ကမ္ဘာ့ နှလုံးကျန်းမာရေးနေ့ အထိမ်းအမှတ် အခမ်းအနားတွင်
ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန၊ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဒေါက်တာမြင့်ထွေး
ပြောကြားခဲ့သည့် မိန့်ခွန်းကောက်နုတ်ချက်

နေပြည်တော်၊ ၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၂၈ ရက်

- မြန်မာနိုင်ငံအပါအဝင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများမှာ နှလုံးနှင့်သွေးကြောရောဂါများ အပါအဝင် မကူးစက်တတ်သောရောဂါများ ဖြစ်ပွားမှုများပြားလာလျက်ရှိပြီး နှလုံးနှင့်သွေးကြော ရောဂါများကြောင့် ရုတ်တရက်သေဆုံးမှုများလည်း ဖြစ်ပွားစေနိုင်ပါတယ်။
- နှလုံးနှင့် သွေးကြောရောဂါများဖြစ်ပွားမှုရဲ့ (၇၅) ရာခိုင်နှုန်းခန့်ဟာ ဖွံ့ဖြိုး ဆဲနိုင်ငံများမှာ ဖြစ်ပွားလျက်ရှိပြီး ကမ္ဘာမှာ နှစ်စဉ် နှလုံးနှင့်သွေးကြော ရောဂါလူနာပေါင်း (၁၇.၇) သန်း ခန့် သေဆုံးလျက်ရှိတယ်။
- ဒီနေ့ကျင်းပပြုလုပ်တဲ့ ကမ္ဘာ့နှလုံးရောဂါနေ့အခမ်းအနားဟာ နှလုံးနှင့် သွေးကြောရောဂါ များကို ပြည်သူများ ပိုမိုသတိပြုမိစေရန်နှင့် ရောဂါဖြစ်ပွားစေတတ်သော အကြောင်း အရာများ သတိပြုရှောင်ကြဉ်နိုင်စေရန် ရည်ရွယ်ကျင်းပရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။
- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) နှင့် World Heart Federation တို့ပူးပေါင်းပြီး (၂၀၀၀) ခုနှစ်မှစတင်ကာ နှစ်စဉ် စက်တင်ဘာလ (၂၉)ရက်နေ့ကို ကမ္ဘာ့နှလုံးကျန်းမာရေးနေ့ အဖြစ် သတ်မှတ်ဆောင်ရွက်ခဲ့တယ်။
- ဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ မကူးစက်တတ်တဲ့ ရောဂါများ ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေးလုပ်ငန်းများကို အားဖြည့်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။
- မကူးစက်တတ်တဲ့ ရောဂါများအပါအဝင် ရောဂါအမျိုးမျိုးကို ကာကွယ်နိုင်ဖို့အတွက် ပြည်သူများမှာ ကျန်းမာရေးအသိပညာ မြင့်မားဖို့လိုအပ်ပါတယ်။
- ဒီနေ့ အခမ်းအနားမှာ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများက ပြည်သူများကို နှလုံးနှင့် သွေးကြော ရောဂါများဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအသိပညာများ ဟောပြောခြင်းဟာ ပြည်သူများရဲ့ ကျန်းမာရေးအသိပညာကို တိုးတက်စေနိုင်မှာဖြစ်တဲ့အတွက် အလွန်ကောင်းမွန်ပါတယ်။
- အခုလို ကျန်းမာရေးအသိပညာပေး ဟောပြောမှုများကို လာရောက်နားထောင်သူတွေ သာမကဘဲ တစ်နိုင်ငံလုံးရှိ ပြည်သူများ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် သိရှိနိုင်စေဖို့အတွက် ဝန်ကြီး

ဌာနအနေနဲ့ ကျန်းမာရေးအသိပညာပေး ဟောပြောတာတွေကို ရုပ်သံ(video) ရိုက်ကူးပြီး အင်တာနက်ဝက်ဘ်ဆိုက် (youtube)မှာ ထည့်သွင်းထုတ်လွှင့်သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- နှလုံးနှင့်သွေးကြောရောဂါများကို အဆီများသော၊ အငန်များသော အစားအစာများကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်နှင့်အရက်သောက်သုံးခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ “ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားဆေးတစ်ပါး” ဆိုတဲ့ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားအားကစားပြုလုပ်ခြင်း စတဲ့ နေထိုင်စားသောက်မှုပုံစံများနဲ့ ကျင့်သုံးကာကွယ်ရမှာ ဖြစ်တယ်။
- အခု ၂၀၁၈ ခုနှစ် ကမ္ဘာ့နှလုံးကျန်းမာရေးနေ့ရဲ့ ဆောင်ပုဒ်မှာ “My heart, your heart for all our hearts” ဖြစ်ပါတယ်။
- နှလုံးနှင့်သွေးကြောရောဂါ အပါအဝင်ရောဂါများကို ကာကွယ်နိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းများအတွက် တစ်ဦးချင်းစီမှာ ကိုယ်စီတာဝန်ရှိကြပါတယ်။
- ပြည်သူများအနေနဲ့ မိမိတို့ရဲ့ ကျန်းမာရေးအတွက် ကျန်းမာရေးနဲ့ ကိုက်ညီသော နေထိုင်စားသောက်မှုပုံစံများကို တစ်ဦးချင်းစီ သန္နိဋ္ဌာန်ချပြီး သတိပြုဆောင်ရွက်ခြင်း၊ မိမိတို့ရဲ့ မိသားစုများ၊ ဆွေမျိုးများနှင့် မိတ်ဆွေများကိုလည်း ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်စွာ နေထိုင်နိုင်စေဖို့အတွက် ကျန်းမာရေးအသိပညာများ ဖြန့်ဝေပေးခြင်းတွေကို ဆောင်ရွက်ခြင်းနဲ့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်သာမက ကိုယ့်ရဲ့မိသားစု၊ ဆွေမျိုး၊ မိတ်ဆွေများပါ ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်လာကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အစားအသောက် ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးတဲ့ လုပ်ငန်းရှင်များအနေနဲ့လည်း ကျန်းမာရေးနဲ့ မညီညွတ်တဲ့ အစားအသောက်များကို ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးတာကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်းနဲ့ နှလုံးနှင့် သွေးကြောရောဂါများအပါအဝင် မကူးစက်တတ်တဲ့ရောဂါများ ကာကွယ်နိုင်ဖို့ အတွက် တစ်ဖက်တစ်လမ်းမှ ပါဝင်ကူညီနိုင်တဲ့အတွက် ယင်းတို့ရဲ့ အခန်းကဏ္ဍမှာလည်း အရေးကြီးပါတယ်။
- နှလုံးကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများဟာ ရေရှည်စွဲမြဲလုပ်ဆောင်သွားရမယ့် လုပ်ငန်းများ ဖြစ်တဲ့အတွက် ဝန်ကြီးဌာန၊ ပြည်သူများ၊ လုပ်ငန်းရှင်များ အားလုံးက ကိုယ်စီတာဝန်များကို သန္နိဋ္ဌာန်ချ ဆောင်ရွက်သွားကြရမှာ ဖြစ်တယ်လို့ ပြောကြားရင်း နိဂုံးချုပ်အပ်ပါတယ်။

အခမ်းအနားတက်ရောက်သူများစာရင်း –

- ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန၊ အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်
- ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များ

- ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များ
- နေပြည်တော်ကောင်စီဝင်
- ဆေးရုံအုပ်ကြီး၊ ခုတင် (၁၀၀၀) ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ နေပြည်တော်
- ပါမောက္ခ / ဌာနမှူးများ
- အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများ
- မြန်မာနိုင်ငံ အမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့ချုပ် ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ
- နေပြည်တော် ပြည်ထောင်စုနယ်မြေအတွင်းရှိ ဆေးရုံများမှ ဆေးရုံအုပ်များ၊ ဆရာဝန်များ၊ အလုပ်သင်ဆရာဝန်များ၊ သူနာပြုများ၊ ပြည်သူများ

(ဤမိန့်ခွန်းသည် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၏ လက်ရေးမူမှ ပြန်လည်ရိုက်နှိပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။)