချိန် အသုံးပြုရန် ပစ္စည်း၊ အစိုဓာတ်ပါသည့် ဂျယ်လ်အကြည်၊ ချက်ချင်းအာနိသင်ပြုပြီး ရေဆေးရန်မလိုသော ဖော်မြူလာ၊ ခရီးသွားစဉ်တွင် ယူသွား၍ရသော သေးငယ်သည့် အရွယ်အစား၊ 2 Fl Oz (6 ခု တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B09HHBYQXY Amazon Basics \$3.19**

Amazon Basics ရေနံ အဆီလိမ်းဆေး အရေပြားကို ကာကွယ် ပေးနိုင်သော အဖြူရောင် Petrolatum၊ အနံ့မပါဝင်ပါ။ 3.75 အောင်စ၊ 1-ဘူး (ယခင် Solimo)



**B09HHBSJNK Amazon Basics \$2.60**

Amazon Basics ရှေးဦးသူနာပြု ပိုးသတ်ဆေး၊ 10% Povidone အိုင်အိုဒင်း အရည်ပါဝင်သည်။ အရည် 4 အောင်စ၊ 1-ဘူး (ယခင် Solimo)



**B07NFSFBXQ Amazon Basics \$6.99**

Amazon Basics လုပ်ငန်းသုံးအတွက် 99% Isopropyl Alcohol First Aid၊ အရည် 16 အောင်စ၊ 1-ဘူး (ယခင် Solimo)



**B07NFTZ522 Amazon Basics \$10.03**

Amazon Basics 91% Isopropyl Alcohol ရှေးဦးသူနာပြု ပိုးသတ်ဆေး၊ အနံ့မပါသော 32 Fl Oz (1ဘူးတစ်ပါကင်) (ယခင် Solimo)



**B009NUFS28 Medique \$3.71**

Medi-First 19818 မျက်စိဆေးရည်၊ မျက်စိကို ဆေးကြောခြင်းနှင့် ကာကွယ်ခြင်း၊ First Aid အထောက်အကူပြုပစ္စည်း၊ 4 အောင်စ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**BOBDSZNNSH Resinol \$9.98**

Resinol ယားယံခြင်းနှင့် အရေပြားအဖုအပိန်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းနှင့် ယားယံခြင်းကို သက်သာစေရန်အတွက် ဆေးပါဝင်သော လိမ်းဆေး၊ 1.75 Ounce ဆေးတောင့်



**B07NJPSDL7 Amazon Basics \$5.02**

Amazon Basics ဆားခါး ရေထဲထည့်စိမ်ရန် ယူကလစ်အနံ့၊ 3 ပေါင် (1 ထုပ်တစ်ပါကင်) (ယခင် Solimo)



**B07VBZ9384 Amazon Basics \$4.90**

Amazon Basics Hydrogen Peroxide လိမ်းဆေးအရည် USPI 16 Fl Oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)၊ (ယခင် Solimo)



**B014EVXZ9S Purell \$23.29**

Purell လက်သန့်တစ်ရှူး၊ အယ်လ်ကိုဟောဖော်မြူလာ၊ ရနံ့မပါဝင်ပါ။ အခု 300 ပါ တစ်ခုချင်းထုပ်ပိုးထားသော လက်သုတ်တစ်ရှူးများ - 9020-06-EC



**B07NMQ9RRG Amazon Basics \$5.02**

Amazon Basics ရေထဲထည့်စိမ်ရန် ဆားခါး လာဗင်ဒါရနံ့ ပါသည်။ 3 ပေါင် (1 ထုပ်တစ်ပါကင်) (ယခင် Solimo)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

# ခြေဖဝါးကုသစောင့်ရှောက်မှု

**B08W6PR1RJ Dr. Scholl's \$8.99**



Dr. Scholl's Clear Away ကြွက်နို့ပျောက် ဆေးရည် // 1/3 fl oz ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ထောက်ခံချက်ရပြီးသား၊ မြန်ဆန်စွာ အာနိသင်ရှိသည်။ အဖြစ်များသော ကြွက်နို့အတွက် အကောင်းဆုံးအာနိသင်၊ 4 နှစ်အထက် ကလေးများအတွက် ဘေးကင်းသည်။ အကြိမ် 20 အသုံးပြုနိုင်သည်

**B0C8P9BGJL Dr. Scholl's \$12.34**



Dr. Scholl's ကြွက်နို့ပျောက် ဂျယ်အရည်ကပ်ခွာ ကူရှင် 10 ခု ကပ်ခွာအဝိုင်းပြား 12 ခုပါသည်။ လျင်မြန်စွာ နာကျင်မှု သက်သာအောင် ကြားခံပေးသည်။ အလွန်ပါးသည်။ အကောင်းဆုံးအာနိသင်၊ 12 ကြိမ်စာ အသုံးပြုနိုင်သည်

**B016I2J81K Dr. Scholl's \$7.99**



Dr. Scholl's ဂျယ်အရည် နည်းပညာနှင့် အသားမာမတက်အောင် ကြားခံပေးခြင်း၊ 6ct // ဖိနပ်မပေါက်အောင်နှင့် ပတ်တိုက်မှုမရှိအောင် ကြားခံကာကွယ်ပေးသည်။ မည်သည့် ဖိနပ်အမျိုးအစားတိုင်းတွင်မဆို အလွယ်တကူ အံ့ကိုက်သည်။ တစ်နေ့ကုန် နာကျင်မှုကို ချက်ချင်းသက်သာစေသည်

**B007W9MGLI Dr. Scholl's \$5.99**



Dr. Scholl's ဖျင်စ အခံလိပ် 1 လိပ် // ပါးသည်။ ပျော့ပျောင်းသည့် ကြားခံနှင့် နာကျင်မှုကို သက်သာစေ - မည်သည့် အရွယ်အစားမဆို ကိုက်ညီနိုင်သည်။ ဆရာဝန် ထောက်ခံချက်ရပြီး - 24 လက်မ X 4 5/8 လက်မ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B007ADOL28 Kerasal \$17.00**

Kerasal ခြေသည်းပြန်ထွက်စေပြီး အရောင်ကျွတ် သို့မဟုတ် ပျက်စီးသွားသော ခြေသည်းများကို ပြန်ကောင်းစေသည်။ 0.33 fl oz (ထုပ်ပိုးမှု ပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)



**B08TQMNSJ6 Kerasal \$19.48**

Kerasal ခြေထောက်ကို ထိရောက်စွာပြုပြင်ပေးပြီး ခြေဖနောင့် ကွဲအက်ခြင်းနှင့် ခြေထောက် သွေ့ခြောက်အက်ကွဲခြင်းကို ကုသပေးနိုင်သော အရေပြားလိမ်းဆေး 1 oz ၊ 2 ဘူး၊ (2 ထုပ် တစ်ပါကင်)



**B0CQMVHKGJ Dr. Scholl's \$14.99**

Dr. Scholl's ဟိုက်ဒရိုဂျယ် Flexible နည်းပညာပါဝင်သော ခြေဖနောင့် ရောင်ရမ်းနာကျင်ခြင်းအတွက် ကပ်ခွာ၊ 8 Ct // ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စမ်းသပ်ပြီး ဖြစ်သည်။ 12 နာရီကြာ နေ့စဉ် နာကျင်မှု သက်သာစေသည် - သင်၏ ခြေဖဝါး ကောက်ကြောင်းအတိုင်း - Lidocaine နှင့် Menthol ပါသည်။ 8 ကြိမ် အသုံးပြုနိုင်သည်

**B012W8X01S Tinactin \$12.47**



Tinactin မှိုသတ်ပေးသော ခရင်မ်လူးဆေး၊ ခြေထောက်မှိုစွဲခြင်းကို ကုသပေးနိုင်သည်။ Tolnaftate 1% ပါဝင်သည်။ အဖြစ်များသောခြေထောက်မှိုစွဲခြင်းနှင့် ပွေး အတွက် ထိရောက်မှုရှိကြောင်း ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ သက်သေပြထားပြီး ဖြစ်သည်။ 1 အောင်စ၊ 30 ဂရမ်၊ ဘူး

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0039NN800 Lotrimin**

**\$25.97**

Lotrimin အားကစားသမားခြေထောက်မို့စွဲခြင်းနှင့် အနံ့ကို ပျောက်ကင်းစေသော မှိုသတ်ပေးသော အမှုန်ဖျန်းဘူး၊ Miconazole Nitrate 2% ပါသည်။ ခြေထောက်မို့စွဲခြင်း (AF)၊ ပေါင်ကြားယားနာနှင့် ပွေး အများစုအတွက် ထိရောက်ကြောင်း ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ သက်သေပြထားပြီး ဖြစ်သည့် မှိုသတ်ပေးသော ကုသမှု၊ 4.6 အောင်စ (3 ဘူး တစ်ပါကင်)

**ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်း**



**B0197XWKYY A+D**

**\$5.49**

A+D Original သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်းအတွက် အရေပြားလိမ်းဆေး၊ Lanolin နှင့် Petrolatum အဆီ ပါဝင်ပြီး ကလေးအရေပြားအတွက် ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။ အရေပြားအက်ကွဲခြင်းနှင့် သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်းကို ကာကွယ်ရန် ကူညီပေးသည်။ 1.5 အောင်စ ဘူး၊ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်



**B011AIF46I Balmex**

**\$10.00**

Balmex ဘက်စုံသုံး ကုသပေးသည့် လိမ်းဆေး၊ 3.5 Oz

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B000YM2EDO Desitin \$5.98**

Desitin Daily Defense ကလေးခရင်မ်လူးဆေး၊ ကုသရန် ဇင့်အောက် ဆိုဒ်ပါသည်။ သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်းကို ကာကွယ်ပေးခြင်းနှင့် သက်သာစေခြင်း၊ ဓာတ်မတည့်မှုဖြစ်နိုင်ခြေ အလွန်နည်းသည်။ ဆိုးဆေး၊ Phthalate နှင့် Paraben ကင်းစင်သည်။ 4 Oz



**B07B3Y9FY6 Cottonelle \$13.19**

Cottonelle GentlePlus ရှားစောင်းလက်ပပ်နှင့် ဗီတာမင် E ပါသည်။ အိမ်သာရေဆွဲချ၍ရသော တစ်ရှူးအစုံများ၊ ထိပ်မှ လှန်ဖွင့်၍ရသော အထုပ် 6 ထုပ်၊ တစ်ထုပ်လျှင် တစ်ရှူး 42 ခု (စုစုပေါင်း 252 ခု) ပါသည်။ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်။



**B00FZGZH08 Cottonelle \$6.98**

Cottonelle Fresh Care အိမ်သာရေဆွဲချ၍ရသော လူကြီးသုံး ရေစိုတစ်ရှူးများ၊ ပြန်ဖြည့်ရန်အထုပ် 1 ထုပ်၊ တစ်ထုပ်လျှင် 168 ခုပါဝင်သည်။ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်။



**B087NN5QGM Cottonelle \$34.67**

Cottonelle Fresh Care သွားရင်းလာရင်း သုံးပြီး အိမ်သာရေဆွဲချ၍ရသော ရေစိုတစ်ရှူးများ၊ လူကြီးသုံး ရေစိုတစ်ရှူးများ၊ သယ်ရပြုရလွယ်သည့် အထုပ်ငယ် 24 ထုပ်၊ တစ်ထုပ်လျှင် 14 ခုပါဝင်သည် (စုစုပေါင်းရေစိုတစ်ရှူး 336 ခု)။ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်။

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။





**B01ONE2XPC DUDE \$13.38**

DUDE တစ်ရှူးအစုံများ - ရေဆွဲချနိုင်သော တစ်ရှူးများ - 6 ထုပ်၊ တစ်ရှူး 288 ခု - အနံ့မပါသော ဆိုင်အကြီး လူကြီး သုံး ရေစိုတစ်ရှူးများ - ဗီတာမင် E နှင့် ရှားစောင်းလက်ပပ် - အညစ်အကြေးနှင့် ရေဆိုးပိုက် စနစ်ကို မထိခိုက်စေပါ



**B0C59LXJJC FitRight \$15.29**

FitRight Fresh Start အိမ်သာထဲထည့်၍ ရေဆွဲချနိုင်ပြီး ဇီဝ နည်းဖြင့် ဆွေးမြည့်ပျက်စီးနိုင်သော တစ်ကိုယ်ရေသုံး သန့်ရှင်း ရေး တစ်ရှူးအစုံများ၊ 48 ခု၊ ARM & HAMMER မုန့်ဖုတ်ဆီဒါ အစွမ်းသတ္တိဖြင့် ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်၍ အနံ့အသက်ထိန်းရန် အတွက် အသုံးပြုနိုင်သည် (4 ထုပ် တစ်ပါကင်)



**B0C59P53CX FitRight \$9.88**

FitRight Fresh Start သွားရင်းလာရင်း သုံးပြီး အိမ်သာရေ ဆွဲချ၍ရသော တစ်ရှူးများ (48 ခု)၊ တစ်ကိုယ်ရေသုံး သန့်ရှင်း ရေးတစ်ရှူးများ၊ ARM & Hammer မုန့်ဖုတ်ဆီဒါ အစွမ်းသတ္တိ ဖြင့် ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်၍ ဆီးသွားလမ်း အနံ့အသက်အတွက် ကိုယ်တိုင် ထုပ်သိမ်းနိုင်သည့် အိတ်ငယ်များ ပါသည်



**B095KF1C4X Amazon Basics \$11.32**

Amazon Basics အိမ်သာရေဆွဲချ၍ရသော လူကြီးသုံး အိမ်သာ တစ်ရှူးများ၊ အနံ့ မပါဝင်ပါ။ 336 ခု (42 ခု ပါသည့် အထုပ် 8 ထုပ်) (ယခင် Solimo)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B07C5WHH7G Preparation H \$19.99**

Preparation H အရေပြားယားယံခြင်းအတွက် Witch Hazel ပါသည့် Totables လိပ်ခေါင်းရောဂါအတွက် အိမ်သာရေဆွဲချ၍ရသော တစ်ရှူးများ - အခု 50



**B01KCLKH2MW Medline \$8.51**

Medline Remedy ဆေးခန်းသုံး ဇင့်အောက်ဆိုဒ် အနှစ်အရေပြားကို ကာကွယ်ပေးသည်။ (4 oz ဆေးဘူးတောင့်)၊ သစ်ခွရနံ့၊ သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်းအတွက် ခရင်မ်လူးဆေး၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းကို ကုသပေးနိုင်သည်။ အစိုမပြန်အောင် ကာကွယ်ပေးသည်။ Paraben ကင်းစင်သည်။ ဓာတ်မတည့်မှုဖြစ်နိုင်ခြေ အလွန်နည်းသည် ၊ လူကြီးသုံး၊ ကလေးသုံး



**B078TLM8X3 Medline \$24.75**

Medline Remedy Olivamine Calazime အရေပြားကာကွယ်ပေးသည့် အနှစ် ခရင်မ်လူးဆေး၊ သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်း၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်း၊ အရေပြားနီ၍ ရောင်ရမ်းနာကျင်ခြင်း၊ ကြမ်းသော အနီပိမ့်များထသည့် အရေပြားရောဂါမျိုး၊ မီးလောင်ဖုများ၊ ပိုးမွှားအကိုက်ခံရခြင်းကြောင့် အဖုအပိမ့်မှသည် အသားပပ်ခြင်းအထိ အသုံးပြုနိုင်သည်။ အဖြူရောင်၊ 4 Ozi 3 ဘူး



**B09JCQHFQ2 TENA \$11.79**

TENA အကြမ်းမခံသော အရေပြားအတွက် ProSkin Barrier ခရင်မ်လူးဆေး၊ ရနံ့ မပါဝင်ပါ။ 3.4 Fl. Ozi 1 ဘူးတစ်ပါကင်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**BOBMNC2P5D Triple Paste \$24.42**



Triple Paste လူကြီးများ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းကြောင့် အဖူအပိမ့် ကုသမှု - 8 oz Jar - လူကြီးများအတွက် သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်းအတွက် လိမ်းဆေး၊ ရနံ့မပါဘဲ အရေပြားယားယံခြင်းကို ကာကွယ်ပေးခြင်းနှင့် အေးမြစေခြင်း၊ ဓာတ်မတည့်မှုဖြစ်နိုင်ခြေ အလွန်နည်းသည် ဖော်မြူလာ

**BOBCMQMVK Always \$16.99**



Always Discreet ဆီးထွက်ကျခြင်း၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းအတွက် အခံများ၊ ထိခိုက်လွယ်သည့် အရေပြားအတွက် အရည်စုပ်ယူအား အသင့်အတင့်ရှိသော အခံများ၊ 57 ခု (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)

**B01N15BQDY Always \$27.96**



Always Anti-Bunch အထူးအကာအကွယ် အမျိုးသမီးလစဉ် သုံးပစ္စည်း အပါး၊ အလျားအလွန်ရှည်၊ ရနံ့မပါဝင်၊ 92 ခု (4 ထုပ်တစ်ပါကင်) (368 ခု) (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)

**B08QL9B57L One by Poise \$19.99**



One by Poise အမျိုးသမီးလစဉ်သုံးပစ္စည်းအပါး (ဓမ္မတာလာချိန်နှင့် ဆီးမထိန်းနိုင်ခြင်းအတွက် 2-in-1 နေ့စဉ်သုံး)၊ အရှည်၊ ဓမ္မတာလာချိန်အတွက် အထူးအကာအကွယ်ပေးသည်၊ ဆီးမထိန်းနိုင်ခြင်းအတွက် အလွန်ပေါ့ပါးသော စုပ်ယူအားရှိသည်၊ အခု 150 (အခု 50 ပါ 3 ထုပ်တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0154QERNA Poise \$11.96**

Poise နေ့စဉ်သုံး အပါး ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းအတွက် အမျိုးသမီးလစဉ်သုံးပစ္စည်း အပါး၊ 2 စက်ချ အလွန် ပေါ့ပါးသော စုပ်ယူအား၊ အလျားရှည်၊ 176 ခု (44 ခု ပါသည့် အထုပ် 4 ထုပ်)၊ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်



**B09B7W9F9F Amazon Basics \$5.31**

Amazon Basics အလွန်ပါးသော ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်း အထောက်အကူပစ္စည်း၊ အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးထိန်း နိုင်ရန်နှင့် မီးဖွားပြီးကာလတွင်အသုံးပြုရန်အခံ၊ ပုံမှန်အရှည်၊ ပေါ့ပါးသော စုပ်ယူအား၊ ရနံ့မပါဝင်ပါ၊ အခု 30၊ 1 ထုပ်၊ အဖြူ ရောင် (ယခင် Solimo)



**B098V8S73L Amazon Basics \$15.38**

Amazon Basics ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်း အထောက်အကူပစ္စည်း၊ အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးထိန်းနိုင်ရန်နှင့် မီးဖွားပြီးကာလတွင် အသုံးပြုရန်အခံများ၊ အများဆုံး စုပ်ယူနိုင်အား၊ ရှည်လျားသည်၊ အနံ့မပါဝင်ပါ၊ 78 ခု (39 ခုပါသည့် အထုပ် 2 ထုပ်) (ယခင် Solimo)



**B072LY2FT2 TENA \$39.79**

TENA ဆီးထိန်းအခံများ၊ အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးထိန်း ရန်နှင့် မီးတွင်းကာလ အထောက်အကူ၊ တစ်ညလုံးစာ စုပ်ယူ သည်၊ ထပ်ဆောင်းကာကွယ်မှုပေးနိုင်သည်၊ အတွင်းကျကျသုံး ရန်ပစ္စည်း - အခု 90

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B000MEZQKO Medline \$14.16**

Medline FitRight OptiFit Extra လူကြီးများအတွက် အောက်ခံ  
ဘောင်းဘီတို၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းအတွက် ကပ်ခွာပါ  
သည့် သေးခံ၊ အသင့်အတင့်စုပ်ယူအား၊ ဆိုဒ်အသေး၊ 20 မှ 32  
လက်မ၊ အထည် 20



**B075N94QM3 Medline \$14.84**

Medline FitRight OptiFit Extra လူကြီးများအတွက် အောက်ခံ  
ဘောင်းဘီတို၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းအတွက် ကပ်ခွာပါသည့်  
သေးခံ၊ အသင့်အတင့်စုပ်ယူအား၊ ဆိုဒ်အလတ်၊ 32 မှ 44  
လက်မ၊ အထည် 20



**B00A8E4XVK Medline \$17.49**

Medline FitRight OptiFit Extra လူကြီးများအတွက် အောက်ခံ  
ဘောင်းဘီတို၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းအတွက် ကပ်ခွာပါ  
သည့် သေးခံ၊ အသင့်အတင့်စုပ်ယူအား၊ ဆိုဒ်အကြီး၊ 44 မှ 56  
လက်မ၊ အထည် 20



**B075N94QVR Medline \$13.45**

Medline FITEXTRAXLGZ FitRight Extra အောက်ခံဘောင်းဘီတို၊  
56-64"၊ XL ဆိုဒ်၊ အထည် 20 (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု  
အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B098V89KCB Amazon Basics \$18.52**

Amazon Basics အမျိုးသားများအတွက် ဆီးဝမ်းထိန်းအကာ၊ အများဆုံးစုပ်ယူအား၊ 104 ခု၊ 52 ခုပါသည့် အထုပ် 2 ထုပ်၊ အဖြူရောင် (ယခင် Solimo)



**B098V7GFHR Amazon Basics \$30.84**

Amazon Basics အမျိုးသားများအတွက် ဆီးဝမ်းထိန်း အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ အများဆုံးစုပ်ယူအား၊ ဆိုင်အသေး/အလတ်၊ အထည် 60၊ အထည် 20 ပါသည့် အထုပ် 3 ထုပ်၊ အဖြူရောင် (ယခင် Solimo)



**B098V9NKBL Amazon Basics \$32.69**

Amazon Basics အမျိုးသားများအတွက် ဆီးဝမ်းထိန်း အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ အများဆုံး စုပ်ယူအား၊ ဆိုင်အကြီး၊ 54 ထည် (18 ထည်ပါ အထုပ် 3 ထုပ်)၊ အဖြူရောင် (ယခင် Solimo)



**B098V9TYDW Amazon Basics \$36.33**

Amazon Basics အမျိုးသားများအတွက် ဆီးဝမ်းထိန်း အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ အများဆုံးစုပ်ယူအား၊ X-Large ဆိုင်၊ အဖြူရောင်၊ 48 ထည်၊ 16 ထည်ပါ အထုပ် 3 ထုပ် (ယခင် Solimo)



**B098V81G31 Amazon Basics \$28.99**

Amazon Basics အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းနှင့် မီးဖွားပြီးကာလ အောက်ခံဘောင်းဘီ ၊ အများဆုံး စုပ်ယူအား၊ ဆိုင်အသေး၊ 72 ထည်၊ 24 ထည်တစ်ပါကင်နှုန်း 3 ပါကင်၊ ခရမ်းပြာနု (ယခင် Solimo)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B098VCLV5Z Amazon Basics \$29.73**

Amazon Basics အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းနှင့် မီးဖွားပြီးကာလ အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ အများဆုံးစုပ်ယူအား၊ ဆိုဒ်အလတ်၊ အထည် 60၊ အထည် 20 ပါ အထုပ် 3 ထုပ်၊ ခရမ်းပြာနု (ယခင် Solimo)



**B093WPMHR6 Amazon Basics \$12.35**

Amazon Basics အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းနှင့် မီးဖွားပြီးကာလ အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ အများဆုံးစုပ်ယူအား၊ ဆိုဒ်အကြီး၊ 18 ထည်၊ ခရမ်းပြာနု (ယခင် Solimo)



**B098V9TYBX Amazon Basics \$28.68**

Amazon Basics အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းနှင့် မီးဖွားပြီးကာလ အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ အများဆုံး စုပ်ယူအား၊ ဆိုဒ်အကြီးဆုံး၊ 48 ထည်၊ 16 ထည်တစ်ပါကင်နှုန်း 3 ပါကင်၊ ခရမ်းပြာနု၊ (ယခင် Solimo)



**B098VCLV7G Amazon Basics \$37.37**

Amazon Basics အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်း အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ ည စုပ်ယူအား၊ အသေး/အလတ်၊ 64 ထည် (16 ထည်ပါ အထုပ် 4 ထုပ်)၊ အဖြူရောင် (ယခင် Solimo)



**B098V84HGK Amazon Basics \$37.37**

Amazon Basics အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးဝမ်းထိန်း အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ ည စုပ်ယူအား၊ အကြီး၊ 56 ထည်၊ 14 ထည်ပါ အထုပ် 4 ထုပ်၊ အဖြူရောင် (ယခင် Solimo)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B098V8D4B1 Amazon Basics \$11.68**

Amazon Basics အမျိုးသားနှင့်အမျိုးသမီးများအတွက် ဆီးဝမ်းထိန်း အောက်ခံဘောင်းဘီ၊ ဆိုဒ်ကြီး၊ 12 ထည်၊ 1 ထုပ်၊ အဖြူရောင်(ယခင် Solimo)



**B07NC73KZD Medline \$9.86**

Medline Remedy ပရုတ်အေး ပါသည့် အထူးဖော်စပ်ထားသော ဇင့်အောက်ဆိုဒ်ခရင်မ်အပျစ် (4 oz ဘူး)၊ အနံ့မပါ၊ အပူလောင်လျှင် လိမ်းရသော ပန်းရောင်ဆေးရည်၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်ခြင်းကို ကုသပေးခြင်း၊ သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်း၊ အစိုမပြန်အောင် ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ ဓာတ်မတည့်မှုဖြစ်နိုင်ခြေ အလွန်နည်းသည်၊ Paraben ကင်းစင်သည်၊ လူကြီးသုံး၊ အေးမြစေသည်



**B0CP89HY38 A+D \$39.98**

A+D မူလအမျိုးအစား သေးခံကြောင့် အနီကွက်ထခြင်းအတွက် လိမ်းဆေး - သေးခံကြောင့် အနီကွက်မထအောင် တားဆီးပေးခြင်းနှင့် ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ ဗီတာမင် A နှင့် D ပါပြီး အရေပြားကို အစိုဓာတ်ထိန်းပေးခြင်း၊ ခြောက်သွေ့ပြီး အက်ကွဲသော အသားအရေအတွက် ကုသပေးသော အရေပြားလိမ်းဆေး - 16oz - 2 ဘူးတစ်ပါကင်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



# ခံတွင်းစောင့်ရှောက်မှု

**B01MG58SPC      GUM      \$5.49**



GUM အံကပ်သွားတိုက်တံ - အံကပ်နှင့် အက်ခရီလစ်နှင့် ပြုလုပ်ထားသော အထိန်းများအတွက် ခေါင်းနှစ်ခုပါဝင်သော မာကျောသည့် သွားတိုက်တံ - သွားဆရာဝန်ထောက်ခံထားသော အံကပ်ဆေးရည် (1 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B0045IZ9Z4      Orabrush      \$14.49**

Orabrush လျှာခြစ်သည့်ကိရိယာ၊ Multi၊ 4 ခု



**B002ECXUZO      Sea Bond      \$8.61**

Sea Bond အံကပ်ခိုင်မြဲစေသည့် ကော်အံများ ၊ မူလ သွားအောက်ပိုင်းအတွက်၊ ဇင့်မပါ၊ တစ်နေ့ကုန်မြဲသည်၊ အညစ်အကြေးမကျန်စေပါ၊ အခု 30 (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B002ECW9B0      Sea-Bond      \$7.49**

Sea Bond အံကပ်ခိုင်မြဲစေသည့် ကော်အံများ ၊ မူလ သွားအပေါ်ပိုင်းအတွက်၊ ဇင့်မပါ၊ တစ်နေ့ကုန်မြဲသည်၊ အညစ်အကြေးမကျန်စေပါ၊ အခု 30 (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B01498R95W      Efferdent      \$8.69**

Efferdent အထိန်းသန့်စင်ဆေးပြားများ၊ သွားနှင့်ဆိုင်သော ကိရိယာများအတွက် အံကပ်သန့်စင်ဆေးပြားများ၊ အပြည့်အဝ သန့်စင်ပေးသည်၊ ဆေးပြား 126 ပြား

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံနှိပ်ခြင်းလဲမှုများ ရှိနိုင်ပါသည်။



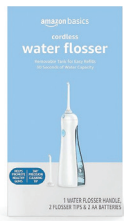
**B07FLBBWJR Oral-B \$7.99**

Oral-B Glide Pro-Health Comfort Plus သွားကြားကိုသန့်ရှင်းရန် သုံးသော ချည်မျှင်၊ ပူရိန်းပါသည်



**B010B9124W Plackers \$9.68**

Plackers နှစ်ချောင်းပါ သွားကြားပွတ်ကြိုး အတံများ၊ 75 ချောင်း (4 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B08N7GMGML Amazon Basics \$28.49**

Amazon Basics HydroClean ကြိုးမဲ့ ရေဖြင့်သွားကြားသန့်စင် သည့်ကိရိယာ၊ လက်ကိုင် 1 ခု၊ သွားကြားသန့်စင်သည့်ကိရိယာ ခေါင်း 2 ခု၊ AA ဓာတ်ခဲ 2 လုံးပါဝင်သည်



**B08QWYMKFK Amazon Basics \$5.04**

Amazon Basics Orbit သွားတိုက်တံ၊ အပျော့၊ အပြည့် ၊ 4 ခုပါ၊ အရောင်စုံ (ယခင် Solimo)



**B00CC6XSSQ Colgate \$3.32**

Colgate အထူးသန့်ရှင်းသော သွားတိုက်တံ၊ လူကြီးများအတွက် နူးညံ့သောသွားတိုက်တံ၊ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်။ 6 ချောင်း

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B09LD7WRVS Philips \$39.99**

Philips Sonicare 4100 စွမ်းအင်သုံး သွားတိုက်တံ၊ ဖိအားအာရုံခံ ကိရိယာပါသည့် အားပြန်သွင်းနိုင်သော လျှပ်စစ်သွားတိုက်တံ၊ အနက်ရောင်



**B0B9FXDMXB Colgate \$7.49**

Colgate Total Plaque Pro အာနိသင်ထုတ်ပေးသော လန်းဆန်းစေသည့် ပူရိန်း သွားတိုက်ဆေး၊ 1 ဘူး၊ 3.0 အောင်စပါသောဘူး



**B0788C493C Parodontax \$18.72**

Parodontax သွားဖုံးသွေးယိုခြင်းအတွက် သွားဖြူ သွားတိုက်ဆေး၊ သွားဖုံးကျန်းမာရေးအတွက် Gum သွားတိုက်ဆေး၊ 3.4 Oz x 3



**B07C1ZWH94 Sensodyne \$11.82**

Sensodyne သွားဖုံးရောင်ခြင်းအတွက် အပြည့်အဝကာကွယ်ပေးပြီး သွားကျပ်ခြင်းသက်သာစေသော သွားတိုက်ဆေး၊ သွားကျပ်ခြင်းအတွက် ကုသမှု၊ Extra Fresh - 3.4 အောင်စ (2 ထုပ်တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**B005PLQIQ4 Crest \$7.49**



Crest + Scope သွားများကို အပြည့်အဝဖြူစင်စေသည့် သွားတိုက်ဆေး - 3 ဘူး၊ 5.4 အောင်စပါသော ဘူးများ - သွားအခေါင်းပေါက်ဖြစ်ခြင်းကို ကာကွယ်ပေးသည့် ဖလိုရိုဒ်ပါဝင်သော သွားတိုက်ဆေး - ခံတွင်းနံ့သင်းပျံ့စေသည်။ ရောဂါပိုးမွှားများကို သုတ်သင်ပေးသည် - သွားကျောက်များကို ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ သွားအပေါ်ယံကြွေလွှာပျက်စီးမှုကို ကာကွယ်ပေးခြင်း - လတ်ဆတ်သော ပူရိန်းအရသာ

**B088LBWDH1 Betadine \$8.47**



Betadine ပိုးသတ်ဆေးပါဝင်သော ပလုတ်ကျင်းရည်၊ Povidone-Iodine 0.5% ၊လည်ချောင်းနာခြင်းလက္ခဏာများကို သက်သာစေပြီး ကုသပေးသည်။ ခံတွင်းထဲရှိ ပုံမှန်တွေ့ရသော ရောဂါပိုးမွှားများကို ယာယီလျော့ကျစေသည်။ Mint Flavor ၊ 8 FL OZ

**B002KAOAZ4 biotène \$10.98**



biotène ခံတွင်းခြောက်ခြင်းအတွက် ခံတွင်းဆေးသည့် ပလုတ်ကျင်းဆေး၊ ခံတွင်းနံ့သင်းစေပြီး ခံတွင်းခြောက်ခြင်းအတွက် ကုသမှု၊ လန်းဆန်းစေသောသော ပူရိန်းအရသာ - 33.8 fl oz

**B08RNF46MZ DenTek \$12.32**



DenTek ခံတွင်းအနာသက်သာစေသော ကပ်ခွာအပြား၊ ပါးစပ်တွင်းရှိအနာမှ နာကျင်မှုကို သက်သာစေသည်။ 6 ခု (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံနှိပ်ခြင်းလဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0794PSPL3 TheraBreath \$5.99**

TheraBreath ခံတွင်းခြောက်ခြင်းအတွက် ဇင့်ပါသော ပူရိန်းဆေးပြား၊ ဘယ်ရီအဖန်အရသာ၊ ပူရိန်းဆေးပြား 24 ပြား



# နာကျင်မှုကို သက်သာစေခြင်းနှင့် ထိန်းထားပေးခြင်း

**B0875P8B7G Advil \$21.08**



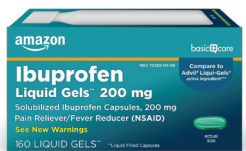
Advil Liqui-Gels minis အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးနှင့် အဖျားပျောက်ဆေး၊ နာကျင်မှုသက်သာစေရန်အတွက် Ibuprofen 200mg ပါရှိသော လူကြီးများသုံးရန် နာကျင်မှုအတွက်ဆေး - 50x2 အရည်ပြည့်ဆေးတောင့်များ

**B074F18H5P Amazon Basic Care \$4.79**



Amazon Basic Care Ibuprofen ဆေးပြားများ၊ အဖျားပျောက်ဆေးနှင့် ခန္ဓာကိုယ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်၊ အဆစ်ရောင်ရောဂါနှင့် နောက်ထပ်ရောဂါများအတွက် နာကျင်မှုသက်သာစေခြင်း၊ အညိုရောင်၊ 200 ပြား

**B074F2TF6J Amazon Basic Care \$9.99**



Amazon Basic Care Ibuprofen အရည်ဂျယ် 200 mg ၊ အကိုက်ခဲပျောက်ဆေး/အဖျားပျောက်ဆေး အရည်ပြည့်ဆေးတောင့်များ၊ ခေါင်းကိုက်၊ သွားကိုက်၊ ခါးနာ၊ ရာသီလာစဉ် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုနှင့် နောက်ထပ်နာကျင်မှုများအတွက်၊ အခု 160

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0964NYMG4 Aleve \$20.90**

Aleve ခေါင်းကိုက်ခြင်းအတွက် အကိုက်ခဲပျောက်ဆေးနှင့် အဖျားပျောက်ဆေး ဆေးပြားများ၊ Naproxen Sodium ၊ ခေါင်းကိုက်ဝေဒနာ သက်သာစေရန်အတွက်၊ လူကြီးများသုံးရန် နာကျင်မှုအတွက် ဆေး၊ ခေါင်းကိုက်ဝေဒနာ သက်သာစေသည့်ဆေးများ၊ 175 ပြား



**B074F2FSX4 Amazon Basic Care \$11.99**

Amazon Basic Care Naproxen Sodium ဆေးပြား 220 mg ၊ အကိုက်ခဲပျောက်ဆေး/အဖျားပျောက်ဆေး (NSAID) ၊ ကြွက်သားနာကျင်ကိုက်ခဲ၊ ခါးနာ၊ ခေါင်းကိုက်၊ သွားကိုက်၊ အသေးစား အဆစ်ရောင်ရောဂါ နာကျင်မှုသက်သာစေရန်နှင့် နောက်ထပ်နာကျင်မှုများ၊ 300 ပြား



**B07QZ984TV Amazon Basic Care \$16.56**

Amazon Basic Care တစ်ညလုံးစာ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး၊ Naproxen Sodium ၊ 220 mg/Diphenhydramine Hydrochloride 25 mg ဆေးပြားများ၊ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး/ညဘက် အိပ်ပျော်စေရန် အထောက်အကူ၊ 160 ပြား



**B001LFFPT4 Bayer \$14.62**

Bayer Aspirin ပြင်းအားနိမ့် 81 mg ၊ အစာအိမ်တွင် မပျော်ဝင်စေရန် အလွှာထပ်ထားသော ဆေးပြားများ၊ ဆရာဝန်ထောက်ခံချက်ရရှိထားသည်၊ နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါ၏ နောက်ဆက်တွဲရောဂါများကို ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ လုံခြုံမှုအတွက် အလွှာထပ်အုပ်ထားသော ဆေးပြား 300 ပြား

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B00L45KPG4 Bayer \$17.17**

Bayer အာနိသင်အမြင့်ဆုံး 500mg Aspirin နှင့် ကဖင်း အာနိသင် ပြင်းပြင်း နာကျင်မှုသက်သာစေသည်။ အလွှာထပ်ထားသော ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ 200 တောင့်



**B01341NLE8 Excedrin \$18.52**

Excedrin ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ရောဂါလက္ခဏာများကို လျော့ကျ စေရန် ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ရောဂါသက်သာစေသည့် ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ - 200 တောင့်



**B017P2XGJ2 Excedrin \$6.84**

Excedrin ခေါင်းကိုက်သက်သာစေရန်အတွက် ညဘက်အကိုက် ခဲပျောက်ဆေးနှင့် ညဘက်အိပ်ပျော်စေရန် အထောက်အကူပြု ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ - 24 တောင့်



**B0034XS7DC Motrin IB \$15.27**

Motrin IB ၊ Ibuprofen 200mg ဆေးပြားများ၊ ကြွက်သားနာကျင် ကိုက်ခဲမှုများ၊ ခေါင်းကိုက်၊ ခါးနာ၊ ရာသီလာစဉ် နာကျင်ကိုက်ခဲ မှုနှင့် အသေးစား အဆစ်ရောင်ရောဂါ နာကျင်မှုအတွက် အကိုက်ခဲပျောက်ဆေးနှင့် အဖျားပျောက်ဆေး၊ NSAID ၊ 225 Ct

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**B08NKJG11F**

**Nervive**

**\$16.90**



Nervive အာရုံကြောဝေဒနာသက်သာစေ ၊ Alpha Lipoic အက်ဆစ် ပါဝင်သည်။ လက်ချောင်း၊ လက်၊ ခြေချောင်းနှင့် ခြေထောက်တွင် အာရုံကြောဆိုင်ရာ နာကျင်ခြင်း၊ အားနည်းခြင်းနှင့် မသက်မသာ ဖြစ်ခြင်းတို့ကို လျော့ချပေးသည်။ ALA၊ ဗီတာမင် B12 ၊ B6 နှင့် B1 ၊ နနွင်း၊ ချင်း၊ နေ့စဉ်သောက် ဆေးပြား 30 ပြား

**B01HI7WPOU**

**Tylenol**

**\$9.99**



Tylenol အာနိသင်အမြင့်ဆုံး Acetaminophen အာနိသင်အမြန် ပြသော ဂျယ်လ် ၊ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးနှင့် အဖျားပျောက်ဆေး၊ 100 ct

**B01EMZC8FI**

**Tylenol**

**\$18.19**



Tylenol အာနိသင်အမြင့်ဆုံး 500 mg Acetaminophen ပါဝင်သော ကပ်ပလက်စ် ဆေးတောင့်များ၊ ခေါင်းကိုက်၊ ခါးနာ၊ သွားကိုက်နှင့် အပျော့စား အဆစ်ရောင်ရောဂါ နာကျင်မှု သက်သာစေရန်အတွက် အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးနှင့် အဖျားပျောက်ဆေး၊ 225 တောင့်

**B074F2H9VT**

**Amazon Basic Care**

**\$4.79**



Amazon Basic Care အာနိသင်အပြင်းစား အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး ၊ Acetaminophen ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ၊ 500 mg ၊ 200 တောင့်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။





**B074F2TF79 Amazon Basic Care \$9.59**

Amazon Basic Care အာနိသင်အပြင်းစား အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး ၊ Acetaminophen ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ၊ 500 mg ၊ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး/အဖျားပျောက်ဆေး၊ 500 တောင့်



**B01HI7WP6E Tylenol PM \$19.97**

Tylenol PM အာနိသင်အမြင့်ဆုံး အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးနှင့် အိပ်ဆေးများ၊ 500 mg Acetaminophen & 25 mg Diphenhydramine HCl၊ ညဘက်ကိုက်ခဲနာကျင်မှုကို သက်သာစေသည်။ ဆေးစွဲစေခြင်းမရှိ၊ 150 ct



**B074F2GP2F Amazon Basic Care \$6.99**

Amazon Basic Care Acetaminophen PM ကပ်ပလက်စ်ဆေးတောင့်များ၊ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးအပြင် ညဘက်အိပ်ပျော်စေရန် အထောက်အကူပေးသည်။ အာနိသင်အပြင်းစား ၊ ရံဖန်ရံခါဖြစ်တတ်သော အသေးစားနာကျင်ကိုက်ခဲမှုများအတွက် ကူညီပေးသည်။ နာကျင်မှုများနှင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်းကို သက်သာစေသည်။ 100 ပြား၊ ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်



**B08X99HBH4 AleveX \$14.94**

AleveX Rollerball ဆေးလိမ်းတံ ပါသော အကိုက်အခဲပျောက်လိုးရှင်း - ရေရှည် အဆစ်ရောင်ရောဂါနှင့် ကြွက်သားနာကျင်မှု သက်သာစေသည်။ 2.5 oz

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**B0815H293N Aspercreme \$9.98**



Aspercreme အခြေခံ အဆီအနှစ် Lidocaine နာကျင်မှုသက်သာစေသည်။ ပေကျုံခြင်းမရှိဘဲ ပွတ်လိမ်းနိုင်သည့် အတံ ပါရှိသည်။ အာနိသင်အမြင့်ဆုံး Lidocaine အာရုံကြောနာကျင်မှုကို လျော့ကျစေသည်။ အစိုဓာတ်ပြည့်စေသော ရှားစောင်းလက်ပပ်သည် အရေပြားကို ရေဓာတ်ဖြည့်ပေးသည်။ 2.5 Oz ။

**B097S6G8JM Tylenol \$12.84**



Tylenol ကလေးငယ်များနှင့် လူကြီးများအတွက် နာကျင်မှုနှင့် ဖျားနာခြင်းကို သက်သာစေသည့် ဆေးအရည်၊ ခံတွင်းအစက်ချဆေးရည်၊ ဆိုးဆေးမပါဝင်သော Acetaminophen ၊ အဖျားပျောက်ဆေး၊ မိသားစုသုံးဆေးရည်၊ ချယ်ရီသီးအရသာ၊ 8 fl. oz. ၊ 1 ဘူးတစ်ပါကင်

**B01GZQ4AM6 Biofreeze Professional \$10.79**



Biofreeze Professional အာနိသင် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုသက်သာစေသော လိမ်းဆေးတောင့်၊ အဆစ်ရောင်ရောဂါ အကိုက်ခဲပျောက်ဆေး၊ ဒူးနှင့် ခါးနောက်ကျောအောက်ပိုင်းနာကျင်မှုကို သက်သာစေသည်။ ကြွက်သားနာကျင်မှုကို သက်သာစေသည်။ လည်ပင်းနာကျင်မှုကို သက်သာစေသည်။ FSA အကျုံးဝင်၊ 3 FL OZ Biofreeze ပရုပ်အေးလိမ်းဆေးတောင့်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**BOCTTLFN9G Advil \$19.19**



Advil သတ်မှတ်နေရာကို သက်သာစေပြီး အကိုက်အခဲပျောက်စေသည့် ခရင်မ်လူးဆေး၊ အပျော့စား အဆစ်ရောင်ရောဂါ နာကျင်မှု၊ အဆစ်အမြစ်နာကျင်ကိုက်ခဲမှု၊ ခါးနောက်ကျော အောက်ပိုင်းနှင့် ကြွက်သားနာကျင်မှုကို 8 နာရီကြာ အာနိသင် ပြည့် သက်သာစေသည် - 4 oz

**B084HDDQZL Bengay \$9.83**



Bengay အကိုက်အခဲပျောက်စေသည့် Lidocaine ခရင်မ် လူးဆေး၊ ဆီပေကျံမှုမရှိသော အကိုက်အခဲပျောက် ခရင်မ် လူးဆေး၊ 4% Lidocaine HCl ၏ အာနိသင်အမြင့်ဆုံး ထုံကျဉ် သက်သာစေသော သက်ရောက်မှုပါရှိသည်။ သင်းပျံ့ပြီး စိတ် ငြိမ်စေသော အပူပိုင်းဒေသ စံပယ်ပန်းရနံ့၊ 3 oz

**BOC3JFNMZK Tylenol \$11.13**



Tylenol Precise အေးမြစေသော အကိုက်အခဲပျောက်လိမ်းဆေး ခရင်မ် ၊ အာနိသင်အမြင့်ဆုံး 4% Lidocaine နှင့် 1% ပရုတ် အေး၊ အဆစ်အမြစ် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုအတွက် ခရင်မ်လူးဆေး၊ လျင်မြန်စွာ အာနိသင်ပြသည်။ အသားထဲစိမ့်ဝင်နိုင်သော အကိုက်အခဲပျောက်ခရင်မ်လူးဆေး၊ သိမ်မွေ့သော အနံ့၊ 4oz

**BOCRGP9KXS Tylenol \$11.58**



Tylenol Precise ပူနွေးစေသော အကိုက်အခဲပျောက်လိမ်းဆေးခရင်မ် ၊ အာနိသင်အမြင့်ဆုံး 4% Lidocaine ခါး၊ ဒူးနှင့် အဆစ်အမြစ် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းအတွက် ပူနွေးသော အကိုက်အခဲပျောက်ခရင်မ် လူးဆေး၊ လျင်မြန်စွာ အာနိသင်ပြသည်။ အသားထဲစိမ့်ဝင်နိုင်သော အကိုက်အခဲပျောက်ခရင်မ်လူးဆေး၊ သိမ်မွေ့သော အနံ့၊ 4 oz

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B087R3TFLB GoodSense \$13.99**

GoodSense အဆစ်ရောင်ရောဂါအတွက် အကိုက်အခဲပျောက်ဂျယ်၊ Diclofenac Sodium ပါသည့် လိမ်းရသော ဂျယ်၊ 1 ရာခိုင်နှုန်း၊ 3.53 အောင်စ



**B08G5SHMY HealthCareAisle \$10.32**

HealthCareAisle Diclofenac Gel 1% ၊ အဆစ်ရောင်ရောဂါအတွက် အကိုက်အခဲပျောက်စေသည်- 100 g ပါသော ဘူး - မူလဆေးညွှန်းပါ အာနိသင် (NSAID)



**B075MM8KM4 BC Powder \$11.63**

BC Powder အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး ၊ ချယ်ရီအရသာ အက်စ်ပရင်အရည်ပျော်နိုင်သော အထုပ်များ၊ အမှုန့်ထုပ် 24 ထုပ် (2 ထုပ်လျှင်)



**B000GGFYZE Icy Hot \$5.99**

Icy Hot မူလ အကိုက်အခဲပျောက် ကပ်ခွာအသေး (5 ခု) လက်မောင်း၊ လည်ပင်းနှင့် ခြေထောက်ရှိ သတ်မှတ်နေရာအတွက် အာနိသင်ရှိရှိ သက်သာစေသည်



**B01AB4U6PI Salonpas \$10.34**

Salonpas ကျော၊ လည်ပင်း၊ ပခုံး၊ ဒူးခေါင်းနာကျင်မှုနှင့် ကြွက်သားနာကျင်ကိုက်ခဲမှုအတွက် အကိုက်အခဲပျောက် ကပ်ခွာ - 8 နာရီကြာ နာကျင်မှုကို သက်သာစေသည် - 60 ခု

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**BOBN4JMRZM Salonpas**

**\$12.98**

Salonpas အမြင့်ဆုံး OTC အာနိသင် Lidocaine 4% နာကျင်မှု သက်သာစေသော FLEX ကပ်ခွာ၊ 8 နာရီကြာအထိ ကပ်ရန်၊ အနံ့မ ရှိ၊ ပါးလွှာ၊ ပျော့ပျောင်း၊ ပေါ့ပါး၊ နေရာမြဲသည့် ကပ်ခွာ၊ ကပ်ခွာ 7 ခု



**BOBSP3ZF92 Bayer**

**\$12.99**

Bayer အမြန်သက်သာစေသော အမျိုးအစားသစ် Aspirin နှင့် က ဖင်းပါဝင်သော ပေါင်ဒါမှုန့်ထုပ်များ၊ အရည်ပျော်နိုင်၍ လျင်မြန် စွာ အာနိသင်ပြုပြီး နာကျင်မှုကို သက်သာစေသည်။ ခေါင်းကိုက်၊ ကြွက်သားနှင့် ခန္ဓာကိုယ်နာကျင်မှုကို သက်သာစေရန် နာကျင်သည့် နေရာတွင် အာနိသင်ပြုသည်။ ရက်စ်ဘယ်ရီအရသာ၊ အထုပ် 30



**B00412QET4 Boil Ease**

**\$11.13**

Boil အကိုက်အခဲပျောက်လူးဆေး၊ 1 အောင်စ



**B0753PSVY7 Sunbeam**

**\$49.72**

Sunbeam လည်ပင်းနှင့် ပခုံးနာကျင်မှုသက်သာစေရန်အတွက် ခန္ဓာကိုယ်ကောက်ကြောင်းအတိုင်း ပုံဖော်ထားသည့် အပူပေး အချပ်ပြား၊ အလိုအလျောက်ပိတ်နိုင်သည်။ အစိုဓာတ်ဖြင့် အပူပေးသည့် ရွေးချယ်စရာပါသည်။ 22 x 19 ၊ မီးခိုးရောင်



**B07PPTPWFC Preparation H**

**\$20.45**

Preparation H လိပ်ခေါင်းနှင့် ပတ်သက်သော မသက်မသာဖြစ် ခြင်းကို လျင်မြန်စွာ သက်သာစေရန်အတွက် ရှားစောင်းလက်ပပ် ပါသော အေးမြသည့် ဂျယ်- 1.8 Oz လိမ်းဆေးတောင့်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B08X7GV8CP AleveX \$11.88**

AleveX အကိုက်အခဲပျောက်စေသည့် လိုးရှင်း၊ အာနိသင် ကောင်းပြီး ကြာရှည်ခံသည်။ သတ်မှတ်ထားသော အဆစ် အမြစ်နှင့် ကြွက်သား နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကို သက်သာစေသည်။ 2.7 oz လိမ်းဆေးတောင့်



**B07PNNS3MF Preparation H \$13.99**

Preparation H ရောဂါလက္ခဏာပေါင်းစုံ သက်သာစေရန် ရှားစောင်းလက်ပပ်ပါသော လိပ်ခေါင်းပျောက်ဆေး ခရင်မ် - 1.8 Oz လိမ်းဆေးတောင့်



**B07QJZYFSD Amazon Basic Care \$6.49**

Amazon Basic Care လိပ်ခေါင်းလိမ်းဆေး၊ လိပ်ခေါင်းကုသမှု၊ နာကျင်မှုကို သက်သာစေသည်။ အပူလောင်ခြင်း၊ ယားခြင်းနှင့် မသက်မသာဖြစ်ခြင်းကို သက်သာစေသည်။ 2 အောင်စ (1 ဘူး တစ်ပါကင်)



## အရေပြားနှင့် နေရောင်ခြည်ဒဏ် ကာကွယ်ကုသခြင်း



**B0000560WW Abreva \$16.65**

Abreva Docosanol 10% ခရင်မ်လိမ်းဆေးတောင့်၊ FDA အသိအမှတ်ပြု ထားသည်။ ပါးစပ်၌ဖြစ်သောအနာအတွက် ကုသမှု၊ 2 ဂရမ်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B008SQSBJK Aquaphor \$4.49**

Aquaphor နှုတ်ခမ်းပြန်ကောင်းစေသည့် နေလောင်ဒဏ်ကာ ကွယ်သော နှုတ်ခမ်းလိမ်းဆီ၊ နှုတ်ခမ်းကို ကာကွယ်ပေးသည်။ SPF 30 နှုတ်ခမ်းလိမ်းဆီ၊ 0.35 Oz ဘူး



**B000UEAARO Aveeno \$4.99**

Aveeno ရနံ့မရှိ၊ ရေချိုးစဉ် အသားအေးစေသည့် ကုသမှု၊ 100% သဘာဝစစ်စစ် အုတ်ဂျုံမှုန့်၊ ခြောက်သွေ့၊ ထိခိုက်လွယ်သော အသားအရေအတွက် ဖြစ်သည်။ ယားယံမှုကို သက်သာစေ ရန်အတွက် ရေချိုးကန်တွင်စိမ်ရန် ပစ္စည်း၊ နှင်းခူနှင့် အင်ပျဉ် ယားနာကြောင့် အသားအရေယားယံခြင်း၊ ရေချိုးကန်တွင်သုံး ရန် အထုပ်များ၊ 8 ct.



**B000VPPUEA Bio-Oil \$10.06**

Bio-Oil အသားအရည်ထိန်းသိမ်းရေး ခန္ဓာကိုယ်လိမ်းဆီ၊ ဗီတာမင် E၊ အမာရူတ်နှင့် အကြောပြတ်ရာများအတွက် အရည် ကြည်၊ မျက်နှာနှင့် ခန္ဓာကိုယ် အစိုဓာတ်ထိန်းအလှဆီ၊ 2 oz ၊ အသားအရေအမျိုးအစားအားလုံး သုံးနိုင်သည်



**B00GIHMOGW Gold Bond \$9.59**

Gold Bond ဆေးပါပြီး နှင်းခူသက်သာစေသည်။ အသားအရေ ကာကွယ်သည့် ခရင်မ်လူးဆေး၊ 8 oz ၊ Colloidal အုတ်ဂျုံမှုန့် 2% ပါဝင်သည်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**BOODEXAOLY Eucerin \$12.97**

Eucerin နှင်းခူသက်သာစေသည့် ခရင်မ်လူးဆေး၊ နှင်းခူဖြစ်လွယ်သောအရေပြားအတွက် တစ်ကိုယ်လုံးသုံးလုံးရှင်း၊ နှင်းခူအတွက် အစိုဓာတ်ထိန်းပေးသည့် ခရင်မ်လူးဆေး၊ ခန္ဓာကိုယ်သုံး အစိုဓာတ်ထိန်းအလှဆီ၊ 8 oz ၊ ဆေးတောင့်



**B000XY9LT4 Eucerin \$11.30**

Eucerin နို့စပ်စပ် ပြန်လည်ကုသပေးသည့် ခန္ဓာကိုယ်သုံးလုံးရှင်း၊ အလွန်ခြောက်သွေ့သော၊ အသားကွာတတ်သော အသားအရေအတွက်ဖြစ်သည်။ ရနံ့မရှိပါ။ Alpha Hydroxy ပါသော ခန္ဓာကိုယ်သုံး အစိုဓာတ်ထိန်းအဆီ၊ 16.9 Fl Oz ဘူး



**B0173G3AY6 Coppertone \$8.04**

Coppertone SPORT နေရောင်ကာ SPF 50 လိုးရှင်း၊ ရေစိုခံ နေရောင်ကာလိမ်းဆေး၊ ခန္ဓာကိုယ် နေလောင်ဒဏ် ကာကွယ်သည့် လိုးရှင်း၊ 7 Fl Oz



**B09P4DMFBZ Coppertone \$23.72**

Coppertone SPORT နေရောင်ကာ SPF 70 ရေစိုခံသော နေလောင်ဒဏ်ခံလိမ်းဆေး၊ ကျယ်ပြန့်သော ရောင်ခြည်များကို ကာကွယ်ပေးသည်။ ပမာဏများများပါသော နေလောင်ဒဏ်ခံလိမ်းဆေး အထုပ်၊ 7 Fl Oz ဘူး၊ 2 ဘူးတစ်ပါကင်



**B001P92FMG Neutrogena \$10.68**

Neutrogena Sport မျက်နှာ နေရောင်ကာ ၊ ကျယ်ပြန့်သော ရောင်ခြည်များကို ကာကွယ်ပေးသည်။ နေရောင်ခြည်ကာ SPF 70+ ၊ မျက်နှာအတွက် ရေစိုခံသည့် နေလောင်ဒဏ်ခံလိမ်းဆေး၊ ချွေးစိုခံသည့် အဆီအပါသော နေလောင်ဒဏ်ကာကွယ်သည့် လိုးရှင်း၊ 2.5 FL OZ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။





**B09TB6R8DJ Medline \$12.99**

Medline Remedy ဆေးခန်းသုံး အရေပြား ခရင်မ် အစိုဓာတ် ဖြည့်ဆေး ၊ အနံ့မဲ့ (16 fl oz ဖိညှစ်ဘူး) ၊ ခြောက်သွေ့သော အသားအရေအတွက် အာဟာရပြည့်ဝစေသည်။ မျက်နှာနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် Paraben နှင့် Sulfate မပါသော အစိုဓာတ် ထိန်းခရင်မ်၊ ထိခိုက်လွယ်သော အသားအရေအတွက် လိုးရှင်း



**B09CW3549F O'Keeffe's \$15.03**

O'Keeffe's Working Hands ညဘက်ကုသမှု လက်အတွက် ခရင်မ်လူးဆေး၊ 7 oz လူးဆေးတောင့် (1 တောင့်တစ်ပါကင်)



**B005IHN52A Aveeno \$13.31**

Aveeno ညတွင်းချင်း အရေပြားကို သက်သာစေသည့် နို့ နို့စပ်စပ် ရေဓာတ်ထိန်းပေးသည့် ခရင်မ်လူးဆေး၊ အုတ်ဂျုံ သုံးမျိုးမှ ပေါင်းစပ်ထုတ်ယူထားပြီး Shea မှရသော သဘာဝ ထောပတ်ပါဝင်သည်။ ခြောက်သွေ့ပြီး အသားကွာတတ်သော အသားအရေကို သက်သာစေရန် ကုသပေးနိုင်သော Dimethicone အသားအရေ ကာကွယ်ခြင်း၊ အနံ့နှင့် စတီးရွိုက်မပါဝင်ပါ။ 7.3 oz



**B000YJOMPG OFF! \$6.98**

OFF! Deep Woods အင်းဆက်ပိုးမွှားပြေးစေသော ဖြန်းဆေး ၊ ခြင် 3ဏ်မှ အချိန်ကြာကြာကာကွယ်ပေးသော ပိုးကောင်ဖြန်းဆေး၊ 6 oz



**B07GTB86D2 ChapStick \$9.26**

ChapStick အစိုဓာတ်ဖြည့်ဆေး အေးမြသော ပူရှိန်း နှုတ်ခမ်း လိမ်းဆီတောင့် - 0.15 Oz (3 တောင့်တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B0064OPHUE Australian Gold \$7.99**

Australian Gold ရှားစောင်းလက်ပပ်နှင့် Ounce နေလောင်ဒဏ်ကြောင့် နာကျင်မှုနှင့် ပူပြင်းမှုကြောင့် အသားအရေယားယံခြင်းကို သက်သာစေသည်။ Lidocaine ပါဝင်သော အေးခဲစေသည့် ရှားစောင်းလက်ပပ် ဖျန်းဆေးဂျယ်၊ 8 Fluid အောင်စ



**B07NG52K2X Amazon Basics \$3.59**

Amazon Basics နေရောင်ခံအပြီး ရှားစောင်းလက်ပပ်ပါဝင်သော ဂျယ်လ်၊ Lidocaine နှင့် Menthol ၊ 16 Fl Oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်) (ယခင် Solimo)



**B09KRH7FGN Selsun Blue \$13.60**

Selsun Blue ခြောက်သွေ့ယားယံသော ဦးရေပြားအတွက် ဗောက်ပျောက်ခေါင်းလျှော်ရည်၊ ရေဓာတ်အပိုဖြည့်ပေးသော ဖော်မြူလာ၊ Pyrithione Zinc 1% ၊ 21 Oz



**B09HHC154L Amazon Basics \$8.32**

Amazon Basics ဗောက်ပျောက်ခေါင်းလျှော်ရည်၊ နေ့စဉ်သုံး၊ သာမန်မှ အဆီပြန်သောဆံသားအထိ၊ 33.8 အရည်အောင်စ၊ 1 ဘူး (ယခင် Solimo)



**B000CN96FQ Gold Bond \$5.98**

Gold Bond ဆီးချိုရောဂါရှိသူများ အသားအရေ ခြောက်သွေ့ခြင်းကို သက်သာစေသည့် ခန္ဓာကိုယ်သုံး လိုးရှင်း၊ 4.5 oz.၊ ရေဓာတ်ဖြည့်ပြီး အသားအေးစေသည့် ရှားစောင်းလက်ပပ်ပါဝင်သည်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**BOOTLVEDQQ Gold Bond \$11.13**

Gold Bond ဆီးချိုရောဂါရှိသူများ အသားအရေ ခြောက်သွေ့ခြင်းကို သက်သာစေသည့် ခန္ဓာကိုယ်သုံး လိုးရှင်း၊ 18 oz.၊ ရေဓာတ်ဖြည့်ပြီး အသားအေးစေသည့် ရှားစောင်းလက်ပပ်ပါဝင်သည်



**B07HRG7FYW CeraVe \$10.22**

CeraVe ဆီးချိုရောဂါရှိသူများ အသားအရေ ခြောက်သွေ့ခြင်းအတွက် ရေဓာတ်ဖြည့်ပေးသည့် ခရင်မ်လူးဆေး



**B001IAG7G2 Aquaphor \$6.24**

Aquaphor အသားအရေပြန်လည်ကောင်းမွန်စေသော အဆင့်မြင့် ကုထုံး အရေပြား အကာအကွယ် လိမ်းဆေးအဆီ ၊ အသားအရေခြောက်သွေ့မှုအတွက် ခန္ဓာကိုယ်လိုးရှင်း၊ အသေးစားပြတ်ရှုရာများ၊ အပူလောင်ခြင်း၊ အသားမာများ၊ ဖနောင့်၊ လက်နှင့် နှုတ်ခမ်း ကွဲခြင်းအတွက် အသုံးပြုနိုင်သည်။ 0.35 Oz ပါဝင်သောဘူး၊ 2 ဘူးတစ်ပါကင်



**B006IB5T4W Aquaphor \$17.14**

Aquaphor အသားအရေပြန်လည်ကောင်းမွန်စေသော အဆင့်မြင့် ကုထုံး အရေပြား အကာအကွယ် လိမ်းဆေးအဆီ ၊ အသားအရေခြောက်သွေ့မှုအတွက် ခန္ဓာကိုယ်လိုးရှင်း၊ အသေးစားပြတ်ရှုရာများ၊ အပူလောင်ခြင်း၊ အသားမာများ၊ ဖနောင့်၊ လက်နှင့် နှုတ်ခမ်းကွဲခြင်းအတွက် အသုံးပြုနိုင်သည်။ 14 Oz ပါဝင်သောဘူး

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံနှိပ်ခြင်းလဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**BOBJQJXCNN Dr. Scholl's \$19.98**

Dr. Scholl's Freeze Away 8 Ct ၊ ကုသမှု 1 ကြိမ်တည်းဖြင့် အသားပိုများကို ဖယ်ရှားပေးသည့် ကိရိယာ ၊ FDA အသိအမှတ်ပြု ၊ ဆေးပညာအရ သက်သေပြထားပြီးဖြစ်သည် ၊ ကုသမှု 8 ကြိမ်



**B083VY5GVN BLUE LIZARD \$12.99**

BLUE LIZARD အထိခိုက်မခံသော အသားအရေအတွက် သတ္တုဓာတ်ပါ နေရောင်ကာလိမ်းဆေးနှင့် Zinc Oxide ၊ SPF 50+ ရေစိုခံ ၊ Smart Bottle နည်းပညာဖြင့် UVA/UVB ကာကွယ်ပေး - အနံ့မဲ့ ၊ 5 oz



**B09RKTG2Z3 Aquaphor \$16.21**

Aquaphor နေရောင်ကာလိမ်းဆေးပါသည့် နှုတ်ခမ်းကိုပြန်ကောင်းစေသော လိမ်းဆေးတောင့် ၊ နှုတ်ခမ်းကို ကာကွယ်ပေးသည် ၊ ခြောက်သွေ့၍ အသားပပ်နေသော နှုတ်ခမ်းများကို သက်သာစေသည် ၊ 0.17 Oz ပါသော အတောင့် ၊ 2 တောင့် (2 တောင့်တစ်ပါကင်)



**B09HHD9X58 Amazon Basics \$8.99**

Amazon Basics ခြောက်သွေ့၍ ကွဲအက်နေသော အသားအရေအတွက် အရေပြားအကာအကွယ်နှင့် လိမ်းဆေး ၊ အနံ့မပါဝင်ပါ ၊ 14 အောင်စ ၊ 1 ဘူးတစ်ပါကင်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B01DCTB9X2 Cortizone \$8.77**

Cortizone 10 အနီပိမ့်များထသည့် အရေပြားရောဂါအတွက် ယားယံခြင်းကို သက်သာစေသည့် လိုးရှင်း 3.4 oz (96g) ၊ အကောင်းဆုံးအာနိသင် 1% Hydrocortisone



**B09MV4618C Neutrogena \$13.64**

Neutrogena Ultra Sheer အသားအရေခြောက်သွေ့မှု SPF 50 ထိခိုက်လွယ်သော အသားအရေအတွက် သတ္တုဓာတ် နေလောင်ဒဏ်ကာလိမ်းဆေးတောင့်၊ Zinc Oxide နှင့် ဗီတာမင် E ပါဝင်သော မျက်နှာနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် နေလောင်ဒဏ်ကာလိမ်းဆေး၊ အဖြူရောင် အကြွင်းအကျန်မရှိစေပါ။ Comedogenic မပါ။ သားသတ်လွတ် ၊ 1.5 oz



**B00ANL8QHA Neutrogena \$9.09**

Neutrogena Beach Defense ကျယ်ပြန့်သောရောင်ခြည်များကို ကာကွယ်ပေးသည့် နေရောင်ကာဖျန်းဆေး SPF 70 ၊ လျင်မြန်စွာ စုပ်ယူနိုင်သော နေလောင်ဒဏ်ကာ ခန္ဓာကိုယ်ဖျန်းဆေး ငွေ့၊ ရေစိုခံပြီး UVA/UVB နေရောင်ကို ကာကွယ်ပေးသည်။ Oxybenzone မပါဝင်ပါ။ 6.5 oz



**B005IHT94S Neutrogena \$8.74**

Neutrogena Ultra Sheer အသားအရေခြောက်သွေ့မှု ကျယ်ပြန့်သော ရောင်ခြည်များကို ကာကွယ်ပေးသည့် ရေစိုခံပြီး အဆီမပါသော နေလောင်ဒဏ်ကာ လိုးရှင်း SPF 70 ၊ 3 Fl Oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B07PJV2Y37 Solimo \$5.24**

Amazon Brand - Solimo Sport နေရောင်ကာလိမ်းရင်း၊ SPF 30  
I Octinoxate နှင့် Oxybenzone မပါဝင်ဘဲ ဖန်တီးထုတ်လုပ်  
ထားသည်။ ကျယ်ပြန့်သော ရောင်ခြည်များရှိသည့် UVA/UVB မှ  
ကာကွယ်ပေးသည်။ အနံ့မပါ။ 8 fl oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B075N8CDGT CeraVe \$13.74**

CeraVe Cleanser အနီပိမ့်များထသည့် အရေပြားရောဂါ ကုသမှု  
အတွက် သန့်စင်ဆေး



**B08HP54CVQ Head & Shoulders \$17.57**

Head & Shoulders လက်တွေ့ဇောက်ပျောက်ခေါင်းလျှော်ရည်  
နှစ်ဘူးပါထုပ်ပိုးမှု၊ အဆီပြန်ခြင်းနှင့် အဖတ်ကွာခြင်းကို ပိုမို  
ကောင်းမွန်စွာထိန်းပေးသည်။ Seborrheic အရေပြားနီမြန်း  
နာကျင်မှု သက်သာစေရန်အတွက် Selenium Sulfide၊ ဆေးညွှန်း  
ပါအာနိသင်အတိုင်း ဦးရေပြားကုသမှု၊ တစ်ဘူးလျှင် 13.5 Oz



**B004Y99BRQ OFF! \$9.58**

OFF! Family Care အင်းဆက်နှင့် ခြင်္သေ့ ဖျန်းဆေး၊ DEET 7%  
ပါဝင်သော ပိုးကောင်ဖျန်းဆေး၊ ခြင်္သေ့မှ ကာကွယ်ပေးသည့်  
ရှားစောင်းပါဝင်သော အနံ့မဲ့ ခြင်္သေ့ပိုးကောင်နိုင်ဆေး၊ 9 Oz



**B08QN72JCY Nizoral \$16.44**

Nizoral ဦးရေပြား Psoriasis အတွက် ခေါင်းလျှော်ရည်နှင့် ဆံပင်  
ပေါင်းဆေး၊ 11 အောင်စ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု  
အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**BOBH8KD8GN Nix \$19.99**

Nix သန်းကုသမှုနှင့် ကာကွယ်ရေး ကိရိယာစုံ၊ ဘက်စုံသုံး ခေါင်းလျော်ရည်၊ 4 fl oz ၊ သန်းဖယ်ရှားပေးသည့် ဘီးနှင့် သန်းကာ ကွယ်သည့် ရေဆေးချရန်မလိုသည့် နေ့စဉ်သုံး ဖြန်းဆေး၊ 6 fl oz



**B09JGSRPZ5 Amazon Basics \$4.94**

Amazon Basics ရှားစောင်းလက်ပပ်ပါဝင်သော နေလောင်ခြင်း ကို သက်သာစေသည့် ဂျယ်လ်၊ 8 oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်) (ယခင် Solimo)

## အိပ်စက်ခြင်းနှင့် ဟောက်ခြင်း



**BOCQDZDZY4 ZzzQuil \$23.51**

ZzzQuil အိပ်စက်စဉ်ကပ်ရန် နှာခေါင်းကပ်ခွာများ၊ ညဘက် ကပ်ရန် နှာခေါင်းကပ်ခွာ အကြည်များ၊ အသက်ရှူပို့ကောင်း စေရန် နှာခေါင်းကို ချက်ချင်းပွင့်စေသည်။ ဟောက်ခြင်း သက်သာစေရန်နှင့် ပိုမိုနှစ်ခြိုက်စွာ အိပ်စက်နိုင်စေရန် နှာခေါင်း ပိတ်ခြင်းကို လျော့ကျစေသည်။ ဆေးဝါးမပါ၊ အနံ့မရှိ၊ 52ct



**B079HXLZGY Amazon Basic Care \$10.49**

Amazon Basic Care ညဘက် လူကြီးများအတွက် အိပ်စက်မှု အထောက်အကူပြု ဆေးပြားများ၊ Doxylamine Succinate 25 mg၊ 96 လုံးပါ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B07BBFFTKH Amazon Basics \$7.54**

Amazon Basics မယ်လ်တိုနင် 5mg၊ 120 Gummies (တစ်ခါ သောက်လျှင် 2 လုံး)၊ စတော်ဘယ်ရီ (ယခင် Solimo)



**B07PF1SN5B Vitafusion \$13.39**

Vitafusion အားအကောင်းဆုံး မယ်လ်တိုနင် Gummy ဖြည့်စွက်ဆေး ၊ စတော်ဘယ်ရီအရသာ၊ 10 mg မယ်လ်တိုနင် အိပ်စက်မှုဖြည့်စွက်ဆေး၊ အမေရိက နံပါတ် 1 Gummy ဗီတာမင်အမှတ်တံဆိပ်၊ ရက် 50 စာ၊ အလုံး 100 ပါ



**B079TD7HG2 Natrol \$10.98**

Natrol 10 mg Melatonin Gummies၊ လူကြီးများအတွက် အိပ်စက်မှုအထောက်အကူ၊ အိပ်ပျော်စေရန် Melatonin ဖြည့်စွက်ဆေးများ၊ စတော်ဘယ်ရီအရသာ Gummy အလုံး 90၊ 45 ရက်စာ



**B001QFEY5U Unisom \$5.87**

Unisom SleepMelts၊ ညဘက်အိပ်ပျော်စေရန် အထောက်အကူ၊ Diphenhydramine HCl၊ ဆေးပြား 24 ပြား၊ 25mg



**B002CVV1JO Unisom \$13.56**

Unisom SleepTabs၊ ညဘက်အိပ်ပျော်စေရန် အထောက်အကူ၊ Doxylamine Succinate၊ ဆေးပြား 48 ပြား

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။





**B007MB60CC ZzzQuil \$13.49**

ZzzQuil ညဘက်အိပ်ပျော်စေရန် အထောက်အကူ LiquiCaps 25 mg Diphenhydramine HCl နံပါတ် 1 အိပ်စက်မှု အထောက်အကူဆေးဝါး အမှတ်တံဆိပ်၊ ဆေးစွဲစေခြင်းမရှိ၊ လျင်မြန်စွာအိပ်ပျော်စေ၊ 48 လုံးပါ



**B007PQSEEG ZzzQuil \$11.11**

ZzzQuil ညဘက်အိပ်ပျော်စေရန် အထောက်အကူပြု ဆေးရည်၊ 50 mg Diphenhydramine HCl နံပါတ် 1 အိပ်စက်မှု အထောက်အကူဆေးဝါး အမှတ်တံဆိပ်၊ ဆေးစွဲစေခြင်းမရှိ၊ လျင်မြန်စွာအိပ်ပျော်စေ၊ ပူရိန်းဘယ်ရီ အရသာ၊ 6 FL OZ



## ဗီတာမင်အားဆေးများနှင့် ဖြည့်စွက်ဆေးများ



**B002H0KZ9M vitafusion \$10.98**

Vitafusion MultiVites Gummy လူကြီးများအတွက် ဗီတာမင် စုံအားဆေး ဗီတာမင်နှင့် သတ္တုဓာတ် 12 မျိုးပါ၊ ဘယ်ရီ၊ မက်မွန်သီးနှင့် လိမ္မော်သီးအရသာ၊ အမေရိက နံပါတ် 1 Gummy ဗီတာမင်အမှတ်တံဆိပ်၊ 75 ရက်စာ၊ အလုံး 150 ပါ



**B07JGW2JKF Amazon Basics \$8.39**

Amazon Basics လူကြီးများအတွက် ဗီတာမင်စုံအားဆေး၊ Gummy အလုံး 150၊ 75 ရက်စာ၊ ဘယ်ရီသီးစုံနှင့် ချယ်ရီသီး (ယခင် Solimo)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B07JGBW826 Amazon Basics \$14.30**

Amazon Basics အမျိုးသားနှင့် အမျိုးသမီး အရွယ်ရောက်ပြီး သူများအတွက် ဗီတာမင်စုံအားဆေး၊ ဗီတာမင် AI CI DI EI B-6 နှင့် B-12 ပါဝင်သော Gummy အလုံး 300၊ အလုံး 150 (2 ဗူးတစ်ပါကင်) (ရက် 150 စာ) (ယခင် Solimo)



**B0007PLP0W 21st Century \$12.15**

21st Century Sentry သက်ကြီးရွယ်အိုများအတွက် ဆေးပြားများ၊ 265 လုံးပါ



**B007L0DONW vitafusion \$10.98**

vitafusion အရွယ်ရောက်ပြီးသူ အမျိုးသားများအတွက် Gummy ဗီတာမင်အားဆေး၊ အမျိုးသားများအတွက် AI CI DI EI B6 နှင့် B12 ပါဝင်သော ဘယ်ရီအရသာ နေ့စဉ်သောက် ဗီတာမင်စုံအားဆေး၊ အမေရိကန် ပါတ် 1 Gummy ဗီတာမင်အမှတ်တံဆိပ်၊ 75 ရက်စာ၊ အလုံး 150 ပါ



**B075DLLC4S Amazon Elements \$19.30**

Amazon Elements အမျိုးသားများအတွက် တစ်နေ့တစ်လုံး နေ့စဉ်သောက် ဗီတာမင်စုံအားဆေး၊ 62% ပင်ကိုသဘာဝ အစားအစာပုံစံအတိုင်း မွေးမြူဖန်တီးထား၊ သားသတ်လွတ်၊ ဆေးပြား 65 ပြား၊ 2 လစာ (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B08FVZ3C19 Centrum Silver \$15.67**

Centrum Silver အသက် 50 အထက် လူကြီးများအတွက် ဗီတာမင်စုံ ဆေးပြား၊ သတ္တုဓာတ်မျိုးစုံ ဖြည့်စွက်စာ၊ ဗီတာမင် D3၊ ဗီတာမင် B အုပ်စု၊ ဂလုတင် မပါ၊ GMO မဟုတ်သော ပါဝင် ပစ္စည်းများ၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများတွင် မှတ်ဉာဏ်နှင့် သိမြင်နိုင် စွမ်းအတွက် အထောက်အကူပြုသည် - 320 Ct



**B07RGXZSNJ Amazon Basics \$14.69**

Amazon Basics အမျိုးသမီးများအတွက် ဗီတာမင်စုံ ဆေးဝါး၊ Gummy အလုံး 300၊ (150 လုံးပါ) (ယခင် Solimo)



**B0C2WQN8XX One A Day \$17.37**

One A Day သိမြင်နိုင်စွမ်းအတွက် ဖြည့်စွက်စာ - အမျိုးသား နှင့် အမျိုးသမီးများအတွက် သိမြင်နိုင်မှု စွမ်းဆောင်ရည်ကို ထောက်ကူပေးရန် Bacopa ဆေးပင်ပါဝင်သော ဦးနှောက် ဖြည့်စွက်စာ။ Rhodiola နှင့်ကုလားပင်စိမ်းလည်း ပါဝင်၊ ဆေးတောင့် 30



**B0019CULMA One A Day \$11.57**

One A Day ကိုယ်ခံစွမ်းအား ကောင်းမွန်ရန်အတွက် ဗီတာမင် A၊ C၊ D၊ E၊ ဇင်တ်ပါဝင်သော ခွန်အားဖြည့် ဗီတာမင်စုံအားဆေး\*၊ ကဖင်း၊ ဘိုင်အိုတင်၊ B6၊ B12 နှင့် နောက်ထပ်ဗီတာမင်များ၊ ဆေးပြား 50

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B001F1HU3S Nature Made \$15.99**

Nature Made ဗီတာမင် B12 500 mcg၊ ခွန်အားဖြစ်စေသော ဇီဝရုပ်ဖြစ်ပျက်မှု အထောက်အကူအတွက် အစားအသောက် ဖြည့်စွက်စာ၊ ဆေးပြား 200 ၊ ရက် 200 စာ



**B00DYSUQR2 Nature Made \$12.00**

Nature's Bounty ဗီတာမင် B12၊ ခွန်အားဖြစ်စေသော ဇီဝရုပ်ဖြစ်ပျက်မှုကို အထောက်အကူပေးသည်။ ဆေးပြားများ၊ 1000mcg၊ 200 Ct



**B003VR5GA8 Superior Source \$12.10**

Superior Source ဘိုင်အိုတင် 1000 mcg။ လျှာအောက်တွင် ထားရပြီး အမြန်အရည်ပျော်သော MicroLingual ဆေးပြားများ၊ ဆေးပြား 100 ပါ။ ကျန်းမာသန်စွမ်းသော ဆံပင်၊ အရေပြားနှင့် ခြေသည်းလက်သည်းကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ ခွန်အားဖြစ်စေသော ဇီဝရုပ်ဖြစ်ပျက်မှုအတွက် အထောက်အကူ ပေးသည်။ GMO မဟုတ်



**B0014D2GEK Nature's Bounty \$9.49**

Nature's Bounty ဗီတာမင် C နှင့် ဖောလစ်အက်ဆစ် ပါဝင်သော စူပါ B အုပ်စု၊ ကိုယ်ခံစွမ်းအားနှင့် ခွန်အားကို အထောက်အကူ ပြု။ ဆေးပြား 150 ပြား



**B071NSJ9YL Emergen-C \$14.99**

Emergen-C Immune+ ကိုယ်ခံအားအထောက်အကူပြု Gummy ဆေးပြားများ ဗီတာမင် D plus 750 mg ဗီတာမင် C ၊ ကိုယ်ခံအားအထောက်အကူပြု အစားအသောက် ဖြည့်စွက်စာ၊ ကဖင်းမပါဝင်၊ ဂလူတင် မပါဝင်၊ စူပါလိမ္မော်အရသာ - 45 လုံးပါ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B06XBZXV5 Emergen-C \$11.03**

Emergen-C 750mg လူကြီးများအတွက် ဗီတာမင် C ဝါးစားနိုင်သော Gummy များ၊ ဗီတာမင် B အုပ်စု ပါဝင်သည့် ကိုယ်ခံအားအထောက်အကူပြု Gummy များ၊ ဂလူတင်မပါဝင်၊ လိမ္မော်၊ တန်ဂျရင်းနှင့် ရပ်စ်ဘယ်ရီအရသာများ၊ 45 လုံးပါ (1 ဗူးတစ်ပါကင်)



**B001TSBSLM Nature's Bounty \$7.21**

Nature's Bounty အာနိသင်ဖြည်းဖြည်းချင်း ထုတ်လွှတ်သော ဗီတာမင် C၊ ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို အထောက်အကူပြုသည်။ ဗီတာမင် ဖြည့်စွက်စာ၊ 500mg၊ ဆေးတောင့် 100 တောင့်



**B07DR71BR2 Revly \$8.99**

Amazon Brand - Revly ဗီတာမင် C၊ တစ်ကြိမ်သောက်လျှင် Collagen Peptides 2500 mg၊ ဆေးပြား 90 ၊ 1 လစာ



**B009E9YK90 Life Extension \$17.89**

Life Extension အရိုးပြန်လည်အားဖြည့်မှု + ဗီတာမင် K2 ဗီတာမင်နှင့် သတ္တုဓာတ်များဖြင့် အရိုးကျန်းမာရေးနှင့် ခွန်အားကို ထိန်းသိမ်းပေးသည် - ကယ်လ်ဆီယမ်၊ D3 ထပ်ဆောင်းအာဟာရဓာတ်များနှင့် အရိုးတည်ဆောက်မှုအတွက် အရေးပါသော သတ္တုဓာတ်များ - GMO မဟုတ်၊ ဂလူတင်မပါဝင် - ဆေးတောင့် 120



**B0062VMZBS Caltrate \$22.99**

Caltrate ဝါးစားနိုင်သော Gummy ဆေးပြားများ 500 mg ကယ်လ်ဆီယမ်နှင့် ဗီတာမင် D ဖြည့်စွက်ဆေး၊ အနက်ရောင်ချယ်ရီ၊ စတော်ဘယ်ရီ၊ လိမ္မော် - ဆေးပြား 100 ပါ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B004U3Y8NI Nature Made \$12.49**

Nature Made ဗီတာမင် D3 2000 IU (50 mcg)၊ အရိုး၊ သွား၊ ကြွက်သားနှင့် ကိုယ်ခံအားစနစ် ကျန်းမာရေး အထောက်အကူပြု အစားအသောက် ဖြည့်စွက်စာ၊ ဆေးပြား 220 ပြား၊ ရက် 220 စာ



**B004JO99TG Nature's Bounty \$12.85**

Nature's Bounty ဗီတာမင် D3 1000 IU ဂျယ်လ်ဆေးတောင့် အပျော့များ၊ ကိုယ်ခံအားစနစ် အထောက်အကူပြု၊ ကျန်းမာ သန်စွမ်းသော အရိုးများကို အားပေးသည်၊ 350 Ct



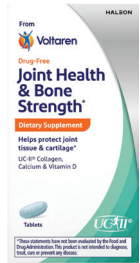
**B016BAOR2E Viactiv \$19.42**

Viactiv ကယ်လ်ဆီယမ်နှင့် ဗီတာမင် D ဖြည့်စွက်စာ ဝါးစားနိုင်သော ဆေးပြားအပျော့၊ အညိုရောင်၊ နို့ချောကလက်၊ ဆေးပြား 180 ပါ



**B006QQR20 Nature's Bounty \$3.99**

Nature's Bounty သံဓာတ် 65mg၊ 325 mg Ferrous Sulfate၊ ကလာပ်စည်းစွမ်းအင်ကို အထောက်အကူပြုသည်၊ ပုံမှန် သွေးနီဥ ဆဲလ် ထုတ်လုပ်ခြင်းကို အားပေးသည်၊ ဆေးပြား 100 ပြား



**BOC1KPGNPD Voltaren \$15.88**

Voltaren မှ ထုတ်လုပ်သော အဆစ်ကျန်းမာသန်စွမ်းရေး နှင့် အရိုးအားကောင်းရေး အစားအသောက်ဖြည့်စွက်စာ၊ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်လာစဉ် အဆစ်များ၊ တစ်ရှူးနှင့် အရိုးနု များ ကျန်းမာရေးကောင်းစေရန် UC-II (R) Collagen ၊ ကယ်လ် ဆီယမ်နှင့် ဗီတာမင် D ပါဝင် - အလုံး 30 ဝင်ဘူး

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B000WVW6YK NOW**

**\$13.46**

NOW ဖြည့်စွက်ဆေးဝါး အမှိုင်းနို့အက်ဆစ် ပါဝင်သော True Focus™ | Ginkgo | DMAE + CoQ10 နှင့် စပျစ်စေ့မှ ထုတ်ယူထားသော အဆီအနှစ်၊ အသီးအရွက်မှ ရရှိသော ဆေးတောင့် 90



**B0055UFNQG Osteo Bi-Flex**

**\$24.99**

Osteo Bi-Flex ဗီတာမင် D ပါဝင်သော အာနိသင်သုံးဆ Glucosamine Chondroitin အဆစ်ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေး ဖြည့်စွက်စာ၊ အပေါ်ယံလွှာ အုပ်ထားသော ဆေးပြားများ၊ အနီရောင်၊ ဆေးပြား 120 ပါ



**B08L7RJWTW VitaFusion**

**\$10.98**

VitaFusion ပါဝါဇင့် Gummy ဗီတာမင်၊ လိမ္မော် စတော်ဘယ်ရီ အရသာ ကိုယ်ခံအားအထောက်အကူ (1)၊ ဆေးပြား 90 ပြားပါ



**B08NKMQRW Nerve**

**\$17.95**

Nerve အာရုံကြောကျန်းမာရေး၊ Alpha Lipoic အက်ဆစ် ပါဝင်၊ လက်ချောင်း၊ လက်၊ ခြေချောင်းနှင့် ခြေထောက်တွင် အာရုံကြောကျန်းမာရေးနှင့် အာရုံကြော လုပ်ဆောင်ချက် ကောင်းမွန်မှုကို ပံ့ပိုးပေးသည်။ ALA၊ ဗီတာမင် B12၊ B6 နှင့် B1၊ နေ့စဉ်သောက် ဆေးပြား 30

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

## **အဖျော်ယမကာများ**



**B008VT2NMK    Maxwell House    \$9.33**  
 Maxwell House မူလအရသာ လှော်ပြီး ကဖိန်းဓာတ်ထုတ်ထားသော အလယ်အလတ် လှော်ပြီး ကြိတ်ထားသော ကော်ဖီ (29.3 oz ဆွဲ ဗူး)



**B0CXZ3HLYS    Maxwell House    \$15.38**  
 Maxwell House 28.4oz ကော်ဖီမှုန့် အလယ်အလတ်အဆင့် အနည်းငယ်သာ လှော်ထား



**B01KL4HWWS    365 by Whole Foods Market    \$17.99**  
 365 by Whole Foods Market၊ ဗီယင်နာ ကော်ဖီစေ့လှော် ကော်ဖီ ပဖိစိတ်သမုဒ္ဒရာအစပ် ဒေသများမှ ထွက်ရှိသော အော်ဂဲနစ် ကော်ဖီမှုန့်၊ 24 အောင်စ



**B00L5K3XGW    Gold Peak Tea    \$8.29**  
 Gold Peak Tea ကိုယ်အလေးချိန်မတက်စေသော လက်ဖက်ရည်၊ 16.9 fl oz၊ 6 ထုပ်တစ်ပါကင်



**B074H5LWG2    365 by Whole Foods    \$25.74**  
 365 by Whole Foods Market ၊ ရှားစောင်းလက်ပပ်အခက်တစ်ခုလုံး မှ ထုတ်ယူထားသော အော်ဂဲနစ် ဖျော်ရည်၊ 128 Fl Oz

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။





**B074H7K3GX 365 by Whole Foods \$7.09**

365 by Whole Foods Market ၊ အော်ဂဲနစ် ခရန်ဘယ်ရီ ဖျော်ရည်၊  
32 Fl Oz



**B074HDZ338 365 by Whole Foods \$3.19**

365 by Whole Foods Market ၊ 100% အော်ဂဲနစ်ဖျော်ရည်၊ အရသာရှိသော  
အဆီအနှစ်မှ ရရှိသည့် ဖျော်ရည်အရော၊ လိမ္မော်သရက်၊ 32 Fl Oz



**B0019K981W Horizon \$12.53**

Horizon Organic စင်ပေါ်တွင် သည်အတိုင်းထားသို့နိုင်သော အဆီ  
1% ပါ နို့ဘူးများ၊ ဗနီလာအရသာ၊ 8 Fl Oz, 12 ဘူးတစ်ပါကင်



**B00PGXQ68Q Silk \$11.36**

Silk စင်ပေါ်တွင် သည်အတိုင်းထားသို့နိုင်သော ဗာဒ်နို့၊ အချိုမထည့်  
ထားသော ဗနီလာ၊ နို့ထွက်ပစ္စည်းမပါ၊ သားသတ်လွတ်၊ GMO မဟုတ်  
ကြောင်း ပရောဂျက်အရ အတည်ပြုထား၊ 1 ကွာတ (6 ဘူးတစ်ပါကင်)

## မနက်စာ



**B08X6H61LG Honey Nut Cheerios \$7.29**

Honey Nut Cheerios နှလုံးအတွက် သင့်လျော်သော မနက်စာ  
ဆီရီယယ်၊ ဂလူတင်မပါဝင်ဘဲ ဖြူအောင်ချွတ်မထားသည့်  
အုတ်ဂုံဖတ်များပါသော ဆီရီယယ်၊ တန်ဖိုးသင့်အထုပ်၊ 32 oz

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု  
အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B097ZDGNKZ Honey Bunches of Oats \$4.69**

Honey Bunches of Oats ဗာဒံ၊ နှလုံးအတွက် သင့်လျော်၊ အဆီနည်း၊ ဖြူအောင်ချွတ်မထားသည့် ဆီရီယယ်ဖြင့် ပြုလုပ်ထား၊ 12 အောင်စ



**B081TDZ179 Kellogg's \$8.54**

Kellogg's Corn Flakes မနက်စာအဖြစ် စားနိုင်သော ဆီရီယယ်၊ ကလေးများစားသုံးရန် ဆီရီယယ်၊ မိသားစုမနက်စာ၊ ဘူးကြီး၊ မူလအရသာ၊ 24oz ဘူး (1 ဘူး)



**B08ZZV51GN Quaker \$9.90**

Quaker အသင့်စား Grits အရသာ 4 မျိုး အစုံပါသော ပါကင်၊ 0.98oz အရွယ် အထုပ်များ၊ 44 ထုပ်ပါ (1 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B000RA8E56 Cream of Wheat \$6.14**

Cream of Wheat မီးဖိုဖြင့် ချက်ပြုတ်ရသော ဆီရီယယ် အပူ မူလအရသာ၊ 2 1/2 မိနစ်ကြာ ချက်ပြုတ်ရသည်၊ 28 အောင်စ



**B01KMHY4KM Quaker \$15.28**

Quaker အုတ်ဂျုံမှုန့်၊ အရသာ 4 မျိုး အစုံပါသော ပါကင်၊ တစ် ထုပ်ချင်းထုပ်ပိုးထား၊ 48 ထုပ်ပါ



**B07P8M5ZRM Amazon Brand \$3.69**

Amazon Brand - Happy Belly အသင့်စားအုတ်ဂျုံမှုန့်၊ ပန်းသီး နှင့် သစ်ကြံပိုးအရသာ၊ မေပယ်နှင့် သကြားညို၊ 30.33 oz၊ 1.51 အောင်စ (အထုပ် 20 တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B07NSYSVJZ**     **365 by Whole Foods**     **\$5.29**

365 by Whole Foods Market | Granola ပြင်သစ်ဗနီလာ ဗာဒံ အော်ဂဲနစ်၊ 17 အောင်စ



**B074H6MBQR**     **365 by Whole Foods**     **\$5.29**

365 by Whole Foods Market | အော်ဂဲနစ် Granola အုတ်ဂုံနှင့် ပျားရည်၊ 17 အောင်စ

## အရသာအဖြည့်ပစ္စည်းများ



**B00CMQD3VS**     **Nate's 100% Pure**     **\$17.39**

Nate's 100% Pure | စစ်ထုတ်မထားသော ပျားရည်အစိမ်း - ဆုရထားသော အရသာ၊ 32oz ။ ညှစ်ဘူး



**B00FZHE4M8**     **Smucker's**     **\$4.39**

Smucker's သဘာဝစတော်ဘယ်ရီ သုတ်စားစရာ သစ်သီးယို၊ 17.25 အောင်စ



**B07L4K78X9**     **Peter Pan**     **\$12.21**

Peter Pan သဘာဝ မြေပဲထောပတ် သုတ်စားစရာ အပျစ်၊ 40 OZ



**B009GFW8C8**     **Heinz**     **\$5.51**

Heinz ခရမ်းချဉ်သီးဆော့စ် (38 oz ဘူး)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**B00ZW546K8 Hellmann's \$5.99**



Hellmann's မရောနိုင်အစစ် အရသာဆိမ့်ပြီး ပျစ်သော အရသာ အဖြည့်ပစ္စည်းအဖြစ် အသုံးပြုရန် မရောနိုင်အစစ် ညှစ်ဘူး၊ ဂလူတင်မပါဝင်၊ လှောင်အိမ်ဖြင့်မွေးထားခြင်းမဟုတ်သော ကြက်များ၏ ဥများဖြင့် 100% ပြုလုပ် 20 oz

**B0005YWMFW French's \$3.42**



French's ပျားရည် မုန့်ညင်းနက်အစေ့မှလုပ်သော စားမြိန်ရည် ပျစ်၊ 12 oz

**B000WG65W4 French's \$2.00**



French's လက်ဟောင်း မုန့်ညင်းနက်အစေ့မှလုပ်သော အဝါ ရောင် စားမြိန်ရည်ပျစ်၊ 20 oz

**B000R30QUO Hidden Valley Ranch \$6.30**



Hidden Valley Ranch နယ်စားရန်နှင့် တို့စားရန် ဆော့စ်၊ နယ်စား ရန်နှင့် ပီဇာပေါ်ဆမ်းရန် Ranch ၊ အရွက်သုပ်နယ်ရန် ဂလူတင်မ ပါဝင်သော အရည်၊ 24 အောင်စ

**B003XLOOCS Heinz \$5.98**



Heinz ခရမ်းချဉ်သီးဆော့စ်၊ ခံတွင်းမြိန်စေသော စားမြိန်ရည်ပျစ် ပျော်ပွဲစားထွက်လျှင် အသင့်ယူသွားနိုင်သော ဘူးအတွဲလိုက်၊ 3 ဘူးပါ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



# သစ်သီးများနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ

**B01EOW6OK4 Mott's \$7.48**



Mott's ပန်းသီးဆော့စ် 4 Oz ခွက်၊ 18 ခွက်ပါ။ လူလုပ်အရသာ ထည့်မထား၊ ဗီတာမင် C အတွက် ကောင်းမွန်သောအရင်းအမြစ်၊ မိသားစုတစ်စုလုံးအတွက် အာဟာရရှိသော ရွေးချယ်စရာ

**B003Z6W6B2 Dole \$21.20**



Dole ခံတွင်းမြိန်စေသော စားမြိန်ရည်ပျစ် အဆီဓာတ်နည်း ပန်းသီးနှင့် ခရင်မ် Parfait သွားရည်စာများ၊ 4oz စုစုပေါင်း 24 ခွက်၊ ဂလူတင်နှင့် နို့ထွက်ပစ္စည်း မပါ၊ ကလေးများနှင့် လူကြီးများအတွက် အများအပြားပါသော နေ့လယ်အဆာပြေစားစရာ

**B00VZ3NJHM Dole \$8.25**



Dole သစ်သီးစုံခွက် သွားရည်စာ 100% သစ်သီးရည်စိမ် ချယ်ရီသီးနှင့် သီးစုံ၊ 4oz စုစုပေါင်း 12 ခွက်၊ ဂလူတင်နှင့် နို့ထွက်ပစ္စည်း မပါ၊ ကလေးများနှင့် လူကြီးများအတွက် အများအပြားပါသော နေ့လယ်အဆာပြေစားစရာ

**B0891XC8GY Del Monte \$9.45**



Del Monte သစ်သီးစုံခွက် သွားရည်စာ၊ မိသားစုလိုက် စားနိုင်သော ခွက်အတွဲလိုက်၊ သကြားထည့်မထားပါ၊ 12 ခွက်တစ်ပါကင်၊ 4 oz အရသာမျိုးစုံပါ ခွက်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

**B07FSYJS52**

**DEL MONTE**

**\$8.49**



DEL MONTE တိုးထားသော မက်မွန်သီး သစ်သီးစုံခွက် 100% သစ်သီးဖျော်ရည်စိမ်ထားသော သွားရည်စာ၊ 12 ခွက်တစ်ပါကင်၊ 4 oz

**B01MDOXOUU**

**Dole**

**\$6.29**



Dole သစ်သီးစုံပန်းကန်လုံး 100% သစ်သီးဖျော်ရည်စိမ်ထားသော မန်ဒရင်းလိမ္မော်သီး၊ 4oz စုစုပေါင်း 12 ခွက်၊ ဂလူတင်နှင့် နို့ထွက်ပစ္စည်းမပါ၊ ကလေးများနှင့် လူကြီးများအတွက် အများအပြားပါသော နေ့လယ်အဆာပြေစားစရာ

**B0829QQLPB** **Bare Baked Crunchy, Apples Fuji & Reds and Cinnamon Variety Pack** **\$17.43**



Bare ကြပ်အောင် ဖုတ်ထားသော ၊ ပန်းသီး ဖူဂျီနှင့် အနီရောင်နှင့် သစ်ကြံပိုး အရသာစုံပါအထုပ်၊ 0.53 အောင်စ (16 ထုပ်တစ်ပါကင်)

**B01NBFUWTP**

**Bush's Best**

**\$23.98**



Bush's Best 16 oz မူလအရသာ ပေါင်းထားသော ပဲဘူး (12 ဘူးတစ်ပါကင်)

**B078SZSKYJ**

**Del Monte**

**\$27.37**



Del Monte စည်သွပ် ခရမ်းချဉ်သီးအတုံးများ၊ 14.5 အောင်စ (12 ဘူးတစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



# အဓိကဟင်းနှင့် အရန်ဟင်းများ



**B01IR6JF90**

**Barilla**

**\$14.72**

Barilla Penne ပါစတာနှင့် စပါကတီ ပါစတာ အမျိုးစုံပါအထုပ်၊ 16 oz. ဘူး (8 ဘူးတစ်ပါကင်) - GMO မဟုတ်သော ပါစတာ Wheat Semolina ဖြင့် ပြုလုပ်ထားသည် - Kosher လက်မှတ်ရ ပါစတာ



**B000R30KSW**

**Prego**

**\$3.09**

Prego သမားရိုးကျ ပါစတာ ဆော့စ်၊ 24 Oz ဖန်ပုလင်း



**B003M0ZDAM**

**Kraft**

**\$5.09**

Kraft မူရင်း မက်ခရိုနီနှင့် ဒိန်ခဲ ညစာအဖြစ်စားရန် (4 ct ပါ အထုပ်၊ 7.25 oz ဘူးများ)



**B000R2Z2N6**

**Campbell's**

**\$3.09**

Campbell's Chunky Soup၊ Healthy Request ကြက်သား ခေါက်ဆွဲပြုတ်အရည်၊ 18.6 Oz ပါ သံဘူး



**B07BZPHFST**

**Progresso Light**

**\$2.69**

Progresso Light ၊ ခရင်မ်ပါသော ကြက်သားခေါက်ဆွဲပြုတ် အရည် သံဘူး၊ 18.5 oz ။

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။



**B09PPRNQX6 BEN'S ORIGINAL \$13.19**

BEN'S ORIGINAL အသင့်ချက် ဘာစမာတီဆန်နှင့် ဆန်မွှေး အစုံ ပါသော၊ ညစာအတွက် အလွယ်ချက်နိုင်သည့် ဟင်းရုံ၊ 8.5 OZ ပါ အိတ် (6 အိတ်တစ်ပါကင်)



**B07GPHFDVS SEEDS OF CHANGE \$14.77**

SEEDS OF CHANGE အော်ဂဲနစ်ဆန် အမျိုးစုံပါ အထုပ် ခင်း ဝါနှင့် ကြက်သွန်ဖြူပါ ဆန်လုံးညို၊ ခင်းဝါ ဆန်လုံးညိုနှင့် နှမ်းကြတ်ပင်အစေ့ပါ ဆန်နီ၊ မိုက်ကရိုဝေ့ဖ်ဖြင့် အသင့်မွှေး နိုင်သည်။ 8.5 အောင်စ (6 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B001EQ5S2E Wild Planet \$15.98**

Wild Planet အသင့်စား သဘာဝနည်းဖြင့် ဖမ်းဆီးသော တူနာ၊ ပဲနှင့် မြေပဲအရော၊ အော်ဂဲနစ် ပြောင်းဖူးအချို၊ အနီရောင်ငရုတ် ပွနှင့် မုန်လာဥနီ ပါဝင်၊ 5.6oz ၊ 4 ဘူးတစ်ပါကင်



**B0CHXRKKB2 Wild Planet \$20.00**

Wild Planet အသင့်စား သဘာဝနည်းဖြင့် ဖမ်းဆီးသော တူနာ၊ ခင်းဝါအရော၊ အော်ဂဲနစ် ပြောင်းဖူးအချို၊ အနီရောင်ငရုတ်ပွနှင့် မုန်လာဥနီ ပါဝင်၊ တူနာအသုပ်၊ 5.6oz (4 ဘူးတစ်ပါကင်)



## အာဟာရဖြစ်စေသော သောက်စရာများ



**B0015068TG Atkins \$18.59**

Atkins ဗနီလာအဆိမ့် ပရိုတင်းရိုက်၊ 15g ပရိုတင်း၊ Glycemic နိမ့်၊ အသားတင် ကာဘိုဟိုက်ဒရိတ် 2g ၊ သကြား 1g ၊ ကီတို အတွက် သင့်လျော်၊ 12 ဘူးပါ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။





**B08GLMT52Z      Atkins      \$16.77**

Atkins ကော်ဖီအေး ဗနီလာ လက်တေး ပရိုတင်းရိုတ်၊ ပရိုတင်း 15g ၊ Glycemic နိမ့်၊ အသားတင် ကာဘိုဟိုက်ဒရိတ် 4g ၊ သကြား 1g ၊ ကီတိုအတွက် သင့်လျော်



**B0015068PA      Atkins      \$19.48**

Atkins နို့ချောကလက် နှစ်သက်ဖွယ် ပရိုတင်းရိုတ်၊ 15g ပရိုတင်း ၊ Glycemic နိမ့်၊ အသားတင် ကာဘိုဟိုက်ဒရိတ် 2g ၊ သကြား 1g ၊ ကီတိုအတွက် သင့်လျော်၊ 12 ဘူးပါ



**B09BBY5GPD      Atkins      \$15.13**

Atkins စတော်ဘယ်ရီ ပရိုတင်းရိုတ်၊ 15g ပရိုတင်း၊ Glycemic နိမ့်၊ အသားတင် ကာဘိုဟိုက်ဒရိတ် 2g ၊ သကြား 1g ၊ ကီတိုအတွက် သင့်လျော်၊ 12 ဘူးပါ



**B07MJL8NXR      Premier Protein      \$25.76**

Premier Protein ရိုတ်၊ ချောကလက်၊ ပရိုတင်း 30g သကြား 1g ဗီတာမင်နှင့် သတ္တုဓာတ် 24 မျိုး ကိုယ်ခံအားကောင်းမွန်စေရန် အာဟာရဓာတ်များ၊ 11.5 fl oz (12 ထုပ်တစ်ပါကင်)



**B07ZP4FZNF      Premier Protein      \$30.24**

Premier Protein: ရိုတ်၊ ငှက်ပျောနှင့် ခရင်မ်၊ ပရိုတင်း 30g သကြား 1g ဗီတာမင်နှင့် သတ္တုဓာတ် 24 မျိုး ကိုယ်ခံအားကောင်းမွန်စေရန် အာဟာရဓာတ်များ၊ 12 ဘူးတစ်ပါကင်

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B088JCWFY7 SLENDA \$36.26**

SLENDA ဆီးချိုရောဂါကု သောက်စရာရိုက်များ - စားစရာ အစားထိုး ရိုက်၊ ပြင်သစ်ဗနီလာ၊ 8 Fl Oz (24 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B08979TNHY SLENDA \$9.94**

SLENDA ဆီးချိုရောဂါကု သောက်စရာရိုက်များ - စားစရာ အစားထိုး ရိုက်၊ တစ်ဘူးလျှင် အရည်အောင်စ 8 အောင်စ (နို့ချောကလက်၊ 6 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B0BW4VS7S5 Pedialyte \$23.84**

Pedialyte ကိုယ်ခံအားပံ့ပိုးမှု ပါဝင်သော လျှပ်လိုက်ပျော်ရည်၊ Cherry Punch ၊ ဇင့်၊ ဆီလီနီယမ်နှင့် မဂ္ဂနီဆီယမ် ပါဝင်သော ရေ ဓာတ်ဖြည့်သောက်စရာ၊ 1 လီတာ၊ 4 ဘူးတစ်ပါကင်

## သွားရင်းလာရင်း စားသောက်ရန်



**B08NBF5VCH Nature Valley \$10.88**

Nature Valley ကြွပ်ကြွပ်ရွရွ ဂရန်နိုလာချောင်း၊ အုတ်ဂျုံနှင့် ပျားရည်၊ 1.49 oz ၊ 24 ct ၊ 48 ချောင်း



**B00Z4ZAMPE Nature Valley \$4.99**

Nature Valley မီးအပျော့ဖြင့် ဖုတ်ထားသော အုတ်ဂျုံ လေးထောင့်ပြားများ၊ သစ်ကြံပိုး သကြားညို၊ 12 ct ၊ 14.88 OZ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B075MJ5D32 Fiber One \$11.64**

Fiber One ကြွပ်ရွှေသော အတောင့်များ ၊ အုတ်ဂုံနှင့် ချောကလက်၊ အမျှင်ဓာတ်ပါသော သွားရည်စာ၊ အထုပ်ကြီး၊ 15 ct



**B074V3VNX2 365 by Whole Foods \$8.79**

365 by Whole Foods Market ၊ ဆားမပါသော ဗာဒ်စေ့လှော်၊ 10 အောင်စ



**B00GJ82VK4 Pure Protein \$15.76**

Pure Protein အတောင့်များ ၊ ပရိုတင်းဓာတ်မြင့်မား၊ စွမ်းအင်ကို ပံ့ပိုးပေးသော အာဟာရဖြစ်စေသည့် သွားရည်စာ၊ သကြားဓာတ်နည်း၊ ဂလူတင်မပါ၊ ချောကလက်မြေပဲထောပတ်၊ 1.76oz ၊ 12 တောင့်ပါ (ထုပ်ပိုးမှုပုံစံ ကွဲပြားနိုင်သည်)



**B01NAEPDZQ Fisher \$11.99**

Fisher သွားရည်စာ ပျားရည်ဖြင့်လှော်ထားသည့် မြေပဲပါသော အခွံမာသီးအစုံ၊ 24 အောင်စ၊ မြေပဲ၊ သီဟိုဠ်စေ့၊ ဗာဒ်စေ့၊ Filbert အစေ့၊ Pecan သစ်စေ့



**B07VQPPDKN Orchard Valley \$11.37**

Orchard Valley Harvest Omega-3 Mix ၊ 1 အောင်စ အိတ်များ (15 အိတ်တစ်ပါကင်)၊ သစ်ကြားသီး၊ ခရုနာယံရီ၊ ဗာဒ်စေ့နှင့် မြေပဲဗာဒ်စေ့၊ ဂလူတင်မပါဝင်၊ ကျောင်းပြန်တက်ချိန်စားရန် သွားရည်စာ

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B004HZFASG Wonderful \$13.98**

Wonderful Pistachios၊ အခွံမပါ၊ လျော်ပြီး ဆားထည့်ထားသော အခွံမာသီး၊ 24 အောင်စပါ ပြန်ပိတ်၍သိမ်းနိုင်သောအိတ်၊ ပရိုတင်းဓာတ်ကြွယ်ဝသည်၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီသော သရေစာ၊ ကြောင်အိမ်ထဲတွင် မရှိမဖြစ်



**B004M15U12 PLANTERS \$13.14**

PLANTERS Deluxe ဆားပါသော အလုံးမပျက်သည့် သီဟိုဠ်စေ့၊ ပါတီပွဲတွင် စားလေ့ရှိကြသော သွားရည်စာ၊ အပင်ထွက် ပရိုတင်း၊ လူကြီးများအတွက် အသင့်စားသွားရည်စာ၊ ကျောင်းအဆင်းစားရန် သွားရည်စာ၊ ပင်လယ်ဆားဖြင့် အရသာခတ်ထားသော သီဟိုဠ်စေ့လျော်၊ အခွံမာသီး အစေ့အဆန် များစွာပါဝင်၊ Kosher ၊ 1 lb 2.25oz ပါ ဘူး

## ပရိုတင်းပါ အစားအစာများ



**B01LYCY3YF Swanson \$5.17**

Swanson အဖြူရောင် ပရိုမီယံ အသားတုံး ရေစိမ်ထားသော စည်သွပ် ကြက်ရင်ပုံ၊ ကျက်အောင်ချက်ထားသော ကြက်သား၊ 12.5 OZ သံဘူး (2 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B07BZ4KQ1T StarKist \$14.99**

StarKist Chicken Creations ၊ ကြက်သားအသုပ်၊ 2.6 oz ပါသော အိတ် (12 အိတ်တစ်ပါကင်)

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။



**B005U7EGSA Chicken of the Sea \$0.98**

Chicken of the Sea သဘာဝအတိုင်း ဖမ်းဆီးထားသော Chub မက်ကရယ် ငါး၊ ကယ်လ်ဆီယမ်မြင့်မားစွာပါဝင်၊ 15 အောင်စပါ သံဘူး (1 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B00418U69M King Oscar \$12.11**

King Oscar စပယ်ရှယ် အပျိုကညာ သံလွင်ဆီစိမ် Brisling ဆာဒင်ငါး၊ 3.75 အောင်စ သံဘူး (4 ဘူးတစ်ပါကင်)



**B07J5T163J Bumble Bee \$2.82**

Bumble Bee ကျပ်တင်ပြီး အရသာသွင်းထားသော အနီရောင် Coho ဆယ်လ်မွန် ငါးအသားတုံး ဆီစိမ်၊ 3.75 oz (1 ဘူးတစ်ပါကင်) - 19g ပရိုတင်း - အရေခွံမပါ၊ အရိုးမပါ - သွားရည်စာနှင့် ဟင်းချက်ရန် ကောင်းမွန် - ဂလူတင်မပါ



**B00NVK20DQ Wild Planet \$8.99**

Wild Planet သဘာဝ ပန်းရောင် ဆယ်လ်မွန် ငါး၊ စည်သွပ် ဆယ်လ်မွန် ငါး၊ ရေရှည်တည်တံ့စေသော နည်းဖြင့် သဘာဝအတိုင်း ဖမ်းဆီးထား၊ GMO မဟုတ်၊ Kosher 6 အောင်စ သံဘူး



**B00E3QNEGY Bumble Bee \$5.98**

Bumble Bee အဖြူရောင် Albacore အသားတုံး တူနာငါး ရေစိမ်၊ 5 oz သံဘူး (4 ဘူးတစ်ပါကင်) - သဘာဝအတိုင်း ဖမ်းဆီးထားသော တူနာငါး - တစ်ဘူးလျှင် ပရိုတင်း 23g ပါ၊ Omega-3 ကြွယ်ဝ - GMO မဟုတ်ကြောင်း ပရောဂျက်အရ အသိအမှတ်ပြုထား၊ ဂလူတင်မပါ၊ Kosher

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှများ ရှိနိုင်ပါသည်။

**B00FWU02IE StarKist \$6.87**



StarKist အသားတုံး တူနာငါးအဖြူ ရေစိမ်း၊ 5 oz (8 ဘူးတစ်ပါကင်) စည်သွပ် တူနာငါး၊ သဘာဝအတိုင်း ဖမ်းဆီးထား၊ ဂလူတင်မပါ၊ အသင့်စားနိုင်၊ အသုပ်များ၊ ကီတိုအစားအသောက်နှင့် သွားရည်စာများအတွက် အကောင်းဆုံး၊ တစ်ဘူးလျှင် ပရိုတင် 20g နှင့် 90 ကယ်လိုရီ



**B000FIR2N0 Spam \$4.19**

Spam ပူပူစပ်စပ်အရသာ၊ 12 အောင်စ သံဘူး

ရွေးချယ်စရာနှင့် စျေးနှုန်းများသည် 2024 ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ရရှိနိုင်မှု အခြေအနေ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပုံမှန်ပုံစံဖြင့်လဲမှား ရှိနိုင်ပါသည်။

# မေးလေ့ရှိသော မေးခွန်းများ

.....



## ဤကက်တလောက်တွင် ဖော်ပြထားသည်များ အပြင် အခြားပစ္စည်းများကို ရရှိနိုင်ပါသလား။

ရရှိနိုင်ပါသည်။ ပါဝင်သော လက်လီအရောင်းဆိုင်များနှင့် အွန်လိုင်းမှတစ်ဆင့် ထပ်ဆောင်းပစ္စည်းများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ အကျုံးဝင်သော ပစ္စည်းများနှင့် အမျိုးအစားများ စာရင်းအတွက် **member.membersecurelogin.com** အဖွဲ့ဝင် ပေါ်တယ်သို့ ဝင်ရောက်ပြီး “Wellcare Spendables” ကို ရွေးချယ်ပါ။



## ငွေရှင်းချိန်တွင် မည်သည့်ဈေးနှုန်းဖြင့် ပေးချေရမည်နည်း။

အွန်လိုင်းနှင့် အရောင်းဆိုင်တွင်း ဈေးနှုန်းသတ်မှတ်ချက်သည် ဤကက်တလောက်တွင် ဖော်ပြထားသည့် ဈေးနှုန်းများနှင့် တူချင်မှတူပါမည်။ ငွေရှင်းချိန်တွင် အွန်လိုင်းနှင့် အရောင်းဆိုင်တွင်း သတ်မှတ်ဈေးနှုန်းများအတိုင်းသာ ပေးချေရပါမည်။



## ရောင်းခွန် ပေးဆောင်ရပါမည်လား။

ဟုတ်ပါသည်။ မာယူမများအားလုံးအတွက် သင်၏ ဒေသနှင့် ပြည်နယ်တွင်း ကောက်ခံသော ရောင်းခွန်ကို ပေးရပါမည်။





### ကျွန်ုပ်၏ လက်ကျန်ငွေကို မည်သို့စစ်ဆေးနိုင်သနည်း။

[member.membersecurelogin.com](http://member.membersecurelogin.com) သို့ ဝင်ရောက်ခြင်းဖြင့် လက်ကျန်ငွေ စစ်ဆေးနိုင်ပါသည်။ အဖွဲ့ဝင် ပေါ်တယ်သို့ ဝင်ရောက်ပြီး “Wellcare Spendables” ကို ရွေးချယ်ပါ။



### ကျွန်ုပ် ဝယ်ယူလိုက်သော တန်ဖိုးသည် ကျွန်ုပ် သုံးစွဲနိုင်သော ပမာဏထက် ပိုများနေလျှင် မည်သို့ဖြစ်မည်နည်း။

သင် စုစုပေါင်းသုံးစွဲသည့် ပမာဏသည် သင့် Wellcare Spendables™ ကတ်တွင်ရှိသော လက်ကျန်ငွေထက် ပိုများနေပါက မလောက်သောပမာဏကို အခြားငွေပေးချေမှုနည်းလမ်းဖြင့် ပေးချေနိုင်ပါသည်။



### အစားထိုး ကတ်တစ်ကတ်ကို မည်သို့ရယူနိုင်သနည်း။

[member.membersecurelogin.com](http://member.membersecurelogin.com) သို့ ဝင်ရောက်ခြင်း သို့မဟုတ် **1-855-744-8550** (TTY- **711**) သို့ ခေါ်ဆိုခြင်းအားဖြင့် အစားထိုး ကတ်တစ်ကတ်ကို သင့်ထံသို့ စာတိုက်မှ ပေးပို့စေနိုင်ပါသည်။ အောက်တိုဘာ 1 ရက်နေ့မှ မတ်လ 31 ရက်နေ့အတွင်း ကိုယ်စားလှယ်ဝန်ထမ်းများကို တနင်္လာမှ တနင်္ဂနွေ၊ နံနက် 8 နာရီမှ ည 8 နာရီအထိ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။ ဧပြီလ 1 ရက်နေ့မှ စက်တင်ဘာလ 30 ရက်နေ့အတွင်း ကိုယ်စားလှယ်ဝန်ထမ်းများကို တနင်္လာမှ သောကြာ၊ နံနက် 8 နာရီမှ ည 8 နာရီအထိ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။ ဧပြီလ 1 ရက်နေ့မှ စက်တင်ဘာလ 30 ရက်နေ့အထိ ရုံးချိန်နောက်ပိုင်း၊ စနေတနင်္ဂနွေပိတ်ရက်များနှင့် အစိုးရရုံးပိတ်ရက်များအတွင်း ကျွန်ုပ်တို့၏ အလိုအလျောက်ဖုန်းဖြေစနစ်သည် သင်၏ခေါ်ဆိုမှုကို ဖြေကြားပေးနိုင်ကြောင်း မှတ်သားထားပေးပါ။



မေးမြန်းလိုသည်များ ရှိပါသလား။ သင်၏ အကျိုးခံစားခွင့် လက်ကျန်ကို လိုအပ်ပါသလား။ [HealthyBenefitsPlus.com/member.wellcare.com](http://HealthyBenefitsPlus.com/member.wellcare.com) သို့ သွားပါ သို့မဟုတ် 1-855-744-8550 (TTY 711) ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ သင့်ကတ်ကို အသုံးပြုပါ- သင့်ကတ်က ခရက်ဒစ်ကတ် မဟုတ်သော်လည်း ငွေရှင်းရန် “ခရက်ဒစ်” အဖြစ် ၎င်းကို ထည့်သွင်းအသုံးပြုနိုင်သည်။ တုံ့ပြန်ညွှန်ကြားပါက သင့် PIN နံပါတ် သည် သင့်ကတ်နံပါတ်၏ နောက်ဆုံး ၈ နံပါတ် ၄ လုံးဖြစ်သည်။ အခကြေးငွေ များနှင့် အသုံးပြုမှု ကန့်သတ်ချက်များ ရှိနိုင်သည်။ အသေးစိတ်ကို သိရှိရန် ကတ်ကိုင်ဆောင်သူ စည်းကမ်းချက်များကို ကြည့်ပါ။ (ဥပဒေအရ သတ်မှတ် ထားသည်မှလွဲ၍) ငွေသား သို့မဟုတ် ATM အသုံးပြုခွင့် မရှိပါ။

“Healthy Benefits+” သည် OTC နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအသောက်ပစ္စည်းများအပြင် အခြား အကျိုးခံစားခွင့် ပရိုဂရမ်(များ) အားလုံးကို ရည်ညွှန်းပြီး Healthy Benefits+ အား Optum Financial, Inc. က ၎င်း ကိုယ်တိုင်နှင့် ၎င်း၏အဖွဲ့ဝင်များကိုယ်စား ပံ့ပိုးပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ Healthy Benefits+ ပရိုဂရမ်တွင် သင်ပါဝင်ခြင်း၊ မပါဝင်ခြင်းမှာ သင့်သဘောဆန္ဒ အလျောက်သာဖြစ်ပြီး Healthy Benefits+ အသုံးပြုမှုစည်းမျဉ်းများ သဘောတူ ညီချက်တွင် ပါဝင်သော သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီမှုဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းများနှင့် အခြားကန့်သတ်ချက်များ ရှိပါသည်။ ပရိုဂရမ်(များ)တွင် သင်အသုံးပြုနိုင် သော ငွေများသည် သင်ပိုင်ဆိုင်သည့် ငွေသားများမဟုတ်ဘဲ အသုံးပြုမှုဆိုင်ရာ ကန့်သတ်ချက်များ ရှိပါသည်။ သင်၏ကျန်းမာရေး အစီအစဉ် သို့မဟုတ် Optum Financial က ဆုံးဖြတ်ထားသည့်အတိုင်း အချို့သော အကျိုးခံစားခွင့် အစီအစဉ်များတွင်သာ သင်ပါဝင်ရန် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီနိုင်ပါသည်။ စာရင်း သွင်းထားသော ကုန်အမှတ်တံဆိပ်အားလုံးသည် ၎င်းတို့၏ သက်ဆိုင်ရာ ထုတ်လုပ်သူ၏ ကုန်ပစ္စည်းအမှတ်တံဆိပ်များအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။ အမှတ် တံဆိပ်များနှင့် ပစ္စည်းသတ်မှတ်ချက်ကိုက်ညီမှုမှာ အပြောင်းအလဲရှိနိုင်ပါသည်။ ချိတ်ဆက်ပါဝင်လျက်ရှိသော လက်လီအရောင်းဆိုင်များတွင် Healthy Benefits+ အကျိုးခံစားခွင့်များကို အသုံးပြုရမည်ဖြစ်ပြီး သင့်အကျိုးခံစားခွင့်ပရိုဂရမ်အရ သတ်မှတ်ထားသောပစ္စည်းများကို ဝယ်ယူရန်အတွက်သာ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ OTC အတွက် ရရှိငွေများကို ဆေးဆိုင်မှ ဆေးစာမလိုသော ဆေးပစ္စည်းများ

ဝယ်ယူရန် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစားအသောက် ပစ္စည်းအတွက် ရရှိငွေများကို ပဲ၊ ပဲအမျိုးမျိုး၊ စည်သွတ်ထားသော သစ်သီးများ နှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ နို့နှင့် နို့ထွက်ပစ္စည်းများ၊ လတ်ဆတ်သော သစ်သီး များနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ လတ်ဆတ်သော အသုပ်စုံ၊ အေးခဲထားသော ထုတ်ကုန်များနှင့် အစားအစာများ၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော အစေ့အဆန် များ၊ အသားများနှင့် ပင်လယ်စာများ၊ မီးဖိုချောင် အခြေခံစားသောက်ကုန်များ၊ စုပ်ပြုတ်များ၊ ရေနှင့် ဗီတာမင်အားဖြည့်ရေတို့ ဝယ်ယူရန်အတွက် အသုံးပြုနိုင် ပါသည်။ အခြားကန့်သတ်ချက်များ ရှိကောင်းရှိနိုင်ပါသည်။

အရောင်းဆိုင်တွင် ပုံမှန် လက်လီရောင်းချသော ဈေးနှုန်းမှာ ကွဲပြားမှုရှိနိုင်ကြောင်း သတိပြုပါ။ သင်၏ OTC အကျိုးခံစားခွင့်များကို အသုံးပြုပါက ကျသင့်မည့် ဈေးနှုန်းများအတွက် ဤကက်တလောက်ကို ဖတ်ရှုသိနိုင်ပါ။ အကျိုးခံစားခွင့်နှင့် အင်္ဂါရပ်များမှာ အစီအစဉ်/ဧရိယာအလိုက် ကွဲပြားနိုင်ပါသည်။ ကန့်သတ်ချက်နှင့် ခြွင်းချက်များ သက်ရောက်နိုင်ပါသည်။ OTC အကျိုးခံစားခွင့်များတွင် သက်တမ်း ကုန်ဆုံးမည့် အချိန်သတ်မှတ်ချက်များ ပါရှိပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက် များအတွက် သင့်အစီအစဉ်ကို ဖုန်းဆက်ပါ သို့မဟုတ် သင်၏ အာမခံထားမှု အထောက်အထား (EOC) ကို ဖတ်ရှုသုံးသပ်ပါ။ ပြင်ပအဖွဲ့အစည်းများ၏ ထုတ်ကုန် များသို့ ရည်ညွှန်းချက်များသည် ထုတ်ကုန် သို့မဟုတ် အမှတ်တံဆိပ်တစ်ခုခုကို အသုံးပြု သို့မဟုတ် ဝယ်ယူရန် ထောက်ခံချက် သို့မဟုတ် အကြံပြုချက်တစ်ခု ကို သွယ်ဝိုက်ဖော်ပြရာမရောက်ပါ။ ဤထုတ်ကုန်စာရင်းသည် ပြောင်းလဲမှုရှိနိုင် ပါသည်။ ပစ္စည်းများ၊ အရေအတွက်များ၊ ပမာဏများနှင့် တန်ဖိုးများသည် ရရှိ နိုင်မှုအခြေအနေအပေါ် မူတည်၍ ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ ဤအချက်အလက် များသည် အကျိုးခံစားခွင့်များအား အပြည့်အစုံရှင်းလင်းဖော်ပြထားခြင်း မဟုတ် ပါ။ ပစ္စည်းများသည် ထုတ်လုပ်သူနှင့် ရရှိနိုင်မှုအခြေအနေအပေါ် မူတည်၍ ကွဲပြား နိုင်ပါသည်။ ကြိုတင်အကြောင်းမကြားဘဲ ပစ္စည်းများကို အချိန်မရွေး ထပ်တိုးနိုင် သို့မဟုတ် ဖယ်ရှားနိုင်ပါသည်။ OTC ပစ္စည်းများ၏ အမှတ်တံဆိပ်အမည်များသည် ကုမ္ပဏီတစ်ခုချင်းစီ၏ ကုန်အမှတ်တံဆိပ်များ ဖြစ်ပါသည်။ ပစ္စည်းများ၏ ဈေးနှုန်း သည် နှစ်အလိုက် ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ ကုန်ပစ္စည်းပေါ် ရှိ အညွှန်းတံဆိပ်ကို ဖတ် ရှုပြီး ကျန်းမာရေး သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ မေးခွန်းများအတွက် ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။ အစီအစဉ်အားလုံးတွင် အကျိုးခံစားခွင့်တိုင်းကို ရရှိနိုင်မည်

မဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့သည် သက်ဆိုင်သည့် ဖက်ဒရယ် နိုင်ငံသားအခွင့်အရေးဥပဒေ များကို လိုက်နာပြီး လူမျိုး၊ အသားအရောင်၊ နိုင်ငံဇာတိ၊ အသက်အရွယ်၊ မသန်စွမ်းမှု သို့မဟုတ် လိင်ဖြစ်တည်မှုအပေါ် အခြေခံ၍ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမပြုပါ။

WellCare Health Insurance of Arizona, Inc. က ပံ့ပိုးပေးထားသော အစီအစဉ် တစ်ခုဖြစ်သည့် 'Ohana Health Plan

Wellcare သည် Centene Corporation အတွက် Medicare အမှတ်တံဆိပ်ဖြစ်ပြီး Medicare နှင့် စာချုပ်ချုပ်ဆိုထားသော HMO၊ PPO၊ PFFSI၊ PDP အစီအစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ကာ အတည်ပြုထားသော အပိုင်း D အကျိုးခံစားခွင့်ပံ့ပိုးသူ ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ D-SNP အစီအစဉ်များသည် ပြည်နယ် Medicaid ပရိုဂရမ်နှင့် စာချုပ် ချုပ်ဆိုထားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ အစီအစဉ်များတွင် စာရင်းသွင်းခြင်းသည် စာချုပ်သက်တမ်းတိုးခြင်းအပေါ် မူတည်ပါသည်။

Washington တွင် နေထိုင်သူများ- “Wellcare” ကို Coordinated Care of Washington, Inc. က ထုတ်ပေးထားသည်။

Washington တွင် နေထိုင်သူများ- “Wellcare” ကို WellCare Health Insurance Company of Washington, Inc. က ထုတ်ပေးထားသည်။

Louisiana D-SNP အဖွဲ့ဝင်များ- Wellcare HMO D-SNP အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးအနေဖြင့် သင့် တွင် Medicare နှင့် Medicaid နှစ်ခုစလုံးမှ အာမခံဝန်ဆောင်မှု ခံစားခွင့်ရှိပါသည်။ သင်သည် Wellcare မှတစ်ဆင့် သင်၏ Medicare ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဆရာဝန်ညွှန်းဆေးဝါး အာမခံဝန်ဆောင်မှုကို လက်ခံရရှိပြီး Louisiana Medicaid မှတစ်ဆင့် နောက်ထပ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အာမခံ ဝန်ဆောင်မှုကိုလည်း လက်ခံရရှိရန် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီပါသည်။ [www.myplan.healthy.la.gov/en/find-provider](http://www.myplan.healthy.la.gov/en/find-provider) သို့မဟုတ် <https://www.louisianahealthconnect.com> သို့ သွားရောက်၍ Louisiana Medicaid တွင် ပါဝင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုပေး သူများအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာပါ။ Louisiana Medicaid အကျိုးခံစားခွင့်များ အကြောင်း အသေးစိတ်ပိုမိုသိရှိရန် Medicaid ဝက်ဘ်ဆိုက်ဖြစ်သည့် <https://ldh.la.gov/medicaid> သို့ သွားရောက်ပြီး “Learn about Medicaid Services (Medicaid ဝန်ဆောင်မှုများအကြောင်း လေ့လာမည်)” လင့်ခ်ကို ရွေးချယ်ပါ။ စာဖြင့်ရေးသား ထားသော ကျွန်ုပ်တို့၏ Medicaid ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ လမ်းညွှန်မိတ္တူကို တောင်းဆို

ရန် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဆက်သွယ်ပေးပါ။

Louisiana D-SNP တွင် စာရင်းသွင်းရန် အလားအလာရှိသူများ- Louisiana Medicaid အကျိုးခံစားခွင့်များအကြောင်း အသေးစိတ်ပိုမိုသိရှိရန် Medicaid ဝက်ဘ်ဆိုက်ဖြစ်သည့် <https://ldh.la.gov/medicaid> သို့မဟုတ် <https://www.louisianahealthconnect.com> တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ စာဖြင့်ရေးသားထားသော ကျွန်ုပ်တို့၏ Medicaid ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ လမ်းညွှန်မိတ္တူကို တောင်းဆိုရန် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဆက်သွယ်ပေးပါ။

Texas D-SNP အဖွဲ့ဝင်များ- Wellcare HMO D-SNP အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးအနေဖြင့် သင့်တွင် Medicare နှင့် Medicaid နှစ်ခုစလုံးမှ အာမခံဝန်ဆောင်မှု ခံစားခွင့်ရှိသည်။ သင်သည် Wellcare မှတစ်ဆင့် သင်၏ Medicare ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် ဆရာဝန်ညွှန်းဆေးဝါး အာမခံဝန်ဆောင်မှုကို လက်ခံရရှိပြီး Texas Medicaid မှတစ်ဆင့် နောက်ထပ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် အာမခံဝန်ဆောင်မှုတို့ကိုလည်း လက်ခံရရှိရန် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီသည်။ <https://www.wellcarefindaprovider.com/navigate-a-network.html> သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပြီး Texas Medicaid တွင် ပါဝင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများအကြောင်းကို ပိုမိုလေ့လာပါ။ Texas Medicaid အကျိုးခံစားခွင့်များအကြောင်း အသေးစိတ်ပိုမိုသိရှိရန် Texas Medicaid ဝက်ဘ်ဆိုက် <https://www.hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/medicaid-chip-members/starplus> တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ စာဖြင့်ရေးသားထားသော ကျွန်ုပ်တို့၏ Medicaid ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ လမ်းညွှန်မိတ္တူကို တောင်းဆိုရန် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဆက်သွယ်ပေးပါ။

Texas D-SNP တွင် စာရင်းသွင်းရန် အလားအလာရှိသူများ- Texas Medicaid အကျိုးခံစားခွင့်များအကြောင်း အသေးစိတ်ပိုမိုသိရှိရန် Texas Medicaid ဝက်ဘ်ဆိုက် <https://www.hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/medicaid-chip-members/starplus> တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ စာဖြင့်ရေးသားထားသော ကျွန်ုပ်တို့၏ Medicaid ဝန်ဆောင်မှုပေးသူ လမ်းညွှန်မိတ္တူကို တောင်းဆိုရန် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဆက်သွယ်ပေးပါ။

သတိပြုရန်- TennCare တွင် သင့်လျော်သော စရိတ်မျှခံသည့် ပမာဏများမှလွဲ၍ ဤအကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် ငွေပေးချေရန် တာဝန်မရှိပါ။ TennCare သည် ဤအကျိုးခံစားခွင့်များကို ရရှိနိုင်မှု သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ အရည်အသွေးကို အာမခံ

ရန် တာဝန်မရှိပါ။ သမားရိုးကျ Medicare အကျိုးခံစားခွင့်များထက် ပို၍ကျော် လွန်သော အကျိုးခံစားခွင့်မှန်သမျှသည် Wellcare Medicare Advantage နှင့်သာ သက်ဆိုင်ပြီး Medicaid အကျိုးခံစားခွင့်များ တိုးလာသည်ဟု မဆိုလိုပါ။

Arizona D-SNP အစီအစဉ်များ- စာချုပ်ချုပ်ဆိုထားသော ဝန်ဆောင်မှုများကို Arizona ပြည်နယ်နှင့်ချုပ်ဆိုထားသော စာချုပ်အရ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအားဖြင့် ငွေကြေးထောက်ပံ့ပေးသည်။

Wellcare By Allwell (HMO နှင့် HMO SNP) တွင် Superior HealthPlan, Inc. က အာမခံပေးထားသော ထုတ်ကုန်များ ပါဝင်ပါသည်

Wellcare (HMO နှင့် HMO SNP) တွင် WellCare of Texas, Inc.၊ WellCare အမျိုးသား ကျန်းမာရေး အာမခံ ကုမ္ပဏီနှင့် SelectCare of Texas, Inc. တို့က အာမခံပေးထားသော ထုတ်ကုန်များ ပါဝင်ပါသည်

ဖော်ပြထားသော အကျိုးခံစားခွင့်များသည် နာတာရှည် နာမကျန်းဖြစ်နေ သူများအတွက် အထူး ထပ်ဆောင်းအကျိုးခံစားခွင့်များ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း ဖြစ်ပါသည်။ အဖွဲ့ဝင်တိုင်း သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီမည်မဟုတ်ပါ။ သင့် အနေဖြင့် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေမြင့်မားသူ ဖြစ်ရမည့်အပြင် ဤသို့သော နာတာရှည်ရောဂါအခြေအနေများထဲမှ တစ်ခုနှင့်အထက်ကိုလည်း ခံစားနေရသူ ဖြစ်ရပါမည်- ကင်ဆာ၊ နှလုံးသွေးကြောရောဂါများ၊ နာတာရှည်နှင့် မသန်စွမ်း ဖြစ်စေသော စိတ်ကျန်းမာရေးအခြေအနေများ၊ နာတာရှည် အဆုတ်ချို့ယွင်းမှု များ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ စာရင်းထဲတွင် မပါဝင်ဘဲ သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီသည့် အခြား ရောဂါအခြေအနေများ ရှိပါသေးသည်။ ဤအကျိုးခံစားခွင့်အတွက် သတ်မှတ် ချက်ပြည့်မီခြင်း ရှိ၊ မရှိကို သင့်ရောဂါအခြေအနေ တစ်ခုတည်းအပေါ် မူတည်၍ အာမခံပေး၍မရပါ။ ဤအကျိုးခံစားခွင့်ကို မပေးအပ်မီ သက်ဆိုင်သည့် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီမှုဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များအားလုံးနှင့် ကိုက်ညီရပါမည်။ အသေးစိတ်အချက်များအတွက် ကျွန်ုပ်တို့ထံ ဆက်သွယ်ပေးပါ။

† ကျွန်ုပ်တို့၏ ကွန်ရက်တွင် အခြားသော ဆေးဆိုင်များ/သမားတော်များ/ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

## **Wellcare By Trillium Advantage's Nondiscrimination Policy**

Discrimination is against the law. Wellcare By Trillium Advantage must follow state and federal civil rights laws. We cannot treat people (members or potential members) unfairly in any of our programs or activities because of a person's:

- Age
- Disability
- National origin, primary language and proficiency of English language
- Race
- Religion
- Color
- Sex, sex characteristics, sexual orientation, gender identity or sex stereotypes
- Pregnant or related conditions
- Health status or need for services

If you feel you were treated unfairly for any of the above reasons, you can make a complaint. This is also called filing a grievance.

**Make (or file) a complaint with Wellcare By Trillium Advantage in any of these ways:**

**Phone:** Call our Section 1557 Coordinator at **1-855-577-8234** (TTY: **711**)

**Fax:** 1-866-388-1769

**Mail:** PO Box 31384, Tampa, FL 33631

**Email:** SM\_Section1557Coord@centene.com

**Web:** <https://wellcare.trilliumadvantage.com/member-resources/member-rights/appeals-grievances.html>

**You can read our complaint process at:**

<https://wellcare.trilliumadvantage.com/member-resources/member-rights/appeals-grievances.html>

**If you have a disability, Wellcare By Trillium Advantage has these types of free help:**

- Qualified sign language interpreters
- Written information in large print, audio, or other formats
- Other reasonable modifications

**If you need language help, Wellcare By Trillium Advantage has these types of free help:**

- Qualified interpreters
- Written information in other languages

Need help filing a complaint? Need language help or reasonable modifications? Call Member Services at **1-844-867-1156** (TTY: **711**) to speak with a peer wellness specialist or personal health navigator. Member Services hours: Between October 1 and March 31, representatives are available seven days a week, 8 a.m. to 8 p.m. Between April 1 and September 30, representatives are available Monday–Friday, 8 a.m. to 8 p.m.

**You also have a right to file a complaint with any of these organizations:**

**Oregon Health Authority (OHA) Civil Rights**

**Phone:** 1-844-882-7889 (TTY 711)

**Web:** [www.oregon.gov/OHA/EI](http://www.oregon.gov/OHA/EI)

**Email:** [OHA.PublicCivilRights@odhsoha.oregon.gov](mailto:OHA.PublicCivilRights@odhsoha.oregon.gov)

**Mail:**

Office of Equity and Inclusion Division  
421 SW Oak St., Suite 750 Portland, OR 97204

**Bureau of Labor and Industries Civil Rights Division**

**Phone:** 1-971-673-0764

**Web:** <https://www.oregon.gov/boli/civil-rights>

**Email:** [BOLI\\_help@boli.oregon.gov](mailto:BOLI_help@boli.oregon.gov)

**Mail:**

Bureau of Labor and Industries Civil Rights Division  
800 NE Oregon St., Suite 1045 Portland, OR 97232

**U.S. Department of Health and Human Services Office for Civil Rights  
(OCR)**

**Phone:** 1-800-368-1019, TDD: 1-800-537-7697

**Web:** <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf>

**Email:** OCRComplaint@hhs.gov

**Mail:**

Office for Civil Rights

200 Independence Ave. SW Room 509F, HHH Bldg.

Washington, DC 20201



## **Política de No Discriminación de Wellcare By Trillium Advantage**

La discriminación es un delito. Wellcare By Trillium Advantage debe cumplir con las leyes estatales y federales de derechos civiles. En ninguno de nuestros programas ni actividades podemos tratar a las personas (miembros o posibles miembros) de manera injusta por los siguientes motivos:

- Edad
- Discapacidad
- Nacionalidad de origen, lengua materna y dominio del idioma inglés
- Raza
- Religión
- Color de piel
- Sexo, características sexuales, orientación sexual, identidad de género o estereotipos sexuales
- Embarazo o afecciones relacionadas con este
- Estado de salud o necesidad de servicios

Si cree que recibió un trato injusto por alguno de los motivos anteriores, puede presentar un reclamo. Esto también se llama presentar una queja.

### **Puede hacer (o presentar) un reclamo con Wellcare By Trillium Advantage de cualquiera de estas maneras:**

**Teléfono:** Llame a nuestro Coordinador de la Sección 1557 al **1-855-577-8234**  
(TTY: **711**)

**Fax:** 1-866-388-1769

**Correo Postal:** PO Box 31384, Tampa, FL 33631

**Correo electrónico:** SM\_Section1557Coord@centene.com

**Sitio Web:** <https://wellcare-es.trilliumadvantage.com/member-resources/member-rights/appeals-grievances.html>

### **Puede leer nuestro proceso para los reclamos en el siguiente enlace:**

<https://wellcare-es.trilliumadvantage.com/member-resources/member-rights/appeals-grievances.html>

**Si tiene una discapacidad, Wellcare By Trillium Advantage dispone de los siguientes tipos de ayuda gratuita:**

- Intérpretes de lengua de señas calificados
- Información escrita en letra grande, en audio o en otros formatos
- Otras modificaciones razonables

**Si necesita ayuda con el idioma, Wellcare By Trillium Advantage dispone de los siguientes tipos de ayuda gratuita:**

- Intérpretes calificados
- Información escrita en otros idiomas

¿Necesita ayuda para presentar un reclamo? ¿Necesita ayuda con el idioma o solicitar modificaciones razonables? Llame a Servicios para Miembros al **1-844-867-1156** (TTY: **711**) para hablar con un par especialista en bienestar o tener acceso a un navegador personal para temas de salud. Horario de atención de Servicios para Miembros: Entre el 1 de octubre y el 31 de marzo, los representantes están disponibles los siete días de la semana, de 8 a.m. a 8 p.m. Entre el 1 de abril y el 30 de septiembre, los representantes están disponibles de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m.

**También tiene derecho a presentar un reclamo ante cualquiera de las siguientes organizaciones:**

**Oregon Health Authority (OHA) Civil Rights**

**Teléfono:** 1-844-882-7889 (TTY 711)

**Sitio Web:** [www.oregon.gov/OHA/EI](http://www.oregon.gov/OHA/EI)

**Correo Electrónico:** [OHA.PublicCivilRights@odhsoha.oregon.gov](mailto:OHA.PublicCivilRights@odhsoha.oregon.gov)

**Correo Postal:**

Office of Equity and Inclusion Division

421 SW Oak St., Suite 750 Portland, OR 97204

## **Bureau of Labor and Industries Civil Rights Division**

**Teléfono: 1-971-673-0764**

**Sitio Web:** <https://www.oregon.gov/boli/civil-rights>

**Correo Electrónico:** [BOLI\\_help@boli.oregon.gov](mailto:BOLI_help@boli.oregon.gov)

### **Correo Postal:**

Bureau of Labor and Industries Civil Rights Division  
800 NE Oregon St., Suite 1045 Portland, OR 97232

## **Office for Civil Rights (OCR) del U.S. Department of Health and Human Services**

**Teléfono: 1-800-368-1019, TDD: 1-800-537-7697**

**Sitio Web:** <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf>

**Correo Electrónico:** [OCRComplaint@hhs.gov](mailto:OCRComplaint@hhs.gov)

### **Correo Postal:**

Office for Civil Rights  
200 Independence Ave. SW Room 509F, HHH Bldg.  
Washington, DC 20201

**English:** You can get this communication in other languages, large print, Braille or a format you prefer. You can also ask for an interpreter. This help is free. Call 1-844-867-1156 or TTY 711. We accept relay calls.

You can get help from a certified and qualified health care interpreter.

**Spanish:** Puede obtener esta información en otros idiomas, en letra de imprenta grande, en braille o en un formato de su preferencia. También puede solicitar un intérprete. Esta ayuda es gratuita. Llame al 1-844-867-1156; los usuarios de TTY deben llamar al 711. Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.

Puede obtener la asistencia de un intérprete certificado y calificado en atención médica.

**Russian:** Вы можете получить данное сообщение на других языках, крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в предпочтительном формате. Вы также можете запросить услуги переводчика. Такая помощь предоставляется бесплатно. Позвоните по номеру 1-844-867-1156 или TTY 711. Мы принимаем звонки через коммутаторную службу.

Вам может оказать помощь дипломированный переводчик с квалификацией в области здравоохранения.

**Vietnamese:** Quý vị có thể lấy thông tin này bằng các ngôn ngữ khác, bản in cỡ chữ lớn, chữ nổi hoặc định dạng yêu thích. Quý vị cũng có thể yêu cầu thông dịch viên. Trợ giúp này miễn phí. Gọi số 1-844-867-1156 hoặc TTY 711. Chúng tôi chấp nhận cuộc gọi chuyển tiếp.

Quý vị có thể được thông dịch viên chăm sóc sức khỏe có chứng nhận và đủ năng lực trợ giúp.

**Arabic:** يمكنك الحصول على هذه المعلومات بلغات أخرى أو بطباعة بأحرف كبيرة أو بطريقة برايل أو بتنسيق آخر تفضله. يمكنك أيضًا طلب خدمات مترجم فوري. وهذه المساعدة مجانية. اتصل على الرقم 1-844-867-1156 أو TTY 711. نقبل مكالمات الترحيل.

يمكنك الحصول على مساعدة من مترجم فوري معتمد ومؤهل لشؤون الرعاية الصحية.

**Somali:** Waxaad ku heli kartaa ee isgaarsiintan luqado kale, far waaweyn, farta indhoolaha ama qaabka aad doorbideyso. Waxaad ee sidoo kale codsan kartaa turjumaan. Caawimadani waa bilaash. Wac 1-844-867-1156 ama TTY 711. Waxaan aqbalnaa wicitaanada gudbinta

Waxaad caawimo ka heli kartaa turjumaan daryeel caafimaad oo shahaado haysta oo aqoon leh.

**Simplified Chinese:** 您可以使用其他 言、大号字体、盲文或您喜欢的方式 行交流。您也可以要求提供口 服。此服 免。致 1-844-867-1156 或 打免 TTY 711。我 接受 接来。您可以从 过 的有 的医 口 处获得帮助。

**Traditional Chinese:** 您可以選擇以其他語言、大字版、點字版或您偏好的格式獲取此通訊。您也可以要求口譯員服務。此服務為免費提供。請撥打 1-844-867-1156 或 TTY 711。我們接受轉接來電。

您可以獲得經認證之合格健康照護口譯員的協助。

**Korean:** 가입자는 이 문서를 다른 언어, 대형 인쇄체, 점자 또는 선호하는 형식으로 받을 수 있습니다. 통역사를 요청하실 수도 있습니다. 이러한 지원은 무료입니다. 1-844-867-1156 또는 TTY 711 번으로 전화해 주십시오. 릴레이 통화도 가능합니다.

인증 및 유자격 의료 통역사의 도움을 받을 수 있습니다.

**Chuukese:** Ka tongeni kuna ei pwan non ekoch kapasen fanu, awattei mak, kewe tikitik faniten chuun ika met sokkun format (ititin om mak ka mochen) en mi mochen. Ka tongeni eis emon chon chiaku epwe anisuk. Mi free ei aninis. Kori ei nampa 1-844-867-1156 ika TTY 711. Am mi etiwa aninisin kewe mi ter rese tongeni koko.

Ka tongeni kuna aninis seni ekewe mi tufich chon health care chiaku.

**Ukrainian:** Ви можете отримати це повідомлення іншими мовами, великим шрифтом, шрифтом Брайля або іншому форматі за вашим бажанням. Ви також можете отримати допомогу перекладача. Ця допомога безкоштовна. Телефонуйте за номером 1-844-867-1156 або TTY 711. Ми приймаємо перенаправлені дзвінки.

Ви можете отримати допомогу від сертифікованого та кваліфікованого медичного перекладача.

**Farsi:** می‌توانید این مطلب را به زبان‌های دیگر، چاپ درشت، خط بریل یا با فرمتی که ترجیح می‌دهید دریافت کنید. همچنین می‌توانید درخواست مترجم کنید. این کمک رایگان است. با شماره 1-844-867-1156 یا TTY 711 تماس بگیرید. ما تماس‌های رله مخصوص ناشنویان را می‌پذیریم.

می‌توانید از یک مترجم کادر درمانی مجرب و دارای مجوز کمک بگیرید.

**Swahili:** Unaweza kupata mawasiliano haya katika lugha zingine, maandishi makubwa, Breli au muundo unaopendelea. Unaweza pia kuomba huduma za mkalimani. Huu ni usaidizi wa bila malipo. Piga simu kwa 1-844-867-1156 au TTY 711. Tunakubali upigaji simu za relay.

Unaweza kupata msaada kutoka kwa mkalimani wa huduma za afya aliyethibitishwa na aliyehitimu.

**Burmese:** ဤစာကို အခြားဘာသာစကားများ၊ ပုံနှိပ်စာလုံးကြီး၊ မျက်မမြင်စာ သို့မဟုတ် သင်နှစ်သက်ရာပုံစံဖြင့် ရယူနိုင်ပါသည်။ စကားပြန်တစ်ဦးကိုလည်း တောင်းဆိုနိုင်ပါသည်။ ဤအကူအညီမှာ အခမဲ့ဖြစ်သည်။ 1-844-867-1156 သို့မဟုတ် TTY 711 ကို ဖုန်းဆက်ပါ။ ဆွံ့အ နားမကြားသူများ၏ တစ်ဆင့်ခံခေါ်ဆိုမှုများကို ကျွန်ုပ်တို့ လက်ခံပါသည်။

အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ရထားသော အရည်အချင်းမီ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု စကားပြန်ထံမှ အကူအညီကို ရယူနိုင်ပါသည်။

**Amharic:** ይህን መልሳት በሌሎች ቋንቋዎች፣ በትልልቅ ፊደላት፣ በብሬል ወይም እርስዎ በሚመርጡት ቅርጽ ማግኘት ይችላሉ። አስተርጓሚ እንዲቀርብልዎ መጠየቅ ይችላሉ። ይህ እገዛ የሚቀርበው በነጻ ነው። ወደ 1-844-867-1156 ወይም TTY 711 ይደውሉ። የማዘሪያ ጥሪዎችንም እንቀበላለን።

ከተመሰከረላት እና ብቃት ካለው የጤና እንክብካቤ አስተርጓሚ እርዳታ ማግኘት ይችላሉ።

**Romanian:** Puteți obține această comunicare în alte limbi, cu scris mare, în Braille sau într-un format preferat de dvs. De asemenea, puteți solicita asistența unui interpret. Această asistență este oferită gratuit. Sunați la 1-844-867-1156 sau TTY 711. Acceptăm și servicii de apeluri pentru persoane cu dizabilități de auz și/sau de vorbire.

Puteți primi asistență din partea unui interpret certificat și calificat în domeniul medical.

## **Discrimination Is Against the Law**

Wellcare By Allwell complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex (including pregnancy, sexual orientation, and gender identity). Wellcare By Allwell does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex (including pregnancy, sexual orientation, and gender identity).

### **Wellcare By Allwell:**

- Provides aids and services, at no cost, to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
  - Qualified sign language interpreters
  - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- Provides language services, at no cost, to people whose primary language is not English, such as:
  - Qualified interpreters and
  - Information written in other languages.

### **If you need these services, contact Member Services at:**

Wellcare By Allwell: **1-844-451-1768** (TTY/TDD: **711**). Between October 1 and March 31, representatives are available seven days a week, 8 a.m. to 8 p.m. Between April 1 and September 30, representatives are available Monday–Friday, 8 a.m. to 8 p.m.

If you believe that Wellcare By Allwell failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex (including pregnancy, sexual orientation, and gender identity), you can file a grievance with:



**1557 Coordinator**

**PO Box 31384, Tampa, FL 33631**

**1-855-577-8234**

**TTY/TDD: 711**

**Fax: 1-866-388-1769**

**Email: [SM\\_Section1557Coord@centene.com](mailto:SM_Section1557Coord@centene.com)**

You can file a grievance in person, by mail, fax, or email. Your grievance must be in writing and must be submitted within 180 days of the date that the person filing the grievance becomes aware of what is believed to be discrimination. If you need help filing a grievance, our 1557 Coordinator is available to help you.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail at U.S. Department of Health and Human Services; 200 Independence Avenue SW; Room 509F, HHH Building; Washington, D.C. 20201; or by phone: **1-800-368-1019**, **1-800-537-7697** (TTY/TDD).

Complaint forms are available at <https://www.hhs.gov/ocr/complaints/index.html>.

## **La discriminación es un delito**

Wellcare By Allwell cumple con las leyes Federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color de piel, nacionalidad de origen, edad, discapacidad o sexo (incluido el embarazo, la orientación sexual y la identidad de género). Wellcare By Allwell no excluye a las personas ni las trata de manera diferente por su raza, color de piel, nacionalidad de origen, edad, discapacidad o sexo (incluido el embarazo, la orientación sexual y la identidad de género).

### **Wellcare By Allwell proporciona:**

- Brinda asistencia y servicios, sin costo alguno, a las personas con discapacidades para comunicarse de manera eficaz con nosotros, como los siguientes:
  - Intérpretes de lengua de señas calificados
  - Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles u otros formatos)
- Brinda servicios de idiomas sin costo para las personas cuyo idioma principal no es el inglés, como los siguientes:
  - Intérpretes calificados e
  - Información escrita en otros idiomas.

### **Si necesita estos servicios, llame a Servicios para Miembros al:**

Wellcare By Allwell: **1-844-451-1768** (TTY/TDD: **711**). Entre el 1 de octubre y el 31 de marzo, los representantes están disponibles los siete días de la semana, de 8 a.m. a 8 p.m. Entre el 1 de abril y el 30 de septiembre, los representantes están disponibles de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m.

Si considera que Wellcare By Allwell no le proporcionó estos servicios o lo discriminó de otra manera por motivos de raza, color de piel, nacionalidad de origen, edad, discapacidad o sexo (incluido el embarazo, la orientación sexual y la identidad de género), puede presentar una queja ante la siguiente entidad:

**1557 Coordinator**

**PO Box 31384, Tampa, FL 33631**

**1-855-577-8234**

**TTY/TDD: 711**

**Fax: 1-866-388-1769**

**Email: [SM\\_Section1557Coord@centene.com](mailto:SM_Section1557Coord@centene.com)**

Puede presentar una queja en persona, o por correo, fax o correo electrónico. La queja debe presentarse por escrito en un plazo de 180 días a partir de la fecha en que la persona que presenta la queja advierta lo que considera discriminación. Si necesita ayuda para presentar una queja, nuestro Coordinador 1557 está disponible para ayudarlo.

También puede presentar un reclamo de derechos civiles ante la Office for Civil Rights del U.S. Department of Health and Human Services de manera electrónica a través del Portal de Reclamos de la Office for Civil Rights, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correo postal a U.S. Department of Health and Human Services; 200 Independence Avenue SW; Room 509F, HHH Building; Washington, D.C. 20201; o por teléfono: **1-800-368-1019, 1-800-537-7697** (TTY/TDD).

Los formularios de reclamo están disponibles en <https://www.hhs.gov/ocr/complaints/index.html>.

If you, or someone you are helping, have questions about Wellcare By Allwell, and are not proficient in English, you have the right to get help and information in your language at no cost and in a timely manner. If you, or someone you are helping, have an auditory and/or visual condition that impedes communication, you have the right to receive auxiliary aids and services at no cost and in a timely manner. To receive oral interpretation, ASL, written translation, or auxiliary services, please contact Member Services at **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**Spanish:** Si usted, o alguien a quien está ayudando, tiene preguntas acerca de Wellcare By Allwell y no domina el inglés, tiene derecho a obtener ayuda e información en su idioma sin costo alguno y de manera oportuna. Si usted, o alguien a quien está ayudando, tiene un impedimento auditivo o visual que le dificulta la comunicación, tiene derecho a recibir ayuda y servicios auxiliares sin costo alguno y de manera oportuna. Para recibir interpretación oral, lengua de signos americana (ASL), traducción escrita o servicios auxiliares, comuníquese con Servicios para Miembros al **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**Navajo:** Daa ni, doodaii la'da ni'bineesh'a dzaadi, be'esdzááh na'idíkid 'aa Wellcare By Allwell, dóó bineesh'a góó t'oo 'adee naash'ne di Bilagaana bizaad, ni be'esdzááh la' t'áá 'áko góó bil hánish'áásh dzaadi dóó bíka'ashkíd di nihí saad gi 'ádin t'áadoo bááhilinigoo dóó di léi na'alkid lahgo 'át'éego. Dáá ni, doodaii la'da ni'bineesh'a dzaadi, be'esdzááh la nish'j dóó/doodaii na'ach'aah 'ahooszoli eii biniish'laah bil'alnaa'alwo, ni be'esdzááh la' t'aa 'ako góó baa yíltsóós 'ooljee'lahgo 'anaa'niil bika'iishyeed dóó tse'esgizii gi 'adin t'áadoo baahilinigoo dóó di léi na'alkid lahgo 'át'éego. Góó yíltsóós saad náánalahdée' doodaii 'ooljee'lahgo 'anaa'niil tse'esgizii, Bilagáana 'atiingi 'i'ii'ahigii dine bizaad (ASL), t'aa shoodi deistse' 'Anishtah Tse'esgizii gi **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**Chinese (Mandarin):** 如果您或您帮助的人对 Wellcare By Allwell 有疑问，并且不精通英语，则您有权免费、及时获得以您的语言提供的帮助和信息。如果您或您帮助的人患有听觉和/或视觉方面的疾病，会阻碍沟通，则您有权免费、及时获得辅助工具和服务。要获得口译、美国手语 (ASL)、笔译或辅助服务，请致电 **1-844-451-1768 (TTY 711)** 联系会员服务部。

**Chinese (Cantonese):** 如果您，或是您正在協助的對象，有關於 Wellcare By Allwell 方面的問題，且不精通英語，您有權利免費並及時以您的母語獲幫助和訊息。如果您，或您正在協助的對象有聽力和/或視力上的問題，阻礙了溝通，您有權利免費並及時獲得輔助支援與服務。若要取得口譯，美國手語 (ASL)，書面翻譯或輔助服務，請聯絡會員服務部，電話是 **1-844-451-1768 (TTY 711)**。

**Vietnamese:** Nếu quý vị hoặc người mà quý vị đang giúp đỡ có câu hỏi về Wellcare By Allwell và không thành thạo tiếng Anh, quý vị có quyền được trợ giúp và nhận thông tin bằng ngôn ngữ của mình miễn phí và kịp thời. Nếu quý vị hoặc người mà quý vị đang giúp đỡ mắc bệnh về thính giác và/hoặc thị giác gây cản trở giao tiếp, quý vị có quyền được nhận các hỗ trợ và dịch vụ phụ trợ miễn phí và kịp thời. Để nhận dịch vụ thông dịch Ngôn ngữ ký hiệu Mỹ (ASL) hoặc dịch vụ phụ trợ, vui lòng liên hệ bộ phận Dịch Vụ Thành Viên theo số **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**Arabic:** إذا كان لديك أو لدى شخص تساعد أسئلة حول Wellcare By Allwell، ولم تكن بارعًا باللغة الإنكليزية، فلديك الحق في الحصول على المساعدة والمعلومات بلغتك من دون أي تكلفة وفي الوقت المناسب. إذا كنت أنت أو أي شخص تساعد تعاني من حالة سمعية و/أو بصرية تعيق التواصل، فلديك الحق في تلقي مساعدات وخدمات إضافية من دون أي تكلفة وفي الوقت المناسب. لتلقي خدمات الترجمة الشفهية أو لغة الإشارة الأمريكية (ASL) أو الترجمة الكتابية أو خدمات إضافية، يرجى الاتصال بخدمات الأعضاء على **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**Tagalog:** Kung ikaw, o ang iyong tinutulungan, ay may mga katanungan tungkol sa Wellcare By Allwell, at hindi ka mahusay sa Ingles, may karapatan ka na makakuha ng tulong at impormasyon sa iyong wika nang walang gastos at sa maagap na paraan. Kung ikaw, o ang iyong tinutulungan, ay may kondisyon sa pandinig at/o paningin na nakakaapekto sa komunikasyon, may karapatan kang makatanggap ng mga karagdagang tulong at serbisyo nang walang gastos at sa maagap na paraan. Para makatanggap ng pasalitang pagsasalin, ASL, pasulat na pagsasalin, o mga karagdagang serbisyo, mangyaring makipag-ugnayan sa Mga Serbisyo para sa Miyembro sa **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**Korean:** 귀하 또는 귀하의 도움을 받는 분이 Wellcare By Allwell 에 대한 질문이 있는 경우 영어에 능숙하지 않으시면 해당 언어로 시의적절하게 무료 지원과 정보를 받을 권리가 있습니다. 귀하 또는 귀하의 도움을 받는 분이 청각 및/또는 시각적으로 의사소통에 장애가 있는 경우 시의적절하게 무료 보조 도구 및 서비스를 받을 권리가 있습니다. 구두 통역, ASL, 서면 번역 또는 보조 서비스를 받으시려면 **1-844-451-1768(TTY 711)**번으로 가입자 서비스부에 연락해주시십시오.

**French:** Si vous-même ou une personne que vous aidez avez des questions à propos de Wellcare By Allwell et que vous ne maîtrisez pas l'anglais, vous pouvez bénéficier gratuitement et en temps utile d'aide et d'informations dans votre langue. Si vous-même ou une personne que vous aidez souffrez d'un trouble auditif ou visuel qui entrave la communication, vous pouvez bénéficier gratuitement et en temps utile d'aides et de services auxiliaires. Pour profiter de services d'interprétation, de langue des signes américaine (ASL), de traduction ou de services auxiliaires, veuillez contacter Services aux membres au **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**German:** Falls Sie oder jemand, dem Sie helfen, Fragen zu Wellcare By Allwell hat und nicht Englisch spricht, haben Sie das Recht, kostenlos und zeitnah Hilfe und Informationen in Ihrer Sprache zu erhalten. Falls Sie oder jemand, dem Sie helfen, eine Hör- und/oder Sehbeeinträchtigung hat, die die Kommunikation beeinflusst, haben Sie das Recht, kostenlos und zeitnah zusätzliche Hilfe und Dienstleistungen zu erhalten. Für mündliche Verdolmetschungen in andere Sprachen und in amerikanische Gebärdensprache (ASL), schriftliche Übersetzungen oder weitere Unterstützung wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst unter **1-844-451-1768 (TTY 711)**.

**Russian:** Если у вас или у лица, которому вы помогаете, возникли какие-либо вопросы о программе страхования Wellcare By Allwell, при этом вы недостаточно хорошо владеете английским языком, вы имеете право на бесплатную и своевременную помощь и информацию на своем родном языке. Если у вас или у лица, которому вы помогаете, наблюдается какое-либо нарушение слуха и/или зрения, которое препятствует коммуникации, вы имеете право на бесплатные и своевременные вспомогательные услуги и помощь. Для получения услуг устного перевода, перевода на американский жестовый язык (ASL), письменного перевода или вспомогательных услуг обратитесь в отдел обслуживания участников программы страхования по номеру **1-844-451-1768** (TTY **711**).

**Japanese:** ご自身やあなたが介護している他の人が、Wellcare By Allwellについてご質問をお持ちの場合、英語に自信がなくても無料かつタイムリーにご希望の言語でヘルプや情報を得ることができます。ご自身や、あなたが介護している他の人の聴覚や視覚の状態のためやり取りが難しい場合でも、無料かつタイムリーに補助サービスを受けることができます。通訳やアメリカ手話 (ASL)、翻訳、補助サービスを受けるには、**1-844-451-1768** (TTY **711**)のメンバーサービスにご連絡ください。

**(Farsi) Persian:** اگر شما یا فردی که دارید به او کمک می‌کنید، سؤالی درباره Wellcare By Allwell دارید، و انگلیسی نمی‌دانید، حق دارید کمک و اطلاعات را به زبان خودتان به رایگان و به موقع دریافت کنید. اگر شما یا فردی که دارید به او کمک می‌کنید مشکلات شنوایی یا بینایی دارد که برقراری ارتباط را سخت می‌کند، حق دارید کمک‌ها و خدمات امدادی را به زبان خودتان به رایگان و به موقع دریافت کنید. برای دریافت خدمات ترجمه شفاهی، زبان اشاره امریکایی (ASL)، ترجمه کتبی، یا کمک‌های امدادی لطفاً با خدمات اعضا به شماره **1-844-451-1768** (TTY **711**) تماس بگیرید.





## Multi-Language Insert Multi-language Interpreter Services

**English:** We have free interpreter services to answer any questions you may have about our health or drug plan. To get an interpreter, just call us at **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Someone who speaks English/Language can help you. This is a free service.

**Spanish:** Contamos con los servicios de interpretación gratuitos para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre nuestro plan de salud o medicamentos. Para solicitar un intérprete, llámenos al **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Alguien que hable español puede ayudarlo. Este es un servicio gratuito.

**Chinese (Mandarin):** 我们提供免费的口译服务，可解答您对我们的健康或药物计划的有关疑问。如需译员，请拨打 **1-844-428-2224 (TTY: 711)**。您将获得中文普通话口译员的帮助。这是一项免费服务。

**Chinese (Cantonese):** 我們提供免費的口譯服務，可解答您對我們的健康或藥物計劃可能有的任何疑問。如需口譯員服務，請致電 **1-844-428-2224 (TTY: 711)**。會說廣東話的人員可以幫助您。此為免費服務。

**Tagalog:** May mga libre kaming serbisyo ng interpreter para sagutin ang anumang posible ninyong tanong tungkol sa aming planong pangkalusugan o plano sa gamot. Para kumuha ng interpreter, tawagan lang kami sa **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. May makakatulong sa inyo na nagsasalita ng Tagalog. Isa itong libreng serbisyo.

**French:** Nous mettons à votre disposition des services d'interprétation gratuits pour répondre à toutes vos questions sur notre régime de santé ou de médicaments. Pour obtenir les services d'un interprète, appelez-nous au **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Un interlocuteur francophone pourra vous aider. Ce service est gratuit.

**Vietnamese:** Chúng tôi có dịch vụ thông dịch miễn phí để trả lời bất kỳ câu hỏi nào của quý vị về chương trình sức khỏe hoặc chương trình thuốc của chúng tôi. Để nhận thông dịch viên, chỉ cần gọi cho chúng tôi theo số **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Một nhân viên nói tiếng Việt có thể giúp quý vị. Dịch vụ này được miễn phí.

**German:** Wir bieten Ihnen einen kostenlosen Dolmetschservice, wenn Sie Fragen zu unseren Gesundheits- oder Medikamentenplänen haben. Wenn Sie einen Dolmetscher brauchen, rufen Sie uns unter folgender Telefonnummer an: **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Ein deutschsprachiger Mitarbeiter wird Ihnen behilflich sein. Dieser Service ist kostenlos.

**Korean:** 당사의 건강 또는 의약품 플랜과 관련해서 물어볼 수 있는 모든 질문에 답변하기 위한 무료 통역 서비스가 있습니다. 통역사가 필요한 경우, **1-844-428-2224(TTY: 711)**번으로 당사에 연락해 주십시오. 한국어를 구사하는 통역사가 도움을 드릴 수 있습니다. 통역 서비스는 무료로 제공됩니다.

**Russian:** Если у вас возникли какие-либо вопросы о нашем плане медицинского страхования или плане с покрытием лекарственных препаратов, вам доступны бесплатные услуги переводчика. Если вам нужен переводчик, просто позвоните нам по номеру **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Вам окажет помощь сотрудник, говорящий на русском языке. Данная услуга бесплатна.

**Arabic:** نوّفر خدمات ترجمة فورية مجانية للإجابة على أي أسئلة قد تكون لديك حول خطة الصحة أو الدواء الخاصة بنا. للحصول على مترجم فوري، ما عليك سوى الاتصال بنا على الرقم **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. يمكن أن يساعدك شخص يتحدث العربية. وتتوفر هذه الخدمة بشكل مجاني.

**Hindi:** हमारे स्वास्थ्य या ड्रग प्लान के बारे में आपके किसी भी प्रश्न का उत्तर देने के लिए, हम मुफ्त में दुभाषिया सेवाएं देते हैं। दुभाषिया सेवा पाने के लिए, बस हमें **1-844-428-2224 (TTY: 711)** पर कॉल करें। हिंदी बोलने वाला/वाली कोई सहायक आपकी मदद कर सकता/सकती है। यह एक निःशुल्क सेवा है।

**Italian:** Sono disponibili servizi di interpretariato gratuiti per rispondere a qualsiasi domanda possa avere in merito al nostro piano farmacologico o sanitario. Per usufruire di un interprete, è sufficiente contattare il **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Qualcuno la assisterà in lingua italiana. È un servizio gratuito.

**Portuguese:** Temos serviços de intérprete gratuitos para responder a quaisquer dúvidas que possa ter sobre o nosso plano de saúde ou medicação. Para obter um intérprete, contacte nos através do número **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Um falante de português poderá ajudá-lo. Este serviço é gratuito.

**French Creole:** Nou gen sèvis entèprèt gratis pou reponn nenpòt kesyon ou ka genyen sou plan sante oswa plan medikaman nou an. Pou jwenn yon entèprèt, annik rele nou nan **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Yon moun ki pale Kreyol Ayisyen ka ede w. Se yon sèvis ki gratis.

**Polish:** Oferujemy bezpłatną usługę tłumaczenia ustnego, która pomoże Państwu uzyskać odpowiedzi na ewentualne pytania dotyczące naszego planu leczenia lub planu refundacji leków. Aby skorzystać z usługi tłumaczenia ustnego, wystarczy zadzwonić pod numer **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Zapewni to Państwu pomoc osoby mówiącej po polsku. Usługa ta jest bezpłatna.

**Japanese:** 弊社の健康や薬剤計画についてご質問がある場合は、無料の通訳サービスをご利用いただけます。通訳を利用するには、**1-844-428-2224 (TTY : 711)** にお電話ください。日本語の通訳担当者が対応します。これは無料のサービスです。

**Bengali:** আমাদের স্বাস্থ্য বা ড্রাগ বিষয়ক পরিকল্পনা সম্পর্কে আপনার সম্ভাব্য যে কোন প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার জন্য আমাদের কাছে বিনামূল্যে ইন্টারপ্রেটার পরিষেবা রয়েছে। একজন ইন্টারপ্রেটার পেতে, খালি আমাদের **1-844-428-2224 (TTY: 711)** নম্বরে কল করুন। বাংলা বলতে পারে এমন কেউ আপনাকে সাহায্য করতে পারে। এই পরিষেবাটির জন্য কোনও খরচ নেই।

**Nepali:** हाम्रा स्वास्थ्य वा औषधिसम्बन्धी प्लानहरूको सम्बन्धमा तपाईंसँग हुन सक्ने जुनसुकै प्रश्नको जवाफ दिन हामीसँग निःशुल्क दोभासे सेवाहरू छन्। कुनै दोभासेको सेवा प्राप्त गर्न तपाईंले **1-844-428-2224 (TTY: 711)** मा हामीलाई कल मात्र गरे पुग्छ। नेपाली भाषा बोल्ने कुनै व्यक्तिले तपाईंलाई मद्दत गर्नुहुने छ। यो एक निःशुल्क सेवा हो।

**Swahili:** Tuna huduma za mkalimani zisizolipiwa wa kujibu maswali yoyote ambayo unaweza kuwa nayo kuhusu mpango wetu wa afya au dawa. Ili kupata mkalimani, tupigie tu simu kupitia **1-844-428-2224 (TTY: 711)**. Mtu anayezungumza Kiswahili anaweza kukusaidia. Huduma hii ni ya bila malipo.

**Tamil:** எங்கள் உடல்நலம் அல்லது மருந்துத் திட்டம் பற்றி உங்களுக்கு ஏதேனும் கேள்விகள் இருந்தால் பதிலளிப்பதற்காக இலவச மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவைகளை வழங்குகிறோம். ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளரை அணுக, 1-844-428-2224 (TTY: 711) என்ற எண்ணில் எங்களை அழைக்கவும். தமிழ் பேசத் தெரிந்த ஒருவர் உங்களுக்கு உதவுவார். இது ஒரு இலவச சேவையாகும்.

## **Race, Ethnicity and Language Information (REL)**

Wellcare By Allwell promises to keep your race, ethnicity, and language (REL) information private. We use some of the following ways to protect your information:

- Keeping paper documents in locked file cabinets.
- Requiring that all electronic information stays on physically secure media.
- Maintaining your electronic information in password-protected files.

We may use or share your REL info to perform our work. These activities may include:

- Finding health care gaps.
- Making intervention programs.
- Designing and directing outreach materials.
- Telling health care professionals and doctors about your language needs.

We will never use your REL information for approving, rate setting, or benefit decisions. We will not give your REL information to unauthorized people.

If you need these services, contact Wellcare By Allwell at **1-844-796-6811** (TTY: **711**). Between October 1 and March 31, representatives are available seven days a week, 8 a.m. to 8 p.m. Between April 1 and September 30, representatives are available Monday–Friday, 8 a.m. to 8 p.m.

### **English**

Attention: If you speak English, language assistance services are available to you free of charge. Call **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

### **Español (Spanish)**

Atención: Si habla español, hay servicios de asistencia lingüística disponibles sin costo para usted. Llame al **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

### **Lus Hmoob (Hmong)**

Ua Tib Zoo Saib: Yog tias koj hais lus Hmoob, peb muaj cov kev pab cuam txhais lus uas koj tsis tas them nqi dab tsi. Hu rau **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

### **普通话 (Mandarin Chinese)**

请注意：如果您说普通话，我们可以为您提供免费语言支持服务。请致电 **1-844-796-6811** (TTY: **711**)。

### **ພາສາລາວ (Laotian)**

ຊື່ຄວນໃສ່ໃຈ: ຫາກວ່າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ພວກເຮົາມີການບໍລິການ ຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໃຫ້ທ່ານໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ. ໂທຫາ **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

### **မြန်မာဘာသာ (Burmese)**

သတိပြုရန်- သင်သည် မြန်မာစကားပြောဆိုပါက၊ ဘာသာစကား အကူအညီ ဝန်ဆောင်မှုများကို အခမဲ့ရယူနိုင်သည်။ **1-844-796-6811** (TTY: **711**) သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

## **Somali (Somali)**

Fiiro gaar ah: Hadii aad ku hadasho Soomaali, adeegyada kaalmada luuqada ayaad heleysaa oo kuu bilaash ah. La hadal **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

## **Русский (Russian)**

Внимание: если вы говорите на русском языке, вы можете бесплатно получить помощь переводчика. Позвоните по номеру **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

## **Hrvatski (Croatian)**

Pažnja: ako govorite hrvatski, usluge jezične pomoći dostupne su vam besplatno. Nazovite **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

## **German (German)**

Achtung: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos Sprachdienstleistungen zur Verfügung. Rufen Sie dazu folgende Nummer an: **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

## **العربية (Arabic)**

انتباه: في حال كنت تتحدث اللغة العربية، تتوفر لك خدمات مساعدة لغوية مجانية. اتصل على الرقم **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

## **Tiếng Việt (Vietnamese)**

Lưu ý: Nếu quý vị nói tiếng Việt, chúng tôi có dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí cho quý vị. Gọi số **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

## **한국어 (Korean)**

주의: 한국어를 구사할 경우, 언어 보조 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-844-796-6811**(TTY: **711**)번으로 전화해 주십시오.

## **Deitsch (Pennsylvania Dutch)**

Wichdich: Wann du Deitsch schwetzscht, kannscht du en Interpreter griege unni as es ennich eppes koschte zellt. Ruf **1-844-796-6811** (TTY: **711**) uff.

## **Polski (Polish)**

Uwaga: Jeśli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer **1-844-796-6811** (TTY: **711**).

## **हिंदी (Hindi)**

ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं, तो भाषा सहायता सेवाएं आपके लिए निःशुल्क उपलब्ध हैं। **1-844-796-6811** (TTY: **711**) पर कॉल करें।

## **Shqip (Albanian)**

Vëmendje: Nëse flisni shqip, shërbimet e asistencës gjuhësore ju vihen në dispozicion falas. Telefononi **1-844-796-6811** (TTY: **711**).









# အရေးကြီးသော အစီအစဉ်အချက်အလက်

