Scaling-Up NCD Interventions
in South-East Asia

မကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေးတွင် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ၏ အခြေအနေအား လေ့လာဆန်းစစ်ခြင်း

SUNI-SEA တွင် သုတေသနကောက်ယူမှုများအတွက် အကြံပြုချက်များ

ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်ဆိုင်ရာပညာရပ်

နိုင်ငံ	ဗီယက်နမ်
မကူးစက်ရောဂါများဖြင့် သေဆုံးမှုနှုန်း	၇၅ ရာခိုင်နှုန်း
နှလုံးသွေးကြောဆိုင်ရာရောဂါကြောင့်သေဆုံးမှု	မကူးစက်ရောဂါကြောင့်သေဆုံးမှုများ၏ ၄၀ရာခိုင်နှုန်း
ဆီးချိုရောဂါ	၃ ရာခိုင်နှုန်း
သွေးတိုးရောဂါ	အမျိုးသား ၁၈.၅ရာခိုင်နှုန်း/အမျိုးသမီး ၁၀.၂ ရာခိုင်နှုန်း
အဝလွန်ခြင်း	အမျိုးသား ၁.၂ ရာခိုင်နှုန်း/အမျိုးသမီး ၂.၁ ရာခိုင်နှုန်း
ဆေးလိပ်သောက်သုံးမှု	အမျိုးသား ၅၇ ရာခိုင်နှုန်း/ အမျိုးသမီး ၁.၇ ရာခိုင်နှုန်း
တစ်လလျှင် အရက်သောက်သုံးမှု	အမျိုးသား ၂၅.၁ရာခိုင်နှုန်း/အမျိုးသမီး ၀.၆ ရာခိုင်နှုန်း
ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုမရှိခြင်း	အမျိုးသား ၂၇.၁ ရာခိုင်နှုန်း/အမျိုးသမီး ၃၀.၉ ရာခိုင်နှုန်း
မှတ်ချက်	၁၉၇၆ မှ ၂၀၀၉ ခုနှစ်အတွင်း မကူးစက်ရောဂါနှင့်သေဆုံးမှုနှုန်း ၃၀% တိုးတက်ခဲ့သည်။

ဆက်လက်လုပ်ကိုင်ဆဲ လုပ်ငန်းများ

နိုင်ငံအဆင့် မဟာဗျူဟာ

ဗီယက်နမ်အစိုးရအနေဖြင့် ၂၀၂၅ ခုနှစ်တွင် အပြည့်အဝလုပ်ဆောင်မည့် လူမှုဖူလုံရေး ကျန်းမာရေး အာမခံအစီအစဉ်ကို မိတ်ဆက်ခဲ့ပါသည်။ အခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်းကို အစီအစဉ်ကို အဓိကလုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် ပဏာမကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစနစ်ကို အားကောင်းစေရန်လုပ် ဆောင်သွားပါမည်။ လုံလောက်သော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း၊ အရင်းအမြစ်များနှင့်အတူ ကျန်းမာရေးစောင့် ရှောက်မှုများသည် လူအများဆီ နီးစပ်လာမည်ဖြစ်ပြီး မကူးစက်နိုင်သော ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေး လုပ်ငန်းများလည်း လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းထံရရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ အမျိုးသားကျန်းမာရေးအာမခံလွှမ်းခြုံမှုကို မြှင့်တင်ခြင်းဖြင့် မကူးစက်နိုင်သောရောဂါဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမီလာသည့်ဦးရေမှာလည်း တိုးပွားလာမည်ဖြစ်ပါသည်။

Scaling-Up NCD Interventions in South-East Asia (SUNI-SEA) is a research consortium project delivered through a collaboration of nine consortium members.
This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 825026.

ပဏာမကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ

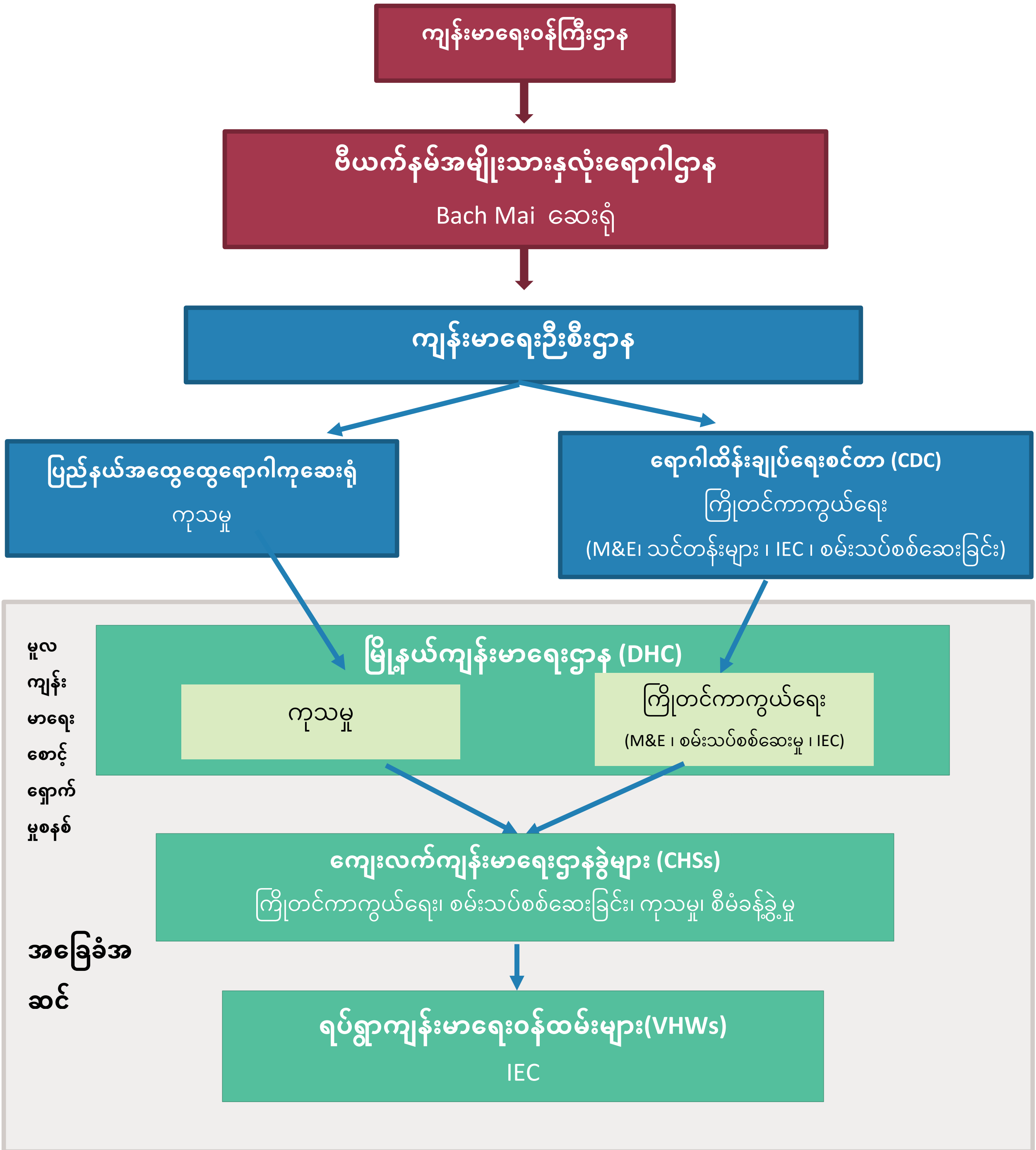
သွေးတိုးနှင့် ဆီးချိုရောဂါများအား အခြေခံအဆင့်တွင် ထိန်းချုပ်ရေးစီမံကိန်းသည် ဗီယက်နမ်ကျန်းမာရေး ဝန်ကြီးဌာနမှ ရံပုံငွေပံ့ပိုးပေးထားသည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါ လုပ်ငန်း၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ မကူးစက်ရောဂါရှိ သူများ(သို့) ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေများသူများကို စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ရောဂါရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းစသည့် စောင့်ရှောက်မှုများကို ရပ်ရွာကျန်းမာရေးဌာနများကို လွဲပြောင်းရန်ဖြစ်ပါသည်။ ရပ်ရွာကျန်းမာ ရေးဌာနရှိ မကူးစက်ရောဂါများစီမံခန့်ခွဲမှုတွင် ဆရာဝန်များ၊ လက်ထောက်ဆရာဝန်များနှင့် ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများကို သင်တန်းများပေးပြီးဖြစ်ပါသည်။ ရပ်ရွာကျန်းမာရေးဌာနများတွင် မကူးစက်ရောဂါများနှင့် စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာရောဂါများ ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေး ဘက်ပေါင်းစုံပုံစံ နှိုင်းယှဉ်နိုင်သည့် ရည်ရွယ်ချက်များရှိခဲ့ပါသည်။ ဖော်ပြထားသည့် ဝန်ဆောင်မှုများ ပေးခြင်းအပြင် လူများအား စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရေး မှုဘောင်များကိုလည်း ချမှတ်ခဲ့ပါသည်။ Bac Giang ပြည်နယ်တွင် ခရိုင်ဆေးရုံများနှင့် ရပ်ရွာကျန်းမာရေးဌာနများအကြား တိုက်ရိုက်လွဲပြောင်းသည့် စနစ်ကို ဝန်ဆောင်မှုတွင်ထည့်သွင်းခဲ့ပါသည်။ ရှေ့ပြေးစီမံကိန်းဖြစ်သည့် ရပ်ရွာကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဌာနများရှိ အခြေခံကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုအစီအစဉ်များသည် လူနာများအား ဆေးမည်သို့ သောက်သုံးရမည်ကို အကြံပေးခြင်းနှင့် သွေးပေါင်ချိန်ကို ကိုယ်တိုင်စစ်ဆေးတိုင်းတာနိုင်ရန် လမ်းညွှန်ပေးခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။

ရပ်ရွာလုပ်ငန်းများ

ဗီယက်နမ်နိုင်ငံရှိ ဆက်စပ်မှုရှိသော ရပ်ရွာအခြေပြုလုပ်ငန်းတစ်ခုမှာ ISHC ဟုခေါ်သည့် ဘက်ပေါင်းစုံ နှင့် ရေရှည်တည်တံ့သော စည်းလုံးညီညွတ်သည့် အဖွဲ့ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါအဖွဲ့၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ မျိုးဆက်များနှင့် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုးလုပ်ဆောင်မှုများမှတဆင့် သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့်ရပ်ရွာအဖွဲ့ဝင်များ၏ ကျန်းမာပျော်ရွှင်ရေးကို မြှင့်တင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်း၏ များစွာသောလုပ်ငန်းနယ်ပယ်များမှတဆင့် သွေးတိုးနှင့်ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့ မကူးစက်နိုင်သောရောဂါများကို ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရန် ရည်ရွယ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်များအပါအဝင် လူမှုဖူလုံရေး၊ ဆင်းရဲမွဲတေမှုလျှော့ချရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် တက်ကြွသော အသက်အရွယ်ကြီးရင့်မှုတို့အပါအဝင် ရေရှည်ခိုင်မြဲပြီး ကျယ်ပြန့်သောအကျိုးကျေးဇူးများကို ISHC မှ ယူဆောင်ပေးပါသည်။ ISHC ရှိ ကျန်းမာရေးနှင့်သက်ဆိုင်သည့် လုပ်ငန်းများကို အဓိကလုပ်ငန်းကြီး ၇ ခုအဖြစ်ခွဲခြားသက်မှတ်ထားပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ ကိုယ်တိုင်စောင့်ရှောက်မှု အသိပညာပေး၊ သွေးပေါင်ချိန်နှင့် ကိုယ်အလေးချိန်စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမှု၊ သင့်လျော်သည့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု၊ ပုံမှန်ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု၊ ကျန်းမာရေးအာမခံများကို လက်လှမ်းမီမှု၊ အိမ်တိုင်ရာရောက်ပြုစုပေးသည့် စေတနာ့ဝန်ထမ်းများနှင့် အခကြေးငွေပေးအပ်ခန့်ထားသည့် ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများတို့ပါဝင်ပါသည်။ ကိုယ်တိုင်စောင့်ရှောက်မှုပညာ ပေးမှုများတွင် ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးမှုနှင့် ကျန်းမာရေးစာ တတ်မြောက်မှုအစီအစဉ်များ အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ်စီပါဝင်သည်။ ကိုယ်အလေးချိန်နှင့် သွေးပေါင်ချိန်စစ်ဆေးမှုကို ISHC အဖွဲ့ဝင်များအတွက် တစ်လလျှင်တစ်ကြိမ် ပြုလုပ်လျှက်ရှိပါသည်။ ISHC အနေဖြင့် အဖွဲ့ဝင်များအတွက် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု လေ့ကျင့်ခန်းများတွင် ပါဝင်ရန် (လေ့ကျင့်ခန်း၊ အားကစားလုပ်ခြင်း၊ ထိုက်ချီကစားခြင်း ၊ လမ်းလျှောက်ခြင်း) တိုက်တွန်းအားပေးမှုများကိုလည်း ပြုလုပ်ပေးပါသည်။ အဖွဲ့ဝင်များအား တစ်လလျှင် အနည်းဆုံး သုံးကြိမ်ခန့်ပါဝင်ရန် တိုက်တွန်းခြင်းနှင့် ပုံမှန်ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်းများကိုလည်း ဒေသခံကျန်းမာရေး

စင်တာများ(သို့) အမျိုးသမီးသမဂ္ဂ၊ သက်ကြီးရွယ်အို အဖွဲ့အစည်း ၊ ကြက်ခြေနီအသင်း၊ Fatherland front ကဲ့သို့အဖွဲ့အစည်းကြီးများနှင့် ပူးပေါင်းကာ လုပ်ဆောင်ပါသည်။

မကူးစက်နိုင်သောရောဂါများထိန်းချုပ်ရေးအမျိုးသားအဆင့်အစီအစဉ်



စာပေတွေ့ရှိချက်များမှ လေ့လာမှုများနှင့် ကိုက်ညီမှု

မတူညီသော ပဏာမကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဝန်ဆောင်မှုလေးခု၏ အဓိကပန်းတိုင်မှာ မကူးစက်နိုင်သောရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေးကို ကျန်းမာရေးစနစ်၏ အခြေခံအဆင့်သို့ လွှဲပြောင်းရန်ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ကံမကောင်းစွာဖြင့် အရှေ့တောင်အာရှတွင် အခြေခံကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက် မှုလုပ်ငန်းများအား အောက်ခြေသို့ပြောင်းရွှေ့ခြင်းအပေါ် အဓိကထားသည့် လေ့လာမှုများကို မတွေ့ရှိရပေ။ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲမှုကို ဖြတ်တောက်မှုအား အဓိကထားသည့် အုပ်စုလိုက် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှုများအား စရိတ်ထိရောက်မှုရှိသည်ဟု စဉ်းစားနိုင်ပြီး ဆရာဝန်နှင့် ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်များမှ အကြံဉာဏ်ပေးခြင်းနှင့် ဆင်တူသည်။ ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေမြင့်မားသူများကို ပစ်မှတ်ထားပြီး နောက်ဆက်တွဲကုသမှုများပေးသည့်အခါ စစ်ဆေးမှုများက စရိတ်သက်သာထိရောက်မှုရှိသည်။ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှုသည် ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေမြင့်မားသူနှင့်အလယ်အလတ်ရှိသူများကို စရိတ်သက်သာထိ ရောက်မှုရှိသည်။ အလွန်ပင်ကုန်ကျစရိတ်သက်သာထိရောက်မှုသော်လည်း အရင်းအမြစ်အကန့်အသတ်ရှိသည့်အခြေအနေတွင် စရိတ်ထိရောက်မှုရှိသောလုပ်ငန်းများ၏ စုစုပေါင်းကုန်ကျစရိတ်သက်ရောက်မှုကိုလည်း ထည့်သွင်း စဉ်းစားသင့်ပါသည်။ ဆီးချိုရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေများ သည့် လူဦးရေတွင် ကို ကိုယ်တိုင်စီမံခန့်ခွဲမှု အစီအစဉ်များအပြင် ဆေးဝါးကုထုံးနှင့်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းတို့သည် ပဏာမကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ကိုထည့်သွင်းစဉ်းစားသောအခါနှင့် ရောဂါနောက်ထပ်တိုးတက်မှု နှစ်ခုစလုံးအတွက် စရိတ်ထိရောက်မှုရှိခဲ့သည်။ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတွင် ISHC ၏ ရှေ့ပြေးအစီအစဉ်များမှာ အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ရောဂါဖြစ်ပွားရ သည့်အကြောင်းအရင်းများကိုစောစီးစွာရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း၊ ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေအ ကြောင်းအရင်းများတိုး တက်လာမှုကို စောင့်ကြည့်ခြင်း၊ လူနေမှုဘဝပုံစံ၊ ရောဂါဖြစ်ပွားရသည့်အကြောင်းအရင်းများကို ကာကွယ်ခြင်းနှင့် ကိုယ်တိုင်စောင့်ရှောက်ခြင်းအတွက် ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးခြင်းတို့ကို အဓိကလုပ်ဆောင်ပါသည်။ ရပ်ရွာတွင်း အဖွဲ့လိုက်လိုက် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှုများ၊ အဖွဲ့လိုက်လမ်း လျှောက်မှုများမှာ အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါသည်။ ဗီယက်နမ်တွင် ရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်းမပြုရသေး သောနှင့်ကုသမှုမပြုရသေးသည့်သွေးတိုးရောဂါကို စစ်ဆေးခြင်းသည် ပစ်မှတ်ထားသည့်အုပ်စု၏ သတ်မှတ်ချက် ၊ ကြားကာလစစ်ဆေးမှုနှင့် ကုသမှုပေါ် မူတည်၍ (ကုန်ကျစရိတ်) ထိရောက်မှုရှိသည်။

ယေဘုယျအားဖြင့် ရှေ့ပြေးဆောင်ရွက်ချက်များသည် အရှေ့တောင်အာရှကို အဓိကထားသော ကုန်ကျစရိတ်ထိရောက်မှု စာပေတွင် တွေ့ရသော အထောက်အထားများနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။

SUNI-SEA မှ သင်ခန်းစာများ

ISHC အဖွဲ့၏ လုပ်ငန်းများသည် SUNI-SEA တွင်အကောင်အထည်ဖော်မှု သုတေသန၏ အဓိကအချက်အချာဖြစ်လိမ့်မည်။ သွေးတိုးနှင့် ဆီးချိုလုပ်ငန်းများအတွက် ရပ်ရွာအခြေပြုစစ်ဆေးခြင်းများကို တိုးချဲ့လုပ်ဆောင်သွားပါမည်။ တက်ရောက်သူဦးရေများစွာရရှိရေးအတွက် ISHC အဖွဲ့များမှ အဓိကလုပ်ဆောင်သွားပါမည်။ လူနေမှုအဆင့် အတန်းမြင့်တင်စေရန်နှင့် ကျန်းမာရေးရည်မှန်းချက်များ ပြည့်မီရေးအတွက် ရပ်ရွာအတွင်းနောက်ဆက်တွဲ လုပ်ဆောင်မှုများက သက်တူရွယ်တူချင်းအားပေးမှုတို ပိုမိုတိုးမြှင့်စေမှာဖြစ်ပါတယ်။

ထို့ပြင် ရပ်ရွာ ကျန်းမာရေးဌာနများတွင် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် အဖွဲ့အစည်းမှတဆင့် အစုလိုက်အပြုံလိုက် စစ်ဆေးမှုများလုပ်ဆောင်ခြင်းသည် အသိပညာကို တိုးမြှင့်စေမည်ဖြစ်သည်။

ISHC အဖွဲ့ များမှ ကျန်းမာရေးစေတနာ့ဝန်ထမ်းများနှင့် ပဏာမကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းများအကြား အနီးကပ်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများရှိ ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေရှိသူများ၏ နောက်ဆက်တွဲလုပ်ဆောင်မှုများကို တိုးတက်စေလိမ့်မည်။ သွေးတိုးနှင့် ဆီးချိုရောဂါခံစားနေရသည့် ဝေဒနာရှင်များ ဆေးကုသမှု ကောင်းမွန်စွာခံယူနိုင်ရန်အတွက် ရပ်ရွာအဖွဲ့ဝင်များက ပံ့ပိုးသွားပါမည်။

၂၀၂၀-၂၀၂၂ ခုနှစ်အတွင်း ဗီယက်နမ်နိုင်ငံရှိ SUNI-SEA လုပ်ငန်းများ

လုပ်ငန်းအစိတ်အပိုင်း	လှုပ်ရှားမှုများ
စွမ်းဆောင်ရည်မြှင့်တင်ခြင်း	• ISHC စေတနာ့ဝန်ထမ်းများအား သင်တန်းပေးခြင်း • အုပ်စုလိုက်စိတ်ပါဝင်စားမှုနဲ့စောင့်ရှောက်မှုတို့အတွက် အလုပ်ရုံဆွေးနွေး ပွဲပြုလုပ်ခြင်း • ပဏာမကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုဝန်ထမ်းများကို သင်တန်းပေးခြင်း
ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်း	• သွေးပေါင်ချိန်၊ ဆီးချိုနှင့် BMI တို့ကိုအခြေခံစစ်ဆေးပေးခြင်း • ရပ်ရွာကျန်းမာရေးဌာနများတွင် ရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေမြင့်မားသူများနှင့် လူနာများကို စစ်ဆေးပေးခြင်း
ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးခြင်း	• ကျန်းမာရေးပညာပေးအစီအစဉ်များ၊ • ရှိရင်းစွဲ ဝန်ဆောင်မှုများအပေါ် သတင်းအချက်အလက်များပေးခြင်း • ရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေမြင့်မားသူများကို ကာလကြာရှည်စောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်း • ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုကို မြှင့်တင်ပေးခြင်း • လှုပ်ရှားမှုကလပ်များ၏ မြှင့်တင်ရေးနှင့် ဖန်တီးရေး (ဥပမာ- ဥယျာဉ်စိုက်ခြင်း၊ လမ်းလျှောက်ခြင်း)

လုပ်ငန်းအစိတ်အပိုင်း	လှုပ်ရှားမှုများ
အလွှာစုံအကျုံးဝင်သော လူတိုင်းပါဝင်မှု လူမှုဖူလုံရေးနှင့် ကျန်းမာပျော်ရွှင်ရေး	• အိပ်ရာထဲလဲနေသူများကို လူမှုရေးပံ့ပိုးပေးခြင်းနှင့်စောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်း • ကျန်းမာရေးနှင့်ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဆက်ဆံရေးတည်ဆောက်ခြင်း • -လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းနှင့် ရပ်ရွာကျန်းမာရေးဌာနတို့အကြား ရေရှည်တည်မြဲမည့် လမ်းညွှန်လွဲပြောင်းမှုစနစ်တစ်ခုကို ဖန်တီးခြင်း