



ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ

(Seasonal Influenza A (H1 N1) pdm 09)

ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေး လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်



Version (1.1)

(၅-၈-၂၀၁၇)

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	နိဒါန်း	၁
၂။	ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09) အကြောင်း	၁
၃။	(၂၀၁၇) ခုနှစ်အတွင်း ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09) ဖြစ်ပွားနေမှု အခြေအနေ	၆
၄။	ရည်ရွယ်ချက်	၇
၅။	မဟာဗျူဟာများ	၇
၆။	ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယလူနာ တွေ့ရှိပါက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ငန်း လမ်းညွှန်	၈
၇။	ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ လူနာ အမျိုးအစား အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုချက်	၈
၈။	စီမံကွပ်ကဲခြင်း	၉
၉။	ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအား စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းနှင့် သတင်းပေးပို့ခြင်း	၁၀
၁၀။	သံသယလူနာနှင့်ပတ်သက်၍ စီမံဆောင်ရွက်ခြင်း	၁၁
၁၁။	နယ်စပ်နှင့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဝင်/ထွက်ပေါက်များ၌ ဆောင်ရွက်ခြင်း	၁၃
၁၂။	ဓာတ်ခွဲအတည်ပြု ဆေးရုံတက်ကုသမှုခံယူသူလူနာနှင့် ထိတွေ့သူများအား စောင့်ကြပ် ကြည့်ရှုခြင်း	၁၄
၁၃။	ဆေးရုံတွင် ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်း	၁၄
၁၄။	ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပေးခြင်း	၁၇
၁၅။	သေဆုံးသူအလောင်းများနှင့် ပတ်သက်၍ စီမံခန့်ခွဲခြင်း	၁၈
၁၆။	လူစုလူဝေးမှုအား ရက်ရွှေ့ခြင်း/ ကန့်သတ်ပိတ်ပင်ခြင်း	၁၉
၁၇။	ဆေးရုံနှင့်ကျန်းမာရေးဌာနပြင်ပ၌ ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ခြင်း	၁၉
၁၈။	အသိပညာပေးခြင်း နှင့် ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း	၂၀

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၉။	နှီးနွယ်ဌာန/ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း (Coordination)	၂၂
၂၀။	ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်း စီမံခန့်ခွဲခြင်း	၂၂
၂၁။	လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်အား ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် ပြင်ဆင်ရေးသားခြင်း	၂၃
၂၂။	နိဂုံး	၂၃

နောက်ဆက်တွဲများ

နောက်ဆက်တွဲ (က)	ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယလူနာ ဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ငန်း လမ်းညွှန်	တွေ့ရှိပါက လိုက်နာ
နောက်ဆက်တွဲ (ခ)	ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (A (H1N1) pdm 09) ဖြစ်စဉ် ထိန်းချုပ်ရေး ကော်မတီ	
နောက်ဆက်တွဲ (ဂ)	ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး အသိပညာပေးခြင်း	
နောက်ဆက်တွဲ (ဃ)	အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လေဆိပ်နှင့် ရေဆိပ်များတွင် ရာသီတုပ်ကွေး ရောဂါ သံသယလူနာ တွေ့ရှိပါက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ငန်း လမ်းညွှန်	
နောက်ဆက်တွဲ (င)	Clinical Management Guidelines for Seasonal Influenza A H1N1 pdm 09 infection	

၁။

**နိဒါန်း**

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနသည် နိုင်ငံအတွင်း ဖြစ်ပွားလာနိုင်သော ကူးစက်ရောဂါများအား စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း၊ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းနှင့် ထိန်းချုပ်နှိမ်နင်းခြင်း လုပ်ငန်းများနှင့် အခြားနိုင်ငံများမှ ကူးစက်ရောဂါများ မိမိနိုင်ငံအတွင်းသို့ ကူးစက်ဝင်ရောက်လာခြင်း၊ မိမိနိုင်ငံမှတစ်ဆင့် အခြားနိုင်ငံများသို့ ပြန့်နှံ့ကူးစက်ခြင်းများ မဖြစ်ပွားစေရန် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာကျန်းမာရေးစည်းမျဉ်း (IHR) နှင့်အညီ ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ခြင်း လုပ်ငန်းများအား အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

ယခု (၂၀၁၇) ခုနှစ် ဇူလိုင်လအတွင်း မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း၌ ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (A (H1N1) pdm 09) ဖြစ်ပွားခဲ့မှုများအပေါ် ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအား အချိန်မီကာကွယ် ထိန်းချုပ်နိုင်စေရန်၊ ပြည်သူလူထုအပါအဝင် နီးနွယ်ဌာန/အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ထိရောက်စွာ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ပြီး အောင်မြင်စွာ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်အတွက် ဤလုပ်ငန်းလမ်းညွှန်အတိုင်း လိုက်နာ ဆောင်ရွက်သွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

၂။

**ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09) အကြောင်း**

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza) သည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ကူးစက်ရောဂါတစ်ခုဖြစ်ပြီး၊ Influenza Virus ပိုးကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်စေသော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး အမျိုးအစား (၃) မျိုး (Type A, B and C) ရှိပြီး၊ ယခုနှစ် ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားမှု ဖြစ်စဉ်မှာ Seasonal Influenza Virus Type A ၏ အမျိုးအစားခွဲ တစ်ခုဖြစ်သည့် Subtype A (H1N1) pdm 09 ကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09 Strain သည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် မက္ကဆီကိုနိုင်ငံ၌ (၂၀၀၉) ခုနှစ် ဧပြီလ၌ စတင်ကူးစက်၍ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအများအပြား၌ ကပ်ရောဂါအသွင် ဖြစ်ပွားခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) က Public Health Emergency of International Concern (PHEIC) အဖြစ် ကြေငြာခဲ့ပြီး မြန်မာနိုင်ငံ

အပါအဝင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများတွင် ကမ္ဘာ့လူတုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်း လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပါသည်။

(၂၀၁၀) ခုနှစ် ဩဂုတ်လနောက်ပိုင်းမှစ၍ ထို Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09 သည် ကူးစက်မှု မြန်ဆန်သော်လည်း ပြင်းထန်မှုနှင့် သေဆုံးမှုနည်းပါးသောကြောင့် PHEIC အဖြစ်မှ (၂၀၁၀) ခုနှစ် ဩဂုတ်လ (၁၀) ရက်နေ့တွင် ရုတ်သိမ်းခဲ့ပါသည်။

(၂၀၀၉) ခုနှစ်၌ ကပ်ရောဂါအသွင် ဖြစ်ပွားခဲ့သော အဆိုပါ Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09 ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် (၂၀၁၀) ခုနှစ်မှစ၍ ကပ်ရောဂါအသွင် ဆက်လက် ဖြစ်ပွားမှု မရှိတော့ဘဲ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ လူများအကြား ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza) အဖြစ်သာ ကူးစက်မှု ဆက်လက် ရှိနေခဲ့ပါသည်။

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) ကလည်း အဆိုပါ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးအား ရာသီတုပ်ကွေး ရောဂါပိုးအဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့ပြီး၊ မြန်မာနိုင်ငံ အပါအဝင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများတွင် ရာသီတုပ်ကွေး ရောဂါ အဖြစ်သာ နှစ်စဉ် ဆက်လက် ဖြစ်ပွားလျက် ရှိပါသည်။

**ရောဂါကူးစက်ပုံ**

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါသည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့နိုင် ပါသည်။ ရောဂါပိုးရှိသူ နှာချေခြင်း/ ချောင်းဆိုးခြင်းတို့မှ ထွက်ပေါ်လာသော အစက်အမှုန် (droplet) များကို တိုက်ရိုက်ရှုသွင်းမိပါက ကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။ ရောဂါပိုးရှိသူ တစ်ဦး အကာအကွယ် မယူဘဲ နှာချေ/ ချောင်းဆိုးရာမှ ထွက်ပေါ်လာသော (droplet) များသည် နှာချေ/ ချောင်းဆိုးသည့် ရှေ့တည့်တည့်သို့ (၆) ပေခန့်အထိ ပျံ့နှံ့ပြီး အောက်သို့ ပြုတ်ကျသွားပါသည်။ ထို့ကြောင့် ရောဂါပိုးရှိသူနှင့် (၆) ပေခန့်အတွင်း နီးကပ်စွာ နေထိုင်သူများသည် (droplet) များကို တိုက်ရိုက်ရှုသွင်းမိနိုင်သဖြင့် ရောဂါကူးစက် ခံရနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် အဆိုပါ (droplet) များသည် ပုံမှန်လေထုထဲတွင် ပျံ့လွင့်နေခြင်းမျိုး မရှိနိုင်သဖြင့် ရောဂါပိုးရှိသူနှင့် နီးကပ်စွာ နေထိုင်ခြင်း မရှိသ၍ ၎င်းကဲ့သို့ တိုက်ရိုက်ရှုသွင်း ကူးစက်ခံရနိုင်ခြင်းမျိုး မရှိနိုင်ပါ။

အထက်ဖော်ပြပါ (droplet) များကို တိုက်ရိုက်ရှုသွင်းမိ၍ ကူးစက်ခံရနိုင်ခြင်း အပြင် ရောဂါပိုးရှိသူ နှာချေ/ ချောင်းဆိုးခြင်းတို့မှ ထွက်ပေါ်လာသော (droplet) များ တင်ကျန် ကပ်ငြိနေသော အရာဝတ္ထုများ/ အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများကို ထိတွေ့မိပြီး မိမိ၏ မျက်နှာ/ နှာခေါင်းများကို ကိုင်တွယ်မိခြင်းမှ တစ်ဆင့်လည်း ရောဂါကူးစက်ခံရနိုင်ပါသေးသည်။

ရောဂါပျိုးရက်မှာ (၁) ရက်မှ (၄) ရက်ခန့်ဖြစ်ပြီး ရောဂါလက္ခဏာ မပြမီ (၁) ရက်မှ စတင်၍ ရောဂါလက္ခဏာ စတင်ခံစားရပြီး (၇) ရက်အထိ ရောဂါပိုးကူးစက် ပြန့်ပွားနိုင်ပါသည်။

**ရောဂါလက္ခဏာများ**

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားပါက အဖျားရှိခြင်း (အပူချိန် ၃၈ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် နှင့် အထက်)၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာချေခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်းနှင့် နုံးခွေခြင်း စသည့် ရောဂါလက္ခဏာများအား ခံစားရနိုင်ပါသည်။ ရောဂါကူးစက်ခံရသူအများစုမှာ ဖျားခြင်း အပါအဝင် အခြားရောဂါ လက္ခဏာများ တစ်ပတ် အထိ ရှိနိုင်ပြီး ကုသမှုမခံယူရန် မလိုအပ်ဘဲ ပြန်လည် သက်သာနိုင်ပါသည်။

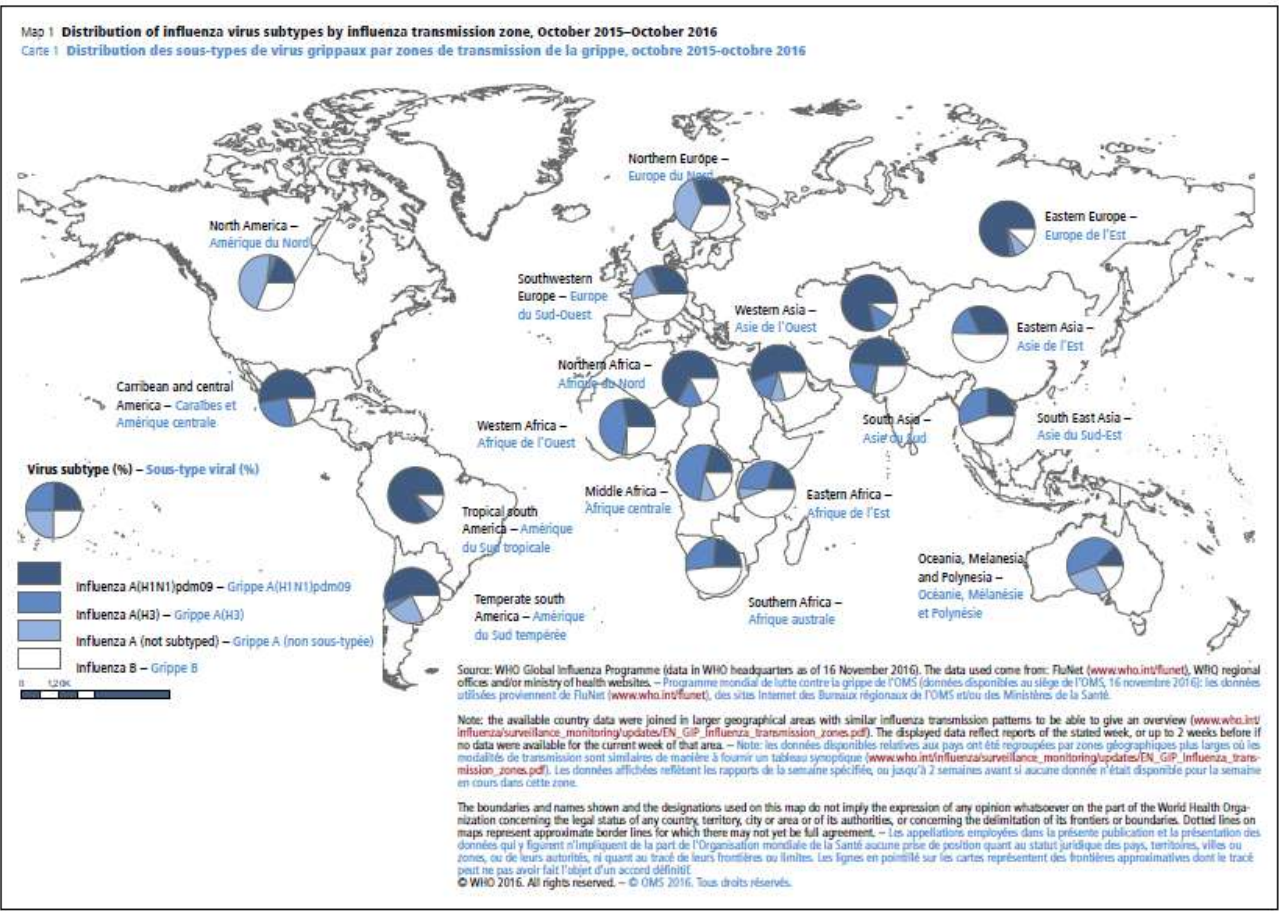
လူနာအချို့တွင် နောက်ဆက်တွဲ ပြင်းထန်အဆုတ်ရောင် နမိုးနီးယား ရောဂါ လက္ခဏာ များ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။ ကလေးငယ်များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ၊ သက်ကြီး ရွယ်အိုများ၊ နာတာရှည်ရောဂါရှိသူများ၊ ခုခံအားကျဆင်းမှုရှိသူများတွင် ရောဂါပိုမို ပြင်းထန်ပြီး နောက်ဆက်တွဲရောဂါ ဖြစ်ပွားနိုင်ချေ ပိုမိုမြင့်မားပါသည်။

ရောဂါကူးစက်ခံရသူအများစုမှာ ရောဂါပြင်းထန်မှုမရှိပဲ တစ်ပတ်အတွင်း ပြန်လည် သက်သာနိုင်ပြီး (၁) ရာခိုင်နှုန်းမှ (၁၀) ရာခိုင်နှုန်းခန့် လူနာများသာ ဆေးရုံတက်ရောက် ကုသမှုခံယူရန် လိုအပ်ပါသည်။ အဆိုပါ ဆေးရုံတက်ရောက်မှု ခံယူရသူများအနက် (၂) ရာခိုင်နှုန်းမှ (၉) ရာခိုင်နှုန်းအထိ သေဆုံးနိုင်ကြောင်း လေ့လာမှုများအရ သိရှိရပါသည်။

**မြန်မာနိုင်ငံ အပါအဝင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ ရောဂါဖြစ်ပွားမှု အခြေအနေများ**

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါသည် (၂၀၁၀) ခုနှစ်မှ စ၍ မြန်မာနိုင်ငံ အပါအဝင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ ရာသီတုပ်ကွေးအသွင်ဖြင့် ကူးစက်ဖြစ်ပွားလျက်ရှိပြီး၊ သေဆုံးမှုများလည်း ရှိနေခဲ့ပါသည်။

(၂၀၁၅) အောက်တိုဘာလမှ (၂၀၁၆) အောက်တိုဘာလအထိ တစ်နှစ်တာ ကာလအတွင်း ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါများ (Influenza A (H1N1) pdm09, A (H3), B) ကမ္ဘာ့နိုင်ငံ အများအပြား၌ ဖြစ်ပွားခဲ့မှုများအား အောက်ဖော်ပြပါ ပုံကို လေ့လာခြင်းဖြင့် သိရှိနိုင်ပါသည်။



အထက်ပါပုံ ကိုလေ့လာကြည့်ပါက အပြာရင့်ရောင်ဖြင့် ပြသထားသော ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Influenza A (H1N1) pdm09) သည် မြန်မာနိုင်ငံအပါအဝင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ ဖြစ်ပွားနေခြင်းကို သိရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကမ္ဘာအနှံ့အပြား၌ ဖြစ်ပွားနေသော်လည်း (၂၀၀၉) ခုနှစ်က ဖြစ်ပွားခဲ့သော ကပ်ရောဂါအသွင် ဖြစ်ပွားခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ နှစ်စဉ် ပုံမှန်ဖြစ်ပွားနေကျ ရာသီတုပ်ကွေးအဖြစ်သာ ဖြစ်ပွားနေခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အပြင် (၁-၅-၂၀၁၇) မှ (၂၃-၇-၂၀၁၇) ရက်နေ့အထိ (၃) လတာခန့်ကာလအတွင်း မြန်မာနိုင်ငံ အပါအဝင် အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများ၊ အခြား ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Influenza A (H1N1) pdm09) ဖြစ်ပွားခဲ့မှုအား အောက်ဖော်ပြပါဇယားအား လေ့လာကြည့်ခြင်းဖြင့် သိရှိနိုင်ပါသည်။

No.	Country	Total
1	Australia	123
2	Bangladesh	256
3	Canada	195
4	Cambodia	20
5	China	3068

6	Ghana	49
7	India	319
8	Japan	29
9	Thailand	59
10	Singapore	80
11	USA	52
12	Myanmar	15

Data source: WHO FluNet (www.who.int/flunet), Global Influenza Surveillance and Response System (GISRS)

**ဆေးကုသခြင်းနှင့် ကာကွယ်ခြင်း**

ရောဂါကူးစက်ခံရသူ အများစုမှာ ဆေးကုသမှု ခံယူရန် မလိုအပ်ဘဲ ကောင်းမွန်စွာ အနားယူခြင်း၊ အာဟာရ ပြည့်ဝသော အစားအစာများ စားသုံးခြင်း စသည့် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်စွာ နေထိုင်ပြုမူခြင်းဖြင့် ရောဂါ ပြန်လည် သက်သာနိုင်ပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာ ခံစားရပါက နီးစပ်ရာ ဆေးရုံ/ ဆေးခန်းများတွင် ပြင်ပလူနာအဖြစ် သွားရောက်ပြသသင့်ပြီး၊ ရောဂါပြင်းထန်သော လူနာအချို့သာ ဆေးရုံတက်ရောက် ကုသမှုခံယူရန် လိုအပ်ပါသည်။

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါကူးစက်ခံရမှုအား ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင် ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကာကွယ်ဆေးမှာ ဈေးနှုန်းမြင့်မားလွန်းခြင်းနှင့် တစ်ခါထိုးနှံပြီးပါက တစ်နှစ်သာ ကာကွယ်နိုင်စွမ်းရှိ၍ နှစ်စဉ်ထိုးနှံရန်လိုအပ်ခြင်း တို့ကြောင့် ကမ္ဘာ့ အချမ်းသာဆုံး နိုင်ငံများ၌ပင် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းလုပ်ငန်းအား အပြည့်အဝ ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း မရှိကြောင်း သိရှိရပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမည် ဆိုပါကလည်း ဦးစားပေး အုပ်စုများ (ဥပမာ - ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ) အား ရွေးချယ်ထိုးနှံနိုင်ရေး ဆောင်ရွက် သွားသင့်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ရောဂါကူးစက်မှုမှ ထိရောက်စွာ ကာကွယ်နိုင်ရန် အောက်ပါ ဦးစားပေး အချက်များကို အဓိကထား၍ လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။

- မကြာခဏ လက်ဆေးပေးခြင်း
- လူထူထပ်သော နေရာများအား သွားလာခြင်းမှ တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း
- နှာချေ/ ချောင်းဆိုးပါက လက်ကိုဝါးပုံ၊ တစ်ရှူး စသည်တို့အား အသုံးပြုခြင်း
- တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားသူနှင့် နီးကပ်စွာ နေထိုင်ခြင်းမှ တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း



- လူထူထပ်သော နေရာများအား သွားလာရန် လိုအပ်ပါက (သို့) တုပ်ကွေးရောဂါ ဖြစ်ပွားသူ နှင့် နီးကပ်စွာ နေထိုင်ရန် လိုအပ်ပါက နှာခေါင်းစည်း (Surgical Mask) အား စနစ်တကျ အသုံးပြုခြင်းနှင့် အသုံးပြုပြီးပါက စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ခြင်း
- ဆရာဝန်နှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ အနေဖြင့် သံသယလူနာနှင့် ထိတွေ့ရန် လိုအပ်ပါက (N95 Mask) နှင့် လက်အိပ်တို့အား စနစ်တကျ တပ်ဆင်အသုံးပြုခြင်း

၃။ (၂၀၁၇) ခုနှစ်အတွင်း ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09) ဖြစ်ပွားနေမှု အခြေအနေ

(၂၀၁၀) ခုနှစ် ဩဂုတ်လနောက်ပိုင်းမှစ၍ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ လူများအကြား ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza) အဖြစ်သာ နှစ်စဉ် ဖြစ်ပွားမှု ရှိနေခဲ့သော Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09 သည် ယခု (၂၀၁၇) ခုနှစ်တွင်လည်း မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း ယခင်နှစ်များကဲ့သို့ ဆက်လက် ဖြစ်ပွားလျက်ရှိနေမှုအပေါ် ပြည်သူလူထု အနေဖြင့် လွန်ကဲစွာ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှုအချို့ ရှိနေပါသည်။

ထို့အပြင် ယခု (၂၀၁၇) ခုနှစ်အတွင်း မြန်မာနိုင်ငံ၌ ဖြစ်ပွား/ သေဆုံးမှုများ ရှိနေသော ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါသည် ကပ်ရောဂါအသွင် ဖြစ်ပွားနိုင်သော ကြက်ငှက်တုပ်ကွေးရောဂါ (Avian Influenza A H5N1, H7N9) အမျိုးအစား မဟုတ်ဘဲ ယခင်ကတည်းက နှစ်စဉ် ဖြစ်ပွား/ သေဆုံးလေ့ရှိသော ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09) အမျိုးအစားသာ ဖြစ်ပါသည်။

ယခုလက်ရှိ အချိန်တွင် မြန်မာနိုင်ငံအပါအဝင် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ လူများအကြား ကြက်ငှက်တုပ်ကွေးရောဂါ (Avian Influenza) ဖြစ်ပွားနေခြင်း မရှိဘဲ ရာသီတုပ်ကွေး ရောဂါ (Seasonal Influenza) သာ ဖြစ်ပွားလျက် ရှိနေပါသည်။

ယခု ဖြစ်ပေါ်နေသည့် အခြေအနေသည် ရာသီအလိုက် နှစ်စဉ်ဖြစ်ပွားနေကျ ဖြစ်သည့် အတွက် အရေးပေါ်အခြေအနေအဖြစ် သတ်မှတ်ရန် မလိုအပ်ကြောင်း ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီး ဌာနနှင့် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့တို့မှ သတ်မှတ်ထားပါသည်။

စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှုများ လျော့ပါးစေပြီး၊ အမှန်တကယ်ထိရောက်သော ကာကွယ်မှုမျိုးကို ပြည်သူလူထုအနေဖြင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် သတင်းအမှန်များကို အချိန်နှင့် တစ်ပြေးညီ ထုတ်ပြန်ပေးခြင်း၊ မှန်ကန်ထိရောက်သော ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးခြင်းများကို ဦးစားပေး လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းများကို ဆောင်ရွက်ပေးသွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

**၄။ ရည်ရွယ်ချက်**

ဤလုပ်ငန်းလမ်းညွှန်၏ ရည်ရွယ်ချက်များမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

**ယေဘုယျ ရည်ရွယ်ချက်**

- ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ ဖြစ်ပွား/ သေဆုံးမှုအား လျော့ချနိုင်စေရန်

**ဝိသေသ ရည်ရွယ်ချက်များ**

- ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားမှုများအား အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုပြီး၊ ကူးစက်ပြန့်ပွားမှုများအား အချိန်မီကာကွယ်ထိန်းချုပ်မှု လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက် နိုင်စေရန်
- ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ ပြည်သူလူထုအပေါ် ထိရောက်သော ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်
- ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ထိန်းချုပ်မှုလုပ်ငန်းများအား နှီးနွယ်ဌာန/အဖွဲ့အစည်း များ၏ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုဖြင့် အောင်မြင်စွာဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်

**၅။ မဟာဗျူဟာများ**

အောက်ဖော်ပြပါ မဟာဗျူဟာများအတိုင်း အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။

**ဦးစားပေး မဟာဗျူဟာများ**

- ဖြစ်နိုင်ခြေအပေါ် မူတည်၍ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း ( Risk Communication)
- ပြည်သူလူထုအား အသိပညာပေးခြင်း (Health Education)
- ရောဂါစောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း (Surveillance)
- ရောဂါဆက်လက်ပြန့်ပွားမှု လျော့ပါးစေခြင်း ( Mitigation)

**အခြား မဟာဗျူဟာများ**

- ထိရောက်သော ကုသမှုပေးခြင်း (Treatment)
- လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ ထောက်ပံ့ပေးပို့ခြင်း (Logistics)
- နှီးနွယ်ဌာန/ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း (Coordination)
- ဖြစ်ပွားရာနေရာ၌ ထိန်းချုပ်ခြင်း (Containment at source)

<b>၆။</b>	<b>ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယလူနာ တွေ့ရှိပါက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်</b>
-----------	--

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယလူနာများအား ရပ်ကွက်/ ကျေးရွာများအတွင်းရှိ ကျန်းမာရေးဌာန/ ဆေးရုံများနှင့် ပုဂ္ဂလိက ဆေးခန်း/ ဆေးရုံများ၌ တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါ သံသယလူနာများ တွေ့ရှိပါက ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားရမည့် လုပ်ငန်းအဆင့်ဆင့်အား နောက်ဆက်တွဲ (က) ပါအတိုင်း လိုက်နာ ဆောင်ရွက်သွားကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

<b>၇။</b>	<b>ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ လူနာ အမျိုးအစား အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုချက်</b>
-----------	---

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (A (H<sub>1</sub>N<sub>1</sub>) pdm 09) ခံစားရသော လူနာအား အောက်ပါ အတိုင်း လူနာအမျိုးအစား အဓိပ္ပါယ် သတ်မှတ်သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။

## Case Definitions

- သံသယလူနာ (Suspected case)
  - ILI (Influenza like Illness)

Any acute respiratory infection with

    - Measured fever of 38 °C or above
    - and cough
    - with onset of fever within 10 days
  
  - SARI (Severe Acute Respiratory Illness)

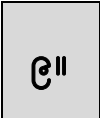
Any acute respiratory infection with

    - Measured fever of 38 °C or above
    - and cough
    - with onset of fever within 10 days
    - and requires hospitalization
  
- အတည်ပြုလူနာ (Confirmed Case)
  - ILI (OR) SARI
  - AND Laboratory Confirmed by PCR

### ၈။ စီမံကွပ်ကဲခြင်း

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားမှုအား ကာကွယ်တုံ့ပြန်ထိန်းချုပ်ခြင်း လုပ်ငန်းများအား ဗဟိုအဆင့်မှ ကွပ်ကဲနိုင်ရန်အတွက် "ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (A (H1N1) pdm 09) ဖြစ်စဉ် ထိန်းချုပ်ရေး ကော်မတီ (Containment of Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09 Scenario Committee)" အား နောက်ဆက်တွဲ (ခ) ပါအတိုင်း ဖွဲ့စည်းဆောင်ရွက်သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အပြင် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန၌ “Outbreak Response Center” ဖွင့်လှစ်ကာ ကူးစက်ရောဂါဖြစ်ပွားမှု သတင်းများအား ထောက်လှမ်းစုံစမ်းခြင်း၊ ကောလဟာလ သတင်း စုံစမ်းအတည်ပြုခြင်း၊ အထက်/ အောက် အဆင့်ဆင့် ဆက်သွယ် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ နှီးနွယ်ဌာန/ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများ ထောက်ပံ့ပေးခြင်း၊ ပြည်သူလူထုထံသို့ သတင်းထုတ်ပြန်ရေး လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ဆေးကုသမှုလုပ်ငန်းများအတွက် လိုအပ်သည်များအား ပံ့ပိုးပေးခြင်း၊ ရောဂါကာကွယ်ရေး အတွက် ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးခြင်း စသည့် လုပ်ငန်းများအား ဆောင်ရွက်သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။



**၉။ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအား စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းနှင့် သတင်းပေးပို့ခြင်း**

အထက်ဖော်ပြပါ လူနာအမျိုးအစား အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ချက်အတိုင်း ရာသီတုပ်ကွေး ရောဂါ (A (H<sub>1</sub>N<sub>1</sub>) pdm 09) သံသယလူနာ တွေ့ရှိပါက အောက်ပါအတိုင်း သတင်းပေးပို့ ရမည်။

**သတင်းပေးပို့ခြင်း**

ဓာတ်ခွဲခန်းအတည်ပြု ရာသီတုပ်ကွေးလူနာ (Laboratory confirmed A H1N1 pdm 09 case)၊ သံသယလူနာအစုလိုက် (ILI Cluster) နှင့် လတ်တလော ပြင်းထန် အသက်ရှူ လမ်းကြောင်း ပိုးဝင်ရောဂါ (SARI) လူနာ တွေ့ရှိပါက ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် (ကုသရေး/ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး) ထံသို့ အဆင့်ဆင့် သတင်းပို့ တင်ပြရမည်။

ထို့အပြင် ဗဟိုအဆင့် Outbreak Response Center (ORC) ၏ Hotline တယ်လီဖုန်း အမှတ် ၀၆၇-၄၃၁၄၃၂၊ ၀၆၇-၄၃၁၄၃၄၊ ၀၆၇-၄၃၁၄၆၇ သို့ ချက်ချင်း အကြောင်းကြား ရပါ မည်။

တုပ်ကွေးလက္ခဏာပြသောရောဂါ (ILI)၊ လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပိုးဝင် ရောဂါ (SARI) နှင့် သံသယလူနာအစုလိုက် (Cluster) အဓိပ္ပါယ် ဖွင့်ဆိုခြင်း

- တုပ်ကွေးလက္ခဏာပြသောရောဂါ (ILI)
  - လတ်တလော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါသည်
    - အဖျား (အပူချိန် ၃၈ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်နှင့် အထက်) ရှိခြင်း
    - ချောင်းဆိုးခြင်း
    - (၁၀)ရက်အတွင်း စတင် ဖျားခြင်း
  
- လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပိုးဝင် ရောဂါ (SARI)
  - လတ်တလော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါသည်
    - အဖျား (အပူချိန် ၃၈ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်နှင့် အထက်) ရှိခြင်း
    - ချောင်းဆိုးခြင်း
    - (၁၀)ရက်အတွင်း စတင် ဖျားခြင်း
    - ဆေးရုံတက်ရောက်ကုသရန်လိုအပ်ခြင်း
  
- တုပ်ကွေးသံသယလူနာအစုလိုက် ဖြစ်ပွားခြင်း (ILI Cluster)
  - ရပ်ကွက်/ကျေးရွာ (၁) ခုအတွင်း ILI (သို့မဟုတ်) SARI သံသယလူနာ (၅) ဦးနှင့် အထက် တွေ့ရှိပါက သံသယလူနာအစုလိုက် (Cluster of ILI) အဖြစ် သတ်မှတ်ရပါမည်။
  - သင်တန်းကျောင်း၊ ဘော်ဒါဆောင် စသည့် လူအစုအဝေး တစ်ခုတည်းအတွင်း ILI (သို့မဟုတ်) SARI သံသယလူနာ (၂) ဦးနှင့်အထက် တစ်ချိန်တည်းတွေ့ရှိပါက သံသယလူနာအစုလိုက် (Cluster of ILI) အဖြစ် သတ်မှတ်ရပါမည်။

ပုဂ္ဂလိက အထွေထွေရောဂါကုဆေးခန်း/ ဆေးရုံများ၌ သံသယလူနာနှင့် ပတ်သက်၍ စီမံဆောင်ရွက်ခြင်း

ပုဂ္ဂလိက အထွေထွေရောဂါကုဆေးခန်း/ ဆေးရုံများ၌ ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယလူနာတွေ့ရှိပါက လူနာအား ပြင်ပလူနာအဖြစ် ကုသပေးရမည်။ ပြင်ပလူနာအဖြစ် ကုသမှုပေးသော သံသယလူနာအား ပုဂ္ဂလိက အထွေထွေရောဂါကုဆေးခန်း/ ဆေးရုံများသို့ ရက်ချိန်းခေါ်ယူ၍ ဆေးကုသမှုပေးရမည်။

လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါလူနာ (SARI) များအား ဆေးရုံသို့ တက်ရောက် ကုသမှုပေးရမည်။ လိုအပ်ပါက အစိုးရဆေးရုံသို့ လွှဲပြောင်း ပေးရမည်။

သံသယလူနာနှင့် လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါလူနာ ထံမှ တစ်ဆင့် ရောဂါမပြန့်ပွားစေရေးအတွက် လူနာနှင့် အနီးကပ်နေထိုင်သူများ၊ ပြုစုမည့်သူများ လိုက်နာရမည့် အချက်အလက်များအား နောက်ဆက်တွဲ (ဃ) ပါအတိုင်း အသိပညာပေးရမည်။

အဆိုပါ ပြင်ပလူနာများထံမှ ဓါတ်ခွဲ နမူနာ ရယူပေးပို့ရန် မလိုအပ်ပါ။

ပြည်သူ့လူထုအတွင်းနှင့် ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာန/ ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာနခွဲ ဆေးခန်းများ၌ သံသယ လူနာနှင့် ပတ်သက်၍ စီမံဆောင်ရွက်ခြင်း

ပြည်သူ့လူထုအတွင်းနှင့် ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာန/ခွဲ ဆေးခန်းများ၌ ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယ လူနာတွေ့ရှိပါ က လူနာအား ပြင်ပလူနာအဖြစ် ကုသပေးရမည်။ ပြင်ပလူနာအဖြစ် ကုသမှုပေးသော သံသယလူနာအား ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာန/ ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာနခွဲနှင့် ဆေးခန်းများသို့ ရက်ချိန်းခေါ်ယူ၍ ဆေးကုသမှု ပေးရမည်။

လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါလူနာ (SARI) များအား နီးစပ်ရာဆေးရုံသို့ လွှဲပြောင်းပေးရမည်။

သံသယလူနာနှင့် လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါလူနာ ထံမှတစ်ဆင့် ရောဂါမပြန့်ပွားစေရေး အတွက် လူနာနှင့် အနီးကပ်နေထိုင်သူများ၊ ပြုစုမည့်သူများ လိုက်နာရမည့် အချက်အလက်များအား နောက်ဆက်တွဲ (ဃ) ပါအတိုင်း အသိပညာပေးရမည်။

အဆိုပါ ပြင်ပလူနာများထံမှ ဓါတ်ခွဲ နမူနာ ရယူပေးပို့ရန် မလိုအပ်ပါ။

**သံသယလူနာအစုလိုက်ဖြစ်ပွားခြင်း (ILI Cluster) နှင့် ပတ်သက်၍ စီမံဆောင်ရွက်ခြင်း**

သံသယလူနာအစုလိုက်ဖြစ်ပွားခြင်း (Cluster) တွေ့ရှိပါက ရောဂါ မပြင်းထန်သော လူနာများ (ILI) အား ပြင်ပလူနာအဖြစ် ကုသမှုပေးပြီး၊ လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူ လမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါ (SARI) လူနာများအား ဆေးရုံသို့လွှဲပြောင်း ကုသမှုပေးရမည်။

အဆိုပါအစုလိုက် သံသယလူနာ (Cluster) များအနက်မှ အနည်းဆုံး (၅) ဦး၏ ဓါတ်ခွဲနမူနာ (Nasopharyngeal Swab) အား Rapid Diagnosis Test ဖြင့် စမ်းသပ်ပြီး (A H1N1 pdm 09) တွေ့ရှိပါက ဓါတ်ခွဲနမူနာ (Nasopharyngeal Swab) အား အမျိုးသားကျန်းမာရေးဓာတ်ခွဲခန်း (NHL) သို့ အတည်ပြုရန် ပေးပို့ရမည်။

ရောဂါထပ်မံပြန့်ပွားမှု မရှိစေရန် အဆိုပါ သံသယလူနာများအား ယင်းတို့နေထိုင်ရာ အဆောက်အဦတွင် သီးခြား အခန်းခွဲခြားထားရှိပြီး ရောဂါလက္ခဏာစတင်ခံစားရသည့်နေ့မှ (၇) ရက်ခန့်အထိ မိမိတို့ နေထိုင်ရာ၌ပင် နားနေစေရန်နှင့် လူစုလူဝေးရှိရာနေရာများသို့ သွားလာခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ် ကြစေရန် နောက်ဆက်တွဲ (ဃ) ပါအတိုင်း အသိပညာပေးတိုက်တွန်းရမည်။

**၁၁။ နယ်စပ်နှင့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဝင်/ထွက်ပေါက်များ၌ ဆောင်ရွက်ခြင်း**

နယ်စပ်ဖြတ်ကျော်ဂိတ်များ၌ ပြည်တွင်းသို့ဝင်ရောက်လာသူများအနက် နေမကောင်း ဖျားနာသူများအား ထိတွေ့ရန် မလိုအပ်သည့် ကိုယ်အပူချိန်တိုင်းကိရိယာ (Non – contact thermometer) များဖြင့် လူနာ၏ကိုယ်အပူချိန်အား တိုင်းတာသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။ အပြည် ပြည်ဆိုင်ရာ ဝင်/ ထွက်ပေါက်များဖြစ်သည့် ရေဆိပ်/ လေဆိပ်များ၌ အနီအောက် ရောင်ခြည် သုံး ကိုယ်အပူချိန်တိုင်းစက်ပစ္စည်း (Infra-red Fever Screening System) ဖြင့် ပြည်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာသူများအား ကိုယ်အပူချိန်တိုင်းတာခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်သွားရန် ဖြစ်ပါ သည်။

ဆက်လက်၍ ဖျားနာလူနာတွေ့ရှိပါက ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ လူနာအဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ် ချက် (Case Definition) အရ သံသယလူနာများအား သက်ဆိုင်ရာ ရောဂါ ကာကွယ်ရေး နည်းလမ်းများ လိုက်နာဆောင်ရွက်စေပြီး၊ သက်ဆိုင်ရာဆေးရုံ (သို့မဟုတ်) ကျန်းမာရေးဌာန များ၌ ပြင်ပလူနာအဖြစ် ပြသနိုင်စေရေးအတွက် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးသွားရန် ဖြစ်ပါသည်။



လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါ လူနာများအတွက် ဆေးရုံ တက်ရောက်ကုသနိုင်စေရေးအတွက် လူနာလွှဲပြောင်းပေးခြင်း၊ လူနာတင်ယာဉ် စီစဉ် ထားရှိခြင်းများ ဆောင်ရွက် သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။ (နောက်ဆက်တွဲ (ဂ))

**၁၂။ ဓာတ်ခွဲအတည်ပြု ဆေးရုံတက်ကုသမှုခံယူသူလူနာနှင့် ထိတွေ့သူများအား စောင့်ကြပ် ကြည့်ရှုခြင်း**

ဓာတ်ခွဲအတည်ပြု ဆေးရုံတက်ကုသမှုခံယူသူလူနာနှင့် ထိတွေ့သူများ၊ အတူနေ မိသားစုဝင်များအား ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပြီး (contact tracing) နောက်ဆုံး ထိတွေ့ချိန်မှစ၍ (၅) ရက်အထိ တုပ်ကွေးရောဂါလက္ခဏာများ ဖြစ်ပွားခြင်းရှိ/ မရှိ တယ်လီဖုန်းဖြင့် မေးမြန်း၍ စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း ပြုလုပ်ရပါမည်။ (Phone Surveillance)

၎င်းအပြင် ရောဂါဖြစ်ပွားသူနှင့် ထိတွေ့သူများအား ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရပါက နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနသို့ အမြန်ဆုံး သွားရောက်ပြသရန်၊ ဖော်ပြပါ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုမှ ကာကွယ်ရန် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် နည်းလမ်းများအား လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် အသိပညာ ပေးရပါမည်။

**၁၃။ ဆေးရုံတွင် ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်း**

ပြင်ပလူနာဌာန၊ ဆေးရုံ၊ ဓာတ်မှန်ခန်း၊ ခွဲစိတ်ခန်း၊ သားဖွားခန်း၊ လူနာတင်ယာဉ် အစရှိသည်တို့မှ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများသည် သံသယလူနာ ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (ILI) နှင့် လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါ လူနာ (SARI) များအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နေစဉ် Surgical Mask နှင့် Gloves ဝတ်ဆင်ရပါ မည်။

လူနာထံမှ သွေးနှင့် ခွဲ၊ သလိပ်၊ ခန္ဓာကိုယ် အရည်တို့နှင့် ထိတွေ့နိုင်သူများသည် ကာကွယ်ရေး ဝတ်ရုံ (Disposable Gowns) များ ဝတ်ဆင်ခြင်း၊ လက်အိတ်၊ ကာကွယ်ရေး မျက်မှန်တပ်ဆင်ခြင်းများပြုလုပ်ရပါမည်။

ဓာတ်ခွဲခန်းအတည်ပြု လူနာများနှင့်အနီးကပ် ထိတွေ့နေရသော သီးသန့်ခွဲခြား ကုသဆောင်၊ အထူးကြပ်မတ်ကုသဆောင်များရှိ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများနှင့် လူနာစောင့်များ၊ သေဆုံးလူနာအား ကိုင်တွယ်သည့် ရင်ခွဲရုံဝန်ထမ်းများအနေဖြင့် ရောဂါကူးစက်ခံရမှု မရှိစေရေးအတွက် N95 Respirator၊ လက်အိတ် အပါအဝင် သင့်လျော်သည့် ကာကွယ်ရေး ဝတ်စုံပစ္စည်းများ (PPE – Personal Protective Equipment) စနစ်တကျ ဝတ်ဆင် ရပါမည်။

လူနာနှင့်ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ရသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအားလုံး လူနာထိတွေ့ပြီး ချိန်နှင့် သင့်လျော်သည့်ကာကွယ်ရေးဝတ်စုံများ စနစ်တကျချွတ်ပြီးချိန်တွင် လက်ဆေးကို သေချာစွာ စနစ်တကျ ဆေးကြောရပါမည်။

ဆေးရုံအတွင်း ရောဂါပိုးသန့်စင် ထိန်းချုပ်ရေးလုပ်ငန်းများ (Infection control practices) ကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါလူနာများအား ဆေးကုသမှုပေးရာတွင် နောက်ဆက်တွဲ (c) ပါ အတိုင်း ဆေးကုသမှုပေးရမည်။

**သံသယရာသီတုပ်ကွေးလူနာ (ILI Case) များအား ဆေးကုသမှုပေးခြင်း**

တုပ်ကွေးရောဂါလက္ခဏာများဖြင့် ပြင်ပလူနာဌာနသို့ လာရောက် ပြသပါက ရောဂါလက္ခဏာမပြင်းထန်လျှင် ပြင်ပလူနာအဖြစ်သာ ကုသမှုပေးရန်နှင့် လူနာအပါအဝင် လူနာနှင့် အနီးကပ်နေထိုင်သူများအနေဖြင့် ရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားမှုမရှိအောင် ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများအား လိုက်နာဆောင်ရွက်စေရန်၊ လူနာအား ရက်ချိန်းပေး၍ ပြန်လည်ကြည့်ရှုရန် ဆောင်ရွက်သွားရမည်ဖြစ်ပါသည်။

**လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါ လူနာ (SARI Case) များအား ဆေးကုသမှုပေးခြင်း**

လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါ လူနာများအား ဆေးရုံတင်၍ သီးသန့်ခွဲခြားကုသဆောင်တွင် ထားရှိကာ ကုသမှုပေးသွားရမည်ဖြစ်ပြီး လိုအပ်ပါက အထူးကြပ်မတ်ကုသဆောင်တွင် ပူးတွဲပါ အတိုင်း ကုသမှုပေးသွားရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ရန်ကုန်မြို့တွင် ဝေဘာဂီဆေးရုံ၊ မန္တလေးမြို့တွင် ကန်တော်နဒီဆေးရုံ၊ တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်များတွင် တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်ဆေးရုံကြီးများ၊ မြို့နယ်များတွင် မြို့နယ်ဆေးရုံများရှိ သီးသန့်ခွဲခြားကုသဆောင်တွင် ထားရှိ၍ကုသမှုပေးရမည် ဖြစ်ပါသည်။

**လူနာလွှဲပြောင်းကုသပေးခြင်း**

လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါ လူနာများအား လိုအပ်ပါက မြို့နယ်ဆေးရုံမှတစ်ဆင့် ခရိုင်၊ တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ်နှင့် ဗဟိုအဆင့် ဆေးရုံများသို့ အဆင့်ဆင့်လွှဲပြောင်း ကုသမှုပေးသွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

လူနာလွှဲပြောင်းရာတွင် လွှဲပြောင်းပေးမည့်ဆေးရုံသို့ လူနာမလွှဲပြောင်းမီ ကြိုတင်သတင်း ပို့ထားရှိရပါမည်။

**ဆေးရုံတက်လူနာနှင့် လူနာစောင့်များအား အသိပညာပေးခြင်း**

ဆေးရုံတက်လူနာနှင့် လူနာစောင့်များ၊ အခြားလူနာများ လိုက်နာရမည့် အချက်အလက်များအား အသိပညာပေးလိုက်နာစေရန် ဆောင်ရွက်သွားရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးရုံတက်လူနာထံ ဧည့်တွေ့လာသူများအား နေရပ်လိပ်စာမေးမြန်းခြင်း၊ စာရင်းသွင်းခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပြီး လိုအပ်ပါက ဧည့်တွေ့ခွင့်အား ပိတ်ပင်သွားရန် ဆောင်ရွက်သွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

**ရောဂါဓာတ်ခွဲအတည်ပြုရယူခြင်း**

လတ်တလောပြင်းထန် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ရောဂါ လူနာများထံမှ Nasopharyngeal Swab ဓာတ်ခွဲနမူနာများရယူ၍ Rapid Diagnosis Test ဖြင့် စမ်းသပ်ပြီး (Seasonal Influenza A) တွေ့ရှိပါက ဓာတ်ခွဲနမူနာ (Nasopharyngeal Swab) အား အမျိုးသားကျန်းမာရေးဓာတ်ခွဲမှု ဆိုင်ရာဌာန (ရန်ကုန်မြို့) သို့ ပေးပို့စစ်ဆေးရန် စီစဉ်ထားရှိပြီး အထက်အဆင့်ဆင့်သို့ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ သတင်း ပေးပို့သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

**ဓာတ်ခွဲနမူနာပေးပို့ခြင်း**

တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်များမှ ဓာတ်ခွဲနမူနာများအား ရန်ကုန်မြို့ရှိ အမျိုးသား ဓာတ်ခွဲမှု ဆိုင်ရာဌာန (NHL) သို့ ကောင်းမွန်စွာ ပေးပို့နိုင်ရန်အတွက် ကုတင် (၁၀၀) နှင့်အထက် ဆေးရုံများတွင် Viral Transport Media (၅) ခုစီ ဖြန့်ဝေထားရှိရမည် ဖြစ်ပါသည်။

**လူနာအား ဆေးရုံဆင်းခွင့်ပေးခြင်း**

ဆေးရုံတွင် ကုသမှုပေးပြီးနောက် သက်သာကောင်းမွန်လာသော ဓာတ်ခွဲခန်း အတည်ပြု လူနာများကို အခြားသူများသို့ ပြန်လည်မကူးစက်စေနိုင်သည့် ကာလ ရောက်သည့် အခါမှသာ ဆေးရုံမှ ဆင်းခွင့်ပေးမည် ဖြစ်ပါသည်။

**ဆေးရုံအတွင်းရောဂါပိုးသန့်စင်ခြင်း**

ဆေးရုံတွင်း ပြင်ပလူနာဌာန၊ ဆေးရုံ၊ ဓာတ်မှန်ခန်း၊ ခွဲစိတ်ခန်း၊ သားဖွားခန်း၊ လူနာတင်ယာဉ်၊ ပြင်ပလူနာဆောင်များ၊ ဓာတ်ခွဲခန်း အတည်ပြုလူနာများနှင့် အနီးကပ် ထိတွေ့ နေရသော သီးသန့်ခွဲခြား ကုသဆောင်၊ အထူးကြပ်မတ် ကုသဆောင်များအား သတ်မှတ် ထားသော နည်းလမ်းများအတိုင်း ပိုးသန့်စင်ခြင်း လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်သွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

၁၄။

**ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပေးခြင်း**

ရာသီတုတ်ကွေးရောဂါအား ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်းဖြင့် ထိရောက်စွာ ကာကွယ်ပေး နိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးမည်ဆိုပါက မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဖြစ်ပွားနေသည့် ရာသီ တုတ်ကွေးရောဂါပိုး အမျိုးအစားနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိသည့် ကာကွယ်ဆေးအမျိုးအစားကို ရွေးချယ် ထိုးနှံပေးရပါသည်။ ဖြစ်ပွားနေသည့် ရောဂါပိုးအမျိုးအစားနှင့် ကာကွယ်ဆေးတွင် ပါဝင်သည့် အမျိုးအစားမတူညီပါကလည်း ကျန်းမာပြီး အရွယ်ရောက်ပြီးသူများတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံ ပေးမည် ဆိုပါက ကာကွယ်မှု ပေးနိုင်ပါသည်။

ရာသီတုတ်ကွေးရောဂါကာကွယ်ဆေးအား Inactivated vaccine နှင့် Live attenuated vaccine ပုံစံများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါ အမျိုးအစား (၂) ခုအနက် Inactivated vaccine အား ယခု (၂၀၁၇ - ၂၀၁၈) ခုနှစ်အတွက် US CDC မှ အသိအမှတ်ပြုထားပါသည်။

သို့ရာတွင် ကာကွယ်ဆေးများမှာ ဈေးနှုန်းမြင့်မားခြင်း၊ ရောဂါကာကွယ်ပေးမှု သက်တမ်း (၁) နှစ်ခန့်သာရှိ၍ နှစ်စဉ်ထိုးနှံရန် လိုအပ်ခြင်းတို့ကြောင့် ပြည်သူ့အားလုံးအား ထိုးနှံပေးရန် မဖြစ်နိုင်သဖြင့် အောက်ပါအတိုင်း ဦးစားပေးအုပ်စုများ ရွေးချယ်ထိုးနှံပေးသွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

- ၁။ ရောဂါကူးစက်နိုင်ချေများသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ
- ၂။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် မိခင်များ
- ၃။ အသက် (၆) လ မှ (၂၃) လ အကြား (ဖြစ်နိုင်ပါက အသက် (၆) လ မှ (၅) နှစ်အကြား) ကလေးငယ်များ

**၁၅။ သေဆုံးသူအလောင်းများနှင့် ပတ်သက်၍ စီမံခန့်ခွဲခြင်း**

ဓာတ်ခွဲအတည်ပြု A (H1N1) pdm 09 ဖြင့် သေဆုံးအလောင်းများအား ကိုင်တွယ် စီမံခန့်ခွဲရာတွင် ကိုင်တွယ်စစ်ဆေးသူများသည် အောက်ပါအချက်များကို လိုက်နာ ဆောင်ရွက် သွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

- လက်အိတ်များဝတ်ဆင်ခြင်း
- လိုအပ်ပါက N95 mask များ ဝတ်ဆင်ခြင်း
- အလောင်းအား ကိုင်တွယ်ပြီးပါက ရေ၊ ဆပ်ပြာတို့ဖြင့် စနစ်တကျ လက်ဆေးခြင်း
- အလောင်းထံမှ ထွက်ရှိသော အရည်များနှင့် ထိတွေ့နိုင်သည်ဟု ယူဆပါက ကာကွယ်ရေး ဝတ်ရုံ (Disposable Gowns) များ ဝတ်ဆင်ခြင်း
- အလောင်းအား ကိုင်တွယ်သည့် လူအရေအတွက်ကို နည်းနိုင်သမျှ နည်းစေရန် စီစဉ် ဆောင်ရွက်ခြင်း

- မသေဆုံးမီ လူနာကိုင်တယ်ထိတွေ့ခဲ့သည့် အဝတ်အစားနှင့် အသုံးအဆောင်များ၊ ပစ္စည်းများအား Properly labeled biohazard bags များဖြင့် စနစ်တကျ ထုပ်ပိုး၍ သတ်မှတ်နေရာတွင် စွန့်ပစ်ခြင်း။

**၁၆။ လူစုလူဝေးမှုအား ရက်ရွှေ့ခြင်း/ ကန့်သတ်ပိတ်ပင်ခြင်း**

ဒေသတစ်ခုအတွင်း ရောဂါကူးစက်မှု ပိုမိုများပြားပြင်းထန်လာပါက လူတစ်ဦးမှ တစ်ဦးသို့ ရောဂါကူးစက်မှု လျော့ချနိုင်ရေးအတွက် လူစုလူဝေးဖြင့် ကျင်းပပြုလုပ်သော အခမ်းအနားများ၊ ပွဲတော်များ၊ ဈေးများ အစရှိသည်တို့အား ကာလအကန့်အသတ်ဖြင့် ကျင်းပမှုကို ပိတ်ပင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

စာသင်ကျောင်းတွင် ရောဂါအစုလိုက်ဖြစ်ပွားပါက သို့မဟုတ် အဆိုပါဒေသအတွင်း ရောဂါကူးစက်မှု ပိုမိုများပြား ပြင်းထန်လာပါက စာသင်ကျောင်းအား ကာလ အကန့်အသတ် ဖြင့် ပိတ်ပင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

**၁၇။ ဆေးရုံနှင့်ကျန်းမာရေးဌာနပြင်ပ၌ ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ခြင်း**

ဆေးရုံနှင့် ကျန်းမာရေးဌာန ပြင်ပရှိ စာသင်ကျောင်း၊ စက်ရုံ၊ အလုပ်ရုံ၊ ကုမ္ပဏီများ၊ လူနေထူထပ်ရာ ရုံးအဆောက်အဦများတွင် အောက်ဖော်ပြပါ ပြည်သူ့လူထု လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်များကို သတင်းစာ၊ ဂျာနယ်၊ မီဒီယာ၊ ရုပ်မြင်သံကြားများနှင့် ကျန်းမာရေးဌာနများမှ တစ်ဆင့် အသိပညာ ဖြန့်ဝေပေးသွားရမည်ဖြစ်ပါသည်။

- လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့် စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောရန်နှင့် တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းမှုကို သတိပြု ဆောင်ရွက်ရန်၊
- နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးလျှင် ပါးစပ်၊ နှာခေါင်းကိုအုပ်၍ လက်ကိုင်ပဝါ၊ တစ်ရှူးနှင့်တစ်ခါသုံး ပါးစပ်၊ နှာခေါင်းစည်း အသုံးပြုရန်နှင့် အသုံးပြုပြီးပါက စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ရန်/ မီးရှို့ဖျက်ဆီးရန်
- လူထူထပ်သော နေရာများသို့ သွားလာခြင်းမှ တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ကြဉ်ရန်၊

- လူထူထပ်သော နေရာများသို့ သွားလာရန် လိုအပ်ပါက ရောဂါမကူးစက်စေရန် နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို လုံအောင်ဖုံးအပ်သည့် ပါးစပ်၊ နှာခေါင်း စည်း (Surgical Mask) အသုံးပြုရန်၊
- နေအိမ်၊ အဆောက်အဦများအတွင်း လေဝင်လေထွက်ကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက် နေထိုင်ရန်၊
- မိမိ (သို့မဟုတ်) တစ်ဦးဦးတွင် ရောဂါလက္ခဏာ ဖြစ်ပွားသည်ဟု သံသယရှိပါက မိမိထံမှ ရောဂါပိုး အတူနေထိုင်သွားစုဝင်များနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်သို့ ကူးစက်ပြန့်ပွားမှုမရှိစေရန် အိမ်တွင် (၇) ရက်ခန့် အနားယူရန်နှင့် နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို လုံအောင် ဖုံးအုပ်သည့် ပါးစပ်၊ နှာခေါင်းစည်း (Surgical Mask) အသုံးပြုစေပြီး နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနများသို့ သွားရောက် ကုသမှုခံယူစေရန်၊
- ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ အခါအားလျော်စွာ ထုတ်ပြန်ထားသော နှိုးဆော်ချက်များကို သိရှိလိုက်နာ ဆောင်ရွက်ရန်။

**၁၈။ အသိပညာပေးခြင်း နှင့် ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း**

**ကောလဟာလသတင်း စိစစ်ခြင်း/ အတည်ပြုခြင်း**

ကောလဟာလသတင်းများအား ပြည်သူလူထုအတွင်းမှဖြစ်စေ၊ မီဒီယာများမှတစ်ဆင့် ဖြစ်စေ လက်ခံရရှိပါက သတင်းအား မှန်ကန်မှု ရှိ/ မရှိ စိစစ်ခြင်း (Rumor Verification) ပြုလုပ်ရမည်။

မိမိအဆင့်မှ ဖြေရှင်းရန် ခက်ခဲသော မှားယွင်းသည် ကောလဟာလသတင်းများအား အထက်အဆင့်သို့ တင်ပြရမည်။

**ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးခြင်း (Health Education)**

ပြည်သူလူထုအနေဖြင့် ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါနှင့် ပတ်သက်သည့် အသိပညာများနှင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် အချက်များအား မှန်ကန်စွာ သိရှိပြီး လိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်စေရန်

ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးခြင်းများအား နောက်ဆက်တွဲ () ပါ အတိုင်း ကျန်းမာရေး အသိပညာပေး ဆောင်ရွက်ရမည်။

**ဘေးဖြစ်နိုင်ခြေ/ ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေ များအပေါ်မူတည်၍ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း (Risk Communication)**

ရောဂါဖြစ်ပွားမှု အခြေအနေများ၊ ဆေးရုံတက်ရောက်မှုများနှင့် သေဆုံးမှုများအား ပြည်သူများနှင့် မီဒီယာများ အချိန်မီ သိရှိစေရန်အတွက် သတင်းအမှန် ရရှိရေး၊ အတည်ပြုရေး များဆောင်ရွက်ပြီး အချိန်နှင့် တပြေးညီ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ရမည်။

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း ဖြစ်ပွား/ သေဆုံးနေမှု အခြေအနေများအပြင် အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများနှင့် အခြားကမ္ဘာ့နိုင်ငံများ၌ ဖြစ်ပွား/ သေဆုံးမှု အခြေအနေများအားလည်း ပြည်သူများနှင့် မီဒီယာများ သိရှိစေရန် အချိန်နှင့် တပြေးညီ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ရမည်။

ထိုသို့ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ရာတွင် ပြည်သူများ နားလည်လွယ်စေရန်၊ အထင်လွဲမှားမှု များ မရှိစေရန်နှင့် မလိုလားအပ်သော စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှုများ လျော့နည်းသွားစေရန် ဂရုပြု ဆောင်ရွက်ရမည်။

**သတင်းထုတ်ပြန်ခြင်း**

ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအခြေအနေနှင့် ပတ်သက်၍ ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ Influenza A (H1N1) pdm 09 ထိန်းချုပ်ရေး ကော်မတီက တာဝန်ယူ၍ သတင်းမီဒီယာများသို့ အခါ အားလျော်စွာ တာဝန်ခံ ဖြေကြားသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

နိုင်ငံပိုင်သတင်းစာများ၊ ရေဒီယိုများ၊ ရုပ်မြင်သံကြားဌာနများ၊ အင်တာနက် စာမျက်နှာများ၊ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန၏ အင်တာနက်စာမျက်နှာ [www.mohs.gov.mm](http://www.mohs.gov.mm) နှင့် Myanmar CDC ၏ Facebook စာမျက်နှာ [www.facebook.com/MyanmarCDC](http://www.facebook.com/MyanmarCDC) တို့မှတစ်ဆင့် အချိန်နှင့် တစ်ပြေးညီ သတင်း ထုတ်ပြန်ခြင်းနှင့် ပြည်သူလူထု လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် ရောဂါကာကွယ်ရေး အသိပေး နှိုးဆော်ချက်များ ထည့်သွင်းဖော်ပြခြင်းများ ဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။



၁၉။

**နီးနွယ်ဌာန/ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း (Coordination)**

ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ခြင်း လုပ်ငန်းများအား ထိရောက်အောင်မြင်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် အတွက် မီဒီယာနှင့်သတင်းထုတ်ပြန်ရေးလုပ်ငန်းများ၊ ဆေးဝါးနှင့်ဆေးပစ္စည်းဝယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလုပ်ငန်းများ၊ တိရစ္ဆာန်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများ၊ ရန်ပုံငွေနှင့်အလှူငွေစီမံခန့်ခွဲရေးလုပ်ငန်းများစသည့် လုပ်ငန်းများကိုပါဆောင်ရွက်သွားရန် လိုအပ်ပါသည်။

ထို့သို့ ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်အတွက် အစိုးရအဖွဲ့များ၊ အာဏာပိုင်အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့အစည်းများ၊ ပြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာနနှင့် နိုင်ငံပိုင်/ပုဂ္ဂလိက မီဒီယာများ၊ ဆက်သွယ်ရေးနှင့်ပို့ဆောင်ရေးဝန်ကြီးဌာန၊ တိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေးနှင့်ကုသရေးဦးစီးဌာန၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ပြည်တွင်း/ ပြည်ပအစိုးရ မဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းများ၊ ပြည်သူ့ အခြေပြုအသင်းအဖွဲ့များ စသည့် ဌာန/အဖွဲ့အစည်းများနှင့်အတူ ပြည်သူ့လူထုပါ ပူးပေါင်းပါဝင်နိုင်ရေးအတွက် စီစဉ်ဆောင်ရွက်သွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

၂၀။

**ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်း စီမံခန့်ခွဲခြင်း**

နိုင်ငံအတွင်းရှိ ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများအား လိုအပ်သော နေရာများသို့ စနစ်တကျ ဖြန့်ဝေပေးနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရမည်။

ထို့အပြင် အလှူရှင်များထံမှ လှူဒါန်းသော ပစ္စည်းများနှင့် ပတ်သက်၍လည်း မိမိနိုင်ငံအတွက် လိုအပ်သော/ အမှန်တကယ် လက်တွေ့အသုံးပြုနိုင်သော ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းအမျိုးအစား ဟုတ်/ မဟုတ်၊ သက်တမ်းလွန်ခြင်း ရှိ/ မရှိ စိစစ်၍ လက်ခံ ရမည်။

လှူဒါန်းထားသော ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများ လက်ခံ/ သုံးစွဲမှုများအား စနစ်တကျ စာရင်းရေးမှတ်ထားရမည်။

ဆေးရုံများနှင့် ကျန်းမာရေးဌာနများသို့ တိုက်ရိုက်လှူဒါန်းသော ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများ လက်ခံ/ သုံးစွဲမှုများအား စနစ်တကျ စာရင်းရေးမှတ်ထား၍ အထက်အဆင့်ဆင့်သို့ တင်ပြရမည်။

၂၁။

လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်အား ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် ပြင်ဆင်ရေးသားခြင်း

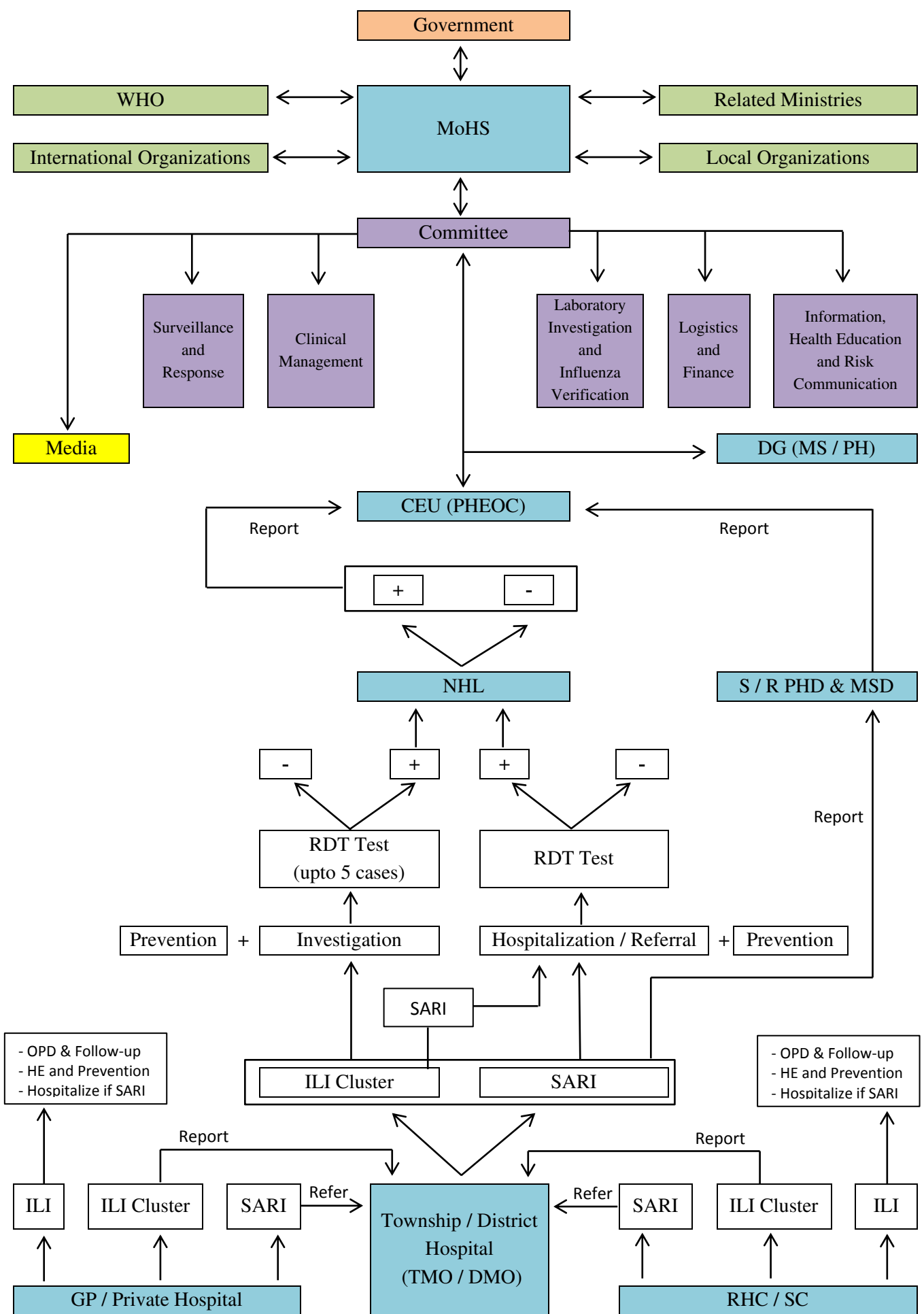
ဤလုပ်ငန်းလမ်းညွှန်အား ရောဂါဖြစ်ပွားကူးစက်ပျံ့နှံ့မှု အခြေအနေနှင့် လိုအပ်ချက်များအပေါ် မူတည်၍ "ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (A (H1N1) pdm 09) ဖြစ်စဉ် ထိန်းချုပ်ရေးကော်မတီ" မှ ဦးစီး၍ လိုအပ်ပါက အခါအားလျော်စွာ ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် ပြင်ဆင်ရေးသားခြင်းအား ဆောင်ရွက်သွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

၂၂။

နိဂုံး

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေးလုပ်ငန်းများအား ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများမှ ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေး လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ သက်ဆိုင်နှီးနွယ်ဌာနဆိုင်ရာ/ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပြည်သူ့ လူထုတို့၏ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုတို့ဖြင့် အောင်မြင်အောင် ဆောင်ရွက်သွားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယလူနာ တွေ့ရှိပါက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်



ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ (A (H1N1) pdm 09) ဖြစ်စဉ် ထိန်းချုပ်ရေး ကော်မတီ  
(Containment of Seasonal Influenza A (H1N1) pdm 09 Scenario Committee)

ဗဟိုအဆင့်အကြံပေးအဖွဲ့

စဉ်	အမည်	ရာထူး/ဌာန
၁	ဒေါက်တာမြင့်ထွေး	ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၊ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန
၂	ပါမောက္ခဒေါက်တာသက်ခိုင်ဝင်း	အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်၊ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန
၃	ပါမောက္ခဒေါက်တာမြင့်ဟန်	ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်၊ ကုသရေးဦးစီးဌာန
၄	ဒေါက်တာ သာထွန်းကျော်	ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန
၅	ပါမောက္ခဒေါက်တာစိုးလွင်ငြိမ်း	ကျွမ်းကျင်မှုဆိုင်ရာအကြံပေးပညာရှင်၊ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

Containment of H1N1 Scenario Committee

စဉ်	အမည်	ရာထူး/ဌာန	တာဝန်
၁	ဒေါက်တာသန်းထွန်းအောင်	ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် (သဘာဝဘေး/ကူးစက်) ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန	ဥက္ကဋ္ဌ
၂	ဒေါက်တာသောင်းလှိုင်	ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် (ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး) ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန	အဖွဲ့ဝင်
၃	ဒေါက်တာသန္တာလွင်	ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် (ရောဂါနှိမ်နင်းရေး)၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန	အဖွဲ့ဝင်

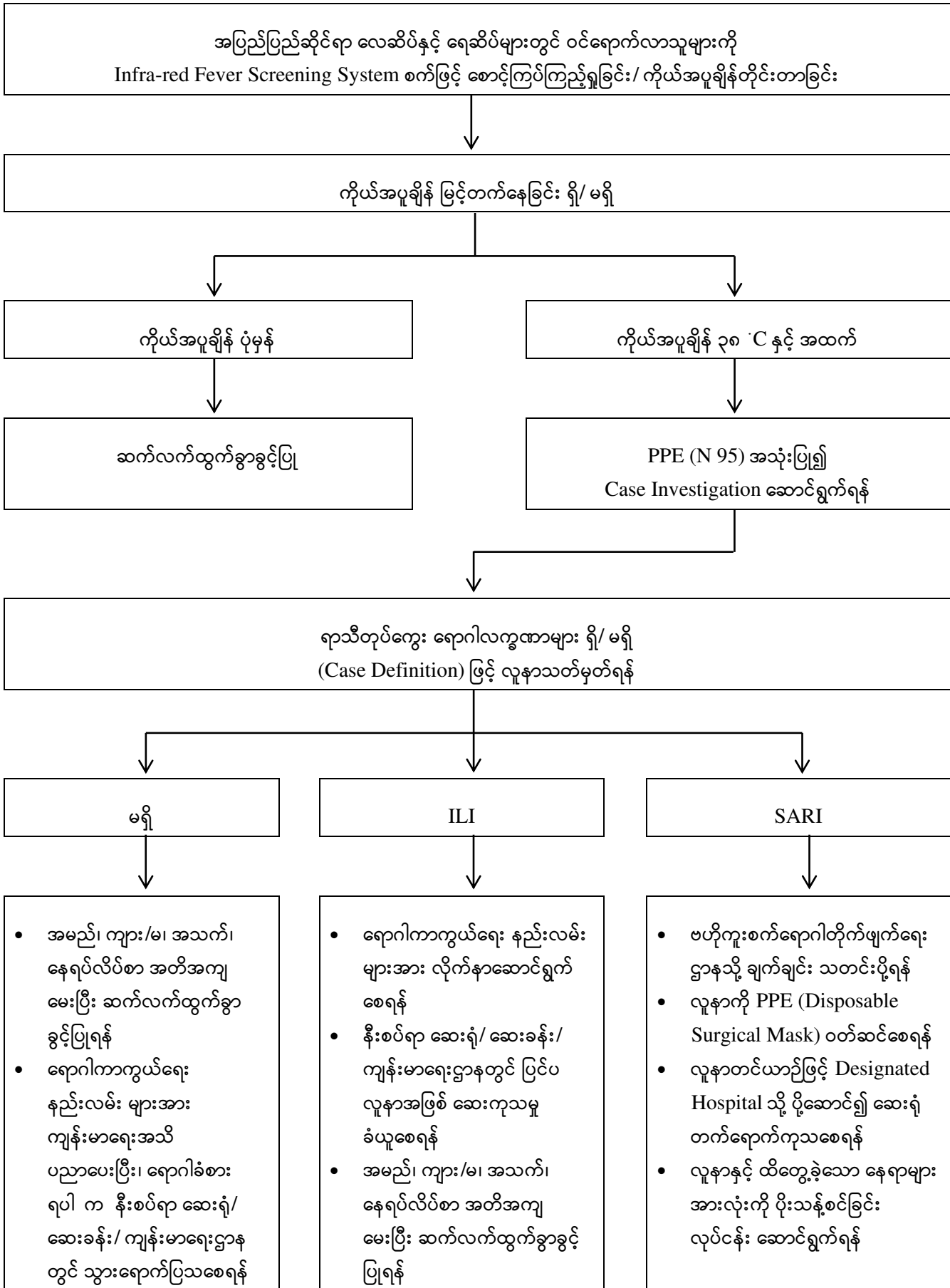
စဉ်	အမည်	ရာထူး/ဌာန	တာဝန်
၄	ဒေါက်တာမြတ်ဝဏ္ဏစိုး	ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် (စီမံ/ဘဏ္ဍာ)၊ ကုသရေးဦးစီးဌာန	အဖွဲ့ဝင်
၅	ဒေါက်တာဝင်းနိုင်	ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်၊ ကုသရေးဦးစီးဌာန	အဖွဲ့ဝင်
၆	ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဌေးဌေးတင်	ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် (ဓာတ်ခွဲ)၊ ကုသရေးဦးစီးဌာန	အဖွဲ့ဝင်
၇	ဒေါက်တာဖြူဖြူအေး	ညွှန်ကြားရေးမှူး (ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေး)၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန	အဖွဲ့ဝင်
၈	ဒေါက်တာထွန်းတင်	ညွှန်ကြားရေးမှူး (ကူးစက်) ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန	အတွင်းရေး မှူး
၉	ဒေါက်တာဉာဏ်ဝင်းမြင့်	ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး (ကူးစက်) ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန	တွဲဖက် အတွင်းရေး မှူး

**လုပ်ငန်းတာဝန်များ**

- (၁) ကော်မတီအနေဖြင့် ဗဟိုအဆင့်အကြံပေးအဖွဲ့နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်အာကစားဝန်ကြီးဌာန၏ လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အညီ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး၊ ထိန်းချုပ်ရေးလုပ်ငန်းများအတွက် ချမှတ်ထားသော မူဝါဒ၊ လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အညီ ကြီးကြပ်ခြင်း၊ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းခြင်း လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန်၊
- (၂) ဖြစ်ပွားမှုအခြေအနေနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အခြားဦးစီးဌာနများ၊ ဆေးရုံများ၊ တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနများထံမှ သတင်းရယူပြီး ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစား ဝန်ကြီးဌာနသို့ အစီရင်ခံတင်ပြရန်၊
- (၃) ဖြစ်ပွားမှုအခြေအနေနှင့်စပ်လျဉ်း၍ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ ပြည်သူ လူထုနှင့် သတင်းမီဒီယာများမှ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ သိရှိနိုင်ရေးအတွက် ကျန်းမာရေး ပညာပေးခြင်း၊ သတင်းထုတ်ပြန်ခြင်းနှင့် ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန်၊

- (၄) ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများ၊ ကာကွယ်ဆေး၊ ရောဂါကာကွယ်ရေးပစ္စည်းများ၊ အခြားလိုအပ်မည့် ပစ္စည်းများအား ရရှိနိုင်ရေးအတွက် သက်ဆိုင်ရာဌာနများနှင့် ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန်၊
- (၅) လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းများ၊ နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်းများ၊ ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ချိတ်ဆက်၍ လိုအပ်သလိုညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန်၊
- (၆) ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်မှုလုပ်ငန်းများနှင့် ရောဂါအတည်ပြုလုပ်ငန်းများအတွက် အမျိုးသားကျန်းမာရေးဓာတ်ခွဲဆိုင်ရာဌာနနှင့် ညှိနှိုင်း၍ သတင်းအချက်အလက်များ ရယူဆောင်ရွက်ရန်၊
- (၇) သံသယလူနာများနှင့် အတည်ပြုလူနာများအား သီးခြားထားရှိကုသနိုင်ရေးနှင့် ဆေးကုသရေးလုပ်ငန်းများနှင့်ပတ်သက်၍ ကုသရေးဦးစီးဌာနနှင့် ညှိနှိုင်း၍ သတင်းအချက်အလက်များရရှိရေး ဆောင်ရွက်ရန်၊
- (၈) မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း ပြည်ပဝင်ပေါက်များ (လေဆိပ်၊ ဆိပ်ကမ်း၊ နယ်စပ်ဖြတ်ကျော်ဂိတ်) များတွင် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုလုပ်ငန်းများနှင့် ရောဂါစောင့်ကြပ် ကြည့်ရှုသည့်လုပ်ငန်းများအား ကြီးကြပ်ဆောင်ရွက်ရန်
- (၉) ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးနှင့် တုံ့ပြန်ရေးလုပ်ငန်းများအတွက် လိုအပ်သော ရန်ပုံငွေများ ရရှိရေး ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန်၊
- (၉) လိုအပ်ပါက ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့နှင့် ကျွမ်းကျင်သူများထံမှ အကြံဉာဏ်များ တောင်းခံဆောင်ရွက်ရန်။
- (၁၀) ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနနှင့် နီးနွယ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော အခြား ဝန်ကြီးဌာနများ၏ အကူအညီကို လိုအပ်ပါက ရယူနိုင်ရေး ပူးပေါင်းညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သွားရန်။
- (၁၁) ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနနှင့် ဗဟိုအဆင့်အကြံပေးအဖွဲ့၏ တာဝန်ပေးအပ်သော အခြားကိစ္စများအား အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်သွားရန်။

# အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လေဆိပ်နှင့် ရေဆိပ်များတွင် ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယလူနာ တွေ့ရှိပါက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်



ရာသီတုပ်ကွေးကုသရာတွင် အထူးအားပြုပေးရန်အတွက် အောက်ဖော်ပြပါ အချက်များကို ဝေဖန်ပေးပါ။  
ပေါင်ပိတ်ပိတ် နှိုးစပ်ရာအခန်း / အခန်းသုံးသို့ ချွတ်ချင်း သွားကုတ်၍  
တုသည့်လှပါ။



# ရာသီတုပ်ကွေးကုသရာ

ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာန  
(၂၀၁၇ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၂၆ရက်)



## ရာသီတုပ်ငွေးငှောဂါလက္ခဏာများ



အဖျားရှိခြင်း (အပူချိန် ၃၈°C နှင့်အထက်)



နာရည်ယိုခြင်း၊ နားချေခြင်း



သျှောင်ခြောက်ဆိုးခြင်း



ရည်သျှောင်နားခြင်း



ခေါင်းကိုက်ခြင်း



ကိုယ်စက်ကိုက်ခဲခြင်း ၊ နှုတ်ခဲခြင်း

မိမိတွင် အထက်ပါရာသီတုပ်ငွေးငှောဂါလက္ခဏာများ ခံစားနေရသည်ဟု သံသယရှိပါက နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာနနှင့် ဆေးရုံ/ဆေးခန်းများတွင် သတင်းပေးပို့၍ ကုသမှုခံယူပါ။

## ရာသီတုပ်ငွေးငှောဂါကို မိမိကစ၍ ကာကွယ်ပါ။

ရာသီတုပ်ငွေးငှောဂါရှိသည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှ တစ်ဆင့်ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ အဆိုပါ ငှောဂါသည် အမျိုးလူများတွင် ငှောဂါလက္ခဏာများ ပိုမိုပြင်းထန်နိုင်ပါသည်။

နားချေတိုင်း၊ ငှောဂါဆိုးတိုင်း ပါးစပ်နှင့်နားခေါင်းကို သေရာစွာ ပုံးအုပ်ပါ။ (လက်ကိုင်ပုဝါ / တစ်ရှူး / တစ်ခါသုံးပါးစပ် / နားခေါင်းစည်းတို့ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။)

မိမိအနီးတွင် နားချေ ငှောဂါဆိုးခြင်း ရှိမိကလည်း အထက်ပါနည်းအတိုင်း ကာကွယ်ပါ။

နားချေ၊ ငှောဂါဆိုးပြီးချိန်နှင့် ငှောဂါလက္ခဏာရှိသူများအား လီမေ့တိုင်တွယ်ပြီးချိန်တိုင်း ချေနှင့်ဆပ်ပြာတို့ဖြင့် သေရာစွာ လက်ဆေးပါ။

မိမိတွင် တုပ်ငွေးငှောဂါ ဖြစ်ပွားသည်ဟု သံသယရှိပါက အခြားသူများသို့ ကူးစက်မှုမှ ကာကွယ်ရန် - မိသားစု နှင့် နီးကပ်စွာ နေထိုင်ခြင်း / ကျောင်း၊ ငွေ့၊ လုပ်ငန်းခွင် နှင့် လူထုထပ်သော နေရာများသို့ သွားလာခြင်း တို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။





# ကုသီတုပ်ကွေးရောဂါလက္ခဏာများ



အဖျားရှိခြင်း (အပူချိန် ၃၈ °C နှင့်အထက်)



နာရည်ယိုခြင်း၊ နှာချေခြင်း



ချောင်းမြောက်ဆိုးခြင်း



လည်ချောင်းနာခြင်း



ခေါင်းကိုက်ခြင်း



ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲခြင်း ၊ နုံးခွေခြင်း

မိမိတွင် အထက်ပါကုသီတုပ်ကွေးရောဂါလက္ခဏာများခံစားနေရသည်ဟု သံသယရှိပါက နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာနနှင့်ဆေးရုံ/ဆေးခန်းများတွင် သတင်းပေးပို့၍ ကုသမှုခံယူပါ။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန (၂၀၁၇ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၂၆ရက်)



# ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ

ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါ သံသယရှိသူများတွင် အောက်ပါပြင်းထန်လက္ခဏာများ ပေါ်ပေါက်ပါက နီးစပ်ရာဆေးရုံ / ဆေးခန်းသို့ ချက်ချင်းသွားရောက်၍ တုသမှုခံယူပါ။



အသက်ရှူကြပ်ခြင်း  
အသက်ရှူခက်ခဲခြင်း



အဖျားကြီးလွန်းခြင်း



သတိလစ်ခြင်း  
ဝနာမငြိမ်ဖြစ်ခြင်း

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန  
(၂၀၁၇ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၂၆ရက်)





# ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါကို မိမိကစ၍ ကာကွယ်ပါ။



- ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါပိုးသည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်နိုင်ပါသည်။
- အဆိုပါရောဂါသည် အချို့လူများတွင် ရောဂါလက္ခဏာများပိုမိုပြင်းထန်နိုင်ပါသည်။
- နှာချေတိုင်း၊ ချောင်းဆိုးတိုင်း ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကို သေချာစွာဖုံးအုပ်ပါ။  
(လက်ကိုင်ပုဝါ / တစ်ရှူး / တစ်ခါသုံးပါးစပ်နှာခေါင်းစည်း တို့ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။)
- မိမိအနီးတွင် နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးခြင်းရှိပါကလည်း အထက်ပါနည်းအတိုင်းကာကွယ်ပါ။
- နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးပြီးချိန်နှင့် ရောဂါလက္ခဏာရှိသူများအား ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ပြီးချိန်တိုင်း ရေနှင့်ဆပ်ပြာတို့ဖြင့် သေချာစွာ လက်ဆေးပါ။
- မိမိတွင် တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားသည်ဟု သံသယရှိပါက အခြားသူများသို့ ကူးစက်မှုမှ ကာကွယ်ရန် - မိသားစုနှင့် နီးကပ်စွာနေထိုင်ခြင်း / ကျောင်း၊ ဈေး၊ လုပ်ငန်းခွင်နှင့် လူထုထပ်သောနေရာများသို့ သွားလာခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန  
(၂၀၁၇ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၂၆ရက်)

**Department of Medical Services**

**YGH management guideline for H1N1 (pdm) infection**

**Version (01)**

**As of (28-7-2017)**

**History Taking**

Name Age Sex

R/N Address

Complaints – fever with respiratory symptoms less than 7 days

Comorbidity – Complications –

**On examination**

Vital signs

SPO2

CP ESR

RBS U & E

Creatinine LFT (optional)

CXR (PA) ECG

**Categorize the patient A, B, C**

**Category A**

Mild fever plus cough/ sore throat with or without body aches, headache, diarrhea and vomiting

**Category B**

- i. Category A Plus high grade fever and severe sore throat
- ii. Category – Any mild ILI in people with comorbidities like
  - a. Pregnant women
  - b. Lung/ heart/liver/kidney/neurological disease/blood disorder/diabetes/cancer/HIV-AIDS
  - c. On long term steroids or those with immunosuppression due to drugs, radiation or HIV, etc

**Category C \_ Cat A plus any 3 or more of the following**

- Breathlessness
- chest pain
- Drowsiness
- fall in blood pressure (<90/60 mmHg)
- cyanosis
- Tachypnea (RR >30/min)
- Decreased oxygen saturation (SPO2 <90 on air)
- CXR – patchy opacities

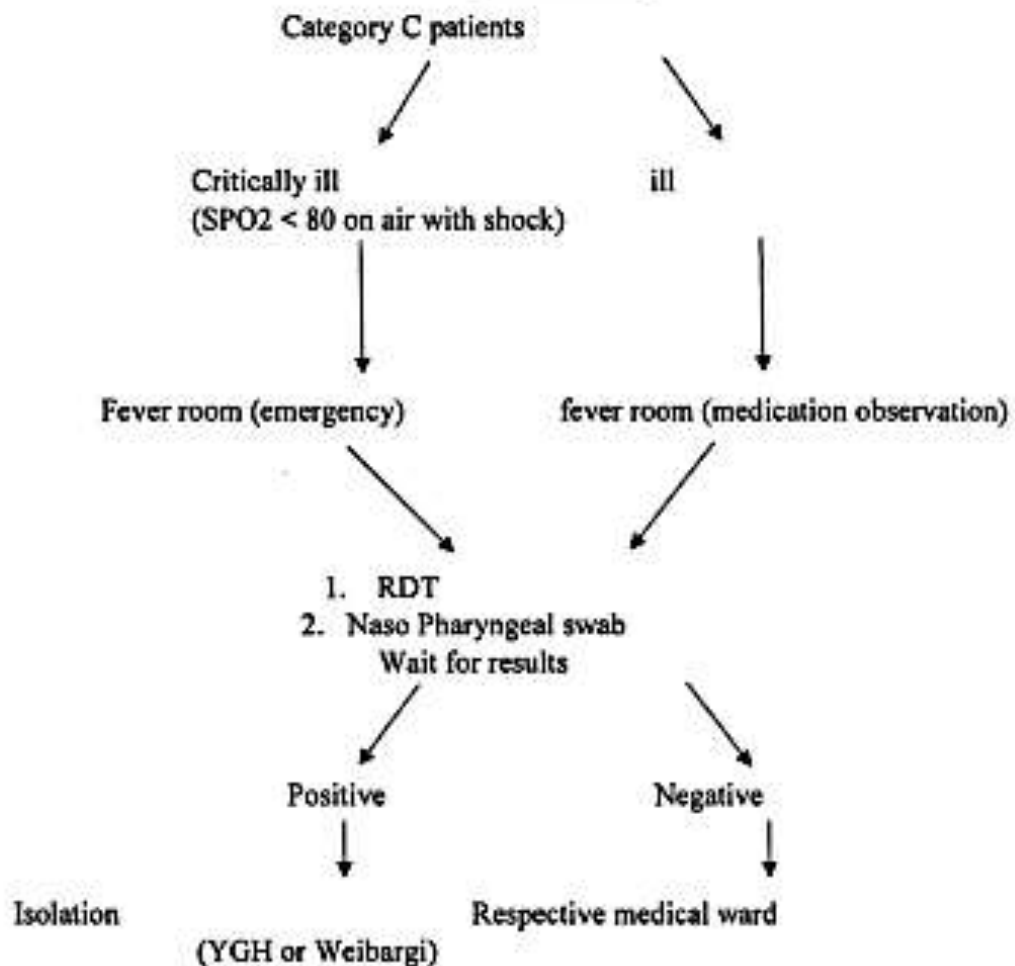
## H1N1 Testing and Treatment

Category	Test	Treatment
Cat A*	No testing	No admission Observe at home Symptomatic treatment (Paracetamol+ Vitamin C+ adequate fluid)
Cat B(i)*	No testing	No admission Observe at home Treatment as above + Antibiotics
Cat B(ii)**	RDT	Admit and treatment is guided by comorbidity conditions
Cat C	RDT and Nasopharyngeal Swab for H1N1 Test	Admit and follow the H1N1 flow

\*Cat A and Cat B (i) patients should be handled by screening team led by EMO

\*\* Cat B (ii) patients should be seen by MO team leader

### H1N1 flow



### **Antiviral treatment**

Cat C – Anti viral treatment to be decided by attending Physician

### **Treatment for Pneumonia**

According to the treatment guideline in "Therapeutic Manual Internal Medicine 1<sup>st</sup> edition, 2016"

### **Chemoprophylaxis for contact persons**

-Generally not recommended

-To report back if there are symptoms of influenza

### **References**

1. WHO guideline for pharmacological management of pandemic influenza A (H1N1) 2009.
2. NICD recommendation for diagnosis, prevention and management (2017)
3. Therapeutic Manual Internal Medicine 1<sup>st</sup> edition, (2016)
4. H1N1 Influenza guideline, directorate of Health Services, Kerala