

ကမ္ဘာ့ဆေးလိပ်မသောက်ရနေ့အထိမ်းအမှတ် အခမ်းအနားတွင် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး
ဒေါက်တာမြင့်ထွေး ပြောကြားခဲ့သည့်မိန့်ခွန်း ကောက်နုတ်ချက်

ရုံးအမှတ်(၄)၊ နေပြည်တော်။

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မေလ (၃၁)ရက်

- ဒီနေ့အခမ်းအနားကတော့ World No Tobacco Day ဖြစ်ပြီး World No Tobacco Day, World Health Day စတဲ့ အထိမ်းအမှတ်နေ့တွေ အများကြီးလုပ်ကြပါတယ်။ လုပ်တဲ့အထဲမှာ ဒီနေ့ဟာ အလွန်အရေးကြီးသလို သူ့ရဲ့နောက်ဆက်တွဲ ဖြစ်ပွားနိုင်တဲ့ရောဂါတွေဟာ အလွန်များပြားပါတယ်။ ရောဂါတွေဖြစ်လာရင် ငွေကုန်ကြေးကျများပြီး မိသားစုမှာ စိတ်ဆင်းရဲမှုဖြစ်တာကို ပြည်သူတွေပိုပိုသိအောင် ဒီနေ့အခမ်းအနားကို ကျင်းပခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနေ့ကတော့ ဗဟိုမှာ ကျင်းပသော်လည်း တကယ့်တကယ် ထိရောက်မှုရှိတာကတော့ တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်တွေ၊ အထူးသဖြင့် မြို့နယ်တွေမှာ ကျင်းပတာက ပိုထိရောက်မှုရှိပါတယ်။
- ဆေးလိပ်နှင့် ဆေးရွက်ကြီးတို့ရဲ့ ဆိုးကျိုးများကို တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်၊ မြို့နယ်၊ ကျေးလက် တောရွာများမှ ပြည်သူများအထိ သိရှိကြနိုင်စေဖို့အတွက် ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ကြတဲ့အခါ လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်ကြီးများကလည်း ပညာပေးဟောပြောရာတွင် ပံ့ပိုးဆောင်ရွက်ကြစေ လိုပါတယ်။ တကယ်လို့ လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်ကြီးများက လုပ်ချင်တယ်ဆိုရင် ကျန်းမာရေး နှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနက ပံ့ပိုးပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကလည်း Tobacco နဲ့ပတ်သက်ပြီး ၁၉၈၉ ခုနှစ်မှာ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲမှု ကင်းစင်ပျောက်ရေးဆိုင်ရာ သံန္နိဋ္ဌာန်ပြု ဆုံးဖြတ်ချက် (WHA 42.19) resolution မှာ ချမှတ်ထားပါတယ်။
- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ မေလ (၃၁)ရက်နေ့ကို ကမ္ဘာ့ဆေးလိပ်မသောက်ရနေ့လို့ သတ်မှတ် ခဲ့ပြီး World Health Assembly မှာ one of assembly resolutions အရ ဒီကမ္ဘာ့ ဆေးလိပ် မသောက်ရေးနေ့ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း အခုလို နှစ်စဉ်ကျင်းပခဲ့ပြီး ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးထိန်းချုပ်ရေးနှင့် သုံးစွဲပျောက်ရေးလုပ်ငန်းများကို ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာန၊ နီးနယ်ဝန်ကြီးဌာနများ၊ နိုင်ငံတကာနှင့် ပြည်တွင်းအစိုးရမဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းများ၊ လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နေပါတယ်။
- ဒီနေ့အခမ်းအနားကတော့ ပြည်သူလူထုကို အသိပေးခြင်း၊ သတိပေးခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ 2019 Tobacco day resolution အရ ဒီနေ့ မေလ (၃၁)ရက်နေ့တင်မဟုတ်ဘဲ နေ့စဉ်၊ နေ့တိုင်းဟာ ဆေးလိပ်မသောက်ရနေ့ဆိုတာကို သိမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ဆေးလိပ်သောက်တဲ့လူက ဆေးလိပ်သောက်တဲ့လူကို ပညာပေးရန်လိုပြီး အထူးသဖြင့် နှလုံးနှင့် အဆုတ်ကင်ဆာဖြစ်ပြီး မီးခိုးကြွက်လျှောက် ရောဂါတွေ အကုန်ဝင်လာမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းဟာ အဆုတ်ကင်ဆာအပြင် နှလုံးရောဂါလည်း ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးမှာ ပါဝင်တဲ့ ဆိုးကျိုးများတဲ့ ဓာတုပစ္စည်းများကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်မှာ ဇီဝကမ္မဖြစ်စဉ်၊ ဇီဝဓာတုဖြစ်စဉ်နှင့် ဆဲလ်အတွင်း ပိုင်းဖြစ်စဉ်များကို ထိခိုက်ပျက်စီးစေပြီး ရောဂါဘယများ ထူပြောနိုင်ပါတယ်။ ဆေးလိပ်သောက်တဲ့လူဟာ ဆေးလိပ်သောက်တဲ့လူအနားမှာနေရင် ပိုပြီးတော့ ဆေးလိပ်ငွေ့ကို ရှူရတဲ့အတွက်ကြောင့် ဆေးလိပ်သောက်တဲ့သူကို မသောက်ဖို့ ပြောရန်လိုပါတယ်။
- ပတ်ဝန်းကျင်၊ မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်း၊ ဆွေမျိုးများမှာ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီး မသုံးစွဲသူများပြားခြင်းဖြင့် ယင်းဆေးလိပ်သောက်သုံးသူများကို ဆက်မသောက်ဖို့ပြောရန် လိုပါတယ်။ Peer group ကို ကြီးလာအောင် လုပ်ရပါမယ်၊ peer group ဟာ စက်ရုံအလုပ်ရုံများ၊ ရုံးများ၊ စာသင်ကျောင်းများ၊ ဈေးများ စတဲ့ လူစုလူဝေးရှိတဲ့နေရာများမှာ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲမှုမှရှောင်ကြဉ်သူ များပြားခြင်းဖြင့် သူများသောက်တဲ့ ဆေးလိပ်မီးခိုးငွေ့ရှူရှိုက်ရသူ နည်းပါးလာနိုင်ပါတယ်။
- အထူးသဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များမှာ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း (သို့မဟုတ်) သူတစ်ပါးသောက်သုံးတဲ့ ဆေးလိပ်ငွေ့ကို ရှူရှိုက်ရတဲ့အတွက် ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်း၊ လမစေ့မီ မွေးဖွားခြင်း၊ မကျန်းမာတဲ့ ကိုယ်အလေးချိန်မပြည့်တဲ့ ကလေးငယ်မွေးဖွားခြင်းနဲ့ ကလေးငယ် အသက်အန္တရာယ်ရှိခြင်းတို့ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါတယ်။ ကလေးငယ်များမှာလည်း သူတစ်ပါးသောက်သုံးခြင်းကြောင့် ကျန်းမာရေးပြဿနာတွေ အများကြီးဖြစ်နိုင်တာကို ကျွန်တော်တို့ ပြည်သူလူထုကို သိအောင် ပညာပေးရန်လိုပါတယ်။
- အဲဒီလို ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးရဲ့ အန္တရာယ်များကို သိရှိပြီး သုံးစွဲမှုမှ ရှောင်ကြဉ်သူများများပြားစေရန်မှာ ပြည်သူများအားလုံးမှာ ကျန်းမာရေးအသိပညာဗဟုသုတများ ကြွယ်ဝများပြားဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။
- ပြည်သူများဟာ ကျန်းမာရေးအသိအပညာဗဟုသုတများ ကြွယ်ဝရုံသာမက သဘောထားခံယူချက်များပါ ပြောင်းလဲလာမှသာ ဆေးလိပ်နှင့် ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲမှု ကင်းစင်ပပျောက်ရေးလုပ်ငန်းများ အောင်မြင်နိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါတွေကို လုပ်မယ်ဆိုရင် ကျွန်တော်တို့က

multi-prone, multi-perspective, multi-disciplinary, multi-direction approach တွေနဲ့ လုပ်ဆောင်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ပြည်သူများအတွက် ကောင်းကျိုးမရှိဘဲ ဆိုးကျိုးအန္တရာယ်များပြားတဲ့ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက် ကြီးထုတ်လုပ်မှု၊ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားမှုများ လျော့နည်းပပျောက်စေရန်အတွက် သက်ဆိုင်ရာ ဝန်ကြီးဌာန၊ ဦးစီးဌာနနှင့် အဖွဲ့အစည်းများအားလုံးက ပါဝင်ပြီး တကယ့်မြေပြင်မှာ လုပ်ဆောင် နိုင်မယ့် အသင့်တော်ဆုံး မဟာဗျူဟာလုပ်ငန်းစဉ်များချမှတ်ကာ ကဏ္ဍအလိုက် လုပ်ငန်း တာဝန်များ ခွဲဝေသတ်မှတ်ပြီး အကုန်လုံးဝိုင်းဝန်း ဆောင်ရွက်ကြမှသာ ဒီအန္တရာယ်က လွတ်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ဒီအန္တရာယ်ကို ဒီအချိန်မှာကျွန်တော်တို့ မကိုင်တွယ်လို့ရှိရင် နောင်(၅)နှစ်မှာ ကျန်းမာရေးနှင့် အားကစားဝန်ကြီးဌာနရဲ့ ဘတ်ဂျက်တစ်ဝက်ကျော်လောက်က မကူးစက်တတ်သော ရောဂါတွေ အတွက် သုံးစွဲရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- နောက်တစ်ချက်က ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီး ထုတ်လုပ်ရောင်းချမှုအခြေအနေ၊ သုံးစွဲမှုအခြေ အနေ၊ ပြည်သူများရဲ့ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးဆိုင်ရာ အသိအမြင်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး အသုံးချ သုတေသနများ ပြုလုပ်ကာ လေ့လာဆန်းစစ်ပြီး ဘယ်မဟာဗျူဟာက ထိရောက်အကျိုးရှိသလဲ ဆိုတာကို သုတေသနများ လုပ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျွန်တော်တို့ ပြည်သူလူထုမှလည်း ပါဝင်ဖို့လိုပါတယ်။ ပြည်သူလူထုရဲ့ အသိဉာဏ်၊ ဗဟုသုတ၊ health literacy, health mobility မြင့်မှသာလျှင် ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးထွက်ပစ္စည်း အန္တရာယ်ကို သိမှာဖြစ်တဲ့အတွက် ပြည်သူလူထုရဲ့ ကျန်းမာရေးစာတတ်မြောက်မှု မြင့်ဖို့အတွက် အခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများဖြစ်သော သူနာပြု/သားဖွားဆရာမများ၊ ကျန်းမာရေးကြီးကြပ် (၁၊ ၂)တို့ကိုလည်း Mobile Tablet တွေ ပေးထားပါတယ်။ Tablet တွေထဲမှာ မကူးစက်တတ် သောရောဂါတွေအကြောင်းပါတဲ့ Standardized Health Messages စာအုပ်လည်း ထည့်ပေး ထားပါတယ်။ RHC တွေမှာ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်တတ်သော ကျန်းမာရေး စကားဝိုင်းလေးတွေကို သားဖွားဆရာမများကပဲဖြစ်ဖြစ် လုပ်စေချင်ပါတယ်။
- လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်ကြီးများကလည်း မိမိတို့သက်ဆိုင်ရာ တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်၊ မြို့နယ်များမှာ ပြည်သူတွေကျန်းမာရေးအသိဉာဏ်တိုးအောင် လုပ်ဖို့အတွက် ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းများကို ကူညီပေးစေချင်ပါတယ်။

- ဆေးလိပ်သောက်သုံးမှုဦးရေဟာ နှစ်အလိုက် လျော့နည်းလာသလား၊ တိုးသလားဆိုတာကို သုံးသပ်ရမှာဖြစ်ပြီး ဆေးလိပ်ရောင်းချတဲ့ဆိုင်များက တက်လာသလား၊ ကျလာသလား ဆန်းစစ်ရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲတွေ၊ သင်တန်းတွေ၊ ပညာပေးတွေတွေ့လုပ်ပြီး ဆေးလိပ်သောက်သုံးမှုက မြင့်တက်လာသလို ပြည်သူလူထုကအမြင်တွေလည်း မပြောင်းလဲဘူးဆိုရင် ဒီလိုမဖြစ်အောင် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနနဲ့ နှီးနွယ်ဝန်ကြီးဌာနများက ပူးပေါင်းပြီး အမြန်ဆုံး သုံးသပ်ဆောင်ရွက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ကျွန်တော့်အနေနဲ့ ထပ်ပြီးပြောချင်တာက မြို့နယ်အဆင့်၊ တိုက်နယ်အဆင့်၊ ကျေးရွာအဆင့်မှ တာဝန်ထမ်းဆောင်နေတဲ့ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ ဝန်ထမ်းများ၊ အခြေခံ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊ ပညာရှင်များအားလုံးက လုပ်ဆောင်မှသာ အကျိုးရှိထိရောက် အောင်မြင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- နောက်တစ်ခုက နှီးနွယ်ဝန်ကြီးဌာနတွေပေါင်းပြီးတော့ framework တစ်ခုလုပ်သင့်ရင် လုပ်ရ ပါမယ်။ ဝန်ကြီးဌာနအချင်းချင်း ဘယ်လိုလုပ်မယ်ဆိုတာကို framework ချပြီး လုပ်သင့်ပါ တယ်။ ဒါမှသာ အောင်မြင်အကျိုးရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အဓိကကတော့ ပြည်သူများရဲ့ အသိပညာပါ။ ပြည်သူမှ ဆေးလိပ်ဝယ်သောက်ရင် ဆေးလိပ် ရောင်းချသူများလည်း မရောင်းတော့ပါဘူး။ ပြည်သူများရဲ့ attitude ပြောင်းမှသာ ရမှာဖြစ်ပြီး ပြည်သူများရဲ့ attitude ပြောင်းလိုက်ရင် ပိုပြီးအောင်မြင်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှာ စံပြအနေနဲ့ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးသုံးစွဲသူများကို လုံးဝအလုပ် မခန့်ပါဘူး။ အားကစားနှင့်ကာယပညာသိပ္ပံကျောင်းအားလုံးမှာ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီး သုံးစွဲမှုများကို စည်းကမ်းတင်းကြပ်စွာထားရှိပြီး အားကစားသမားများ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီး သုံးစွဲခြင်းရှိပါက ချက်ချင်းထုတ်ပယ်ဖို့ကို ညွှန်ကြားထားပါတယ်။ ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီး သုံးစွဲမိရင် ဖြတ်ဖို့ခဲယဉ်းတာကြောင့် စပြီးမသုံးစွဲဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။
- နောက်တစ်ချက်က နိုင်ငံတော်၏အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ လမ်းညွှန်မှုနဲ့ ဇွန်လအတွင်း ကျင်းပ ပြုလုပ်မယ့် ကျောင်းသားလူငယ်ထုအတွင်း ဆေးလိပ်၊ အရက်နှင့် မူးယစ်ဆေးကင်းဝေးရေးနှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော ဘဝနေထိုင်မှုပုံစံများ ကျင့်သုံးလာရေးအတွက် အမျိုးသားရေး လှုပ်ရှားမှုအသွင်ဖြင့် ဆောင်ရွက်ရန် နှီးနှောဆွေးနွေးဖလှယ်ပွဲကြီးမှာလည်း ကျောင်းနေအရွယ်

လူငယ်ထုအတွင်း ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီး သုံးစွဲမှုပျောက်ရေး ကိစ္စရပ်များအတွက် အားလုံး
ဝိုင်းဝန်းဆွေးနွေးပြီး မဟာဗျူဟာလုပ်ငန်းစဉ်များ ချမှတ်ဆောင်ရွက်သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ဆေးလိပ်နှင့်ဆေးရွက်ကြီးထိန်းချုပ်ရေးလုပ်ငန်းများကို ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန
နဲ့ နှီးနွယ်ဝန်ကြီးဌာန၊ ဦးစီးဌာန၊ အဖွဲ့အစည်းများအားလုံးက ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်သွားကြစေ
လိုပါတယ်။

အခမ်းအနားတက်ရောက်သူများစာရင်း-

- စီးပွားရေးနှင့်ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ဒုတိယဝန်ကြီး ဦးအောင်ထူး၊
- ပြည်ထောင်စုရှေ့နေချုပ်ရုံး၊
- ဒုတိယရှေ့နေချုပ် ဦးဝင်းမြင့်၊
- ပြည်သူ့လွှတ်တော် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကော်မတီ ဥက္ကဋ္ဌ၊
- အမျိုးသားလွှတ်တော် ကျန်းမာရေး၊ အားကစားနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာကော်မတီ ဥက္ကဋ္ဌ၊
- အမျိုးသားလွှတ်တော် အားကစားနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာကော်မတီ အတွင်းရေးမှူး၊
- ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန၊ အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်များ၊ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်
များ၊
- သယံဇာတနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးဝန်ကြီးဌာန၊
- အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန၊
- မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့၊
- စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန၊
- အကောက်ခွန်ဦးစီးဌာန၊
- ပြည်တွင်းအခွန်များဦးစီးဌာန၊
- လူမှုဝန်ထမ်းဦးစီးဌာန၊
- မြန်မာနိုင်ငံအမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့ချုပ်၊
- ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဖောင်ဒေးရှင်း၊
- မြန်မာနိုင်ငံမိခင်နှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးအသင်းနှင့်
- မြန်မာနိုင်ငံကြက်ခြေနီအသင်းတို့မှ တာဝန်ရှိသူများ၊

- ပြည်ထောင်စုနယ်မြေနေပြည်တော်ရှိ မြို့နယ်များမှ မြို့နယ်ပြည်သူ့ ကျန်းမာရေးနှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာနမှူး၊ အခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊ သူနာပြုနှင့် သားဖွားဆရာမ များ၊
- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ ကိုယ်စားလှယ်များ၊
- အထူးဖိတ်ကြားထားသော ဧည့်သည်တော်များ၊
- ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဖောင်ဒေးရှင်းတို့မှ ဥက္ကဋ္ဌနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊
- မိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းနှင့် ပြည်သူများ။

(ဤမိန့်ခွန်းသည် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၏ လက်ရေးမူမှ ပြန်လည်ရိုက်နှိပ်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။)