

ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအတွက်
COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းသင်တန်း

(၂၃-၁-၂၀၂၁)

အခန်း (၁)

ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးစတင်ထည့်သွင်းထိုးနှံခြင်းအစီအစဉ်သင်တန်း (၁/၁)

- ဤသင်တန်း၏ရည်မှန်းချက်မှာ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ/ကာကွယ်ဆေးထိုးသူများကို ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ အဓိကသတင်းအချက်အလက်များစီစဉ်ပံ့ပိုး ပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။
- သင်တန်းကို ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်ဒီဇင်ဘာလ မှစ၍ရနိုင်သောသတင်းအချက်အလက်များကို အခြေခံပါသည်။
- ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေး၏သီးသန့်ဝိသေသလက္ခဏာများနှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်း အချက် အလက်များကို အသစ်ရရှိလာသည့်အတိုင်း တင်ပြသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။
- *ကာကွယ်ဆေးနှင့်စပ်လျဉ်းသည့် သတင်းအချက်အလက်များ သည်လျင် မြန် စွာ ပြောင်းလဲ နိုင်သည်ဖြစ်ရာ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့အင်တာနက်သတင်း စာမျက်နှာ(WHO webpage) တွင် နောက်ဆုံးပေါ် အခြေအနေ၊ အကြံပြုချက်များအတွက်စဉ်ဆက်မပြတ်လေ့လာလိုပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးစတင်ထည့်သွင်းထိုးနှံခြင်းအစီအစဉ်သင်တန်း (၁/၂)

- သင်ရိုး (၁)။ နိဒါန်း
- သင်ရိုး (၂)။ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများသိုလှောင်ခြင်း၊ စီမံခန့်ခွဲခြင်း၊ဖြန့်ဝေခြင်းနှင့် စွန့်ပစ် ပစ္စည်း များစီမံခန့်ခွဲခြင်း
- သင်ရိုး (၃)။ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးစုရပ်များစနစ်တကျစီစဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း
- သင်ရိုး (၄)။ COVID-19ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက်ဆက်တွဲကျန်းမာရေးပြဿနာများကို စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်း
- သင်ရိုး (၅)။ COVID-19ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းကိုမှတ်တမ်းတင်ခြင်းနှင့် စောင့်ကြည့် စစ်ဆေး ခြင်း
- သင်ရိုး (၆)။ COVID-19ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ပြည်သူလူထုကို ဆက်သွယ် ပြောဆိုခြင်း

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ(Coronaviruses) ဆိုသည်မှာ အဘယ် နည်း။ (၁/၁)

- SARS-CoV-2 နှင့် COVID-19 ဆိုတာဘာလဲ?
- ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ (CoV) သည် ကြီးမားသောသော ဗိုင်းရပ်စ်မျိုးရင်း မိသားစုမှ ဖြစ် ပြီး သာမန်အအေးမိရောဂါ ၊ အရှေ့အလယ်ပိုင်း အသက်ရှူ လမ်းကြောင်း ဆိုင်ရာ ရောဂါစု (Middle East Respiratory Syndrome-MERS) နှင့် ပြင်းထန် လတ်တလော အသက်ရှူ လမ်းကြောင်း ဆိုင်ရာရောဂါစု (Severe Acute Respiratory Syndrome-SARS) စသည့် ရောဂါများ ကို ကျယ်ကျယ် ပြန့်ပြန့် ကူးစက် ပျံ့နှံ့ ဖြစ်ပွား စေနိုင် ပါသည်။

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ(Coronaviruses) ဆိုသည်မှာ အဘယ် နည်း။(၁/၂)

- SARS-CoV-2 သည် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် (Coronavirus) မျိုးစိတ်အသစ်ဖြစ်ပါသည်။
- SARS-CoV-2 ရောဂါပိုးကူးစက်မှုကြောင့် ဖြစ်သောရောဂါကို ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ (Coronavirus disease- COVID-19) ဟုခေါ်ဆိုသောရောဂါကို ဖြစ်ပွား စေပါ သည်။
- ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ၏ လက္ခဏာများမှာတစ်ဦးမှတစ်ဦး ခြားနားပြောင်းလဲ နိုင် ပါသည်။
- အဖြစ်များ သော သာမန် ရောဂါလက္ခဏာများမှာ အဖျားအနည်းငယ်ရှိခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ပင်ပန်း နွမ်းနယ်ခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်းနှင့် ကြွက်သား နာခြင်း များ (Muscle aches) များ ဖြစ်ကြပါသည်။

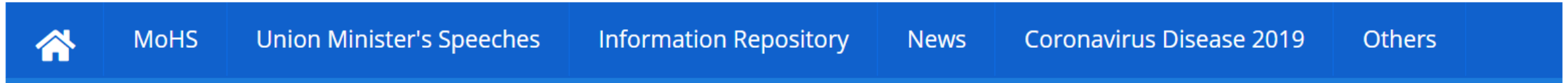
ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ(Coronaviruses) ဆိုသည်မှာ အဘယ် နည်း။ (၁/၃)

- အသက်အရွယ်နှင့် ကျန်းမာရေးအခြေအနေမရွေး မည်သူမဆို ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ဖြစ်ပွားလာနိုင် ပါသည်။ အသက် ၆၀ နှင့်အထက် ရှိသောသူ များနှင့် ရောဂါအခြေခံရှိသူများသည် ရောဂါ ကူးစက်နိုင်ခြေ ပို၍သူများဖြစ်ကြပါသည်။
- ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ၏နောက်ဆက်တွဲပြဿနာများမှာပြင်းထန်သောရောဂါလက္ခဏာများဖြစ်ပွား ခြင်းအပါ အဝင် အသက်သေဆုံးသည်အထိ ဖြစ်နိုင် ပါသည်။
- ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးသည် COVID-19 ရောဂါမှ ကာကွယ်တားဆီးရန်အတွက် အရေးပါလိမ့် မည်ဖြစ်ပါသည်။
- ကိုဗစ်-၁၉နှင့်စပ်လျဉ်း၍ပိုမိုလေ့လာရန်အောက်ပါ WHO COVID-19 channel ကိုဖော်ပြထားပါ သည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင်ကိုဗစ်-၁၉ ဖြစ်ပွားမှုအခြေအနေ (ဇန်နဝါရီလ ၂၂) (၁/၁)

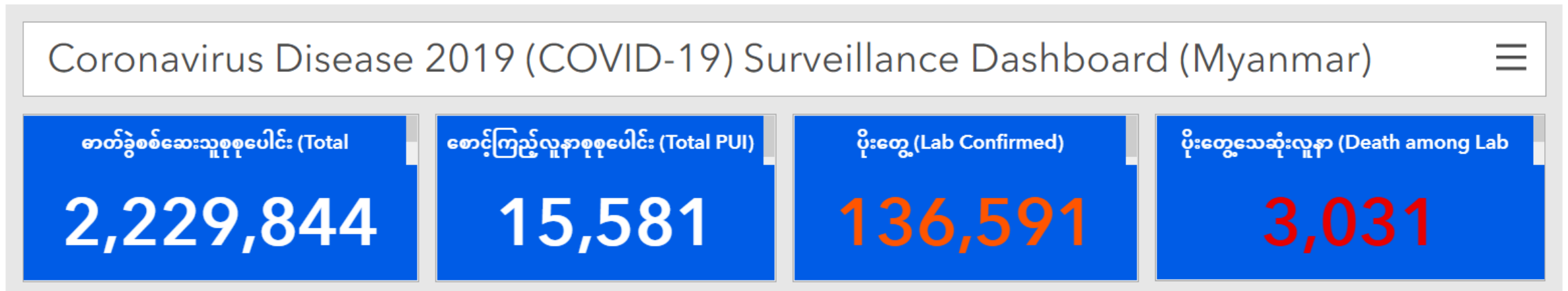
- ၂၀၂၀ ခုနှစ် မတ်လ ၂၃ ရက်မှစတင်၍ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ရောဂါဖြစ်ပွား သူစုစုပေါင်း မှာ (၁၃၆,၅၉၁) ဦးရေဖြစ်ပြီး သေဆုံးသူဦးရေစုစုပေါင်းမှာ (၃,၀၃၁) ဦးရေဖြစ်ပါသည်။
- ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးတွင် ရောဂါဖြစ်ပွားသူဦးရေအများဆုံးတွေ့ရှိရပြီး မန္တလေး၊ ပဲခူးနှင့် ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင်လည်း အများအပြားတွေ့ရှိရပါသည်။

ပုံ(၁)။ ကိုဗစ်-၁၉ ဖြစ်ပွားမှုအခြေအနေ (၂၀၂၁ ဇန်နဝါရီ (၂၂) ရက်အထိ)



COVID-19 (CORONAVIRUS DISEASE 2019) ACUTE RESPIRATORY DISEASE

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Surveillance Dashboard (Myanmar) (as of 22-1-2021, 8:00 pm)



မြန်မာနိုင်ငံတွင်ကိုဗစ်-၁၉ ဖြစ်ပွားမှုအခြေအနေ (ဇန်နဝါရီလ ၂၂) (၁/၁)

- (၂၀၂၀) ခုနှစ် စက်တင်ဘာလ (၃၀) ရက်မှစတင်၍ ကိုဗစ်-၁၉ Rapid Antigen Test Kit များကို စတင်အသုံးပြုလာသည့်အတွက် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါရှာဖွေရာတွင် အလွန်အထောက်အကူ ပြုပါသည်။
- (၂၀၂၁) ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ (၂၂) ရက်နေ့ သတင်းထုတ်ပြန်ချက်အရ စုစုပေါင်း လူဦးရေ (၂,၂၉,၈၄၄) ကို ရောဂါရှာဖွေစစ်ဆေးနိုင်ခဲ့ပြီး ရောဂါဖြစ်ပွား သူဦးရေ စုစုပေါင်းမှာ (၁၃၆,၅၉၁) (၆) ရာခိုင်နှုန်း ဖြစ်ပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းလုပ်ငန်းအစီအစဉ် (၁/၁)

- ကိုဗစ်-၁၉ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကူးစက်ဖြစ်ပွားမှုကို လျော့ချ၍ နိုင်ငံအသီးသီး၏ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး၊ ပညာရေးတို့ကို အမြန်ဆုံးနာလန်ထူစေရန်အတွက် ကာကွယ်ဆေးကို အမြန်ဆုံး အသုံးပြု နိုင်ရန် နိုင်ငံတိုင်းက ကြိုးစားလျက်ရှိပါသည်။
- နိုင်ငံများ၏ စီးပွားရေး ပြန်လည် ထူထောင်ရန် ကိုဗစ် -၁၉ ကာကွယ်ဆေးတွင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံ၍ ဆုံးရှုံးလျက်ရှိသော အရင်းအမြစ် များကို ပြန်လည်ရယူရန် တိုက်တွန်းထားပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းလုပ်ငန်းအစီအစဉ် (၁/၂)

- ကမ္ဘာပေါ်တွင် ကိုဗစ်-၁၉ ကူးစက်ရန် အန္တရာယ်မှ တစ်ဦးတစ်ယောက်မျှ ဘေးကင်းခြင်း မရှိသေးပါက မည်သူမျှ ဘေးကင်း နိုင်မည် မဟုတ်သဖြင့် တစ်ဦးချင်းအတွက် ကာကွယ် ဆေးရရှိရန် ဆောင်ရွက်ရာတွင် ဖွံ့ဖြိုးပြီးသော နိုင်ငံ တစ်ချို့မှ လူအားလုံးတွင် ကာကွယ်ဆေး ရရှိခြင်းထက် နိုင်ငံအားလုံးမှ လူတစ်ချို့တွင် ကာကွယ်ဆေးအချိုးကျရရှိ၍ တစ်ကမ္ဘာလုံး လွှမ်းခြုံနိုင် စေရန် ရည်ရွယ်၍ အလှူရှင်များ၊ နည်းပညာဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်း များက နိုင်ငံ အသီးသီးသို့ တိုက်တွန်း ထားပါသည်။
- မြန်မာနိုင်ငံ၏ ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းလုပ်ငန်းကို လုပ်ငန်းဧရိယာများ သတ်မှတ်၍ ရေးဆွဲပြီးဖြစ်ပြီး ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ကျန်းမာ ရေး ဝန်ထမ်းများ အတွက်ယခုသင်တန်းကိုပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းလုပ်ငန်း ရည်ရွယ်ချက်

ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးကို အကန့်အသတ်ဖြင့်သာ ထုတ်လုပ်နိုင်ချိန်တွင် ရရှိနိုင်သော အရေအတွက် အတွင်း အထိရောက်ဆုံး သုံးစွဲနိုင်ရန် အခြားနိုင်ငံများနည်းတူ အောက်ပါအဓိက ရည်ရွယ်ချက်များဖြင့် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်သွား မည်ဖြစ်ပါသည်။

- (၁) ရောဂါကူးစက်နိုင်ခြေအမြင့်မားဆုံးလူအုပ်စုကိုရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားမှုမှ ကာကွယ်ရန် နှင့် သေဆုံးမှုကိုလျှော့ချရန်
- (၂) ရောဂါကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုကို ထိန်းချုပ်၍ပုံမှန်လုပ်ငန်းများ ပြန်လည် လည်ပတ် နိုင်စေရန်ကာကွယ်ဆေးရရှိမှုအပေါ်မူတည်၍ အဆင့်ဆင့် တိုးချဲ့ထိုးနှံသွား နိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်း (၁/၁)

- ဗဟိုအဆင့်၊တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်အဆင့်လုပ်ငန်းလမ်းညွှန်ချက်များနှင့် ရည်မှန်းအုပ်စုနှင့် ပတ်သက်၍ညွှန်ကြားချက်များကို ရည်ညွှန်းကိုးကားပါ။
- ရည်မှန်အုပ်စုသတ်မှတ်ချက်များသည် အမျိုးသားအဆင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်းနည်းပညာ/ဆိုင်ရာ အကြံပေးအဖွဲ့ (National Immunization Technical Advisory Group-NITAG) မှ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့၏ ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်းနည်းဗျူဟာဆိုင်ရာ အကြံပေးကျမ်းကျင်သူများအဖွဲ့ (SAGE) ပြုစုထားသည့် နိုင်ငံအားလုံး အတွက်အကြံပြုချက် နှင့် နိုင်ငံအတွင်း ရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားမှု အပေါ် မူတည်၍ စီစဉ်ပြုစုထားခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်း (၁/၂)

- ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးကနဦးထောက်ပံ့မှုသည် အကန့်အသတ်ရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။
 - ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးရရှိနိုင်မည့်အကန့်အသတ်ရှိသည့် အခြေအနေ တွင် နိုင်ငံအတွင်း ကူးစက်မှု (Community level transmission) ကို ကာကွယ်တားဆီးနိုင် ရန် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း တစ်မျိုးတည်း ဖြင့် မလုံလောက်ပါ။
 - ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုရေးနည်းလမ်းများ (ပါးစပ်နှာခေါင်းစည်း တပ်ခြင်း နှင့် လူမှုဆက်ဆံရေးတွင်ခပ်ခွာခွာနေခြင်း)ကို ဆက်လက်ကျင့်သုံးရဦးမည် ဖြစ်ပါသည်။
 - ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်းမဆောင်ရွက်မီ၊ ဆောင်ရွက်နေစဉ် နှင့် ဆောင်ရွက် ပြီးနောက် ပိုင်းတွင် ရောဂါကူးစက်မှု ကာကွယ် တားဆီးခြင်း နှင့် ထိန်းချုပ်ခြင်းအတွက် စံကိုက်လုပ်ငန်းစဉ်များကို ဆက်လက်၍ ဆောင်ရွက်သွားရန် အရေးကြီးပါသည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်း (၁/၃)

မြန်မာနိုင်ငံတွင်အသုံးပြုမည့် ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးသည် **COVISHIELD™** နှင့် **Pfizer-BioNTech COVID-19 vaccine** အမျိုးအစားများ ဖြစ်သည်။

စဉ်	ကုမ္ပဏီ	ထိုးနှံရမည့် အကြိမ် အရေအတွက်	ဆေးတစ်ကြိမ်နှင့် တစ်ကြိမ် ကြားခြားရ မည့်ကာလ	ဆေးတစ်ကြိမ် စာ ပမာဏ	ထိုးနှံရမည့် လမ်းကြောင်း
၁။	COVISHIELD™	(၂) ကြိမ်	ရက်သတ္တပတ် (၄) ပတ် – (၆) ပတ်	၀.၅	Intramuscular (ကြွက်အသား အတွင်း)
၂။	Pfizer-BioNTech COVID-19 vaccine	(၂) ကြိမ်	(၂၁) ရက်	၀.၃	Intramuscular (ကြွက်အသား အတွင်း)

အဓိကသတင်းစကားများအကျဉ်းချုပ်

- ဤသင်တန်းစုစည်းတင်ပြမှုသည် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအတွက် ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ် ဆေးထိုးနှံခြင်း နှင့်ပတ်သက်သည့် အကြောင်းအရာအသစ် များကို အကျဉ်းချုံး ခြုံငုံတင်ပြရည်ရွယ်ပါသည်။
- ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးသည် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါမှ ကာကွယ်မှုပေးရန်အတွက် အရေးပါလာ မည်ဖြစ်ပါသည်။
- ကိုဗစ်-၁၉ ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်းကို ဦးဆောင်ကြမည့်သူများသည် ဗဟိုအဆင့် နှင့် တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်အဆင့်လုပ်ငန်း လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် ညွှန် ကြားချက် များကို တိကျစွာနားလည်သဘောပေါက်၍ ဆောင်ရွက် သွားနိုင်ရန်ရည်ရွယ်ပါ သည်။