



# ဒီနေ့အတွက် သိကောင်းစရာ (၃၉) (၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ ဇူလိုင်လ (၁) ရက်နေ့

## မျက်ခမ်းစပ်ရောဂါ (Trachoma) နှင့် ပတ်သက်၍ ဘာတွေသိထားသင့်လဲ?

- မျက်ခမ်းစပ်ရောဂါ (Trachoma) ဆိုသည်မှာ ဘက်တီးရီးယားရောဂါပိုး (*Chlamydia trachomatis*) ကြောင့် ဖြစ်ပွားသော ရောဂါဖြစ်ပြီး ကမ္ဘာတွင်ဖြစ်ပွားမှုများပြား၍ အချိန်မီကုသမှု ခံယူခြင်းမရှိပါက မျက်စိကွယ် သည်အထိ ဖြစ်ပွားနိုင်သော ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်သည့်ကူးစက်ရောဂါဖြစ်ပါသည်။
- ရောဂါကူးစက်မှုများသောဒေသများရှိ အသက် (၁၀) နှစ်အောက် ကလေးအရွယ်များတွင် အဖြစ်များပြီး ရောဂါကူးစက်မှုအခါခါဖြစ်ပွားခြင်းကြောင့် အသက်အရွယ်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ ရောဂါ၏နောက်ဆက်တွဲ ဆိုးကျိုးဖြစ်သည့် မျက်စိကွယ်ခြင်း ပိုမိုဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။
- ရောဂါကူးစက်နိုင်သည့်နည်းလမ်းများမှာ ရောဂါပိုးရှိသည့် မျက်စိကိုထိတွေ့ထားသည့် မသန့်ရှင်းသောလက်၊ ယင်ကောင်၊ မျက်နှာသုတ်ပဝါ/ လက်ကိုင်ပဝါတို့မှတစ်ဆင့် အခြားသူ၏ မျက်စိကိုထိတွေ့မိရာမှ အဆင့်ဆင့် ဆက်လက် ကူးစက်တတ်ပါသည်။
- ရောဂါလက္ခဏာများမှာ မျက်စိနီရဲ၍ နာခြင်း၊ မျက်မြှေးများနီရဲခြင်း၊ ခိုးလိုးခုလုဖြစ်ခြင်း၊ မျက်ဝတ်များ ထွက်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။
- ရောဂါကူးစက်မှုများသောဒေသများတွင် မျက်ခမ်းစပ်ရောဂါလက္ခဏာများ ခံစားရပါက နီးစပ်ရာ မျက်စိကု ဌာနတွင် မပျက်မကွက် ပြသ၍ ကုသမှုခံယူရမည်ဖြစ်ပါသည်။
- အိမ်တွင် မျက်ခမ်းစပ်ရောဂါရှိလူနာ၏ မျက်စိကိုရေနွေးနွေး၊ ဝှမ်းတို့ဖြင့် သန့်စင်ပေးနိုင်ပါသည်။ ထိုသို့ မသန့်စင်မီနှင့် သန့်စင်ပြီးတိုင်းတွင် လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့် ရေကို အသုံးပြု၍ အနည်းဆုံး စက္ကန့် (၂၀) ကြာအောင် စနစ်တကျ ပြန်လည်ဆေးကြောပါ။ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျစွန့်ပစ်ပါ။
- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး ဂရုပြုဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ရေကောင်းရေသန့်ရရှိရေးနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေး ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ဖြင့် ရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားမှုကို ကောင်းစွာထိန်းချုပ်နိုင်ပါသည်။

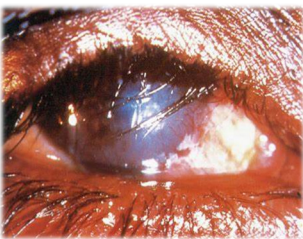
**စောစီးစွာ သိရှိခြင်း၊ အချိန်မီကုသမှုခံယူခြင်းတို့ဖြင့် မိမိတို့နိုင်ငံတွင် (၂၀၂၀) ခုနှစ်အတွင်း မျက်ခမ်းစပ် ရောဂါကင်းဝေးရေး (Trachoma Elimination) ရည်မှန်းချက်မကြာမီရရှိတော့မည်ဖြစ်သဖြင့် အားလုံးက ပူးပေါင်းပါဝင်ပေးရန်ဖြစ်ပါသည်။**



မျက်ခွံအတွင်းပိုင်း ရောင်လာခြင်း



မျက်ခွံအတွင်းပိုင်းတွင် အမာရွတ် ဖြစ်လာခြင်း



မျက်တောင်မွှေးများ မျက်လုံးအတွင်း စူးစိုက်ဝင်၍ မျက်စိကွယ်စေခြင်း