၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မတ်လ (၂၄)ရက်ကမ္ဘာ့ တီဘီရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေးနေ့

"တီဘီရောဂါကင်းဝေးဖို့ ကတ္တရာပေါင်းစုံလက်တွဲလုပ်ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့"

◆ ချောင်းဆိုးနေတာ (၂)ပတ်ကျော်နေပြီလား

◆ ချောင်းဆိုးရင် သွေး၊ သလိပ် ပါနေပါသလား

◆ တင်ပွေ့ပွေ့ဖျားပြီး ညဘက်ချွေးအလွန်ထွက်နေပါသလား

◆ အစားအသောက် ပျက်နေပါသလား

◆ ကိုယ်အလေးချိန်ကျပြီး တဖြည်းဖြည်းပိန်လာပါသလား

တီဘီရောဂါ ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးမှု ခံယူပါ။

IT's TIME!

ကျန်းမာရေးဌာနတိုင်းတွင် **တီဘီ** ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်အထိ **အခမဲ့** စစ်ဆေးကုသပေးလျက်ရှိပါသည်။

Designed by: PSI/Myanmar

2019 W_Tb Day Polo Shirt (NTP)

IT'S TIME!

Front 3" x 0.5"

MoHS logo 1.3" x 1.3"

" တီဘီရောဂါကင်းဝေးဖို့ ကတ္တားပေါင်းစုံလက်တွဲလို့
ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့"

World TB Day (2019)

Back 14" x 5.4"

2019 W_TB Day
Wafer Bag

6″

2″

logo W = 2 x H = 2″

“ ကိုဘိုးရောဂါကင်းဝေးဖို့ ကတ္တာပေါင်းစုံလက်တွဲလုပ်
ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့ ”

W = 10″ x H = 3″

15″

3″

12″

6″

2″

logo W = 2 x H = 2″

IT’S TIME!

W = 8.17″ x H= 1.3″

World TB Day (2019)

W = 7.1″ x H= 0.8″

15″

12″

3″

WORLD TB DAY

2019 March 24

World Health Organization
Myanmar

“တီဘီရောဂါ ကင်းဝေးဖို့ ကတ္တာပေါင်းစုံ လက်တွဲလို့ ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့”

END TB

TOWNSHIP HALL
SOUTH DAGON TOWNSHIP, YANGON

IT'S TIME! END TB

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE
CHALLENGE TB
ACCESS TO HEALTH
fhi360 THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES
psi Myanmar
WFP World Food Programme
MIHAA
CLINTON HEALTH ACCESS INITIATIVE
ICAP GLOBAL. HEALTH. ACTION. Columbia University Mailman School of Public Health
MEDECINS SANS FRONTIERES
Burnet Institute Medical Research. Practical Action.
MPG
Community Partners International
MEDICAL ACTION MYANMAR
PGK Pyi Gyi Khin Empowering Women and Children
Supradyn

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန
MINISTRY OF HEALTH AND SPORTS

WORLD TB DAY

2019 March 24

World Health Organization
Myanmar

"တီဘီရောဂါ ကင်းဝေးဖို့ ကလွှာပေါင်းစုံ လက်တွဲလို့ ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့"

IT'S TIME! END TB

ကမ္ဘာ့တီဘီရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးနေ့ကို ပါဝင်ဆင်နွှဲရင်း
ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာ ဖျော်ဖြေရေးအစီအစဉ်တွေကိုလည်း
လက်မလွတ်ဆေနဲ့နော် !!!

- ကျန်းမာရေးပဟုသုတ တိုးပွားစေမည့် ပညာပေးပြဇာန်းများ
- ကျန်းမာရေးဟောပြောပွဲများနှင့် သိလိုရာများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးနိုင်မည့်အစီအစဉ်များ
- ရွှေလျားဓာတ်မှန်စက်ဖြင့် တီဘီရောဂါ ရှိ/မရှိ အခမဲ့ ဓာတ်မှန်ရိုက်ပေးခြင်းနှင့် သလိပ်စစ်ဆေးခြင်း၊ HIV ပိုး ရှိ/မရှိ အခမဲ့စစ်ဆေးပေးခြင်း

မတ်လ ၂၄ ရက်နေ့၊ ၂၀၁၉ ခုနှစ်
ညနေ ၃:၀၀ နာရီမှ ည ၈:၀၀ နာရီထိ
မြို့နယ်ခန်းမ၊ တောင်ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်

(အောင်ဇေယျလမ်းပေါ်၊ နီလာရိုးမဓါတ်ဆီဆိုင်ဘေး၊ ယဉ်ကျေးမှုတက္ကသိုလ်ကားမှတ်တိုင်တွင်ဆင်းပါ)

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE · CHALLENGE TB · ACCESS TO HEALTH · fhi360 THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES · psi Myanmar · WFP World Food Programme · MIIAA · CLINTON HEALTH ACCESS INITIATIVE · ICAP GLOBAL. HEALTH. ACTION. Columbia University Mailman School of Public Health · ALA · MEDECINS SANS FRONTIERES · Burnet Institute Medical Research. Practical Action. · MPG · Community Partners International · MEDICAL ACTION MYANMAR · PGK Pu Gyi Khin Empowering Women and Children · Supradyn

World Health Organization
Myanmar

WORLD TB DAY

2019 March 24

"တီဘီရောဂါကင်းဝေးဖို့ ကတ္တာပေါင်းစုံလက်တွဲလို့
ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့"

IT'S TIME! END TB

ကမ္ဘာ့တီဘီရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေးနေ့အထိမ်းအမှတ်ပွဲ

- ကျန်းမာရေးဗဟုသုတ တိုးပွားစေမည့် ပညာပေးပြခန်းများ
- ကျန်းမာရေးဟောပြောပွဲများနှင့် သိလိုရာများကို မေးမြန်းဆွေးနွေးနိုင်မည့်အစီအစဉ်များ
- ရွှေ့လျားဓာတ်မှန်စက်ဖြင့် တီဘီရောဂါ ရှိ/မရှိ အခမဲ့ ဓာတ်မှန်ရိုက်ပေးခြင်းနှင့် သလိပ်စစ်ဆေးခြင်း၊ HIV ပိုး ရှိ/မရှိ အခမဲ့စစ်ဆေးပေးခြင်း

END TB

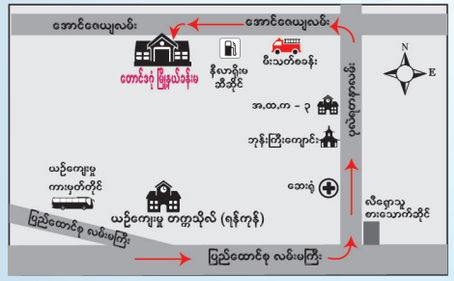
မတ်လ ၂၄ ရက်နေ့၊ ၂၀၁၉ ခုနှစ်
ညနေ ၃း၀၀ နာရီမှ ည ၈း၀၀ နာရီထိ
မြို့နယ်ခန်းမ၊ တောင်ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်

ဤလက်ကမ်းစာစောင်ကို (ဖုန်းဖြင့်ဖြစ်စေ) ပြသ၍အခမဲ့ဝင်ရောက်ဆင်နွှဲနိုင်ပါသည်။

WORLD TB DAY
2019
24 March

ကမ္ဘာ့တီဘီရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးနေ့ကို
ပါဝင်ဆင်နွှဲရင်း ဖျော်ရွှင်စရာ ဖျော်ဖြေရေး
အစီအစဉ်တွေကိုလည်း လက်မလွတ်စေနဲ့နော် !!!

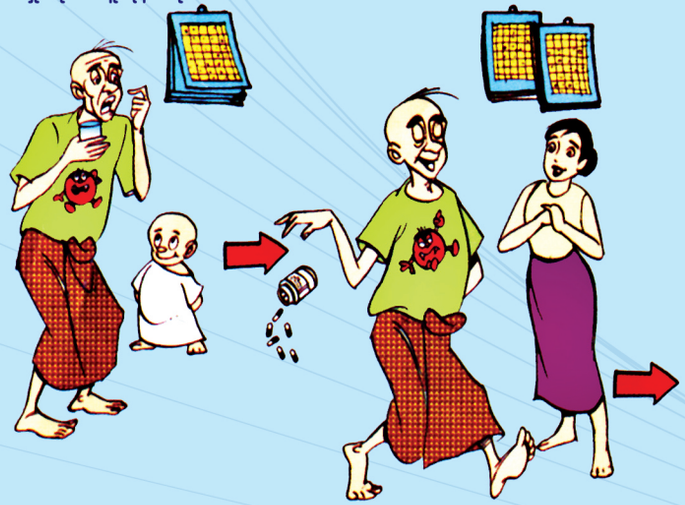
လက်ဆောင်ပစ္စည်းများ ရရှိမည့်
ပျော်ရွှင်ဖွယ် ဂိမ်းကစားနည်းများ

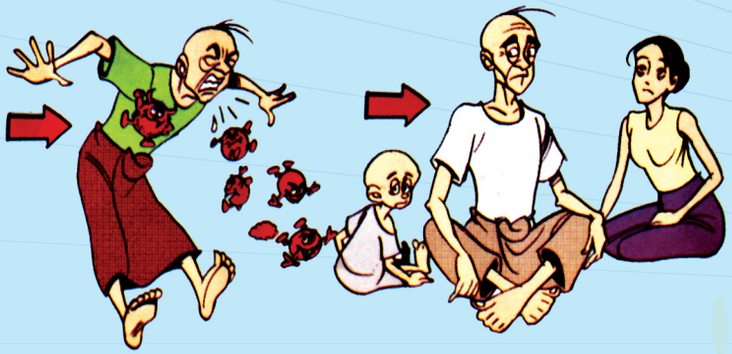


မတ်လ ၂၄ ရက်နေ့၊ ၂၀၁၉ခုနှစ်
ညနေ ၃း၀၀ နာရီမှ ၈း၀၀ နာရီထိ
မြို့နယ်ခန်းမ၊ တောင်ဒဂုံမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်
(အောင်ဇေယျလမ်းပေါ်၊ နီလာရိုးမဓါတ်ဆီဆိုင်ဘေး၊
ယဉ်ကျေးမှုတက္ကသိုလ်ကားမှတ်တိုင်တွင်ဆင်းပါ)

အကယ်၍ဆေးကိုမှန်မှန်နှင့်ပြီးဆုံးအောင်မသောက်လျှင်...

- အစမှာ သိသာထင်ရှားတဲ့ အန္တရာယ်တွေကို မတွေ့ရပေမဲ့ နောက်ပိုင်းမှာ အဆုတ်တစ်ခုလုံး ပျက်စီးသွားနိုင်ပြီး တီဘီရောဂါပိုးဟာ ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ ကိုလည်း ပျံ့နှံ့သွားနိုင်ပါတယ်။
- ခန္ဓာကိုယ်ထဲမှာ ကျန်ရှိနေသေးတဲ့ တီဘီရောဂါပိုးများသည်လည်း ဆေးယဉ်ပါးသွားပြီး ပျောက်ကင်းအောင်ကုသရန် ခက်ခဲသည့်အတွက် အသက်အန္တရာယ်နဲ့ ကြုံတွေ့နိုင်ပါတယ်။
- ထို့အပြင် မိသားစုဝင်များကိုလည်း ဆေးယဉ်နေသော တီဘီရောဂါပိုးများ ကူးစက်သွားနိုင်ပြီး အသက်အန္တရာယ် ထိခိုက်နိုင်ပါတယ်။
- မိသားစုဝင်တွေမှာ တီဘီရောဂါလက္ခဏာ ရှိပါက ရောဂါရှိ / မရှိ စစ်ဆေးမှုကို ခံယူရန် လိုအပ်ပါတယ်။



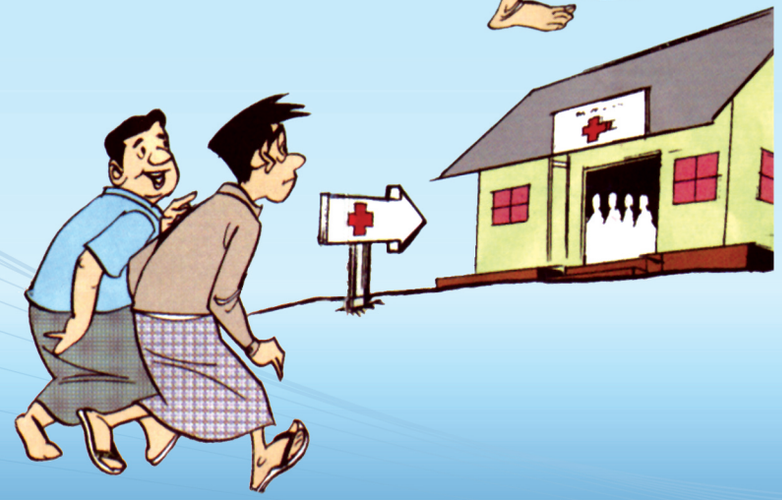


ဒါကြောင့်ဆေးကိုပြီးဆုံးသည်အထိမှန်မှန်သောက်ပါ....

ဆေးကုသမှု ခံယူနေစဉ်အတွင်း ဆေး၏ အောက်ပါ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးလက္ခဏာများကို ကြုံတွေ့နိုင်ပါတယ်။

- ခြေ၊ လက်များ ထုံကျင်ခြင်း၊ ပူခြင်း၊
- မျက်လုံး၊ အသားများ ဝါလာခြင်း၊
- နားအူခြင်း၊ နားလေထွက်ခြင်း၊
- အရေပြား ယားယံပြီး အနီကွက်၊ အဖုအပိန့်များ ထွက်ခြင်း။

ထိုလက္ခဏာများကြုံတွေ့ရပါက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများနှင့် ချက်ချင်းသွားရောက်ဆွေးနွေးပြီး ကုသမှုကို ခံယူပါ။



တီဘီရောဂါပိုး ရှိ/မရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေးပေးခြင်းနှင့် တီဘီဆေးဝါးများကို တီဘီရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးဌာနများနှင့် ကျန်းမာရေးဌာနများတွင် အခမဲ့ ရရှိနိုင်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန
MINISTRY OF HEALTH AND SPORTS

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မတ်လ (၂၄)ရက်
ကမ္ဘာ့ တီဘီရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေးနေ့

“ တီဘီရောဂါကင်းဝေးဖို့ ကဏ္ဍပေါင်းစုံလက်တွဲလို့ ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့”

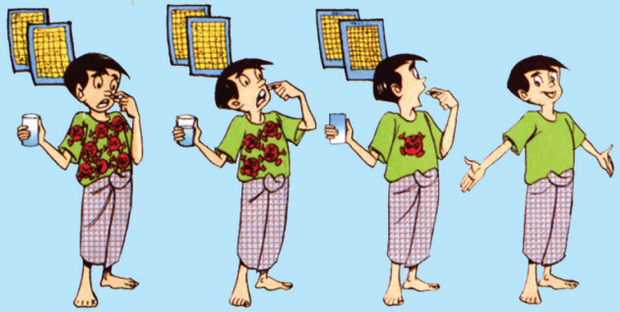
IT'S TIME!

အောက်ပါလက္ခဏာများ ခံစားနေရလျှင်....

- ♦ (၂)ပတ်ထက်ပိုပြီး ချောင်းဆိုးခြင်း၊
- ♦ ချောင်းဆိုးတဲ့အခါ သွေးပါခြင်း၊ သလိပ်ပါခြင်း၊
- ♦ အစားအသောက် ပျက်ခြင်း၊
- ♦ တဖြည်းဖြည်း ပိန်လာခြင်း၊
- ♦ ဖျားပြီး ညအခါ ချွေးအလွန်ထွက်ခြင်း၊
- ♦ ရင်ဘတ် အောင့်ခြင်း၊

နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနများနှင့် ဆေးရုံဆေးခန်းများတွင်

- ♦ သလိပ်ကို တီဘီရောဂါပိုး ရှိ/မရှိ (၂) ကြိမ် (မနက်စောစောသလိပ် ၁-ကြိမ် အပါအဝင်) စစ်ဆေးပါ။
- ♦ အကယ်၍ သလိပ်ထဲမှာ တီဘီရောဂါပိုးတွေ့လျှင် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ကုသမှုခံယူပါ။



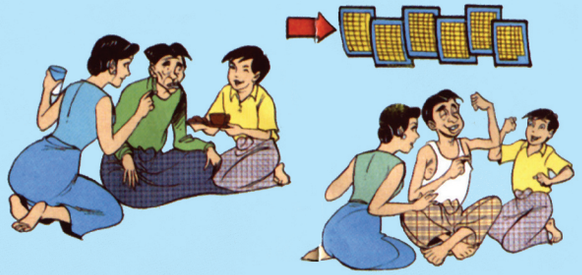
ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း စနစ်တကျနဲ့ ပြီးဆုံးအောင် ကုသမှုခံယူမယ်ဆိုလျှင် တီဘီရောဂါကိုပျောက်ကင်းအောင်ကုသနိုင်ပါတယ်။

တီဘီရောဂါကုသမှုဆိုတာ ဘာလဲ?

➢ တီဘီရောဂါပျောက်ကင်းအောင် အစွမ်းထက်သော တီဘီဆေးများဖြင့် (၆-လမှ ၈-လ အထိ) ကုသမှု ဖြစ်ပါတယ်။

တိုက်ရိုက်ကြည့်ရှုအချိန်တိုနှင့်ကုသမှု(DOT)ဆိုတာဘာလဲ?

➢ အချိန်တို ဆေးကုထုံးဖြင့် လူနာ ဆေးမှန်မှန်သောက်ရန် သင်တန်းရထားသော စေတနာ့ဝန်ထမ်း(သို့) မိသားစုဝင်တစ်ဦးဦးမှ နေ့စဉ်စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှု အားပေးကူညီ ဆေးတိုက်ကျွေးခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။



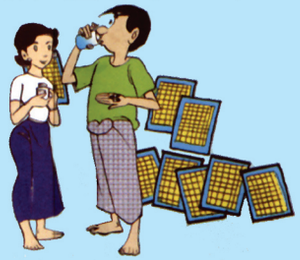
ဒါဟာတကယ်ဘဲ အထောက်အကူဖြစ်ပါသလား?

- ♦ သက်သာလာတဲ့အခါ၊ ဆေးဆက်သောက်ရန် မလိုအပ်တော့ဟု ထင်တဲ့အခါ၊
- ♦ ဆေးသောက်ရန် ငြီးငွေ့လာသောအခါ၊ မေ့လျော့တဲ့အခါ၊
- ♦ ဆေးသောက်ပြီး မအီမသာဖြစ်တဲ့အခါတိုင်း၊

➢ နေ့စဉ် စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှု ကုသမှုဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် တကယ့်ကို အထောက်အကူဖြစ်ပါတယ်။

ဆေးများကို မှန်မှန်ကန်ကန်နှင့် ပြီးဆုံးအောင်သောက်ပါ။

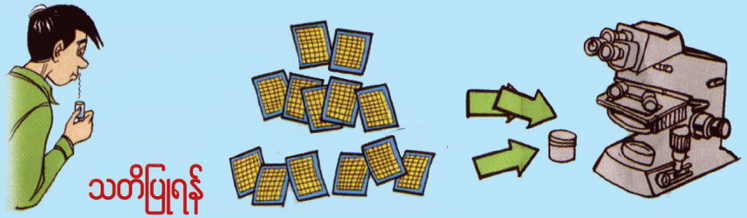
တီဘီဆေးများကို အနည်းဆုံး (၆လမှ၈လ) အထိ နေ့စဉ်ပုံမှန် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း
အစာမစားမီ (၁)နာရီအလို (သို့)
အစာစားပြီး (၃)နာရီကြာပြီးနောက် စနစ်တကျသောက်ပါ။



ဆေးကုသနေစဉ် သလိပ်ပြန်လည်စစ်ဆေးခြင်းကို

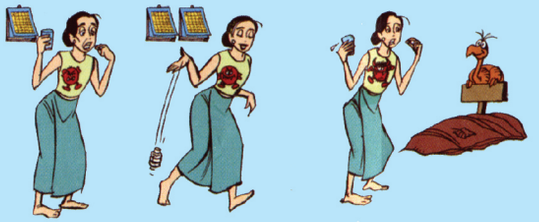
➢ လူနာသစ် (၂လ၊ ၅လ၊ ၆လ)

➢ ပြန်ကုလူနာ (၃လ၊ ၅လ၊ ၈လ)များတွင် စစ်ဆေးရပါမည်။



သတိပြုရန်

- ♦ ဆေးကုသမှုခံယူနေစဉ် (၂လ-၃လ)အတွင်းမှာ ပြန်လည် နေကောင်းလာပြီး သလိပ်စစ်ဆေးတဲ့အခါမှာလည်း တီဘီရောဂါပိုး မတွေ့ရှိနဲ့ တီဘီရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားပြီလို့ ပြောလို့မရပါဘူး။
- ♦ ဆေးကို သတ်မှတ်ညွှန်ကြားထားသည့် ဆေးသောက်ကာလ ပြည့်အောင်သောက်မှ ရောဂါပျောက်ကင်းမည်ဖြစ်ပါသည်။ သို့မဟုတ်ပါက ရောဂါပြန်လည်ဖြစ်ပွားပြီး အသက်သေဆုံးနိုင်ပါတယ်။



ဒါကြောင့် ကုသမှု မပြီးခင် တီဘီဆေးသောက်ခြင်းကို မရပ်ရပါ။

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မတ်လ (၂၄)ရက် ကမ္ဘာ့ တီဘီရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေးနေ့

"တီဘီရောဂါကင်းဝေးဖို့ ကတ္တရာပါင်းခုံလက်တွဲလို့ ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့"

IT's TIME!

- တဒွေ့ဒွေ့ ဖျားပြီး ညဘက်ချွေးအလွန်ထွက်နေပါသလား
- အစားအသောက် ပျက်နေပါသလား
- ချောင်းဆိုးနေတာ (၂)ပတ်ကျော်နေပြီလား
- ချောင်းဆိုးရင် သွေး၊ သလိပ် ပါနေပါသလား
- ကိုယ်အလေးချိန်ကျပြီး တဖြည်းဖြည်းပိန်လာပါသလား

တီဘီရောဂါ ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးမှု ခံယူပါ။

ကျန်းမာရေးဌာနတိုင်းတွင် တီဘီ ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်အထိ အခမဲ့ စစ်ဆေးကုသပေးလျက်ရှိပါသည်။

Designed by: PSI/Myanmar

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မတ်လ (၂၄)ရက် ကမ္ဘာ့တီဘီရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးနေ့

"တီဘီရောဂါကင်းဝေးဖို့ ကလ္လာပေါင်းစုံလက်တွဲလို့ ယနေ့မှစ ဆောင်ရွက်စို့"

IT's TIME!

◆ချောင်းဆိုးနေတာ (၂)ပတ်ကျော်နေပြီလား
◆ချောင်းဆိုးရင် သွေး၊ သလိပ် ပါနေပါသလား
◆တင်ဒွေးဒွေးဖျားပြီး ညဘက်ချွေးအလွန်ထွက်နေပါသလား
◆အစားအသောက် ပျက်နေပါသလား
◆ကိုယ်အလေးချိန်ကျပြီး တဖြည်းဖြည်းပိန်လာပါသလား

တီဘီရောဂါ ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးမှု ခံယူပါ။

ကျန်းမာရေးဌာနတိုင်းတွင် တီဘီ ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်အထိ အခမဲ့ စစ်ဆေးကုသပေးလျက်ရှိပါသည်။

Designed by: PSI/Myanmar