

မကွေးပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွင် ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါပညာပေးကုသဌာနဖွင့်ပွဲ၌
ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဒေါက်တာမြင့်ထွေး
ပြောကြားခဲ့သည့်မိန့်ခွန်း ကောက်နုတ်ချက်

အထွေထွေရောဂါကုဆေးရုံကြီး၊ မကွေးမြို့။

၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ (၁၀)ရက်

- ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ Myanmar Diabetes Care Program (MDCP) ကို (၂၀၁၇)ခုနှစ်၊ မတ်လမှာ ဒိန်းမတ်နိုင်ငံအခြေစိုက် Novonordisk ကုမ္ပဏီနဲ့ နားလည်မှုစာချွန်လွှာ (MoU) ကို လက်မှတ်ရေးထိုးပြီးခဲ့ပြီး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။
- သူတို့လုပ်ဆောင်ချက်တွေကတော့ type one diabetes ကလေးတွေမှာရှိတဲ့ Diabetes ကို Changing Diabetes in Children ၊ အဲဒီကိစ္စကို ကျွန်တော်တို့က အများကြီးဆောင်ရွက်ပေးဖို့ ဆုံးဖြတ်ထားပါတယ်။
- (၂၀၂၀)ခုနှစ်အထိ Type 1 Diabetes ခံစားနေရတဲ့ကလေးသူငယ်များကို ဆေးဝါးနဲ့စောင့်ရှောက်မှု စဉ်ဆက်မပြတ်ပေးနိုင်ရန် (Changing Diabetes in children-CDiC)၊ ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာရှင်များ ကို ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုပေးနေတဲ့ Public နှင့် Private Health Care Professionals များကို ဆီးချိုရောဂါနဲ့ပတ်သက်တဲ့ နောက်ဆုံးပေါ်ကုထုံးများနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှုများကို သင်တန်းပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။ နောက်ဆုံးပေါ်ကုထုံးများ သင်တန်းအတွက် ထုတ်ထားတဲ့စာအုပ်မှာ ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါ နှင့် အင်ဆူလင်၊ Insulin clinical practice တွေပါပြီး လက်ကမ်းစာစောင်တွေကလည်း အလွန် ကောင်းတဲ့ လက်ကမ်းစာစောင်တွေဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလက်ကမ်းစာစောင်မှာပါတဲ့ အကြောင်းအရာ တွေကို တိုက်နယ်ဆရာဝန်တွေ၊ ကျန်းမာရေးမှူးတွေ၊ အခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းတွေကို ဖြန့်ဝေ ထားတဲ့ Tablet တွေမှာ ထည့်ပေးမှာဖြစ်ပါတယ်။
- Myanmar Diabetes Health Program နဲ့ပတ်သက်ပြီးတော့ နိုင်ငံတော်သမ္မတနဲ့ နိုင်ငံတော်၏ အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်ထံ တင်ပြမယ့်အစီရင်ခံစာမှာ ဘာတွေလုပ်နေလဲ၊ ဘယ်လောက်ထိအကျိုးရှိလဲ ဆိုတာကို ထည့်သွင်းတင်ပြပါမယ်။
- ပြည်သူလူထုအတွင်း ဆီးချိုရောဂါဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်မားလာစေဖို့အတွက် Diabetes Patient Education Sessions ကို ဗဟိုအဆင့်ဆေးရုံကြီးများအပါအဝင် တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်

အဆင့်ဆေးရုံကြီးများမှာပါ အသိပေးဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့နှင့် အသိပညာပေးလုပ်ငန်းများအတွက် လိုအပ်တဲ့ပစ္စည်းကိရိယာများနှင့် ဆေးရုံအဆောက်အဦးများ ပြုပြင်ဖို့အတွက် ပံ့ပိုးကူညီဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။

- ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါဟာ ရောဂါဖြစ်ပွားသူရဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံးကို ထိခိုက်ပျက်စီးစေနိုင်ခြင်း၊ နေထိုင်မှုအရည်အသွေးကို ကျဆင်းစေနိုင်ခြင်း၊ လူမှု-စီးပွားဖွံ့ဖြိုးမှုကို အဟန့်အတားဖြစ်စေခြင်း၊ ကာယနှင့် ဉာဏစွမ်းဆောင်ရည်များ ကျဆင်းစေခြင်းတို့သာမက နိုင်ငံတော်အတွက်လည်း အရေးကြီးတဲ့ လူ့စွမ်းအားအရင်းအမြစ်စွမ်းရည်များ ကျဆင်းစေခြင်းတို့ကြောင့် ရောဂါမဖြစ်ပွားစေရန် ကာကွယ်ခြင်း၊ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုကို စောစီးစွာစစ်ဆေးမှုခံယူခြင်း၊ စနစ်တကျကုသမှုခံယူခြင်းတို့ဟာ လွန်စွာအရေးကြီးပါတယ်။
- ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါပညာပေးကုသဌာန (Center of excellence for Diabetes Management) တွေကိုလည်း ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ မြောက်ဥက္ကလာပပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ မန္တလေးပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ နေပြည်တော်(ခုတင် - ၁၀၀၀) ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတွေမှာ ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပြီး အခု မကွေးပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးဟာ (၅)ခုမြောက်အဖြစ် ဖွင့်လှစ်တာဖြစ်ပါတယ်။ (၂၀၁၉) ခုနှစ်အတွင်းမှာ သင်္ဃန်းကျွန်းပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးနှင့် မော်လမြိုင်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတို့မှာ ထပ်မံပြီးဖွင့်လှစ်ဖို့ရှိပါတယ်။ ဒီလို ကုသဌာနဖွင့်လှစ်ခြင်းတဲ့အတွက် အလွန်ကောင်းပါတယ်။ နောင်နှစ်တွေမှာ အစိုးရဘတ်ဂျက်နဲ့ ဆောက်လုပ်ပါမယ်။ Novonordisk ကုမ္ပဏီကိုပဲ အကူအညီတောင်းလို့ မဖြစ်ပါဘူး။
- ကျွန်တော်တို့ သုတေသနလုပ်ဖို့အတွက် သန်း(၃,၀၀၀) ရှိပါတယ်။ ဆရာတို့အနေနဲ့ review လုပ်ပါ။ Center (၄)ခုမှာ ဘယ်လိုအခြေအနေရှိလဲ ကောင်းလား/မကောင်းလား၊ ဘာတွေဆက်လုပ်ပေးရမလဲ၊ ဘာလေးတွေ modify လုပ်ရမလဲ၊ ဒါမှတိုးတက်မှာပေါ့။
- နောက်တစ်ချက်က Diabetes က မြန်မာနိုင်ငံမှာတင်မကပါဘူး၊ ကမ္ဘာမှာလည်း တော်တော်အဖြစ်များပါတယ်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှာ International Diabetes Federation ဆိုတာ ရှိပါတယ်။ International Diabetes Federation ရဲ့ သုံးသပ်ချက်အရ (၂၀၁၈)ခုနှစ်စာရင်းဇယားမှာ ကမ္ဘာပေါ်မှာရှိတဲ့ လူဦးရေ (၄၁၅)သန်းကျော်မှာ ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဖြစ်ပွားနေပြီး အဲဒီအရေအတွက်ဟာ (၂၀၄၀)ခုနှစ်မှာ သန်းပေါင်း (၆၄၂)သန်းအထိ တိုးပွားလာနိုင်ဖွယ်ရှိပါတယ်။

- ဒါကြောင့် ဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာနတွေမှာ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တိုင်း ဆီးချို၊ သွေးချို နှင့် သွေးတိုးရောဂါ ရှိ/မရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေးပေးတဲ့ ဆေးခန်းတွေဖွင့်လှစ်ပြီး ဆေးတွေလည်း အခမဲ့ ပေးနေပါတယ်။ ဆေးတွေအခမဲ့ပေးတဲ့အခါ လူတွေက ဆေးခန်းကိုလာကြပါတယ်။ အဲဒီဆေးခန်း တွေကနေ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုစာရင်းဇယားတွေကို ရရှိနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်မြို့နယ်မှာ ဆီးချို၊ သွေးချိုနှင့် သွေးတိုးရောဂါရှိတာဘယ်လောက်၊ ကျား/မ ဦးရေက ဘယ်လောက်ဆိုတာကို သိရှိနိုင် မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အရင်က ဆေးခန်းကို မလာကြတဲ့အတွက် hidden population of Diabetes က အလွန်များပါတယ်။ ဆရာတို့ကိုယ်တိုင်လည်း ဆီးချို၊ သွေးချို ရှိ/မရှိကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးဖို့လိုပါ တယ်။ ရောဂါကို စောစောစီးစီးသိရင် ထိန်းချုပ်လို့ရပါတယ်။
- တစ်ခုထပ်ပြောချင်တာက ထိန်းတဲ့နေရာမှာအရေးကြီးတာက Glucometer တွေက ဘယ်လောက် မှန်သလဲဆိုတာ အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကိုလည်းကျွန်တော် IR လုပ်ပြီးတော့ သုံးနေတဲ့ Glucometer အမျိုးအစားတွေက ဘယ်အမျိုးအစားဟာ အကောင်းဆုံးလဲဆိုတာ သိဖို့လိုပါတယ်။
- ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါရှင်ဟာ ရောဂါမရှိသူထက် (၂၅)ဆပိုပြီး မျက်စိအမြင်ဆုံးရှုံးနိုင်ပါတယ်။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရတာကြောင့်မဟုတ်ဘဲ ခြေထောက်ဖြတ်ရတာရဲ့ အဓိကအကြောင်းရင်းလည်းဖြစ် ပြီး ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါရှိသူဟာ မရှိသူထက် ခြေထောက်ဖြတ်ခံရနိုင်ခြေဟာ (၁၅)ဆ မှ (၄၀)ဆ ပိုများပါတယ်။ ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံများမှာ ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါဟာ မျက်စိမမြင်ရခြင်းရဲ့ အဓိက အကြောင်းအရင်းများဖြစ်နေပါတယ်။ နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါ (coronary artery disease) နှင့် လေဖြတ်လေငန်းရောဂါ (cerebrovascular disease) ကို ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အဓိကအန္တရာယ် အခြေအနေ (risk factor) တစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါတယ်။
- မြောက်ဥက္ကလာပပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးမှာ ဖွင့်လှစ်ထားတဲ့ Center of Excellence(CoE)၏ (၂၀၁၈) ခုနှစ် စာရင်းဇယားများအရ ပြင်ပလူနာ ဆီးချိုသွေးချိုဝေဒနာရှင်များအနက် (၂၁.၄%)တွင် နှလုံး သွေးကြောကျဉ်းရောဂါ၊ (၆.၃%) မှာ ခြေလက်သွေးကြောပိတ်ရောဂါ (Peripheral Vascular Disease)၊ ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါကြောင့် (၁၇.၆%) မှာ အမြင်အာရုံချို့ယွင်းခြင်း(Retinopathy)၊ (၂၆.၉%) မှာ ကျောက်ကပ်ပျက်စီးခြင်း၊ (၂၆.၁%)မှာ အာရုံကြောများပျက်စီးခြင်းတွေကို ဆီးချို သွေးချိုရောဂါရဲ့ နောက်ဆက်တွဲပြဿနာရောဂါများအနေနဲ့ တွေ့ရှိရပါတယ်။ ကျွန်တော်အနေနဲ့ တစ်ခုတင်ပြခြင်တာကတော့ ဒီစာရင်းဇယားကို အားလုံးရှိတဲ့ center တွေမှာလည်း ကွာလား/

မကွာဘူးလားဆိုတာ ဒေတာကိုပြန်ကောက်ပြီး analyse လုပ်ကြည့်ပါ။ ဒါဟာ ကျွန်တော်တို့နိုင်ငံ အတွက် အလွန်အရေးကြီးတယ်။ ပညာပေးလုပ်ငန်းတွေမှာ ဒီစာရင်းဇယားတွေကို ထည့်ပြောရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- Myanmar Diabetes Care Program အနေနဲ့ (၂၀၁၇)ခုနှစ် အောက်တိုဘာလမှစပြီး Type 1 Diabetes ရောဂါခံစားနေရတဲ့ ကလေးငယ်များအတွက် သီးသန့်ဆေးခန်းများဖွင့်လှစ်ပေးခဲ့ရာ အခု အခါမှာ ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ မြောက်ဥက္ကလာပပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ မကွေးပြည်သူ့ဆေးရုံ ကြီး၊ နေပြည်တော်ကလေးဆေးရုံကြီး၊ တောင်ကြီးအမျိုးသမီးနှင့် ကလေးဆေးရုံကြီး စုစုပေါင်း ဆေးရုံကြီး(၈)ခုမှာ Type 1 Diabetes Clinic တွေ ဖွင့်လှစ်ပြီး ကုသနေပါတယ်။ အခုအခါ မြန်မာ တစ်နိုင်ငံလုံးအနေနဲ့ Type 1 Diabetes ဝေဒနာရှင်ကလေးငယ် (၂၀၀)ကျော်ကို ကုသပေးလျက် ရှိပါတယ်။ (၂၀၂၀)မှာတော့ ကလေးပေါင်း (၈၀၀)လောက်ကို ကုသပေးနိုင်ပါမယ်။
- Type 1 Diabetes အကြောင်း ပိုမိုသိရှိလာစေရန်နှင့် စောင့်ရှောက်ကုသမှု အရည်အသွေးများ တိုးတက်လာစေရန် ရည်ရွယ်ပြီး ကလေးအထူးကုဆရာဝန်များကို နေပြည်တော်နှင့် ရန်ကုန်မှာ Type 1 diabetes management in children သင်တန်း(၂)ကြိမ် ပို့ချခဲ့ပြီးဖြစ်ပါတယ်။
- ဒါ့အပြင် health care professional training တွေကို (၂၀၁၈)ခုနှစ်၊ ဇွန်လအထိ ဆရာဝန်နှင့် သူနာပြုစုစုပေါင်း (၇၅၅)ဦးကို ပို့ချပေးခဲ့ပြီး (၂၀၁၉)ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလမှ ဇူလိုင်လအထိ စုစုပေါင်း (၈၅၆)ဦးကို ပို့ချပေးခဲ့ကာ (၂၀၁၉)ခုနှစ်အတွင်း စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ မုံရွာမြို့၊ မကွေးတိုင်း ဒေသကြီး၊ မကွေးမြို့၊ ရှမ်းပြည်နယ်၊ တောင်ကြီးမြို့၊ မွန်ပြည်နယ်၊ မော်လမြိုင်မြို့တို့မှာ ပို့ချပေး ခဲ့ပြီး အခုနှစ်အတွင်း ထပ်မံပြီး ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ချင်းပြည်နယ်တို့မှာလည်း ပို့ချပေးသွား ရန် စီစဉ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။
- ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါ စစ်ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ Diabetes Android Application ကိုလည်း အခြေခံ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းပညာရှင်များထံ ဖြန့်ဝေပေးထားတဲ့ mobile tablets များထဲသို့ ထည့်သွင်း ပေးခဲ့ပါတယ်။ အခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းပညာရှင်များအနေဖြင့် Mobile Tablet များမှာပါဝင်တဲ့ ကျန်းမာရေးအသိပညာ စာအုပ်စာတမ်းများနှင့် Application များကို အသုံးပြုပြီး ပြည်သူတွေကို ကျန်းမာအသိပညာမြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။

- ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါပညာပေးကုသဌာနများတွင် ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါ ရှာဖွေစစ်ဆေးခြင်း၊ အင်ဆူလင်ဆေးထိုးပေးခြင်း အပါအဝင် လိုအပ်တဲ့ကုသမှုများကို ပြင်ပလူနာအနေဖြင့် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း၊ မျက်စိစမ်းသပ်ခြင်း၊ အာရုံကြောပျက်စီးမှု ရှိ/မရှိ စမ်းသပ်ပေးခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိပါတယ်။
- ကျန်းမာရေးနဲ့ညီညွတ်တဲ့ နေထိုင်စားသောက်မှုပုံစံများကို လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းအားဖြင့် ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါဖြစ်ပွားမှုကို ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။ ဝန်ကြီးဌာနအနေနဲ့ “ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား ဆေးတစ်ပါး” ဆောင်ပုဒ်ဖြင့် ပြည်သူတွေ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားအားကစားလေ့ကျင့်မှုများ ပိုမိုပြုလုပ်နိုင်စေရေး လုပ်ငန်းစဉ်များ ချမှတ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။
- နိဂုံးချုပ်အနေနဲ့ ကျွန်တော်ပြောချင်တာကတော့ Novonordisk ကုမ္ပဏီကို အထူးကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်အနေနဲ့ကတော့ Novonordisk ကုမ္ပဏီလည်း အခုထက် ပိုမိုအောင်မြင်တဲ့ ကုမ္ပဏီကြီးဖြစ်စေချင်ပါတယ်။ သံအမတ်အကြီးအနေနဲ့လည်း ပြည်သူကိုအကျိုးဆောင်ပေးတဲ့အတွက် ဒီအကျိုးက သူ့ကိုရောင်ပြန်ဟပ်ပါတယ်။ အခု ဆီးချို၊ သွေးချိုရောဂါပညာပေးကုသဌာန ဖွင့်လှစ်နိုင်ရေး ဝိုင်းဝန်းဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသူများအားလုံးကို ကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်လို့ ပြောကြားရင်း နိဂုံးချုပ်အပ်ပါတယ်။

အခမ်းအနားတက်ရောက်သူများစာရင်း -

- မကွေးတိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့ ဝန်ကြီးချုပ်နှင့် လူမှုရေးဝန်ကြီး
- ဒိန်းမတ်နိုင်ငံ သံအမတ်ကြီး
- ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်များနှင့် ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များ
- တိုင်းဒေသကြီးကုသရေးဦးစီးဌာနမှူးနှင့် ဒုတိယတိုင်းဒေသကြီးကုသရေးဦးစီးဌာနမှူး
- ဆေးအုပ်ကြီးများ
- အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများ။

(ဤမိန့်ခွန်းသည် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၏လက်ရေးမူမှ ပြန်လည်ရိုက်နှိပ်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။)