သန်ချဆေးပေါင်းတိုက်ကျွေးရေးအစီအစဉ်

အသက်အုပ်စု	**Albendazole** ဆေးပြား (၄၀၀) မီလီဂရမ်	**DEC** ဆေးပြား (၁၀၀) မီလီဂရမ်
၂ နှစ် မှ ၅ နှစ်	၁ ပြား	၁ ပြား
၆ နှစ် မှ ၁၄ နှစ်	၁ ပြား	၂ ပြား
၁၅ နှစ် နှင့်အထက်	၁ ပြား	၃ ပြား

ဆေးမသောက်သင့်သူများ

- အသက် (၂)နှစ်အောက် ကလေး၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်၊ ရောဂါ တစ်ခုခုကို ဆိုးဝါးစွာ ခံစားနေရသူများ။

ဘယ်အချိန်ဆေးသောက်ရမလဲ

- အချိန်မရွေးသောက်နိုင်ပါသည်။ အစာစားပြီးချိန်၊ ညအိပ်ရာ ဝင်ချိန်သောက်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။

ကလေးများနှင့် ဆေးမျိုချရန် ခက်ခဲသူများကို ဆေးပြားများ ကြိတ်တိုက်ပါ။ အတင်းအကြပ်ချုပ်ကိုင်ခြင်း၊ နှာခေါင်း ပိတ်ခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။

ဆေးသောက်ပြီး ဘာတွေဖြစ်တတ်သလဲ

- ဆေးသောက်ပြီး လှုပ်ရှားမှုများလျှင် အချို့လူများတွင် အနည်းငယ် မူးတတ်/ပျို့တတ်ပါသည်။
- ရောဂါပိုးရှိသူများတွင် ဆေးအာနိသင်ကြောင့် အနည်းငယ် ဖျားခြင်း၊ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

အဲဒီလိုဖြစ်လာခဲ့ရင် ဘာတွေလုပ်မလဲ

- ဆေးသောက်ပြီး အင်ပြင်ထွက်လျှင် ဘာမီတွန် (၁) ပြား တိုက်ပါ။
- ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲလျှင် ပါရာစီတမော (၁) ပြား ခေါင်းမူး/ ပျို့အန်လျှင် B 6 (၁) ပြားတိုက်ပါ။
- မသက်သာပါက ဆေးတိုက်အဖွဲ့ (သို့) နီးစပ်ရာ ဆေးရုံ/ ဆေးခန်းသို့ ဆက်သွယ်ပါ။

သန်ချဆေးပေါင်းတိုက်ကျွေးဖြင့် ဘာအကျိုးကျေးဇူးတွေရရှိမလဲ

- ဆင်ခြေထောက် သန်ကောင်များ သေကြေပျက်စီးပြီး ရောဂါ ကင်းစင်သွားပါမည်။
- ရောဂါပိုးမရှိသောလူများမှာ ဆေးအာနိသင်ကြောင့် ရောဂါပိုး ဝင်ရောက်ကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။
- အူလမ်းကြောင်းရှိ သန်ကောင်အမျိုးမျိုး ကင်းစင်စေပါသည်။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ကင်းဝေးရေး
သန်ချဆေးပေါင်း တိုက်ကျွေးပေး

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ

"သက္ကရာဇ် ၂၀၂၀ တွင် မြန်မာနိုင်ငံမှာ
ဆင်ခြေထောက်ရောဂါကင်းဝေးရေး"
ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်စေရန်
ပြည်သူလူထုအနေဖြင့်
သန်ချဆေးပေါင်းကို
ယုံယုံကြည်ကြည် သောက်သုံးကြပါစို့။

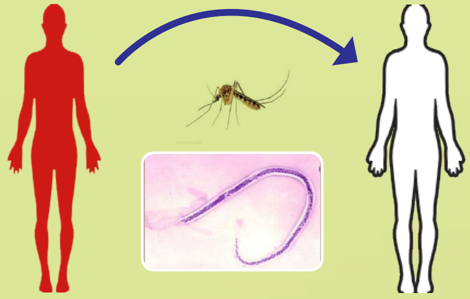
ဆင်ခြေထောက်ရောဂါကင်းဝေးရေးစီမံချက်နှင့်
ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးဌာနစိတ်မှ
ပူးပေါင်းတည်းဖြတ်သည်။

၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ

MINISTRY OF HEALTH AND SPORTS

World Health Organization
Myanmar

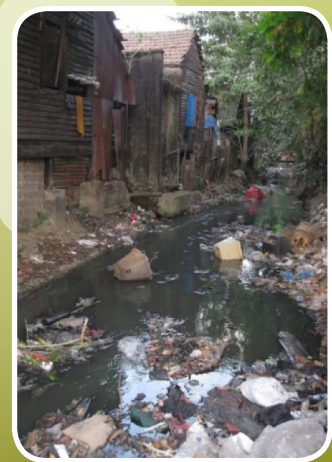
ဆင်ခြေထောက်ရောဂါ ကင်းဝေးရေး
သန်ချဆေးပေါင်း တိုက်ကျွေးပေး



ဆင်ခြေထောက်ရောဂါသည်
သွေးကြောထဲတွင်နေသော သန်ကောင်ကြောင့်ဖြစ်ပွားသည်။
ခြင်ကိုက်ခြင်းဖြင့် ကူးစက်ပါသည်။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါပိုး သယ်ဆောင်သောခြင် *Culex quinquefasciatus* ပေါက်ပွားရာနေရာများ

ရေပုပ်ရေသိုးများ၊
ရေစီးရေလာမကောင်းသည့်၊
ရေမြောင်းပုပ်များ၊
ရေဆိုးကျင်းများ၊ မလုံခြုံသော
မြေအောက်မြောင်းများတွင်
ပေါက်ပွားသည်။



ရောဂါလက္ခဏာများ

ငုပ်နေသောအဆင့်

လူအချို့တွင် ရောဂါပိုးရှိနေသော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာမပြဘဲ (၆)လမှ (၁)နှစ်ခန့်အထိ ငုပ်နေတတ်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

- ချမ်းတုန်ဖျားခြင်း
- ယားယံ၍ အင်ပြင်ထွက်ခြင်း
- ပန်းနာရင်ကျပ်ကဲ့သို့ ချောင်းဆိုးရင်ကျပ်ခြင်း
- အကျိတ်များ ယောင်ခြင်း
- ဝေးစေ့များယောင်၍ အောင့်ခြင်း၊ နာခြင်း
- ခြေ၊ လက် တစ်ဖက် / နှစ်ဖက်နီရဲ၊ ပူလောင်၊ ရောင်ရမ်း၍ နာခြင်း (မှင်ထခြင်း၊ ပင့်ကူရှုပ်ခြင်း)
- ကပ်ပယ်အိတ် (မုတ္တ) ကြီးခြင်း
- ဆန်ဆေးရေကဲ့သို့ အဖြူရောင် ဆီးပျစ်ပျစ်သွားခြင်း
- ဆီးထဲသွေးပါခြင်း

ရောဂါသက်ရင့်လာသည့်အခါ ဖြစ်နိုင်သည့် လက္ခဏာများ

- ခြေ၊ လက်၊ ရင်သားစသည်တို့ တစ်ဖက်ထဲ/နှစ်ဖက်လုံး ကြီးလာပြီး နောက်ဆုံးတွင် ဆင်ခြေထောက်အသွင် ဖြစ်လာပါသည်။

အထက်ပါ ရောဂါလက္ခဏာများ ပေါ်ပေါက်လာပါက နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနသို့ သွားရောက်ပြသ၍ ချက်ချင်းဆေးကုသမှုခံယူပါ။

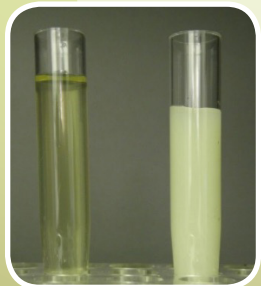
ဆင်ခြေထောက်ရောဂါလက္ခဏာများ

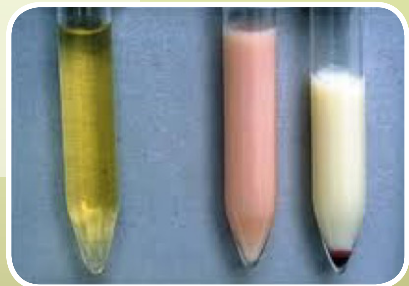
ဆင်နို့

ရေမုတ်

စစ်ဆေးတွေ့ရှိချက်

- ဆီးထဲ သားငံရည်ပါခြင်း၊ ကျောက်ကပ် ပျက်စီးခြင်း





ဆင်ခြေထောက်ရောဂါလက္ခဏာများ

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါကိုဖြစ်စေသော သွေးသန်ကောင်

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါအကြောင်း သိကောင်းစရာ

World Health Organization
Myanmar

ရောဂါကူးစက်ပုံ

- ဆင်ခြေထောက်ရောဂါသည် သွေးကြောထဲတွင်နေသော သန်ကောင်ကြောင့် ဖြစ်ပွားသည်။
- ဆင်ခြေထောက်ရောဂါပိုး သယ်ဆောင်သောခြင် *Culex quinquefasciatus* ကိုက်ခြင်းဖြင့် ကူးစက်ပါသည်။
- ဆင်ခြေထောက်ရောဂါပိုး သယ်ဆောင်သောခြင်သည် ရေပုပ်ရေသိုးများ၊ ရေစီး ရေလာမကောင်းသည့် ရေမြောင်းပုပ်များ၊ ရေဆိုးကျင်းများ၊ မလုံခြုံသော အိမ်သာကျင်းများ၊ မလုံခြုံ သော မြေအောက်မြောင်းများတွင် ပေါက်ပွားသည်။

ငုပ်နေသောအဆင့်

- လူအချို့တွင် ရောဂါပိုးရှိနေသော်လည်း ရောဂါလက္ခဏာလုံးဝမပြဘဲ (၆)လမှ (၁)နှစ်ခန့်အထိ ငုပ်နေတတ်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

- ချမ်းတုန်ဖျားခြင်း၊ ယားယံ၍အင်ပြင်ထွက်ခြင်း၊ ပန်းနာရင်ကျပ်ကဲ့သို့ ချောင်းဆိုး ရင်ကျပ်ခြင်း၊ အကျိတ်များယောင်ခြင်း၊ ဝေးစေ့များယောင်၍ အောင့်ခြင်း၊ နာခြင်း၊ ခြေလက် တစ်ဖက်/နှစ်ဖက်နီရဲ၊ ပူလောင်၊ ရောင်ရမ်း၍ နာခြင်း၊ (မှင်ထခြင်း၊ ပင့်ကူ ရုပ်ခြင်း)၊ ကပ်ပယ်အိတ် ကြီးခြင်း (မုတ္တ)၊ ဆန်ဆေးရေကဲ့သို့ အဖြူရောင် ဆီးပျစ်ပျစ် သွားခြင်း၊ ဆီးထဲသွေးပါခြင်း

ရောဂါသက်ရင့်လာသည့်အခါ ဖြစ်နိုင်သည့်လက္ခဏာများ

- ခြေထောက် ရင်သား စသည်တို့ တစ်ဖက်ထဲ (သို့) နှစ်ဖက်လုံး ကြီးလာပြီး နောက်ဆုံးတွင် ဆင်ခြေထောက်အသွင် ဖြစ်လာပါသည်။

အထက်ပါ ရောဂါလက္ခဏာများ ပေါ်ပေါက်လာပါက နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနသို့ သွားရောက်ပြသ၍ **ချက်ချင်း** ဆေးကုသမှု ခံယူပါ။

သန်ချဆေးနှစ်မျိုးလုံးကို တစ်ကြိမ်ထဲသောက်ပါ။

အသက်အုပ်စု	Albendazole ဆေးပြား (၄၀၀) မီလီဂရမ်	DEC ဆေးပြား (၁၀၀) မီလီဂရမ်
၂ နှစ် မှ ၅ နှစ်	၁ ပြား	၁ ပြား
၆ နှစ် မှ ၁၄ နှစ်	၁ ပြား	၂ ပြား
၁၅ နှစ် နှင့်အထက်	၁ ပြား	၃ ပြား

ဆေးမသောက်သင့်သူများ

- အသက် (၂) နှစ်အောက် ကလေး၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်၊ ရောဂါတစ်ခုခုကို ဆိုးဝါးစွာ ခံစားနေရသူများ

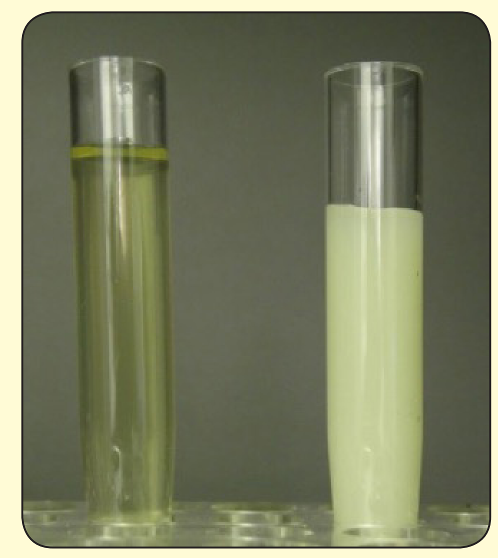
ဘယ်အချိန်ဆေးသောက်ရမလဲ?

- အချိန်မရွေးသောက်နိုင်ပါသည်။ အစာစားပြီးချိန်၊ ညအိပ်ရာဝင်ချိန် သောက်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါလက္ခဏာများ

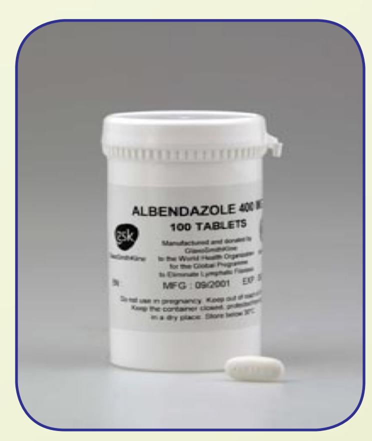
ဆင်နို့

ရေမှုတ်



ဆီးထဲ သားငံရည်ပါခြင်း၊ ကျောက်ကပ်ပျက်စီးခြင်း

"ဆင်ခြေထောက်ရောဂါကင်းဝေးရေး သန်ချဆေးပေါင်း တိုက်ကျွေးပေး"



"သက္ကရာဇ် ၂၀၂၀ တွင် မြန်မာနိုင်ငံမှ ဆင်ခြေထောက်ရောဂါကင်းဝေးရေး" ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်စေရန် ပြည်သူလူထုအနေဖြင့် သန်ချဆေးပေါင်းကို ယုံယုံကြည်ကြည် သောက်သုံးကြပါစို့။

ဆင်ခြေထောက်ရောဂါကင်းဝေးရေးစီမံချက်နှင့် ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးဌာနစိတ်မှ ပူးပေါင်းတည်းဖြတ်သည်။
၂၀၁၈ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ