



Coronavirus disease (Covid-19) နှင့် ပတ်သက်၍ 4 March 2020 နေ့၏ လက်ရှိအခြေအနေ

၂၀၂၀ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ ၃၀ ရက်တွင် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်မှ Novel Corona ဗိုင်းရပ်စ် ကပ်ရောဂါ အသွင်ဖြစ်ပွားမှု သည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး အရေးပေါ်တစ်ရပ် ဖြစ်ကြောင်း ကြေငြာခဲ့ပါသည်။ ထိုသို့ကြေငြာခဲ့ပြီးနောက် ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာန နှင့် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (မြန်မာ) တို့မှ ဖွံ့ဖြိုးရေး မိတ်ဖက်များ၊ ကုလသမဂ္ဂဖွံ့ဖြိုးရေး အေဂျင်စီများ COVID-19 အတွက် ဆောင်ရွက်နေသော နိုင်ငံတကာ ပြည်တွင်း လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှုအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ညှိနှိုင်းအစည်းအဝေးများ ခေါ်ယူကျင်းပခဲ့ပါသည်။ ၎င်းညှိနှိုင်းအစည်းအဝေးများကို ၆ ကြိမ်တိုင် အောင်မြင်စွာ ကျင်းပခဲ့ပြီး ဆက်လက် ကျင်းပရန်လည်းရှိပါသည်။

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) မှ COVID-19 အတွက် အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်ကို ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ ၂၇ ရက်တွင် မွမ်းမံဖွင့်ဆိုခဲ့ပါသည်။ (<https://bit.ly/2Tf9ydg>) ထို့အပြင် WHO မှ အန္တရာယ်အကဲဖြတ်မှုကို ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ ၂၉ ရက်တွင် တရုတ်နိုင်ငံဒေသတွင်းနှင့် ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်းတို့တွင် အလွန်မြင့်မားသောအဆင့်ဟု ပြန်လည်သတ်မှတ်ခဲ့ပါသည်။

ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ COVID-19 လှုပ်ရှားမှုအတွက် စုစုပေါင်း ဒေါ်လာ ၅ သန်းတန်ဖိုးရှိသော အစပျိုးအဆိုပြုချက်ကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းအဆိုပြုချက်တွင် အဓိကပြည်သူ့ကျန်းမာရေး အစီအမံများဖြစ်သော မည်သည့် ရောဂါမဆို ကပ်ရောဂါအသွင်ဖြစ်ပွားမှု အစောပိုင်းအဆင့်တွင် ကြိုတင် ကာကွယ်ရန်နှင့် ပြည်သူလူထုထဲတွင် ဖြစ်ပွားမှုနှင့် နိုင်ငံတကာဝင်ပေါက်များကို စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း၊ အန္တရာယ်နှင့် အဖြစ်အပျက် သတင်းအချက်အလက်များကို ပြည်သူလူထု အားလုံးကို ဆက်သွယ်ဖြန့်ဝေပေးခြင်း၊ ဆေးဝါးမဟုတ်သော ဆေး ဘက်ဆိုင်ရာ ဓါတ်ခွဲပစ္စည်းများ ပံ့ပိုးပေးခြင်း၊ COVID-19 နှင့်ပတ်သက်၍ အသိပညာမြှင့်တင်ပေးခြင်း တို့ပါဝင်ပါသည်။

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့နှင့် မိတ်ဘက်များမှ ၎င်းအကောင်အထည်ဖော်မှုများကို ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ ထို့ပြင် စောင့်ကြပ်စစ်ဆေးမှုများကို Open source web-based platform မှတဆင့် မိတ်ဘက်များ၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများကို သိရှိနိုင်ရန် ဖန်တီးထားပါသည်။ အသေးစိတ်ကို <http://bit.ly/2UMnX1L> တွင် ဝင်ရောက် ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။ ၎င်း link တွင် အရင်းအမြစ်မြေပုံနှင့် သုံးသပ်ကြည့်ရှုခြင်းတို့ကို အချိန်နှင့်တပြေးညီ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

COVID-19 အတွက် ပြည့်စုံသောအရေးပေါ် အစီအစဉ်နှင့် မြန်မာနိုင်ငံတွင် အခြား အသစ်ထွက်ပေါ်လာသော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ကပ်ရောဂါ အသွင်ဖြစ်ပွားမှုကို တုံ့ပြန်ရေးအတွက် လက်ရှိတွင် ရေးဆွဲ ဆောင်ရွက်ထားပြီး ဖြစ်သည်။ လတ်တလော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကူးစက်မှု ယေဘုယျ အန္တရာယ်ကို လျော့ချရန်အတွက် ရိုးရှင်းသော ကာကွယ်ရေး နည်းလမ်းများကို အထူး အကြံပြုလိုပါသည်။

- လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေ အသုံးပြုပြီး မကြာခဏ ဆေးကြောပါ။
- တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ပါ။ တိရစ္ဆာန်များနှင့် ထိတွေ့ပြီးပါက လက်ကို သေချာစွာ ဆေးကြောပါ။
- ချောင်းဆိုး၊ နှာချေတိုင်း အဝတ် သို့မဟုတ် စွန့်ပစ်၍ရသော တစ်ရှူးကို အသုံးပြုပြီး နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို လုံအောင်အုပ်ပါ။ လူများနှင့် ခပ်လှမ်းလှမ်းတွင်နေပါ။ လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေ အသုံးပြုပြီး ဆေးကြောပါ။
- သင့်တွင် ဖျားခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာချေခြင်း၊ အသက်ရှူကြပ်ခြင်းစသည့် ရောဂါလက္ခဏာ များခံစားရပါက ကျန်းမာရေးပညာရှင်များထံမှ အကြံဉာဏ်ရယူပါ။ မိမိ၏ ခရီးသွားရာဇဝင် ကိုလည်း မျှဝေပါ။
- လတ်တလောအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကူးစက်ခံရသူများနှင့် အနီးကပ်နေထိုင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည် အဆုတ်ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေသောကြောင့် သင် ဆေးလိပ်သောက် နေလျှင် ဆေးလိပ်ဖြတ်ပါ။

COVID-19 မှ ကာကွယ်ရန်အတွက် နည်းလမ်း ၆ သွယ်ကို အောက်ပါ link တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ Video ကြာချိန်မှာ ၁ မိနစ်ခန့်သာ ရှိပါသည်။ (<https://bit.ly/2lxWhql>) ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ ၂၄ ရက်နေ့နှင့် ဖေဖော်ဝါရီလ ၇ ရက်နေ့တို့တွင် ထုတ်ဝေထားသော WHO novel corona virus (nCoV) သတင်းလွှာကို မြန်မာ၊ အင်္ဂလိပ် နှစ်ဘာသာဖြင့် ဖော်ပြထားပြီး ကပ်လျက်ရှိ links တွင် ဝင်ရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

ထို့အပြင် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ ထုတ်ပြန်ထားသော သတင်း၊ အချက်အလက်များကိုလည်း ဤ link <https://bit.ly/3bOIYiH> တွင် ဝင်ရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

Global situation of Coronavirus disease 2019 (COVID-19)*

Globally confirmed cases

4 Mar 20	20 Feb 20	12 Feb 20
90,090	75,748	45,171

China confirmed cases & death cases

80,422	74,675	44,730
2,984	2,121	1,114

Outside of China

confirmed cases, countries & death cases

12,668	1,073	441
76	26	24
214	8	1

WHO risk assessment

China	Regional level	Global level
very high	very high	very high

Online courses related to COVID-19 can be found at the OpenWHO platform:

- A general introduction to emerging respiratory viruses high <https://bit.ly/37LICFW>
- Critical care of severe acute respiratory infections <https://bit.ly/3bS7dfD>
- Health and safety briefing for respiratory diseases - ePROTECT <https://bit.ly/2HJ9XhG>

* Covid-19 situation report-44 published on 5 Mar 2020



7 Feb 2020
in English
<https://bit.ly/2vfHCMM>
in Myanmar
<https://bit.ly/2HagDF5>



24 Jan 2020
in English -
<https://bit.ly/30UVRT6>
in Myanmar -
<https://bit.ly/313eHHO>

လေထုညစ်ညမ်းမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆိုးကျိုးများမှ ကာကွယ်ပါ။

လေထုညစ်ညမ်းမှုသည် ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်း ရင်ဆိုင်နေရသော စိုးရိမ်စရာဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာလူဦးရေ၏ အများစုသည် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ လေထုအရည်အသွေး စံသတ်မှတ်ချက်ထက် ကျော်လွန်သော နေရာများတွင် နေထိုင်နေကြသည်။ လေထုညစ်ညမ်းမှုဖြစ်စေသည့် အရာများဖြစ်သော ဖန်လုံအိမ်ခါတ်ငွေ့များသည် ကမ္ဘာမြေကို အပူခါတ်ပေးသည့်အပြင် လေထုညစ်ညမ်းမှုသည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ၊ နှလုံးသွေးကြောဆိုင်ရာနှင့် မကူးစက်နိုင်သောရောဂါများနှင့် ဆက်စပ်လျက်ရှိသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ထို့ကြောင့် လေထုညစ်ညမ်းမှုကို အနည်းဆုံးဖြစ်စေခြင်းသည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို တိုက်ဖျက်ခြင်းနှင့် ပြည်သူများ၏ ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်လာစေခြင်းတို့ကို အထောက်အကူပေးရာရောက်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံသည် အိမ်တွင်းနှင့် ပြင်ပလေထုညစ်ညမ်းမှု နှစ်ခုစလုံးနှင့် ရင်ဆိုင်နေရသည်။ နေရာအများစုတွင် ချက်ပြုတ်ရာ၌ ရေနံ၊ ထင်းနှင့် သီးနှံရိတ်သိမ်းရာမှထွက်ရှိသော စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို လောင်စာအဖြစ် အသုံးပြုခြင်းကြောင့် အိမ်တွင်းနှင့်အိမ်ပြင် လေထုညစ်ညမ်းမှုကို ဖြစ်စေသည်။ အမျိုးသမီးများ၊ ကလေးများနှင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများကို အထူးသဖြင့် အန္တရာယ်ရှိစေသည်။ မြို့ပြများဖြစ်ပေါ်ခြင်းနှင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်းများမှလည်း ပတ်ဝန်းကျင် လေထုညစ်ညမ်းမှုကို ဖြစ်စေသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အဓိက လေထုညစ်ညမ်းမှုများကို ရန်ကုန်၊ မန္တလေးနှင့် နေပြည်တော်တို့တွင် တိုင်းတာပါသည်။ ၂၀၁၉ ခုနှစ်တွင် ရန်ကုန်တိုင်းအတွင်း၌ နှစ်စဉ်ပျမ်းမျှ PM 2.5 စုစည်းခြင်းမှာ 31.18 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ ရှိသည်။ ၎င်းသည် လေထုအရည်အသွေးတိုင်းတာသည့်ဌာန ၂ ခု၏ ပျမ်းမျှဖြစ်သည်။ (လေထုထဲရှိ အမှုန်ပစ္စည်း PM 2.5 μm or less အဆင့်သည် လေထုညစ်ညမ်းမှု တိုင်းတာရာတွင် အဓိကအညွှန်းကိန်းတစ်ခုဖြစ်သည်) ၂၀၁၈ ခုနှစ်တွင် ၎င်းဌာနများမှ နှစ်စဉ်ပျမ်းမျှ PM 2.5 စုစည်းခြင်းမှာ 29.83 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ ရှိခဲ့သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

လေထုညစ်ညမ်းမှုနှင့် ပတ်သက်သော နောက်ထပ်သတင်းလွှာကိုလည်း ပြင်ဆင်နေဆဲဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ လေထုညစ်ညမ်းမှု အထူးသတင်းလွှာ (၂၀၁၉ ခုနှစ် မေလ ၉ ရက်နှင့် ၂၀၁၈ ခုနှစ် မေလ ၁၆ ရက်)တွင် အိမ်တွင်းနှင့် ပြင်ပလေထုညစ်ညမ်းမှုကို လျော့ချနိုင်ရန် ကျွန်ုပ်တို့ အားလုံး မည်သို့ဝိုင်းဝန်းကူညီကြရန်၊ ကျန်းမာစွာနေထိုင်ရန်နှင့် ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုကို တိုက်ဖျက်ရန် လိုအပ်သည့် အဓိကအချက်များ ပါဝင်ပါသည်။ အသေးစိတ်ကို အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ နှစ်ဘာသာဖြင့် အောက်ပါ links တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ <https://bit.ly/2vX2oBi> နှင့် <https://bit.ly/32jXQRL>

World Health Organization
Myanmar

Air Pollution
WHO Myanmar newsletter special 9 May 2019

Preventing harmful effects of air pollution

Air pollution is a growing concern globally. An estimated 92% of the world's population are living in places that exceed WHO's ambient air quality guidelines. Air pollution is associated with respiratory and cardiovascular diseases.

Myanmar is facing a double burden of indoor and outdoor air pollution. As in many places, use of fuels for household cooking (kerosene, wood, crop waste), contribute to indoor air pollution. Such fuels cause high exposure to pollutants within the household, particularly for women, children, the elderly. Further, they contribute greatly to poor outdoor air quality in nearby communities. Urbanization and transportation aggravate outdoor pollution.

Peak episodes of air pollution can result from incidents such as the garbage fire in the Heien Bin landfill site that happened in April 2018, potentially affecting many communities for the duration of the episode.

This newsletter special updates our previous fact sheets (of 30 April 2018 and 16 May 2018) covering outdoor and indoor air pollution. <https://bit.ly/2G32P9L> and <https://bit.ly/22Y4zQ4>

Household air pollution

3.8 million

WHO estimates that over 3.8 million people are exposed to high levels of household air pollution every day.

18%
27%
29%
1%
27%

CLEAR AIR FOR HEALTH

Air quality monitoring

- Air quality monitoring is the technical process of investigating pollutants in the air.
- WHO compiles annual air quality data in a global data base - from almost 4,000 cities world wide.
- In Myanmar, key air pollutants are monitored in Yangon and Naypyitaw.
- Data from two monitoring sites are included in the global data base.
- The level of particulate matter (PM2.5) is one of the key indicators measuring air pollution.
- In Yangon Region, the average annual concentrations of PM2.5 are estimated to be 35 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ (2016). This is higher than the WHO standard guideline for ambient air quality (10 $\mu\text{g}/\text{m}^3$).

Source: Myanmar CDC, Ministry of Health & Sports

*WHO air quality guidelines, 2006, WHO HQ.

ရိုတာ ဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေး မိတ်ဆက်ခြင်း



Media briefing for rotavirus vaccine introduction, Chatrium Hotel, Yangon. 14 January 2020

၂၀၂၀ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ ၁ ရက်နေ့တွင် ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ ရိုတာဗိုင်းရပ်စ်ကာကွယ်ဆေးကို ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်း အစီအစဉ်တွင် စတင်ထည့်သွင်းခဲ့ပါသည်။ ၎င်းကာကွယ်ဆေးသည် ကာကွယ်ဆေးဖြင့် ကာကွယ်၍ရသောရောဂါများကို ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် မြန်မာနိုင်ငံ တစ်ဝှမ်းလုံးရှိ အကျိုးဝင်သော ကလေးများအားလုံးကို အသံ့ ထိုးနှံတိုက်ကျွေးပေးနေသည့် ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်းအစီအစဉ်၏ ၁၂ ခုမြောက် ကာကွယ်ဆေး ဖြစ်ပါသည်။

ရိုတာဗိုင်းရပ်စ် ကာကွယ်ဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ ရပ်တည်ချက်စာတမ်းကို <https://bit.ly/2PG771f> တွင်၎င်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ ထုတ်ပြန်သောသတင်းများကို <https://bit.ly/2TsRifn> တွင်၎င်း ဝင်ရောက်လေ့လာနိုင်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံပိုလီယိုအကြောသေရောဂါလက်ရှိအခြေအနေ



A child receives oral polio vaccine, Thandaung township, Kayin State. 21 July 2019

မြန်မာနိုင်ငံတွင် အသွင်ပြောင်း ပိုလီယိုဗိုင်းရပ်စ်အမျိုးအစား ၁ (cVDPV 1)ကို ထပ်မံတွေ့ရှိခြင်းမရှိသည့်မှာ ၆ လ ကျော်ကြာမြင့်ခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းမှာ နိုင်ငံတစ်ဝှမ်းတွင် လတ်တလော ပျော့ခွေအကြောသေ ရောဂါလက္ခဏာထောက်လှမ်းခြင်းကို တက်ကြွစွာ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဖာပွန်မြို့နယ်တွင် နောက်ဆုံးတွေ့ရှိခဲ့သောလူနာ၏ အကြောသေရောဂါ စတင်ဖြစ်ပွားသည့်နေ့မှာ ၂၀၁၉ ခုနှစ် ဩဂုတ်လ ၉ ရက်နေ့ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ အထူးသတင်းလွှာဖြစ်သော ပိုလီယိုအကြောသေရောဂါကာကွယ်ပါ (၂၀၁၉ ခုနှစ် ဩဂုတ်လ ၅ ရက်)တွင် အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ နှစ်ဘာသာဖြင့် အောက်ပါ links တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ <https://bit.ly/33JbygO> နှင့် <https://bit.ly/37yRM8U>

စောစီးစွာသတင်းရယူခြင်းနှင့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ခြင်းစနစ် Early warning alerts and response system

စောစီးစွာ သတင်းရယူခြင်းနှင့် တုံ့ပြန် ဆောင်ရွက်ခြင်းစနစ် EWARS ကို ကချင်ပြည်နယ်တွင် ၂၀၁၉ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလအတွင်းတွင် ကနဦး သင်တန်းပေးပြီး အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်းကို ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (မြန်မာ) မှ ထောက်ပံ့ပေးခဲ့ပါသည်။

အကဲဖြတ်ခြင်းပြုလုပ်အပြီး ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ကချင်ပြည်နယ်တို့တွင် စောစီးစွာ သတင်းရယူခြင်းနှင့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ခြင်းစနစ် EWARS ကို ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားရာ ဒေသများအတွင်း ပုံမှန်ရောဂါစောင့်ကြပ် ကြည့်ရှုစနစ်တွင် ယခုအခါ ဖြည့်စွက် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရပါသည်။ ထို့အပြင် လျှင်မြန်စွာ ရောဂါရှာဖွေတွေ့ရှိရန်နှင့် သံသယဖြစ်ဖွယ် ရောဂါဖြစ်ပွားမှုကို ထိရောက်စွာ တုံ့ပြန် ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် အချိန်နှင့် တစ်ပြေးညီ online EWARS အစီရင်ခံတင်ပြခြင်းကို လွယ်ကူချောမွေ့စေရန် ပံ့ပိုးကူညီ ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။



Early warning alerts and response system training in Myitkyina township, Kachin State, 1 Nov 2019.

အရေးပေါ်ကျန်းမာရေး ညှိနှိုင်းမှုစင်တာ Health Emergency Operations Centre

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနသို့ မြန်မာနိုင်ငံတွင် အရေးပေါ် ကျန်းမာရေးညှိနှိုင်းမှုစင်တာအတွက် လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်ပြုစုရန် လိုအပ်သော နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှုများကို ပေးအပ်နိုင်ရန်အတွက် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ နိုင်ငံတကာမှ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များက မြန်မာနိုင်ငံသို့ လာရောက်ခဲ့ပါသည်။ ထို့အပြင် အဖြစ်အပျက်တစ်ခုခုဖြစ်ပွားခဲ့သည်ရှိသော် ထို အဖြစ်အပျက်အတွက် စီမံခန့်ခွဲရေးစနစ်နှင့် အရေးပေါ်ကုသရေးစင်တာအတွက် ကနဦးဆွေးနွေးမှုပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းနောက် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့အနေဖြင့် အရေးပေါ် ကျန်းမာရေးညှိနှိုင်းမှုစင်တာအစီအစဉ်ရေးဆွဲရန်နှင့် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် ဆက်လက်ပံ့ပိုး ကူညီဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပြီး နေပြည်တော် ဗဟိုအရေးပေါ်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစင်တာအတွက် ကွန်ပျူတာနှင့်ဆက်စပ် ပစ္စည်းများကို ဝယ်ယူပံ့ပိုးခဲ့ပါသည်။ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန နှင့်အတူ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့သည် အရေးပေါ်ညှိနှိုင်းမှုစင်တာ ကွန်ယက်အစည်းအဝေး တွင်လည်း ပါဝင်တက်ရောက်ခဲ့ပါသည်။



Simulation exercise of National Health Emergency Operations Centre at Naypyitaw, 8 Aug 2019.

ဒေသကြီးများတွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သော ကူးစက်တုပ်ကွေးရောဂါပေါ်အခြေခံပြီး စွမ်းဆောင်ရည်မြှင့်တင်ခြင်း လုပ်ငန်းများအဖြစ် ၂၀၁၉ ခုနှစ်အတွင်း ဆောင်ရွက် ခဲ့ပါသည်။ ထပ်မံ၍ အရေးပေါ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစင်တာအတွက် သင်တန်းပေးခြင်းနှင့် အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်းများကို ၂၀၂၀ ခုနှစ်အတွင်း ဆက်လက် ဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

Health cluster အတွက် ဦးဆောင်ခြင်းနှင့် လုပ်ငန်းညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ခြင်း

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (မြန်မာ)သည် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစား ဝန်ကြီးဌာနနှင့်အတူ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းညှိနှိုင်းရေးအဖွဲ့ (Health Cluster)ကို ပူးတွဲဦးဆောင်ပြီး ၂၀၁၉ ခုနှစ်အတွက် လုပ်ငန်းလျာထားချက်များ ပေါ်ပေါက်လာစေရန် ကူညီဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ထိုလျာထားချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ရာတွင် အဓိက လုပ်ဆောင်ချက်များအား အနီးကပ် စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်းဖြင့် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းညှိနှိုင်းရေးအဖွဲ့၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို သုံးသပ်ရန်နှင့် ပိုမိုကောင်းမွန်လာစေရန် စောင့်ကြည့်လေ့လာရေး စစ်တမ်း အတွက် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့က ကူညီပံ့ပိုးပေးခဲ့ပါသည်။ ထိုစစ်တမ်း၏ တွေ့ရှိချက်များကို ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ကချင်ပြည်နယ်တို့တွင် ကျင်းပပြုလုပ် ခဲ့သော နိုင်ငံတော်အဆင့်၊ တိုင်းနှင့်ပြည်နယ်အဆင့် အစည်းအဝေးများတွင် အတည်ပြုခဲ့ပြီး ထိုတွေ့ရှိချက်များကို ရှေ့ဆက်ဆောင်ရွက်မည့် နည်းဗျူဟာ များတွင် ထည့်သွင်း ရေးဆွဲသွားမည်ဖြစ်သည်။ ၂၀၂၀ ခုနှစ်အတွင်း ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်း၊ လားရှိုးမြို့တွင် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းညှိနှိုင်း ရေး အစည်းအဝေးများ ကျင်းပခြင်းဖြင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ပိုမိုတိုးတက် လာစေရန် လုပ်ဆောင်သွားမည် ဖြစ်သည်။

ထို့အပြင် ရခိုင်ပြည်နယ်အတွင်း ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးရာတွင် ပိုမိုကောင်းမွန်စေရန်အတွက် ရခိုင်အကြံပေးကော်မရှင်၏ အကြံပြုထောက်ခံ ချက်များနှင့်အညီ လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန် ဗဟိုအဆင့် အစည်းအဝေးတစ်ရပ်ကို

ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနနှင့်အတူ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့က ၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၂၃ ရက်နေ့တွင် နေပြည်တော်၌ ကျင်းပခဲ့သည်။ ထိုအစည်းအဝေးကျင်းပခြင်းဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစား ဝန်ကြီးဌာန၊ ရခိုင်ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့နှင့် health cluster အတွက် လက်တွဲဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော ပြည်တွင်းနှင့် နိုင်ငံတကာ အဖွဲ့အစည်း များအတွင်း အလွတ်သဘော ရင်းနှီးပွင့်လင်းစွာ ဆွေးနွေးနိုင်ခဲ့ပါသည်။



Emergency health care service provision at War Taung new displacement site, Kyauktaw township, Rakhine State, 8 August 2019



ကမ္ဘာတီဘီရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေးနေ့ ၂၀၂၀ခုနှစ် မတ်လ ၂၄ ရက်

၂၀၂၀ ခုနှစ် ကမ္ဘာတီဘီရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးနေ့၏ ဆောင်ပုဒ်မှာ **တီဘီရောဂါကာကွယ်ကုသမှု အားလုံးပံ့ပိုးပါဝင်လို့ အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ဆောင်ရွက်စို့** ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဆောင်ပုဒ်သည် ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်များက အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရန် ကတိကဝတ်ပြုထားချက်များအပေါ် စောလျင်စွာ အာရုံစိုက်စေပါသည်။ ထို့အပြင် တီဘီရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းနှင့်ကုသခြင်းကို လူတိုင်း လက်လှမ်းမီစေရန် အရှိန်အဟုန်ဖြင့် တင်ဆောင်ရွက်ရန် တာဝန်ယူမှု တာဝန်ခံမှုရှိရန်၊ လုံလောက်ပြီး ရေရှည်တည်တံ့သော ငွေကြေး ထောက်ပံ့ရန်နှင့် သုတေသနလုပ်ငန်းများပါဝင်ပါသည်။ ထို့အပြင် နှိမ်ချခဲ့ခြားဆက်ဆံမှုများ အဆုံးသတ်စေရန်၊ လူ့အခွင့်အရေးကို အခြေခံပြီး သာတူညီမျှသော လူထုဗဟိုပြုတီဘီရောဂါ တိုက်ဖျက်ခြင်းတို့ကို တိုးမြှင့်လုပ်ဆောင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ရန်အတွက် လူတိုင်းပါဝင် ဆောင်ရွက်ရန် တိုက်တွန်းထားသည်။ သင်၏ကိုယ်ပိုင် ဆောင်ပုဒ်ကို သင်ကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

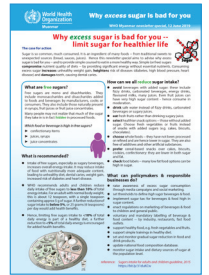


ယခုအချိန်သည် အားလုံးပံ့ပိုးဆောင်ရွက်ကြရမည့် အချိန်ဖြစ်သည်။ ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ကြပါစို့။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် တီဘီရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးအတွက် တွဲဖက်လုပ်ကိုင်လျက်ရှိသည့်မိတ်ဘက် အဖွဲ့အစည်းများ ပုဂ္ဂလိကအခန်းကဏ္ဍနှင့်တိုင်းရင်းသားကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းများ ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် တီဘီရောဂါရှာဖွေကုသရေးလုပ်ငန်းများမှာ များစွာတိုးတက်လာပါသည်။ တစ်ပြိုင်တည်းတွင် တီဘီရောဂါ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ကုသခြင်းနှင့် ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေး လုပ်ငန်းများအားလုံးကို ကျန်းမာရေးကဏ္ဍတစ်ခုတည်းဖြင့် အကောင်အထည်ဖော်ရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။ လတ်တလော ကောက်ယူရရှိသော တီဘီရောဂါဖြစ်ပွားမှု စစ်တမ်းအရ ၁၇၀၀၀၀ ခန့်သော လူနာများမှာ နှစ်စဉ် တီဘီရောဂါကူးစက်ခံနေရပြီး ၎င်းတို့၏ လေးပုံတစ်ပုံမှာ ကုသမှု မခံယူဘဲ ရှိရာ ထိုလူများသည် ပြည်သူလူထုအတွင်း တီဘီရောဂါ ကူးစက်ပျံ့နှံ့စေပါသည်။ ယခုအခါတွင် စောစီးမှန်ကန်စွာ ရောဂါရှာဖွေရန်၊ ပိုမိုကောင်းမွန်သော ဆေးကုသမှုရရှိရန်၊ ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်းဖြင့် တီဘီရောဂါ ကာကွယ်ရန် သင့်လျော်သော ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းရှိပြီး လူမှုကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုခံယူနိုင်စေရန် ကဏ္ဍပေါင်းစုံမှ ဆက်လက် ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထပ်မံသိရှိလိုသည်များကို <https://bit.ly/2lbaYze> တွင် လေ့လာနိုင်ပါသည်။

သကြားကိုလိုသည်ထက် ပိုမိုစားသုံးပါက ခန္ဓာကိုယ် အတွက် မကောင်းပါ။

သကြားကိုလိုတိုင်းနှစ်ခြိုက်ပြီး အများအပြား စားသုံးကြသည်။ အစားအသောက်အများအပြားတွင် သကြားပါဝင်သည်။ ဥပမာ- လူတိုင်း သိသောအချို့မုန့်များမှာ သကြားမပါဝင်ဟု ထင်ရသော အစားအသောက်များ (သစ်သီး၊ ဖျော်ရည်၊ အချဉ်ရည်၊ ပေါင်မုန့်)၊



ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ အထူးသတင်းလွှာတွင် သကြားကိုလိုသည်ထက် ပိုမိုစားသုံးပါက မည်သို့ ဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်ပေါ်လာမည် - ကျန်းမာကြံ့ခိုင်အောင် မည်ကဲ့သို့ စားသောက်ရမည်ကို ရိုးရှင်းလွယ်ကူသော နည်းလမ်းများဖြင့် အကြံပေးတင်ပြထားပါသည်။

ဤသတင်းလွှာတွင် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်သော ဘဝများ ရရှိစေရေးအတွက် သကြားစားသုံးမှုကို လျော့ချရန်နှင့် ကျန်းမာစေသော အစားအစာများအတွက် လိုအပ်သော အဓိကအချက် ၅ ချက် ပါဝင်ပါသည်။ အသေးစိတ်ကို အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ နှစ်ဘာသာဖြင့် အောက်ပါ links တွင် ဝင်ရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ <https://bit.ly/3aw5gEh> နှင့် <https://bit.ly/2uSkx2W>

ကမ္ဘာကျန်းမာရေးနေ့ - - သူနာပြုနှင့် သားဖွားဆရာမများကို ကူညီ ထောက်ပံ့ပါ။ ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဧပြီလ ၇ ရက်



ကမ္ဘာကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ ၂၀၂၀ ခုနှစ်ကို **သူနာပြုနှင့် သားဖွားဆရာမများနှစ်** ဟု သတ်မှတ်ပါသည်။ ၎င်းသည် Florence Nightingale ၏ နှစ် ၂၀၀ မြောက် မွေးနေ့နှစ်ပတ်လည် အခမ်းအနားနှင့် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ သူနာပြု ၂၂ သန်းနှင့် သားဖွားဆရာမ ၂ သန်းတို့ကို ဂုဏ်ပြုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး လုပ်သားအင်အား၏ တစ်ဝက်ခန့်ရှိပြီး နေရာတိုင်းတွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးနေပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံသည်လည်း ဤကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ အထိမ်းအမှတ်ပွဲတွင် ပါဝင်ဆင်နွှဲမည်ဖြစ်ပါသည်။ သူနာပြုနှင့်သားဖွားဆရာမများသည် များစွာသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများတွင် အရေးပါသောအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အသက်ကယ်သည့် ကာကွယ်ဆေးထိုးဆေးတိုက်ခြင်း၊ သားဆက်ခြားခြင်း၊ လုံခြုံစိတ်ချရသော ကလေးမွေးဖွားခြင်းနှင့် ယေဘုယျအားဖြင့် ဘက်စုံ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အကြံပေးခြင်း စသည်တို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။

သူနာပြုနှင့် သားဖွားဆရာမများသည် မွေးကင်းစ ကလေးများနှင့် ကလေးငယ်များ၏ ရှင်သန်ရပ်တည်နိုင်ရေး ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း၊ သက်ကြီးရွယ်အိုများကိုလည်း ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးခြင်းနှင့် နေ့စဉ် မရှိမဖြစ်

လိုအပ်သော ကျန်းမာရေး လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် သူနာပြုနှင့် သားဖွားဆရာမများ ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံရန် လိုအပ်သည်။ သူနာပြုနှင့် သားဖွားဆရာမများကို ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စနစ်တိုင်းအတွက် ကျောရိုးတစ်ခုအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုပါသည်။ သို့သော်လည်း နိုင်ငံများစွာတွင် သူနာပြုနှင့်သားဖွားဆရာမ အရေအတွက်မလုံလောက်သေးပါ။ ကမ္ဘာကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် Dr Tedros Ghebreyesus မှ နိုင်ငံအားလုံးအား သူနာပြုနှင့်သားဖွားဆရာမများအတွက် ပိုမိုရင်းနှီးမြှုပ်နှံပေးရန် တောင်းဆိုခဲ့သည်။ ၎င်းတောင်းဆိုမှုသည် လူသားအားလုံး ကျန်းမာရေးအတွက် ကတိကဝတ်ပြုခြင်း တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းဖြစ်သည်။

တစ်ခါတစ်ရံတွင် သူနာပြုနှင့်သားဖွားဆရာမများသည် ပြည်သူလူထုကို ကျန်းမာစေရန် အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအတွက် ဆေးပစ္စည်းများ ပြည့်စုံမှုမရှိသေးပါ။ သို့ဖြစ်ပါ၍ **၂၀၂၀ ခုနှစ်တွင် ဤအချက်အလက်များကို ပြောင်းလဲပေးရမည် ဖြစ်သည်။**

South East Asia Regional conference to strengthen health information system in support of evidence-based policy and decision-making, Yangon, Myanmar
mid-2020

World Health Day
7 April 2020

World Malaria Day
25 April 2020

World Immunization Week
24-30 April 2020

World TB Day
24 March 2020

Important dates