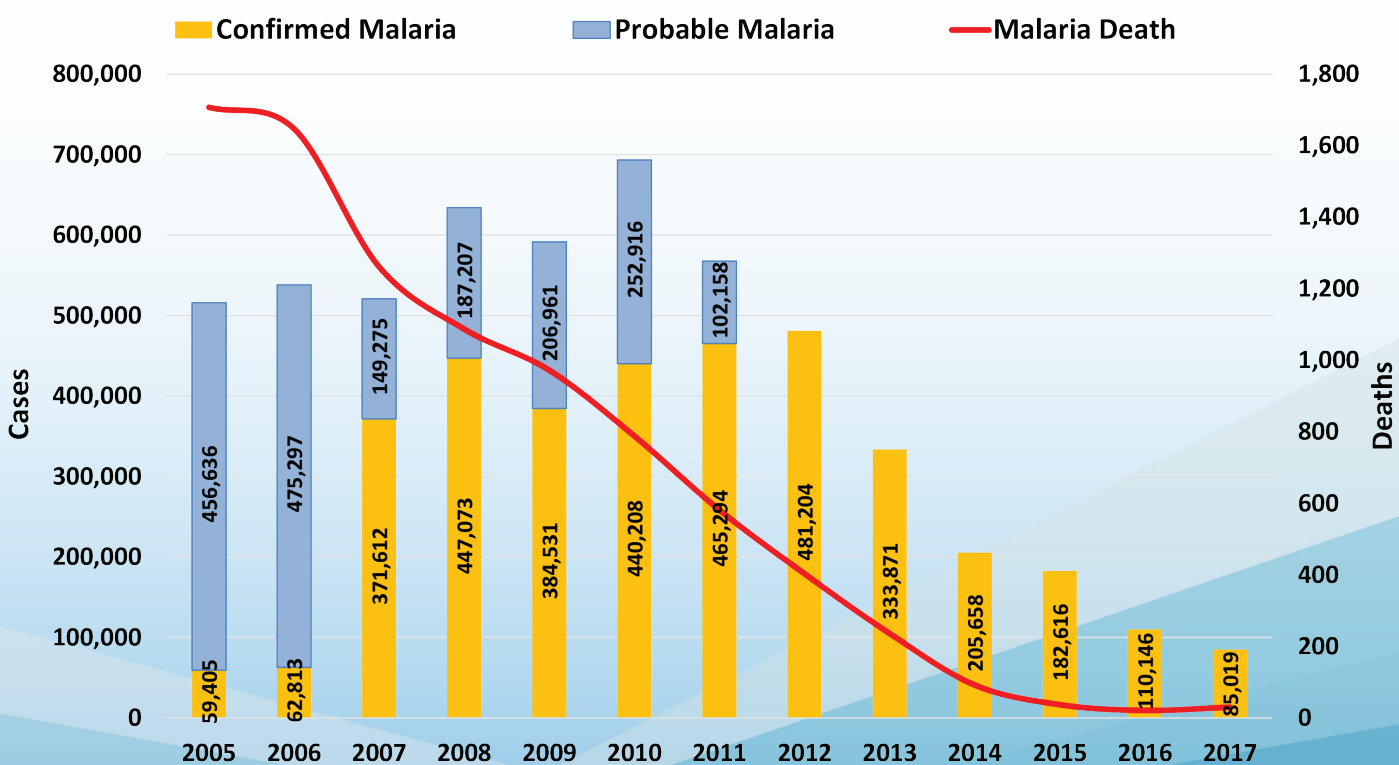


ငှက်ဖျားရောဂါကို စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းသည် ငှက်ဖျားရောဂါကာကွယ်ရန်အတွက် အဓိက သော့ချက်ဖြစ်သည်။

- ငှက်ဖျားရောဂါသည် အသက်အန္တရာယ်ရှိသော ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် ကပ်ပါးပိုးကြောင့်ဖြစ်ပွားပြီး လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ငှက်ဖျားပိုး သယ်ဆောင်ထားသော ခြင်္ကေတိုက်ခြင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ပါသည်။
- ငှက်ဖျားရောဂါမဖြစ်အောင် ကာကွယ်ရန် နည်းလမ်းများရှိပါသည်။ (ဥပမာ - ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်ဖြင့် အိမ်ခြင်း) ဖြစ်ပွားပါကလည်း စောစီးစွာ ကုသပါက ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။
- ငှက်ဖျားရောဂါသည် တစ်နှစ်ပတ်လုံး ဖြစ်ပွားနိုင်ပြီး မိုးတွင်းကာလဖြစ်သော မေလမှ စက်တင်ဘာလ အတွင်းတွင် ကူးစက်မှု အများဆုံးရှိသည်ကို တွေ့ရပါသည်။
- မည်သူမဆို ငှက်ဖျားရောဂါ ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။ ငှက်ဖျားကူးစက်မှုရှိသော ဒေသများသို့ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာ နေထိုင်သူများ၊ ငှက်ဖျားကူးစက်မှုရှိသော ဒေသများရှိ ဆောက်လုပ်ရေးနှင့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများတွင် အလုပ်လုပ်ကိုင်သူများ၊ သစ်တောနှင့် နီးနွယ်သော အလုပ် လုပ်ကိုင်သူများ၊ ငှက်ဖျားကူးစက်မှုရှိသော ဒေသများနှင့် ဆက်စပ်သောဒေသများ၌ နေထိုင်သူများသည် ငှက်ဖျားရောဂါကူးစက်ခံရနိုင်ခြေ ပိုမိုများပြားပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် မိခင်များနှင့် အသက် (၅) နှစ်အောက် ကလေးများ ငှက်ဖျား ရောဂါကူးစက်ခံရပါက ရောဂါပိုမိုပြင်းထန်နိုင်ပါသည်။
- လက်ရှိမြန်မာနိုင်ငံတွင် မြို့နယ်ပေါင်း (၃၃၀) ရှိသည့်အနက် (၂၉၀) မြို့နယ်သည် ငှက်ဖျားရောဂါ ဖြစ်ပွားသည့်ဒေသများ ဖြစ်သည်။
- မြန်မာနိုင်ငံတွင် ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားမှုများသည် လွန်ခဲ့သော (၆) နှစ်မှစ၍ သိသိသာသာ ကျဆင်းလာခဲ့ပါသည်။ ၂၀၁၂ ခုနှစ်မှ ၂၀၁၇ ခုနှစ်အတွင်း ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှုန်းသည် ၈၂% အထိ ကျဆင်းခဲ့ပါသည်။ (၂၀၁၂ ခုနှစ်တွင် ၄၈၁၂၀၄ ဦး ရှိခဲ့ပြီး၊ ၂၀၁၇ ခုနှစ် တွင် ၈၅၀၁၉ ဦး ရှိခဲ့ပါသည်။) ယင်းကာလအတွင်း၌ပင် ငှက်ဖျားရောဂါကြောင့် သေဆုံးမှုသည် ၉၃% အထိ လျော့ကျလာခဲ့ပါသည်။ (၂၀၁၂ ခုနှစ် တွင် ၄၀၃ ဦး ရှိခဲ့ရာမှ၊ ၂၀၁၇ ခုနှစ် တွင် ၃၀ ဦးထိ ကျဆင်းခဲ့ပါသည်။) အောက်ဖော်ပြပါ ပုံပြဇယားတွင် အ သေးစိတ် တွေ့နိုင်ပါသည်။
- သက္ကရာဇ် ၂၀၃၀ ခုနှစ် တွင် မြန်မာတစ်နိုင်ငံလုံး ငှက်ဖျားရောဂါကူးစက်မှု ကင်းဝေးစေရေး ဦးတည်ချက်များအတွက် ငှက်ဖျားရောဂါ ကာကွယ်ခြင်း၊ စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းနှင့် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့သည် ငှက်ဖျားရောဂါ သွေးဖောက်စစ်ဆေးခြင်း၊ ကုသခြင်းနှင့် ရောဂါ စုံစမ်းထောက်လှမ်းခြင်း တို့အတွက် အလွန်အရေးပါသည်။



Trends of malaria cases and deaths, Myanmar, 2005-2017



Source: Vector Borne Disease Control Unit, Department of Public Health, Ministry of Health and Sports



ငှက်ဖျားရောဂါဆိုသည်မှာ

- ငှက်ဖျားရောဂါသည် ခြင်္သေ့တစ်ကောင်ကူးစက်ပြီး ပလတ်စမိုဒီယမ် ကပ်ပါးပိုးကြောင့် ဖြစ်ပွားသည်။
• ပလတ်စမိုဒီယမ် ကပ်ပါးပိုး (၅) မျိုးရှိသည်။ ပလတ်စမိုဒီယမ် ဖယ်လ်ဆီပါရမ်/ပလတ်စမိုဒီယမ် ဗိုင်းဗက်စ်၊ ပလတ်စမိုဒီယမ် အိုဗေလီ၊ ပလတ်စမိုဒီယမ် မလေးရှားယေးနှင့် ပလတ်စမိုဒီယမ် နော်လီစိုင်း တို့ ဖြစ်ကြသည်။
• ပလတ်စမိုဒီယမ် ဖယ်လ်ဆီပါရမ်သည် ပြင်းထန် ငှက်ဖျား ရောဂါ (Severe Malaria) ကို ဖြစ်စေနိုင်ပြီး အသက် သေဆုံးနိုင်သည်အထိ အန္တရာယ်ရှိသည်။
• ပလတ်စမိုဒီယမ် ဖယ်လ်ဆီပါရမ်သည် အများအားဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံ အနောက်ပိုင်းဒေသများတွင် ပိုမိုဖြစ်ပွား ပျံ့နှံ့ပြီး ပလတ်စမိုဒီယမ် ဗိုင်းဗက်စ်သည် မြန်မာနိုင်ငံ အရှေ့ပိုင်းဒေသများတွင် ပိုမို ဖြစ်ပွားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။
• မြန်မာနိုင်ငံတွင် သက္ကရာဇ် ၂၀၂၅ ခုနှစ်၌ ပလတ်စမိုဒီယမ် ဖယ်လ်ဆီပါရမ် ဒေသတွင်း ကူးစက်မှု ကင်းဝေးစေရန် နှင့် သက္ကရာဇ် ၂၀၃၀ ခုနှစ်တွင် လူများတွင်ကူးစက်သော ငှက်ဖျားပိုး ဒေသတွင်း ကူးစက်မှု ကင်းဝေးစေရန် ရည်ရွယ် ဆောင်ရွက်လျက် ရှိပါသည်။
• ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ WHO နှင့် အခြား မိတ်ဖက် အဖွဲ့အစည်းများသည် ငှက်ဖျားရောဂါ ကာကွယ်ရေး၊ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကင်းဝေးစေရေးတို့အတွက် ကူညီပံ့ပိုး လျက်ရှိကြပါသည်။ မဲခေါင်မြစ်ဝှမ်းဒေသအတွက် အထူး ကျိုးပမ်း ဆောင်ရွက်ရာတွင်လည်း မြန်မာနိုင်ငံမှ ပါဝင်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံရှိငှက်ဖျားရောဂါ ဆိုင်ရာအချက်အလက်များ

- ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားမှုအခြေအနေကို တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်များမှ သတင်းပို့လျက်ရှိပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ အနောက်ဘက်ပိုင်း ဒေသများသည် အရှေ့ဘက်ပိုင်းဒေသများထက် ငှက်ဖျား ဖြစ်ပွားမှု ပိုမိုများပြားကြောင်း တွေ့ရှိ ရပါသည်။
• ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားသည့် လူနာများသည် တုပ်ကွေး ဖြစ်သကဲ့သို့ ချမ်းတုန်၍ ဖျားတတ်ပြီး တခါတရံ ရောဂါ ပြင်းထန်နိုင်ပါသည်။
• ငှက်ဖျားရောဂါလက္ခဏာသည် ရောဂါပိုးရှိသော ခြင်္သေ့ကိုကိုင်ခံရပြီး ၁၀ ရက်မှ ၁၅ ရက်အတွင်း ပြသပါသည်။
• အသက်အရွယ်မရွေး ကျား၊ မ မရွေး ငှက်ဖျားရောဂါ ကူးစက်ခံရနိုင်ခြေ ရှိပါသည်။
• ပလတ်စမိုဒီယမ် ဖယ်လ်ဆီပါရမ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော ငှက်ဖျားရောဂါကို ဆောလျင်စွာ မကုသပါက ရောဂါ ပြင်းထန်နိုင်ပြီး အသက်သေဆုံးနိုင်ပါသည်။
• ငှက်ဖျားရောဂါ စစ်ဆေးအတည်ပြုခြင်းနှင့် ကုသခြင်းကို နိုင်ငံအတွင်းရှိ ကျန်းမာရေးဌာနများနှင့် ရပ်ရွာလူထုထဲတွင် အခမဲ့ ပြုလုပ်ပေးလျက် ရှိသည်။
• အမျိုးသားငှက်ဖျားရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေးစီမံချက်နှင့် မိတ်ဖက် အဖွဲ့အစည်း များသည် နိုင်ငံအတွင်းရှိ ငှက်ဖျားရောဂါ ဖြစ်ပွားသော ဒေသ များသို့ တာရှည်ခံ ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်များကို ဖြန့်ဝေလျက်ရှိပါသည်။

ငှက်ဖျားရောဂါလက္ခဏာများ

- ချမ်းတုန်၍ အဖျားကြီးခြင်း၊ ချွေးထွက်ခြင်း
• ခေါင်းကိုက်ခြင်း
• မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း
• ဝမ်းဗိုက်မအီမသာဖြစ်ခြင်း
• ကြွက်သားနှင့်အဆစ်များကိုက်ခြင်း
• အစားအသောက်ပျက်ခြင်း
• အော့အန်ခြင်း
• ဂဏ္ဍာမပြင်ဖြစ်ခြင်း



ငှက်ဖျားရောဂါကုထုံး

- အာတီမီစီနှင့် ဆေးပေါင်းသည် ထိရောက်မှုရှိသဖြင့် ပလတ်စမိုဒီယမ် ဖယ်လ်ဆီပါရမ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော ငှက်ဖျားရောဂါကို ကုသရာတွင် ရွေးချယ်ရမည့် ဆေးဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် ကပ်ပါးပိုး ဆက်လက်ကူးစက်ခြင်း မရှိစေရန် အတွက် ပရိုဂနာထိုးဆေးကို တွဲဖက် ပေးရပါမည်။
• ပလတ်စမိုဒီယမ် ဗိုင်းဗက်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော ငှက်ဖျားရောဂါကို ကုသရာတွင် ကလိုရိုကွင်းနှင့် ပရိုဂနာထိုး ဆေးတို့သည် ရွေးချယ်ရမည့် ဆေးများ ဖြစ်သည်။

ငှက်ဖျားရောဂါကာကွယ်ရန် ဘာတွေ လုပ်သင့်သလဲ

- ရယူပါ - ငှက်ဖျားရောဂါ ကာကွယ်ခြင်း၊ ရောဂါ အတည်ပြုခြင်းနှင့် ကုသမှုခံယူခြင်း အတွက် နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း၏ အကြံဉာဏ်ကို ရယူပါ။
• ကာကွယ်ပါ - ခြင်္သေ့ကိုကိုင်ခံရအောင်ကာကွယ်ပါ။
 - တာရှည်ခံ ဆေးစိမ်ခြင်ထောင် သို့မဟုတ် ရိုးရိုး ခြင်္သေ့ ဖြင့် အမြဲအိပ်ပါ။
 - တံခါးများနှင့် ပြတင်းပေါက်များကို ခြင်္သေ့ကောင်များ တပ်ဆင်ပါ။ ညအခါတွင် လုံခြုံစွာပိတ်ထားပါ။
 - ခြင်္သေ့ကိုကိုင်သည့်လိမ်းဆေးများ (mosquito repellent) လိမ်းပါ။
 - သက်သာချောင်ချိသော အင်္ကျီလက်ရှည်၊ ဘောင်းဘီရှည် တို့ကို ဝတ်ဆင်ပါ။
 - ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ရေမဝင်အောင်၊ ရေစီးရေလာ ကောင်းအောင် ဆောင်ရွက်ပါ။
• မြှင့်တင်ပါ - ခြင်္သေ့ကိုကိုင်ခံရအောင် ကာကွယ်ရန်နှင့် ငှက်ဖျားရောဂါ ဖြစ်ပွားလာပါက မှန်ကန်သောကုထုံးဖြင့် ပြုစု ကုသမှုခံယူရန် ပြည်သူ့လူထုအား အသိပညာ မြှင့်တင် ပေးရမည်။



ငှက်ဖျားရောဂါကာကွယ်ရန်အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း

- ငှက်ဖျားရောဂါ ကင်းဝေးရေးအတွက် စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း သည် အဓိက လုပ်ငန်းဖြစ်သည်။
• စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းဆိုသည်မှာ ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှင့် သေဆုံးမှုများကို အချိန်နှင့်တပြေးညီ ပြည့်စုံစွာ သတင်းပေးပို့ခြင်းနှင့် ၎င်း အတွက် သင့်လျော်သော ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေးများကို တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။
• စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းသည် ငှက်ဖျားရောဂါကူးစက်မှု အမျိုးအစား ခွဲခြားရန်နှင့် လိုအပ်သည့် တုံ့ပြန်မှုများ ဆောင်ရွက်ချက်ရန် အတွက် အထောက်အကူ ပြုပါသည်။
• ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားသည့်လူနာတိုင်းကို သတင်းပို့ရန်နှင့် စုံစမ်းထောက်လှမ်း ရန် လိုအပ်သည်။ ယင်းသည် ငှက်ဖျားရောဂါဖြစ်ပွားမှု၏ မူလအစနှင့် Foci အမျိုးအစား သတ်မှတ်ခြင်းအတွက် လိုအပ်ပြီး သင့်လျော်သော ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေး လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်ရန်ဖြစ်သည်။ Foci ဧရိယာသည် ငှက်ဖျားရောဂါ ဖြစ်ပွားလျက်ရှိသော (ဖြစ်ပွားခဲ့သော) နေရာ များကို ဆိုလိုသည်။
• တက္ကသိုလ်များ၊ (ပြည်သူများ၊ ပုဂ္ဂလိက၊ ကာကွယ်ရေး၊ ရပ်ရွာလူထု) သည် ငှက်ဖျားဖြစ်ပွားမှုနှင့် သေဆုံးမှုများကို ပြည်နယ်၊ တိုင်းဒေသကြီးများနှင့် မြို့နယ်များရှိ ငှက်ဖျားရောဂါ ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေးဌာနသို့ အချိန်နှင့်တပြေးညီ ပြည့်စုံစွာ သတင်း ပေးပို့သင့်ပေသည်။