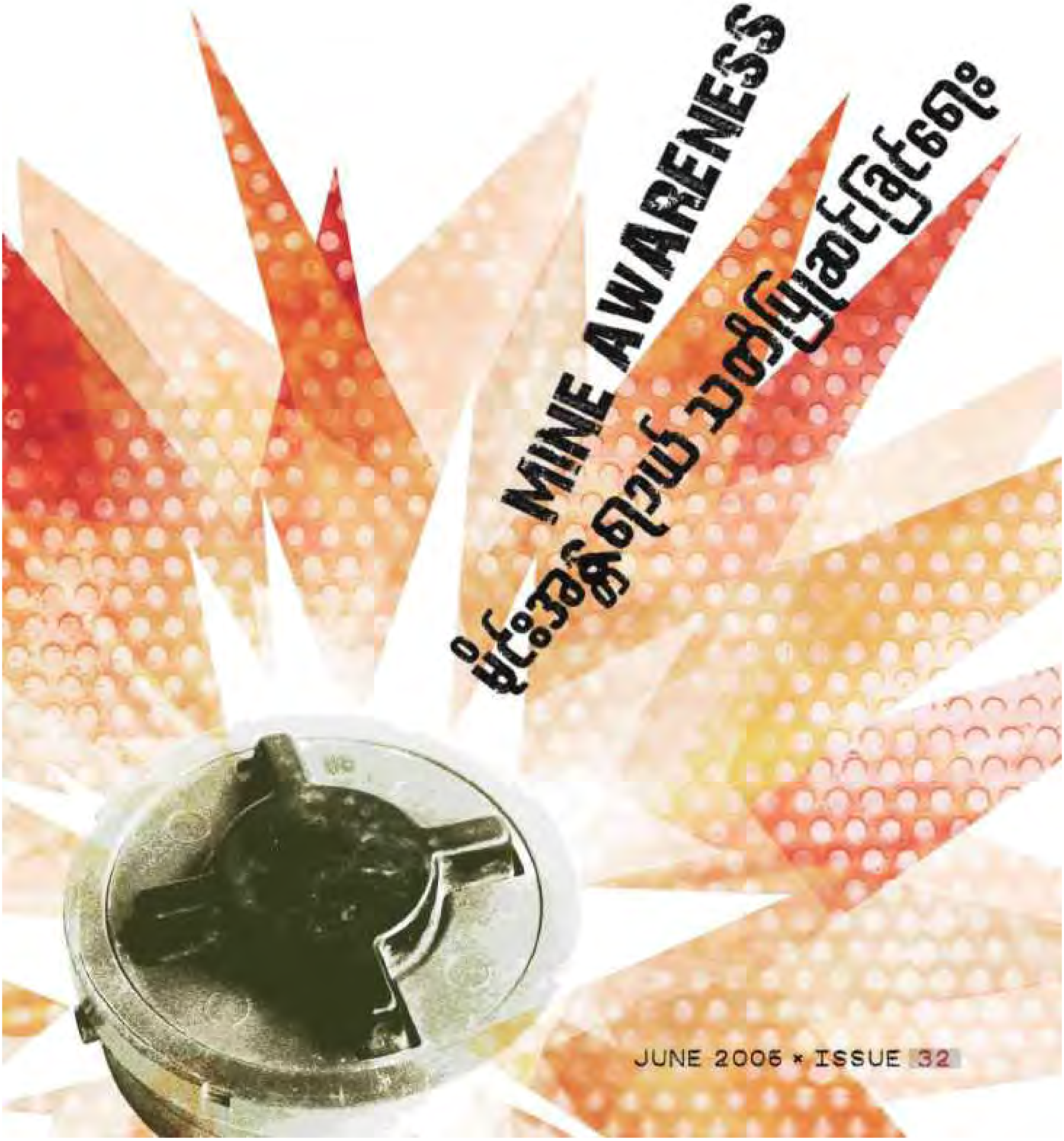
HEALTH MESSENGER ကျန်းမာရေးစေတမန်



JUNE 2006 × ISSUE 32

table of contents

introduction

2 Landmines: Why a Public Health Concern?
မြေမြှုပ်မိုင်းထိခြင်း သည် အဘယ်ကြောင့် လူထုကျန်းမာရေး နှင့် သက်ဆိုင်သနည်း။

10 Identifying Landmines: Types and Actions
မြေမြှုပ်မိုင်းများအကြောင်းတင်ပြခြင်း– အမျိုးအစားနှင့် လုပ်ဆောင်မှုများ

16 Overview of Landmines in Myanmar
မြန်မာနိုင်ငံ ရှိ မြေမြှုပ်မိုင်းများ အကြောင်း ခြုံငုံသုံးသပ်မှု

management

24 How to Examine a Mine Injuried Patient: Step by Step
မိုင်းအထိရာရ လူနာအား အဆင့်ဆင့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း

34 Infection Control in Mine Injury Patients
မိုင်းအထိရသူ၌ ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးခြင်း

40 Physical Rehabilitation Programme
ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း စီမံကိန်း

prevention

48 Acting Against Landmines
မြေမြှုပ်မိုင်း တားဆီးပိတ်ပင်ရေး လှုပ်ရှားမှုများ

56 International Campaign to Ban Landmines (ICBL): Updates
အိုင်စီဘီအယ်လ် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ မြေမြှုပ်မိုင်းတားဆီးရေး လှုံ့ဆော်မှုအဖွဲ့–သတင်းအချက်အလက်များ

60 Experiences of Handicap International in Mine Risk Education
နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့၏ မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်း အတွေ့အကြုံ

68 Mine Risk Education: 8 Key Messages
မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေး မှာကြားချက် ၈ ချက်

interviews

84 Interview with a Mine Survivor in Maela Camp
မဲလ ဒုက္ခသည်စခန်းရှိ မိုင်းထိဖူးသူ တစ်ဦး နှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

88 Interview with a Mine Risk Education Home Visitor (Umpiem Camp)
အုန်းဖြန် ဒုက္ခသည်စခန်းရှိ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ ဝန်ထမ်းတစ်ဦး နှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

92 Interview with a Referral Supervisor from Mae Tao Clinic
မယ်တော်ဆေးခန်းရှိ လူနာလွှဲပြောင်းရေး ကြီးကြပ်သူနှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

The procedures, explanations and treatments provided in this publication are based on research and consultation with medical and nursing authorities. They all reflect accepted medical practices. Nevertheless they cannot be considered as absolute and universal recommendations. The authors, the editor and the publisher disclaim responsibility for any adverse effects resulting directly or indirectly from the suggested procedures, from any undetected errors, or from the reader's misunderstanding of the text.

ချစ်စွာသော စာဖတ်ပရိသတ်များရှင်

မြေမြှုပ်မိုင်းများသည် ခွဲခြားမှုမရှိသည့် လက်နက်များဖြစ်ပြီး လူအများအား ပြင်းထန်စွာ ဒဏ်ရာရစေနိုင်သည် (သို့) သေစေ နိုင်သည်။ ကမ္ဘာပေါ်၌ မြေမြှုပ်မိုင်း နှင့် မပေါက်ကွဲသော လက်နက်ခဲယမ်းမီးကျောက်များ (ယူအိတ်စ်အို) ကြောင့် ဒဏ်ရာ ရသူသေသူများ မှာ တစ်နှစ်လျှင် ၁၅၀၀၀ မှ ၂၀၀၀၀ အတွင်း ရှိသည်။ ထိုင်းမြန်မာ နယ်စပ် အပါအဝင် ကမ္ဘာ့နယ်မြေ ဒေသ ပြောက်များစွာ၌ မိုင်းများ ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေး စေတမာန် အနေဖြင့် လူအများ မိုင်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို လေးနက်စွာ သိမြင်ခံစား ဆင်ခြင်နိုင်ရန် နှင့် မိုင်း အန္တရာယ် မှ ကင်းဝေး လုံခြုံစွာ အသက်ရှင် နေထိုင်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်၍ မိုင်း အန္တရာယ် သတိပြု ဆင်ခြင်ရေး အကြောင်းအရာ ကို တင်ပြရခြင်း ဖြစ်သည်။
ယခုစာစောင်၌ မိုင်း အမျိုးအစားများ နှင့် ၎င်းတို့၏ လုပ်ဆောင်မှု အကျိုးသက်ရောက်မှုများ အား ဆောင်းပါးကို ဖတ်ရှုခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများကို လေ့လာခြင်း ဖြင့် သော် လည်းကောင်း ခံစား သဘောပေါက်နိုင်ပါသည်။ မိုင်းဒဏ်ရာရ လူနာအား စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ရောဂါပိုးမဝင်အောင် တားဆီး ခြင်း အကြောင်းကိုလည်း ဖော်ပြထားသည်။ မိုင်း အန္တရာယ် ပညာ ပေး မှာကြားချက် အဓိက အချက်ကြီး ချက် ကို မီးမောင်းထိုးပြ ထားသည်။ ဤသို့ဖြင့် မိုင်းအကြောင်း အသိပညာတိုးပွားလာပြီး ထိုမှတဆင့် အန္တရာယ်ရှိသော အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲ၍ သင့်တော်သော နေထိုင်မှုပုံစံများ တိုးမြှင့်လာခြင်းဖြင့် မိုင်းထိခိုက်မှု လူဦးရေ လျော့ကျသွားစေရန် ဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် နိုင်ငံတကာနှင့် ဒေသန္တရအတွင်း ဆောင်ရွက်နေသော မိုင်း တားဆီးပိတ်ပင်ရေး လှုပ်ရှားမှုများ ကိုလည်း ထည့်သွင်းထားပါသည်။
ဤ အထူးဆောင်းပါးကို လေ့လာခြင်းဖြင့် သိထားနှင့်သော မိုင်းနှင့် ယူအိတ်စ်အို ဗဟုသုတ များ ပို၍ အားကောင်းလာပြီး မိုင်း အန္တရာယ်ကို လေးနက်စွာ သိမြင်ဆင်ခြင်လာမည် ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။ မိုင်းများသည် အစစ်အမှန် အန္တရာယ်ပေးနိုင် ပြီး ၎င်းတို့ကို အလွယ်တကူ မမြင်နိုင်ကြောင်း သတိပြုပါ။
၂၀၀၅ ခုနှစ် နှစ်ပတ်လည် အတိုမေးခွန်းလွှာများအား တက်ကြွစွာ ဖြေဆိုကြသော စာဖတ်သူများအား အထူး ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။ ဖြေဆိုသူအားလုံး နှင့် အနီးစပ်ဆုံး မှန်ကန်အောင် ဖြေဆိုနိုင်သူများ ကို ယခုနှစ် မကုန်ခင် လက်ဆောင်များ ချီးမြှင့်ပို့ပေးမည် ဖြစ်ကြောင်း သတင်းပါးပါရစေ။

ရွှင်လန်းစွာ ဖတ်ရှုနိုင်ပါစေ။
အေအမ်အိုင် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အယ်ဒီတာ

Dear Readers,

Landmines are indiscriminate weapons that can cause deaths or serious injuries. Throughout the world, each year, between 15, 000 to 20, 000 new causalities are caused by landmines and unexploded ordnances (UXOs). Many regions in the world are still mine-affected, the Thai-Myanmar border included. "Mine Awareness" is therefore a topic HM magazine decided to examine to sensitize the impact of landmines and to contribute to safer lives.
In this issue, you will read about the different types of mines, how they act and affect people. Interviews illustrate those facts. Guidelines to examine a mine injuried patient and how to prevent infections are also provided. Moreover, we seriously highlight the awareness key messages to improve knowledge and promote safer behavior which are the main ways to reduce mine accidents. In addition, world wide efforts and local activities against mines are presented.
We hope this special issue will reinforce knowledge and raise awareness about mines and UXOs. Please, pay attention: they are really dangerous and you almost never see them.
Dear readers, we would like to express our thanks for your active participation in the 2005 annual quiz. Participants and winners will receive their presents by the end of this year.

Enjoy your reading!
AMI Medical Editor

Aide Medicale Internationale
21/22-26, Mae Sot Mae Tao Road, Mae Sot, Tak, 63110
Tel/Fax: (66) 055 542 949 Email: hmco@ji-net.com

Medical Editor: Dr. Khin **Editorial Committee:** Dr. Jean-Louis Mosser, Dr. Pierre Casedevant, Paul Yon, Suwannapha Wisessouk, Yeshua Moser Puangsuwan, Naing Aye Lwin, Dr. Tun Kyaw, Kanika Tamrongsaksanguan, Annabelle Djeribi, Isabelle Bioh-Johnson, Lynne Kruse, Magali Ortiz **Project coordinator:** Sabine Fetta **Distribution Manager:** Manit Tipbanjongsuk **Administrator:** Kanita charoensuk **Graphic designer:** Sylvain Silleran **Illustrators:** Wilasinee Wikaparn, Anchalee Areewong **Proof readers:** Paul Keenan, Dr. SST

မြေမြှုပ်မိုင်းထိခြင်း သည် အဘယ်ကြောင့် လူထုကျန်းမာရေး နှင့် သက်ဆိုင်သနည်း။

မြေမြှုပ်မိုင်း များသည် ရင်းတို့အား တက်နှင်းမိသူ ကို သာ ထိခိုက်စေသည် မဟုတ်ချေ။ လူ့အဖွဲ့အစည်းများ၊ နိုင်ငံများ နှင့် တကမ္ဘာလုံး ကို သေဆုံးခြင်း နှင့် ဒဏ်ရာရခြင်း ထက် ကျော်လွန်သော အကျိုးဆက်များကို ခံစားရစေပါသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

မြေမြှုပ်မိုင်းဆိုသည်မှာ ယာဉ်များအား ပျက်စီးစေရန် (သို့) ဖျက်ဆီး ရန် (သို့) လူများအား အနာတရ ဖြစ်စေရန်၊ သတ်ဖြတ်ရန် (သို့) စွမ်းအားမဲ့ရန် ရည်ရွယ်၍ ပြုလုပ်ထားသော ပေါက်ကွဲစေတတ်သည့် ပစ္စည်း ဖြစ်သည်။

လူထုကျန်းမာရေး ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

လူထုကျန်းမာရေး ဆိုသည်မှာ ပြည်သူလူထု တရပ်လုံး နှင့် သက်ဆိုင်သော ကျန်းမာရေး (သို့) ချဉ်းကပ်မှု တရပ်ဖြစ်သည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှု

မြေမြှုပ်မိုင်း များသည် ပြင်းထန်စွာ ထိခိုက် ဒဏ်ရာ ရစေနိုင်သော (သို့) သေစေနိုင် သော အသက်ဝင် လူသတ်ကောင်များ ဖြစ်သည်။ မြေမြှုပ်မိုင်း နှင့် မပေါက်ကွဲသော လက်နက် ခဲယမ်းမီးကျောက်များ ကြောင့် ဒဏ်ရာရသူ၊ သေသူများ မှာ တစ်နှစ်လျှင် လူဦးရေ ၁၅၀၀၀ မှ ၂၀၀၀၀ အတွင်းရှိသည် ဟု ခန့်မှန်းကြသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ တစ်လ လျှင် လူ ၁၅၀၀၊ တစ်ရက်လျှင် ၄၀ ကျော် နှင့် တစ်နာရီလျှင် အနည်းဆုံး လူ ၂ ဦး ထိခိုက်မှု ရှိပေသည်။

ဥပမာ အားဖြင့် ကမ္ဘောဒီးယား တွင် ၁၉၇၉ မှ ၂၀၀၅ ခုနှစ် အတွင်း မြေမြှုပ်မိုင်း ဒဏ် ခံရသူပေါင်း ၆၅၀၀၀ ရှိသည်ဟု မှတ်တမ်းတင်ထားခဲ့သည်။ ထိုကာလတွင် မြေမြှုပ်မိုင်း ကြောင့် သေဆုံးသူ စုစုပေါင်း လူဦးရေ ၂၀၀၀၀ ခန့် ရှိခဲ့သည်။ ၇၅ ရာခိုင်နှုန်း ကျော်သော ဒဏ်ရာရ သေဆုံးသူများမှာ အရပ်သားများ ဖြစ်၏။

တိုက်ရိုက် ကျန်းမာရေး ထိခိုက်မှု အကျိုးဆက်များ

ကိုယ်ကာယ ထိခိုက်မှု

မြေမြှုပ်မိုင်း ဒဏ်ရာများကြောင့် ချက်ချင်းသေဆုံးခြင်း၊ သွေးထွက်လွန်၍ အချိန်အနည်းငယ်အတွင်း သေဆုံး

Landmines: Why a Public Health Concern?

Landmines do not just affect the people who step on them. Communities, countries and the entire world feel the effects of landmines, going far beyond the maiming and killing.

What is a Mine?

A landmine is an explosive device designed either to destroy or damage vehicles, or to wound, kill, or incapacitate people.

Landmines are silent killers that cause death or serious injuries. It is estimated that there are between 15,000 to 20,000 new casualties caused by landmines and unexploded ordnances (UXOs) each year; that means 1500 each month, more than 40 a day, and at least 2 new ones per hour.

A landmine is an explosive device designed either to destroy or damage vehicles, or to wound, kill, or incapacitate people.

What is Public Health?

Public Health is the approach to medicine that is concerned with the health of the community as a whole.

Effects of Landmines

In Cambodia, for example, 45,000 landmine survivors were recorded between 1979 and 2005, while about 20,000 people were killed in this same period by landmines. More than *75%* of the total casualties were civilians.

Direct Health Consequences

Physical Impact

Landmine injuries can cause immediate death, bleeding leading to death, later death due to infection or sepsis, or survival with or without amputation. Loss of limbs, loss of hearing and vision, tearing injuries or

မြေမြှုပ်မိုင်းနှင့် လူထုကျန်းမာရေး

ခြင်း၊ နောက်ပိုင်းတွင် ရောဂါပိုးဝင်၍ (သို့) သွေးဆိပ်တက်၍ သေဆုံးခြင်း၊ သို့မဟုတ် အသက်ရှင်ပါက ကိုယ်အင်္ဂါ ချို့ယွင်းမှု ဖြစ်စေပါသည်။ ခြေလက်အင်္ဂါ ဆုံးရှုံးခြင်း၊ အမြင် အကြား အာရုံ ဆုံးရှုံးခြင်း၊ စုတ်ပြဲသော ဒဏ်ရာများ (သို့) အခြား ကိုယ်အင်္ဂါ ပျက်ဆီးခြင်းများ သည် မြေမြှုပ်မိုင်းများ ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသော ကိုယ်ကာယ ထိခိုက်မှုများ ဖြစ်သည်။

စိတ်ခံစားရေးရာ ထိခိုက်မှု

မြေမြှုပ်မိုင်း ဒဏ်ရာကြောင့် ကိုယ်ကာယ ထိခိုက်မှု ဖြစ်ပြီး စိတ်ခံစားရေးရာ နှင့် စိတ်ခံစားမှု ဆိုင်ရာ ချောက်ချား ထိန်းနည်းမှု များ ဖြစ်စေပါသည်။ မိုင်းဒဏ်ခံရသူများသည် စိတ်ချောက်ချားခြင်း နှင့် ငြိုးဆိုခြင်း၊ ထိတ်လန့်ခြင်း၊ စိတ်တိုစိတ်ဆတ်ခြင်း၊ မရှိသည်များကို ထင်ယောင်မြင်ယောင်ဖြစ်ခြင်း၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများခြင်း၊ စိတ်ခံစားကျခြင်း နှင့် ထိခိုက်မှုကြောင့် နောက်ပိုင်းတွင် စိတ်ကစဉ့်ကလျား ဖြစ်ခြင်းများ မကြာခဏ ခံစားရနိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင် မိုင်းဒေသတွင် နေထိုင်သူများ (သို့) မိုင်း ရှိသည်ဟု ယူဆရသော နေရာများတွင် နေထိုင်သူများသည် လည်း စိတ်ဝေဒနာဖြစ်မှု များ ခံစားရနိုင်ပါသည်။

လူမှုရေးရာ ထိခိုက်မှု

မိုင်းထိခိုက်သူများသည် မိမိကိုယ်ကို တန်ဖိုးရှိသည့် မိသားစုဝင် တစ်ယောက်အဖြစ် ခံစားရခြင်းနှင့် လူ့ဘောင် အဖွဲ့အစည်းတွင် ပါဝင်အကျိုးပြုနိုင်သူဟု ခံစားရခြင်းများသည် မသန်စွမ်းသူ ဖြစ်လာပြီးသည့်နောက် သိသာထင်ရှားစွာ ပျောက်ကွယ်၍ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အတားအဆီးများ စိတ်ထဲ၌ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ မိုင်းဒဏ်ခံရသူများ စိတ်ထဲ၌ (မသန်စွမ်းသူများ) သူတို့သည် အခြားသူများ အတွက် ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုး တစ်ခု ဖြစ်နေပါ လား ဟူသော ခံစားချက်မျိုး ရှိတတ်သည်။ ဒဏ်ရာ မရခင်က လုပ်သော အလုပ်များ ကို လုပ်ကိုင်ရန် မဖြစ်နိုင်ခြင်း၊ ခက်ခဲလာခြင်းတို့ကြောင့် ၎င်းတို့၌ စိတ်အား သိမ်ငယ်မှု ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ လူ့အဖွဲ့ အစည်း အနေနှင့်လည်း ထို မသန်စွမ်းသူများအား လက်ခံခြင်း မရှိပဲ ရှောင်ကြဉ်ထားမှုများ ဖြစ်လာနိုင်သည်။

စီးပွားရေး ထိခိုက်မှု

မိုင်း ဒဏ် ခံရသူများသည် အလုပ်အကိုင် ရှာဖွေရာတွင် ခက်ခဲမှုရှိပြီး ဝင်ငွေ ဆုံးရှုံးမှု များ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် မိုင်း ဒဏ်ခံရသူ အများစုသည် သူတို့၏ မိသားစုဝင်များ အပေါ် မှီခိုရလေသည်။ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုစရိတ်စက မြင့်မားသော

landmines: a public health concern?

other organ damage are the usual physical effects of landmines.

Psychological Impact

The psychological and emotional impact of the physical trauma of a mine injury can be devastating. Landmine victims frequently suffer from denial, panic attacks, emotional shock, aggression, hallucinations, anxiety, depression and post-traumatic stress disorders. Additionally, people living in mine areas or where it is perceived that there are landmines also suffer from psychological disorders.

Social Impact

Social barriers play a significant and rather insidious role in preventing a survivor from feeling valued, both as a member of his/her family and as an active contributing member of his/her community. Survivors (disabled persons) often feel they are a burden. Often, activities that survivors were handling before their injury become difficult or impossible, and this leads them to low self-esteem. It can also happen that the community does not accept disabled persons and shun them away.

Economic Impact

Survivors often have difficulties in finding a job and therefore lose their income. Consequently, most of them have to depend on family members. Medical care is expensive and often families cannot afford it or go into debt trying to pay the medical bills. As the prostheses cost approximately 125 USD, only 30% of survivors receive them.

Landmines and Children

Landmines are killing, injuring and orphaning children. In Cambodia, according to the Cambodian Red Cross, children account for up to 50% of landmine casualties. This is not surprising: children are often attracted by the appearance of landmines and unexploded ordnances (UXOs). Also, they may not be able to read or recognize warning signs. Unfortunately, disabled children have to face limited future prospects for education and employment.

+ Children are often attracted by the colorful appearance of landmines and unexploded ordnances of war.

Indirect Health Consequences

Landmines, in addition to killing or maiming, disrupt many aspects of

မြေမြှုပ်မိုင်းနှင့် လူထုကျန်းမာရေး

ကြောင့် မိသားစုဝင်များသည် ငွေကြေးမတတ်နိုင်ခြင်း (သို့) ကျန်းမာရေး အတွက် ကုန်ကျသည့် ငွေများ ကို ပေးရန် ကြိုးစားရင်း အကြွေးတင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပေါ် လာပါသည်။ ခြေတု လက်တု များ ၏ စရိတ်သည် တစ်ခုလျှင် ပျမ်းမျှအားဖြင့် ၁၂၅ ယူအက်စ်ဒေါ်လာ ခန့် ရှိ၍ မိုင်း ဒဏ်ခံရသူများ၏ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်း သာ လက်ခံရရှိနိုင် ပါသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း နှင့် ကလေးများ

မြေမြှုပ်မိုင်းများကြောင့် ကလေးများ၌ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း၊ သေဆုံးခြင်းနှင့် မိဘမဲ့ခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကမ္ဘောဒီးယား ကြက်ခြေနီ အသင်း၏ တင်ပြချက်အရ ကမ္ဘောဒီးယားတွင် မိုင်းဒဏ်ရာကြောင့် သေဆုံးမှု၏ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်း မှာ ကလေးများ ဖြစ်ကြောင်းသိရသည်။ ဤအချက်သည် အံ့သြစရာ မဟုတ်ပါ။ မြေမြှုပ်မိုင်းများနှင့် မပေါက်ကွဲသေးပဲ ကျန်နေသော လက်နက်ခဲယမ်းမီးကျောက် အကြွင်းအကျန်များ၏ ပြင်ပသွင်ပြင် လက္ခဏာများသည် ကလေးများ ကို ဆွဲဆောင်နိုင် သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် ကလေးများသည် သတိပေး အမှတ်အသား သင်္ကေတများကို မဖတ်တတ်ခြင်း (သို့) သတိမမူမိ ခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။ ကံမကောင်း အကြောင်း မလှစွာ မသန်မစွမ်း ဖြစ်သွား သည့် ကလေးများ သည် အနာဂါတ်၌ ပညာရေးနှင့် အလုပ်အကိုင် အတွက် ရှေ့ဆက်ရန် အခွင့်အလမ်း ကျဉ်းမြောင်းခြင်း နှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရပေမည်။

သွယ်ဝိုက်သော ကျန်းမာရေး ထိခိုက်မှု နောက်ဆက်တွဲများ

မြေမြှုပ်မိုင်းကြောင့် မသန်မစွမ်းဖြစ်ခြင်းနှင့် သေဆုံး ခြင်း အပြင် နေ့စဉ်ဘဝ လုပ်ငန်းဆောင်တာ များ လည်း ပျက်ပြားနိုင်သည်။ မိုင်းထိခိုက်မှုကြောင့် နောက်ဆက်တွဲ ဖြစ်နိုင်သည့် သွယ်ဝိုက်သော ကျန်းမာရေး ထိခိုက်မှု ပြဿနာများ မှာ အောက်ပါ အတိုင်း ဖြစ်သည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း နှင့် ရေကြောင့် ကူးစက်သော ရောဂါများ ဖြစ်ပွားနိုင်မှု

အထူးသဖြင့် ကျေးလက်ဒေသများတွင် မိုင်းဒဏ်ခံရသော လမ်းမကြီးများနှင့် လမ်းသွယ်များ ကြောင့် ရေ ကောင်း ရေသန့်၊ ထင်း၊ စိုက်ပျိုးမြေများ၊ စားကျက် မြေများ အား လက်လှမ်းမှီ ရရှိနိုင်မှု ကျဉ်းမြောင်း လာ ခြင်း အစရှိသည့် တိုက်ရိုက်မဟုတ်သော လူထု ကျန်းမာရေး ဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲ ထိခိုက်မှုများ ကို ရေရှည်၌ တွေ့ကြုံရနိုင်သည်။ ကျေးလက်နေသူ တို့၌ တိုက်ရိုက် သော်လည်းကောင်း၊ သွယ်ဝိုက် သောအားဖြင့် သော်လည်းကောင်း မိုင်း ဒဏ်ခံရ သော အတွေ့အကြုံ ရှိခဲ့လျှင် သူတို့သည် စမ်းရေ တွင်း (သို့) တွင်းရေများမှ ရေကို သွားရောက်ခပ်ယူ သယ်ဆောင်မည် မဟုတ်ပေ။ ထင်း ရရှိနိုင်သော သစ်တောများသည် မိုင်းထူထပ်၍ လူတို့သည် သွားရောက် ထင်းခွေခြင်း မပြုတော့သည့် အတွက်

landmines: a public health concern?

daily life. Indirect public health consequences caused by landmines include the following problems:

Landmines and the risk of waterborne diseases

The mining of roads and passages limits access to fresh drinking water, firewood, grazing and agricultural land, which then has indirect and long-term consequences on public health, particularly for rural populations. Especially if - directly or not - they have already experienced a mine explosion, they will avoid fetching water from a fresh spring or well. Also, as forest areas where firewood can be found may be mined, they won't boil water before they drink it. As a result, waterborne diseases like diarrhea or dysentery can not be stopped.

Landmines and malnutrition

Landmines can worsen malnutrition in many ways. As many productive lands are unsafe due to landmines, people move to less productive but safer areas, and experience malnutrition or starvation. Besides, by adding a disabled member to the family, landmines exacerbate an already tenuous socioeconomic situation and therefore can worsen malnutrition. By lowering the body's immunity, malnutrition predisposes to the occurrences of some infectious diseases like measles.

Landmines injuries and the spread of HIV infection

Landmines injuries cause a great deal of blood loss that needs to be replaced immediately. The problem is that countries affected by landmines are also, in general, those whose medical infrastructures have been destroyed or greatly reduced, especially HIV testing capacities or test availabilities (screening) for blood donors. Landmine victims then encounter high risks of contracting HIV and other diseases, like hepatitis and malaria, by contaminated blood transfusions (in poor resource setting countries).

Landmines and public health campaign

In areas where roads, agricultural lands and access to public health clinics and public meeting places are mined, public health campaigns

As many productive lands are unsafe due to landmines, people move to less productive but safer areas, and experience malnutrition or starvation.

နောက်ဆက်တွဲ ထင်းမရှိသောကြောင့် ရေကိုလည်း ကျိုချက် သောက်မည် မဟုတ်ပေ၊ ထိုဖြစ်ရပ်များ၏ ရလဒ်မှာ ရေကြောင့် ကူးစက်ပြန့်နှံ့သော ဝမ်းပျက် ဝမ်းလျှော ရောဂါများ ဝင်လာ မစဲ တသဲသဲ ဖြစ်ပေတော့မည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း နှင့် အာဟာရချို့တဲ့မှုများ

မြေမြှုပ်မိုင်းများသည် အာဟာရချို့တဲ့မှုကို နည်းမျိုးစုံနှင့် ပို၍ ဆိုးရွားစေပါသည်။ မြေဩဇာကြွယ်ဝသော စိုက်ပျိုးမြေများသည် မြေမြှုပ်မိုင်းများ ဖြင့် မလုံခြုံတော့ သောကြောင့် လူအများသည် မြေဩဇာ မပြည့်ဝသော မြေများသို့ ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်ရ ပြီး နောက်ဆက်တွဲ အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းနှင့် ဝတ်မှုန် ဆေးဒဏ် ကို ခံကြရသည်။ ထို့အပြင် မြေမြှုပ်မိုင်း ကြောင့် မိသားစု အတွင်း မသန်စွမ်းသူ တစ်ယောက် တိုးလာသဖြင့် မနိုင်မနင်းသော အိမ်စီးပွားရေး မှာ ပိုမို ယိုင်နဲ့လာပြီး အာဟာရချို့တဲ့မှု ပြဿနာများ လည်း ပိုမို ဆိုးဝါးလာနိုင်သည်။ အာဟာရ ချို့တဲ့မှုကြောင့် ရောဂါပိုးများကို တိုက်ခိုက်နိုင်သော ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းရှိ ခုခံအား ကျဆင်းလာပြီး ကူးစက် ရောဂါ အချို့ (ဥပမာ-တက်သက်ရောဂါ) အား လွယ်ကူစွာ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း ဒဏ်ရာများနှင့် အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ အစရှိသော ရောဂါပိုးများ ကူးစက်ပြန့်ပွားခြင်း

မြေမြှုပ်မိုင်း ဒဏ်ရာများကြောင့် သွေးဆုံးရှုံးမှုများ ဖြစ်ပေါ်ပြီး ထိုအတွက် ချက်ချင်း သွေးပြန်ဖြည့်ရန် လိုအပ်ပေသည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် မိုင်းဒဏ်ခံရသော နိုင်ငံများ၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဖွဲ့စည်း တည်ဆောက်မှု နှင့် လုပ်ငန်းဆောင်တာများ ပျက်ဆီးနေခြင်း (သို့) အားနည်းနေခြင်း – အထူးသဖြင့် သွေးထဲ၌ အိတ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ရှိမရှိ စမ်းသပ်နိုင်မှု စွမ်းရည် (သို့) သွေးလှူရှင်များ အတွက် သွေးစစ်ဆေး စမ်းသပ်ချက်များ ရရှိနိုင်မှုများ ယိုယွင်းပျက်စီးနေခြင်းသည် ပြဿနာတရပ် ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် မြေမြှုပ်မိုင်း၏ သားကောင်များသည် ရောဂါပိုးရှိသော သွေးကို သွင်းမိနိုင်သည်၊ ထိုအခါ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါ နှင့် အခြားရောဂါများဖြစ်သော အသဲရောင် အသားဝါရောဂါ၊ ငှက်ဖျားရောဂါ များ ကူးစက်ရရှိမှုသည် ပိုမို မြင့်မားလာနိုင်ပေသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း နှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စီမံကိန်းများ

အကယ်၍ လမ်းများ၊ စိုက်ပျိုးမြေများ၊ လူထု ကျန်းမာရေးဆေးခန်းများ နှင့် လူထု အစည်းအဝေး များ ပြုလုပ်သည့် နေရာများ အစရှိသည်တို့သည် မိုင်းဒဏ်ခံရလျှင် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စီမံကိန်း တစ်ခုဖြစ်သော ကာကွယ် ဆေးထိုး ဆေးတိုက်ခြင်း ဆိုင်ရာ လူထုစုဝေးပွဲများ လုပ်ဆောင်ရန် ခက်ခဲလိမ့်မည်။ ထိုကဲ့သို့ မြေမြှုပ်မိုင်း များကြောင့် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု ဆောင်ရွက်ချက်များ လျော့ကျ လာခြင်းနှင့် လူသားအချင်းချင်း စာနာ ထောက်ထားသော ပံ့ပိုးကူညီမှုများ အားလျော့လာခြင်းသည် လူသားတရပ်လုံးအား ကူးစက်နိုင်သော ရောဂါ ဖြစ်ပွားမှု အန္တရာယ်ကို ပိုမိုမြင့်မားစေပေသည်၊ ရပ်ရွာများတွင် ကာကွယ်ဆေး ရရှိနိုင်မှု နည်းပါးခြင်း (သို့) လုံးဝမရနိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် နောက်ဆက်တွဲ ကလေးများ၌ ကာကွယ်နိုင်သော ရောဂါ (၆)မျိုး ကူးစက် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပြီး ကလေးများ၏ ရောဂါ ဖြစ်ပွားနှုန်းနှင့် သေဆုံးနှုန်း များပြားလာပေမည်။

landmines: a public health concern?

such as mass immunization is difficult to carry out. So, landmines, by limiting health service activities and discouraging humanitarian assistance, can increase the risk to the population of contracting infectious diseases. Low or no vaccination coverage in a village will give rise to the six preventable childhood diseases, and increase the rates of child morbidity and mortality.

If public meeting places are mined, public health campaigns is difficult to carry out.

References

1. http://www.womenwarpeace.org/issues/landmines
2. http://www.icbl.org/problem/what
3. http://www.icbl.org/youth/issue/life-long.html
4. http://www.uib.no/People/mfakh/LMK/LMsampart
5. http://www.humanitariandemning.org/demining/archive/lmeffects.pdf
6. http://www.unicef.org/infobycountry/files/Landmines_Factsheet_04_LTR_HD.pdf
7. *Landmine and Explosive Remnants of War, Safety Handbook,* United Nations, 200

မြေမြှုပ်မိုင်းများအကြောင်း တင်ပြခြင်း– အမျိုးအစားနှင့် လုပ်ဆောင်မှုများ

မြေမြှုပ်မိုင်းတစ်လုံးတွင် ဘာသာ ပေါက်ကွဲစေတတ်သော ပစ္စည်းများ ပါဝင်ပြီး မြေပေါ် ၌ ဖုံးဝှက်ထား (သို့) မြေကြီးထဲ၌ မြှုပ်ထားသည်။ လူတစ်ဦး တစ်ယောက် (သို့) ယာဉ်ကြောင့် ရုတ်တရက် ပေါက်ကွဲနိုင်သည်။

မြေမြှုပ်မိုင်းများသည် လူအများအား ဒဏ်ရာရ ရန် သေစေရန် (သို့) မသန်မစွမ်း ဖြစ်စေရန် (သို့) ယာဉ် ပစ္စည်းများအား ဖျက်ဆီးရန် (သို့) ပျက်စီးစေရန် ရည်ရွယ်၍ ပြုလုပ်ထားပါသည်။ ဖိအား၊ လှုပ်ရှားမှု၊ အသံ၊ သံလိုက် ဓါတ် နှင့် တုန်ခါမှုတို့ သည် မိုင်းဗုံး များ အား ရုတ်တရက် ပေါက်ကွဲစေသည်။

> အမျိုးအစား ၃၅၀ကျော်ရှိသည့်အနက်
> အန်တီ ပါဆယ်နယ်မိုင်း နှင့် တင့်ကားဖျက် မိုင်း (သို့) ယာဉ်ဖျက်မိုင်း ဟူ၍ အုပ်စုကြီး ၂မျိုး ခွဲခြားနိုင်သည်။ ၎င်းမိုင်းဗုံး ၂မျိုး၌ အခြေခံ လုပ်ဆောင်မှု ဆင်တူရှိ သော်လည်း အရေး ပါသော ကွဲပြား ခြားနားမှုများ လည်း ရှိသည်၊

တင့်ကား၊ ယာဉ်ဖျက်မိုင်း

အန်တီပါဆယ်နယ်မိုင်းများထက် အရွယ်အစား ပိုကြီးသည့် အလျောက် ၎င်းတို့တွင် ပေါက်ကွဲပစ္စည်း များ အဆပေါင်းများစွာ ပါဝင်သည်။ တင့်ကားတစ်စီး (သို့) ထရပ်ကားတစ်စီး အား ပေါက်ကွဲဖျက်ဆီးနိုင် သကဲ့သို့ ယာဉ်ထဲရှိ (သို့) အနားရှိ လူအများအား သေကြေပျက်စီးနိုင်သည်။ ၎င်းသည် ပေါက်ကွဲရန် ဖိအား (အများအားဖြင့် ၁၀၀ ကီလိုဂရမ်ထက်) ပိုလိုအပ်သည်။ ယာဉ်ပစ္စည်း၏ ဖိအား အလေးချိန်ဖြင့် ထကြွလှုပ်ရှားသည်၊ သို့သော် ၎င်းသည် စစ်ဘက်နှင့် သက်ဆိုင်သောယာဉ်နှင့် အရပ်သား ဘတ်စ်ကား (သို့) အခြားယာဉ်များကို ခွဲခြား၍ မသိပါ။ အများအားဖြင့်မှု ၎င်းတို့ကို ရန်သူယာဉ်များ သွားလာနိုင်သည့် လမ်းမကြီး တစ်လျှောက်၊ တံတား

Identifying Landmines: Types and Actions

A landmine is a type of self-contained explosive device, which is placed onto or into the ground, exploding when triggered by a vehicle or a person.

A landmine is designed to either wound, kill or incapacitate people, or to destroy or damage vehicles. A landmine can be triggered by a number of things including pressure, movement, sound, magnetism and vibration.

While more than 350 varieties of mines exist they can be divided into two main categories: anti-tank/ vehicles(AT)/(AV) mines and anti-personnel (AP) mines. Even if their basic function is similar, there are a few key differences between them.

Anti-tank/vehicles mines

Typically larger, they contain several times more explosive materials than anti-personnel mines. There is enough explosive in an anti-tank mine to destroy a tank or a truck in addition to killing people in or around the vehicle. They require more pressure (more than 100 kg) for detonation. While they are activated by the pressure of vehicles they cannot distinguish between a tank, a tractor or any other means of large transportation. Most of these mines are laid where enemy vehicles are expected to travel: on roads, bridges and tracks.

It is important to note, and care should be taken, regarding real situations - as there can be a combination of both types of mines: anti-personnel mines attached to anti-tank mines.

Most of anti-tank mines are laid where enemy vehicles are expected to travel: on roads, bridges and tracks.

ပေါ် နှင့် လူသွား လမ်းကြောင်း အစရှိသည့် နေရာများတွင် မြှုပ်နှံထားကြသည်။
မှတ်ချက်၊ လက်တွေ့နယ်ပယ်တွင် အန်တီ ပါဆယ်နယ်မိုင်းများ ကို တင့်ကားဖျက်မိုင်းနှင့် ချည်၊ ကပ်ထားသည့် ပုံစံ အမျိုးအစား တွဲမိုင်းများ ကို တွေ့ရတတ်သည်။

အန်တီပါဆယ်နယ်မိုင်း

လူအများအား ထိခိုက်ဒဏ်ရာရစေလိုသည့် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် တည်ဆောက်ထားသော ၎င်းမိုင်းများသည် အလွယ်တကူ ထကြွလှုပ်ရှားနိုင်သည်။ ၎င်းအပေါ် ဖြတ်ကျော်လှမ်းရုံ၊ ထိတွေ့ရုံ (သို့) တွယ်ဆက်ထားသော ဝါယာကြိုးလေးပ်များ ကို ထိမိရုံ ဖြင့် ပေါက်ကွဲနိုင်သည်။ ၎င်းတွင် ပါဝင်သော ပေါက်ကွဲပစ္စည်းများသည် တင့်ကားဖျက်မိုင်း ထက် လျော့နည်းသည်။ ၎င်းတို့သည် အရွယ်အစားလည်း အတော်သေးငယ်သည် (စီးကရက်ဗူးခွံ အရွယ် (သို့) မီးခြစ်ဗူး အရွယ်ရှိပြီး အလေးချိန်အားဖြင့် ဂရမ်များသာ လေးသည်)။ ပုံသဏ္ဌာန် မျိုးစုံ၊ အရောင်မျိုးစုံ ရှိပြီး ပစ္စည်းမျိုးစုံ ဖြင့် ပြုလုပ်ထားသည်။

စွမ်းအင်အရှိန်ဖြင့် ပြင်းထန်စွာပေါက်ကွဲ ဒဏ်ရာရစေသော မိုင်းများ

၎င်းတို့သည် အတွေ့များဆုံး မိုင်းများ ဖြစ်သည်။ အများအားဖြင့် မြေကြီးထဲ၌ မြှုပ်နှံထားကြသည် (သို့) မြေမျက်နှာပြင်ပေါ်၌ ဖုံးဖုတ်ထားပြီး ခြေလှမ်း ဖိအားဖြင့် ပေါက်ကွဲသည်။ ၎င်းတို့ကို ကိုယ်တိုင် နေရာ ချ မြှုပ်ဖုတ် ထားနိုင်သကဲ့သို့ ပက်ကြဲဖုံးတု အမည်တွင်သော မိုင်းဖုံးအမျိုးအစားများကို မှ မြေပေါ်မှ သော်လည်းကောင်း (သို့) လေယာဉ်၊ ဟယ်လီကော့ပတာပေါ် မှ သော်လည်းကောင်း ပစ်ကြဲနိုင်သည်။
ဘလက်စ်မိုင်း၏ ပြင်းထန်စွာ ပေါက်ကွဲမှုအား၊ အရှိန်သည် ခြေ ခြေထောက်၊ တင်ပဆုံနေရာ (သို့) လိင်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းတို့ကို တိုက်ရိုက် (သို့) ပထမဦးစွာ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရစေသည်။ မိုင်းပေါက်ကွဲမှုကြောင့် ခြေထောက်၌ စုတ်ပြတ်ပျက်ဆီး ပြတ်သွားခြင်းကို မတော်တဆ ခြေထောက်အောက်ဖက်ပြတ်ခြင်း ဟု သတ်မှတ်သည်။ ဒဏ်ရာ ရသော ခြေလက် နေရာ အထက် အစိတ်အပိုင်းကို နောက်ဆက်တွဲ ခွဲစိတ် ဖြတ်ပစ်ခြင်းသည် ဘလက်စ်မိုင်း နှင့် ဖရက်မက်တေးရှင်းမိုင်းများကြောင့် ထိခိုက် ပျက်စီးသွားသော တစ်သျှူး နှင့် အရိုးများ အား ကုန်စင်အောင် ဖြတ်ထုတ်ပစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။
ဘလက်စ်မိုင်းပေါက်ကွဲမှုကြောင့် နောက်ဆက်တွဲ (သို့) တစ်ဆင့်ခံ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှုလည်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။ ဘလက်စ်မိုင်း ပေါက်ကွဲသွားသောအခါ မြောက်မြားစွာသော အရာဝတ္ထု အစိတ်အပိုင်းများ နှင့် အစအနများ (သတ္တု သို့ ပလတ်စတစ်မိုင်းဘူး၏ အစအနများ၊ မြေကြီး၊ မြေတုံးမြေခဲ၊ ကျောက်တုံးများ၊ ဒဏ်ရာရသူ၏ ခြေစွပ်၊ ဖိနပ်၊ ခြေထောက် (သို့)

landmines: types and actions

Anti-personnel mines

Designed to wound people, anti-personnel mines are triggered much more easily, by a step, touch, or tripwire. They contain fewer explosives, and are much smaller and lighter than anti-tank mines (they can be as small as a packet of cigarettes or even a match box, weighing as little as 50 grams). They exist in all shapes and colors, and can be made from a variety of materials.

There are two main types of AP mines that injure people in two different ways.

Blast mines

Blast mines represent the most common type of mines. Usually buried or laid on the surface of the ground they typically explode by the pressure of a footstep. Not only can they be put in place by hand, but also what we call scatterable mines can be launched from ground-based systems or dropped from fixed-wing aircraft or helicopters. The explosive force of blast mines causes primary or direct injuries to the foot, leg, and even to genitals or buttocks. When it blows off the foot or leg, we call it 'traumatic amputation of the lower leg'. Subsequent surgical amputation from a higher site in the limb is often required to ensure that blast and fragmentation affected tissue and bones are excised.

Secondary fragmentation injuries are also possible. With detonation, different materials and fragments (earth, grass, stones, parts of the casualty's footwear, even victim's own bones and flesh from the foot or ankle) are driven into surrounding tissue, or into different parts of the body, causing further injuries. These secondary injuries can be very severe. Blindness and serious facial, chest or abdominal injuries are common with blast mines.

Fragmentation mines

Fragmentation mines are placed above the ground or spring up into the air before exploding. Typically, they explode when a trip wire is pulled or when the mine is directly disturbed. On detonation, their containing parts - usually metal or a segmented outer casing - break into fragments which are dispersed in all directions. It can also be arranged

How Fragmented mines make Injury

Blast mines represent the most common type of mines. Usually buried or laid on the surface of the ground, they typically explode by the pressure of a footstep.

မြေကျင်းတတ်မှ အရိုး၊ အသားစများ) သည် ရှေးဦး မူလဖြစ်သော မိုင်း ဒဏ်ရာ ပတ်လည် တစ်သျှူး များ ထဲသို့ (သို့) အခြားကိုယ်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများ ထဲသို့ ထိမှန်ဝင်ရောက်ခြင်းဖြင့် နောက်ဆက်တွဲ (သို့) တစ်ဆင့်ခံ ထိခိုက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ထို ဒဏ်ရာများသည် အလွန်ပြင်းထန်နိုင်သည်။

ဘလတ်စ်မိုင်း များ ကြောင့် မျက်စိကွယ်ခြင်း၊ မျက်နှာ၊ ရင်ဘတ်၊ ဝမ်းဗိုက်၌ ပြင်းထန်သော ဒဏ်ရာ ရနိုင်သည်။

အစအနများဖြင့် ဒဏ်ရာရရှိအောင်
ပြုလုပ်ထားသောမိုင်းများ

၎င်းတို့သည် မြေပေါ်တွင် ဖုံးဝှက်ထားလေ့ရှိသည်၊ (သို့) မပေါက်ကွဲခင် လေထဲ၌ ပြန့်ကြဲသွားနိုင်သည်။ ၎င်းတို့ကိုပုံမှန်အားဖြင့် ခိုင်ယာကြိုးလေတ်ဖြင့် ဆက်သွယ်ထားပြီး လူက ခိုင်ယာကြိုးလေတ်များထဲမှ တစ်ခုကို ထိမိသောအခါ၊ (သို့) တိုက်ရိုက် အခြား နည်းလမ်းများဖြင့် မိုင်းကို ထိမိသောအခါ ပေါက် ကွဲပါသည်။ ပေါက်ကွဲသောအခါ မိုင်းတွင်ပါဝင်သော အစိတ်အပိုင်းများ – သတ္တု သို့ ပလတ်စတစ်မိုင်းအိမ် သည် အစအနများအဖြစ် အရပ်မျက်နှာ ပေါင်းစုံသို့ ပစ်လွှတ်ပြန့်ကြဲသွားပြီး အရှိန်ပြင်းထန်စွာဖြင့် လူကို ထိမှန်သေစေနိုင်သည်။ ထို့ပြင် အစအနများကို အရပ် မျက်နှာတစ်ဖက်တည်းသို့ ပစ်လွှတ်နိုင်အောင် စီမံထားနိုင်ပါသည်၊ ၎င်းအမျိုးအစားကိုလမ်းကြောင်း ရှိ ဖလက်မက်တေးရှင်းမိုင်းဟု ခေါ်သည်။

မိုင်းအစအနများသည် လေထဲသို့ ပစ်လွှတ်သော လက်နက်များသဖွယ် လူကို ထိမှန်ပြီး တစ်သျှူးများ၊ အတွင်း အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများ (သို့) အရိုးများကို ခွဲရာတ်ပစ်သည်၊ ၎င်းမိုင်းများသည် ကြီးမားသော ဟတ်တက်ပြီ ထွက်ပေါက် ဒဏ်ရာကို ဖြစ်ပေါ်စေ သည်။ အသက်ရှင်ကျန်သူများသည် တစ်နေရာ ထက်ပို ခြေလက်ပြတ်ခြင်း၊ မျက်စိကွယ်ခြင်း နှင့် အတွင်း အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများ ပျက်ဆီးသော နောက်ဆက်တွဲ ထိခိုက်မှုများကို တွေ့ကြုံရသည်။

ဖလက်မက်တေးရှင်း မိုင်းများကြောင့်မတော်တဆ မိုင်းထိခိုက်မှုတစ်ခု ဖြစ်ပါက လူတစ်ဦးထက်ပို၍ ထိမှန်ခံရပြီး သေကြေထိခိုက်ပါသည်။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရသူ တစ်ဦးတွင်လည်း ခန္ဓာကိုယ် နေရာပေါင်း များစွာ၌ ဒဏ်ရာရနိုင်သည်။

မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက် ခဲယမ်း
မီးကျောက်များ

၎င်းတို့သည် အသုံးပြုပြီးသော်လည်း (ပစ်လွှတ်သည်၊ တောက်ခွဲပစ်သည်) မပေါက်ကွဲသေးပဲ ရှိနေသည့် ပေါက်ကွဲ နိုင်သော ပစ္စည်းများ ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့ သည် မြေမြှုပ်မိုင်းများ မဟုတ်ပါ။ သို့သော် ပေါက်ကွဲ နိုင်သည့် ခဲယမ်း မီးကျောက်များ (လက်ပစ်ဗုံး၊ မော် တာ၊ ဒုံးပျံ၊ ကျည်ဆံ (သို့) ကျည်ဆံ အခွံ အစ ရှိသည်တို့) ဖြစ်သည်။ အရွယ်အစား မျိုးစုံ ပုံသဏ္ဌာန် မျိုးစုံ၊ အရောင် မျိုးစုံ ရှိသည်။ ၎င်းတို့သည် အညင်အသာ ထိမိရုံဖြင့် ပေါက်ကွဲ နိုင်ပေသည်၊ မြေကြီးထဲ မြှုပ်ထား၍ လည်းကောင်း၊ သစ်ပင် များကြား ဝှက်ထား၍ လည်းကောင်း၊ မြေပြင်၌ သော်လည်းကောင်း တွေ့နိုင်သည်။

landmines: types and actions

that these fragments are projected in a unique direction (directional fragmentation mines).
These landmine fragments act as missiles and rip through tissues, organs or bones. They can cause large lacerated exit wounds. Survivors may suffer multiple amputations, blindness and other secondary effects caused by damage to internal organs. Fragmentation mines can kill and injure multiple victims in a single incident, similarly a single person can also suffer from multiple injuries.

An example of unexploded ordnance

Other explosive devices
UXOs (Unexploded Ordnances)

These are explosive devices which have been thrown (fired or launched) but have failed to detonate. They are not mines but ammunition (grenades, mortars, rockets, shells or bullets, etc.). Found in various shapes, sizes and colours, they are extremely unstable and can be detonated by the slightest touch. They can be on the ground, on trees, buried, etc...

References

1. http://en.wikipedia.org/wiki/Landmine
2. http://www.thirdworldtravelr.com/Landmines_html/Real_Weapons_Destruc.html
3. Mine Blast Injuries - Our experience by Lt Col MM Harjai, Col DC Agarwal, Lt Col P Dave et al. MJAFI, Vol 61, No. 2, 2005

မြန်မာနိုင်ငံ ရှိ မြေမြှုပ်မိုင်းများ အကြောင်း ချုံ့သုံးသပ်မှု

ဒီရှုအာ ဖိုအော ပန်းရုဝမ် (မြေမြှုပ်မိုင်းလေ့လာစောင့်ကြည့်ရေး အဖွဲ့)

မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ မြေမြှုပ်မိုင်းလေ့လာစောင့်ကြည့်ရေး အဖွဲ့မှ မြေမြှုပ်မိုင်း ပြဿနာဆိုင်ရာ ခိုင်မာသည့် သတင်း အချက်အလက်များ အား လူသားအကျိုးပြု အဖွဲ့ အစည်းများနှင့် လူထု ကျန်းမာရေး အသင်းအဖွဲ့များသို့ နှစ်စဉ်ဖြန့်ဝေပေးသည်။ စစ်ကြောင့် ထိခိုက်နစ်နာသော လူ့ဘောင်အတွက် လိုအပ်သည်များကို ၎င်းအဖွဲ့အစည်းများမှ ကူညီပေးနိုင်ရန် ဖြစ်သည်။

အန်တီပါဆင်နယ် မြေမြှုပ်မိုင်းများကို ကမ္ဘာ့ ပေါ်၌ ဆက်လက် အသုံးပြုနေ သော်လည်း နိုင်ငံ အများစုသည် မိုင်းတားဆီးရေးစာချုပ်၌ ပါဝင်လာသောကြောင့် မိုင်းအသုံးချမှုမှာ အရင်ကထက် လျော့နည်းလာသည်။ ပဋိပက္ခ တိုက်ပွဲများနောက်မိုင်း မရှင်းလင်း ရသေးသော မိုင်းနယ်မြေအချို့၌ မိုင်း ထိခိုက်မှုများ ရှိဆဲ ဖြစ်သည်။ အတိတ်၌ နိုင်ငံ ပေါင်း ၆၀ ကျော် သည် မိုင်း သန်း ၁၀၀ကျော် ကို အသုံး ပြုခဲ့ပြီး အာဖဂန်နစ္စတန်၊ အန်ဂိုလာ၊ ဘူရွန်ဒီ၊ ဘော့စနီးယား၊ ဟာဇီဂိုဗီး နား၊ ကမ္ဘော ဒီးယား၊ ကိုလံဘီယာ၊ အီရတ် ကဲ့သို့သော နိုင်ငံနေရာ အနှံ့ပြား၌ မိုင်း ထုထပ်စွာ ကျန်ရှိ နေသည်။
အိန္ဒိယ၊ ပါကစ္စတန်၊ မြန်မာ အစရှိသော အချို့ နိုင်ငံများ၌ မိုင်းပြဿနာ နှင့် ပတ်သက်သော သတင်း အချက်အလက်များ ကို တရားဝင် ထုတ်ပြန်ခြင်း မရှိပါ။

မြန်မာနိုင်ငံ အခြေအနေ

မြန်မာ့တပ်မတော် (တပ်မတော်) နှင့် လက်နက်ကိုင် တိုင်းရင်းသားအဖွဲ့တို့သည် လူကို ထိခိုက် နိုင်သည့် မိုင်းများ ကို ၎င်းတို့တိုက်ပွဲများ၌ ဆက်လက် သုံးစွဲနေခဲ့သည်။ တရားဝင်ထုတ်ပြန် သည့် သတင်း အချက်အလက် များ မရှိ သော်လည်း အစိုးရ အရာရှိများနှင့် အရပ်သား များ အား တွေ့ဆုံ မေးမြန်းခဲ့ရာ မိုင်းများသည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ တိုင်းနှင့် ပြည်နယ် ၁၄ခုအနက် ၉ခုတွင် လူ့အသိုင်းအဝိုင်း (အထူးသဖြင့် နယ်စပ်ဒေသ ၌) ကို ကြီးမားစွာ ခြိမ်းခြောက် နေသည့် လက်နက် ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရ သည်။ လူသား တို့ကို ထိခိုက်ခြင်းမရှိရအောင် မိုင်း ရှင်းလင်းသည့် အလုပ်မျိုး မြန်မာနိုင်ငံ၌ မရှိ သေးပါ။ ပဋိပက္ခတိုက်ပွဲများ ဖြစ်ပေါ်နေသော နေရာများ ရှိ မိုင်းအန္တရာယ်သည် ပြည်တွင်းရှိ ရပ်ရွာစွန့်ပြေးရ သူများနှင့် ပြည်ပရောက် ဒုက္ခ သည်များ ကိုယ့် ရပ်ရွာနေသို့ ဘေးရန် ကင်းရှင်း စွာ ပြန်လာ၍ မရအောင် လုပ်နေသည့် အတားအဆီးများ ဖြစ် သည်။ နိုင်ငံအတွင်း နှစ်စဉ် အန်တီပါဆင်နယ်မိုင်း ထိသည့် မိုင်း ဒုက္ခသည် အရေအတွက်ကို တိကျစွာ မသိရ ပါ။ မိုင်းဒဏ်သင့်သူ များအား ဆေးကုသရာ၌ ကူညီပေးသော နိုင်ငံ တကာ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့ အစည်းများမှ သတင်းအရ၊ အိမ်နီးချင်း နိုင်ငံများ၌ ဆေးကုသမှုခံယူသော မိုင်းထိသူ စာရင်းများ အရ နှစ်စဉ် ရာပေါင်း များစွာ မိုင်း ကြောင့် ဒဏ်ရာရ (သို့)

Overview of Landmines in Myanmar

By Yeshua Moser-Puangsuwan (Landmine Monitor)

The Landmine Monitor Report on Myanmar provides annual, verifiable information on the landmine problem within the country, to humanitarian and public health agencies in order to help these social institutions respond to the needs of war torn societies.

Throughout the world anti-personnel landmines continue to be used, but to a lesser extent than before, now that most nations have joined the Mine Ban Treaty. Uncleared minefields from previous conflicts continue to claim victims. In the past, an estimated 100 million mines were used in wars in over 6o countries, leaving large parts of countries like Afghanistan, Angola, Burundi, Bosnia and Herzegovina, Cambodia, Colombia, and Iraq heavily contaminated.

There is a lack of public information about the extent of the problem of landmines in some countries such as India, Pakistan and Myanmar.

Situation in Myanmar

Landmines have been used frequently in warfare in Myanmar and, today, Myanmar's military forces (Tat Ma Daw) and many of the armed ethnic and rebel groups are still using anti-personnel landmines in their military activities. Informal interviews with officials and civilians reveal that mines pose a significant threat to communities, particularly in border areas, in 9 out of 14 States and Divisions. For the moment, there's no

Throughout the world, anti-personnel landmines continue to be used, but to a lesser extent than before, now that most nations have joined the Mine Ban Treaty.

အသက် သေဆုံး ကြောင်း သိရပေသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း ပြဿနာ

မြန်မာနိုင်ငံ၌ ကရင်ပြည်နယ်၊ ကယား ပြည်နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်း၊ တနင်္သာရီ တိုင်း ဒေသများ သည် မိုင်းအထူထပ်ဆုံး နေရာများ ဖြစ်သည်။ ထိုင်းနိုင်ငံ နယ်စပ်နှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ နယ်စပ် ဒေသများ တွင်လည်း နေရာ အနှံ့အပြား မိုင်း ရှိပေသည်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံ နယ်စပ်၌မူ မိုင်းရှိမှု လျော့ပါး သည်။

မြန်မာ၊ အိန္ဒိယ၊ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ ဆုံရာ တြိဂံ နယ်မြေ၌ မိုင်းထူထပ်စွာ ရှိကြောင်း သိရသည်။ ချင်းပြည်နယ် ပလက်ဝအနီး တဝိုက်ရှိ စစ်တပ်နှင့် တိုင်းရင်းသား လက်နက်ကိုင် အဖွဲ့နှစ်ခုလုံး၌ မိုင်း ထိခိုက် ပေါက်ကွဲမှုများ ရှိသည်။

ရှမ်းပြည်နယ် ကလောမြို့ ဝန်းကျင် ဒေသ၊ မိုင်းပန်မှ မိုင်းတုန်အထိ ဒေသ၊ လားရှိုးမြို့ အရှေ့ဖက် ဒေသများ၌လည်း မိုင်းအများ အပြား ရှိပေသည်။ အစိုးရ လက်လှမ်းမှီ မအုပ်ချုပ်နိုင်သော ဒေသ အနီး တဝိုက်၊ ကျောက်မျက်ရတနာ ထုတ်လုပ်သည့်ဒေသ များ နှင့် ကယားပြည်နယ်ရှိ လောပိတ ရေအားပေး လျှပ်စစ်စက်ရုံ ကဲ့သို့သော အခြေခံ အဆောက် အဦများရှိရာ နေရာများ (သို့) စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက် သော နေရာများ၌ မိုင်းရှိတတ်သည်။ အချို့ နယ်စပ် ဖွံ့ဖြိုးရေး စီမံကိန်းများကိုလည်း မိုင်း ထူထပ်စွာ ရှိခြင်း ကြောင့် အကောင်အထည် မဖော်နိုင်ပါ။

ထိုင်းနယ်စပ်အနီးဒေါနတောင်တန်းနှင့် သောင်ရင်း မြစ်ကမ်း တလျှောက်တွင်လည်း မိုင်းများ ထူထပ်စွာ ချထားကြောင်း သိရ သည်။ ယခင် KNLA အခြေ စိုက်စခန်းများ အဖြစ် အသုံးချခဲ့သော ကရင်ပြည်နယ် အတွင်း မှ တောင်တန်းများတွင် မိုင်းထူထပ်စွာ ရှိခြင်း ကြောင့် လူမသွားရနယ်မြေ ဖြစ်နေသည်မှာ ဆယ်စုနှစ် တခုပင် ကျော်နေပေပြီ။ ဖားပွန်မြို့ တောင်ဖက်၊ အရှေ့ဖက် နှင့် မြောက်ဖက် နယ်မြေများ၊ မြဝတီမြို့ အနောက်ဖက်၊ တောင်ဖက်နှင့် မြောက်ဖက်နယ်မြေများ၊ ထိုင်း နယ်စပ် ဖြစ်သော ကရင်ပြည်နယ် ဒူးပလား ခရိုင် အတွင်းမှ နယ် မြေများမှာ မိုင်းထူထပ် သော နယ်မြေများ ဖြစ်သည်။ လွန်ခဲ့သော နှစ်အနည်းငယ်အတွင်း ပြုလုပ်ခဲ့သော တွေ့ဆုံ မေးမြန်းချက် များအရ သက်ရှိ ထင်ရှား ရှိနေသော မိုင်းဝေဒနာရှင်များအနက် ၁၄ ရာခိုင် နှုန်းမှာ ရွာမှ ကီလိုမီတာဝက် အကွာ အဝေးတွင်

မိုင်းထိကြခြင်း ဖြစ်သည်။ ၆၃ ရာခိုင်နှုန်းမှာ မိုင်းမထိ ခင်က ထိုနေရာများသို့ ထင်ထွက်သွားလာဖူးသူများ ဖြစ်သည်။ ကရင်ပြည်နယ် ဖားအံခရိုင်တွင် ပြုလုပ် ခဲ့သော သုတေသနပြုချက် တစ်ခုတွင် မိုင်း အန္တရာယ် အများဆုံး နယ်မြေများနှင့် ပတ်သက်၍ အိမ်ထောင်ဦးစီး ၃၀ ကို မေးမြန်းခဲ့သည်။ ရွာသားများ

overview of landmines in Myanmar

humanitarian demining programme taking place, and landmine pollution in places where armed conflict has occurred is a threat to any eventual future repatriation of refugees. Within the country, the number of new victims of anti-personnel landmines per year is unknown, but non-governmental sources who provide medical assistance to those people surviving a landmine incident and those reaching medical assistance available in neighboring states, suggest that annually hundreds of persons are injured or killed.

Landmine pollution

In Myanmar, the Karen, Kayah and southern Shan states, as well as the Tanintharyi division, are the most heavily mined areas. The border areas with Thailand and Bangladesh are also extensively mined; the border with India is more lightly mined.

The tri-border area between India, Myanmar and Bangladesh is reported to be extensively mined. In the adjacent area of Palehwa, in Chin State, mine casualties have occurred in both military and insurgent forces.

Areas around Kalaw (Shan State), the area from Mong Pan to Mongton, and the East of Lashio are also mine-contaminated. If near an area where the SPDC does not have full control, gem zones, infrastructure such as the Baluchaung (Lawpita) hydroelectric power station in central Karenni State, and other infrastructure projects or economic development zones, may be mine contaminated. In some cases, border area development projects have been impossible to conduct because of mine contamination of the sites.

The Dawna mountain range and Moei riverside close to the Thai border is reportedly heavily mined. Some mountains in Karen State, formerly used as firebases by the KNLA, have been “no go” areas for over a decade due to severe mine infestation. Also, the North, East, and South of Papun, and the West, South, and North of Myawadi are heavily mine-affected, as well as areas in the Dooplaya District (Karen State) bordering Thailand. According to interviews with civilian mine survivors over a number of years, more than 14 percent were injured within half a kilometer from the center of a village. Sixty three percent had been to the area often before they stepped on a mine. In a research project in the Pa-an District of Karen State, 30 heads of households were interviewed about the location of dangerous mined areas: only five of them, all male, said they knew the

+ In Myanmar, the Karen, Kayah and southern Shan states, as well as the Tanintharyi division, are the most heavily mined areas.

မြန်မာနိုင်ငံ ရှိ မြေမြှုပ်မိုင်းများ အကြောင်း ခြုံငုံသုံးသပ်မှု

အနေဖြင့် အစားအသောက် ရှာဖွေရန်နှင့် စိုက်ပျိုး ထွန်ယက်ရန် မိုင်းရှိရာ နယ်မြေများကို ရောက်ဖူး ကြသော်လည်း မေးမြန်းခံသူများထဲမှ ယောကျ်ား ၅ ဦးသာ မိုင်းအန္တရာယ်ရှိသော နေရာများကို သိကြောင်း ပြောကြသည်။

မိုင်းရှိရာ အမှတ်အသားပြုလုပ်ခြင်း

မိုင်းရှိသည့် နေရာများကို စနစ်တကျကာရံ ထားခြင်း၊ အမှတ်အသား ပြုလုပ်ထား ခြင်း မျိုး မရှိပါ။ မော်ချီးမြို့အနီး ကရင်နီ (ကယား) တောင်ပိုင်း ဒေသတွင် မိုင်းထောင်ထားသည့် နေရာများကို ပုံမှန်အတိုင်း ကာရံမှတ်သား ထားခြင်း မရှိကြောင်း အမည်မဖော်လိုသော ရွာသားတချို့က ပြောပါသည်။ သို့သော် အန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာဖြစ်ကြောင်း ညွှန်ပြ သည့် ဒေသဆိုင်ရာ၊ ရိုးရာဓလေ့ အမှတ်အသားများ ရံဖန်ရံခါ ရှိတတ်ကြောင်း ပြောပါသည်။

စနစ်တကျ မဟုတ်သော အမှတ် အသား သင်္ကေတများကို ရံဖန်ရံခါ ရေးပြထား တတ်သည်။ ဥပမာ – လူသေပုံမျိုး၊ သစ်ပင်တွင် ကြက်ခြေခတ် ထွင်းပြတာမျိုး၊ မိုင်း၏ အစိတ်အပိုင်း နှင့် ဓါးယားကြိုးပုံမျိုး စသည်တို့ ဖြစ်၏။

မိုင်းအန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာဖြစ်ကြောင်း ညွှန်ပြသည့် သင်္ကေတ အမှတ်အသား အချို့ ရှိ သည့်အနက် အများအားဖြင့် တပ်မတော်က မိုင်းရှိသည့် နေရာ များကို ဝါးဖြင့် အလုံပိတ် ယက်ကာထားပြီး တုံးသုတ်ထားခြင်းမျိုး ကာရံ မှတ်သားတတ်သည်။ အထူးသဖြင့် စစ်စခန်း များ အနီးအနားတွင် ဖြစ်စေ၊ တံတား အနီး အနားတွင် ဖြစ်စေ ယင်းကဲ့သို့ လုပ်ပြထား သည်ကို တွေ့ရှိလျှင် မိုင်းရှိသည့်နေရာ ဟု ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်သည်။ ဖားအံ မှ မြဝတီသို့ သွားသော ခရီးသွား တစ်ဦးက မိုင်းရှိရာနေရာ ၌ မြန်မာလို မိုင်း ဟု ရိုးရှင်းစွာ ရေးသားထား သော အမှတ်အသားများကို လမ်းမ ဘေးက် တချက်၌ တွေ့ရှိကြောင်း ပြောပြခဲ့သည်။

၂၀၀၅ခုနှစ် မြေမြှုပ်မိုင်း လေ့လာ စောင့်ကြည့်ရေး အဖွဲ့မှ ပါဝင်ခဲ့သော နိုင်ငံအတွင်း ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်ရသူများ အကြောင်း စစ်တမ်း လေ့လာ ချက်အရ မေးမြန်းခဲ့သူ အိမ်ထောင်စု ၇၃ အနက် ဖြစ်ပါက မိုင်းရှိရာ နေရာကို သတိပေး ညွှန်ပြသော အမှတ် အသား သင်္ကေတမျိုး ကို မြန်မာနိုင်ငံ အရှေ့ပိုင်း မိုင်းဒေသများတွင် မတွေ့ဖူး ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။ မည်သို့ပင်ဆိုကာမူ ဖြေဆိုသူ တဝက်က မိုင်းရှိရာ နေရာများကို တိုက်ပွဲဝင်သူများ ၏ ပါးစပ်မှ ပြောဆိုသတိ ပေးမှုအရ သိရှိကြောင်း ပြောဆိုခဲ့သည်။

မိုင်းဒဏ်ခံရသူများ အား ကူညီထောက်ပံ့ခြင်း

မိုင်းဒဏ်ခံရသူများ အား ကူညီ ထောက်ပံ့ရေး လုပ်ငန်းသည် မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်းတွင် တိုး တက်နေသော်လည်း အရပ်ဖက်ဆိုင်ရာ ဆေး ကုသမှု စနစ်ကို နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာအောင် လျစ်လျူရှု

overview of landmines in Myanmar

dangerous areas, even though the entire village regularly entered them for foraging and farming.

Marking of Mine Areas

There is no systematic fencing or marking of mined areas. In southern Karenni (Kayah), near Mawchi, villagers reported under anonymity that mined areas are not normally marked or fenced, but that sometimes there may be traditional signs to indicate dangerous zones. On other occasions, there may be impromptu warning signs, such as a dead body, a crosscut into a tree, or parts of mines or wires.

While a few signs specifically stating that there is a mine danger do exist, more commonly, the Tat Ma Daw may fence off mined areas with a woven bamboo fencing painted in white, surrounding an area and without openings. These fences may indicate a minefield, particularly near military

installations or locations such as bridges. A traveler on the road from Hpa-an to Myawaddy reported seeing signs posted on a minefield: they were located on both sides of the road and simply said "Mines," in Burmese.

In 2005, Landmine Monitor contributed to a survey about the situation of internally displaced persons: it revealed that 6 out of 7 households had never seen warning signs for minefields in eastern Myanmar. However, half of the respondents stated they had received verbal warnings from combatants about the general location of mined areas.

Survivor Assistance

Survivor assistance continues to be marginal due to many years of limitation of the civilian medical system. According to limited interviews with landmine survivors within Myanmar, military survivors sometimes received better treatment than civilians, and were more likely to benefit from post-injury employment opportunities.

The availability of medical care depends on where the mine incident occurs. It can come from the Myanmar public or military health system (both very limited within zones

There may be impromptu warning signs, such as a dead body, a cross-cut into a tree, or parts of mines or wires.

ထားခဲ့ သဖြင့် ပြည့်စုံခြင်းကား မရှိသေးပါ။ မိုင်းဒဏ်ခံခဲ့သူရသူများ နှင့် အနည်းအကျဉ်း တွေ့ဆုံမေးမြန်းခဲ့ရာ၌ စစ်သားများသည် အရပ်သားများ ထက် ပိုမိုကောင်းမွန်စွာ ဆေးကုသမှုခံရကြောင်း နှင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရပြီးသည့် နောက်ပိုင်း အလုပ်အကိုင်ရနိုင်သည့် အခွင့်အလမ်း တွင်လည်း စစ်သား များက သာလွန် ကြောင်း သိရသည်။

ဆေးကုသခွင့် ရရှိရေးသည် မိုင်းဖြစ်ပွားသည့် နေရာပေါ်တွင်လည်း မူတည်နေပါသည်။ ၎င်း တို့ကို ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးစနစ် (သို့) စစ်ဖက်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးစနစ် မှ ရရှိနိုင် သည်။ သို့သော် ပဋိပက္ခ တိုက်ပွဲများဖြစ်ရာ ဒေသများ၌ ထိုနှစ်ခုလုံး ကို လက်လှမ်းမီ ရရှိရန် ခဲယဉ်းလှပါသည်။ ထို့ပြင် အိမ်နီးချင်း နိုင်ငံ များမှလည်း ဆေးကုသခွင့် ရရှိနိုင် ပါသည်။ သို့သော် မိုင်းဒဏ်ခံရ သူများသည် အိမ်နီးချင်း နိုင်ငံသို့ သွားလာရန် မလွယ်ကူခြင်း (သို့) အန္တရာယ်ရှိခြင်း (သို့) ကုန်ကျ စရိတ် မတတ်နိုင်ခြင်း စသည့် အခက်အခဲများ ရှိနေသည့်အတွက် ဆေးကုသမှုကို အများအားဖြင့် ပြည်တွင်း၌သာ ရှာဖွေရပေမည်။

မိုင်းဒဏ်ခံရ သူများအနေနှင့် အမျိုးသား ပြန်လည်ထူထောင်ရေး ဌာန မှတဆင့် ရုပ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်မှုများ ရရှိပေသည်။ ထိုလုပ်ငန်း များကို အိုင်စီအာစီ (အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကြက်ခြေနီ အဖွဲ့) မှ သော်လည်း ကောင်း (သို့) အစိုးရ မဟုတ်သော အမျိုးသား အဖွဲ့အစည်း၊ နိုင်ငံတကာ အဖွဲ့အစည်းများမှ ပစ္စည်းကိရိယာ၊ နည်းပညာပိုင်း ဆိုင်ရာ ကူညီ ထောက်ပံ့ပေးသည်။ မသန်စွမ်းသူများ လူ့ အခွင့်အရေး ရရှိရေးကို တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက်သော အမျိုးသား အသင်းအဖွဲ့များ မရှိ သကဲ့သို့ ထို မသန်စွမ်းသူများ အခွင့်အရေးကို ကာကွယ် ပြဋ္ဌာန်း ထားသော အမျိုးသားရေး ဆိုင်ရာ ဥပဒေလည်း မရှိပါ။

overview of landmines in Myanmar

Mine victim face difficulties in seeking medical care as health centers are far away/limited within zones of conflict

of conflict), or from health resources in neighboring states. For many survivors, the difficulty or danger of traveling to a neighboring state, or the expense, means that most of the time they must seek medical care within Myanmar. Limited rehabilitation options are offered within Myanmar by the public system, which receives support and improvement from the International Committee of the Red Cross (ICRC) or through national and international non-governmental organizations (NGOs). There is no national disability organization to lobby for the rights of disabled people, nor any national disability law establishing those rights.

References

1. http://www.icbl.org/problem/what

2. Landmine Monitor 2004-2005 Reports Burma/Myanmar

မိုင်းဒဏ်ရာရ လူနာအား အဆင့်ဆင့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း

နိုင်ငံအေးလွင်၊ နယ်လှည့်ကျောပိုးအိတ် ကျန်းမာရေးလုပ်သားအဖွဲ့

ဖော်ပြပါ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများသည် လူနာ၏ ဒဏ်ရာပြင်းထန်မှု အခြေအနေကို ခန့်မှန်းနိုင်ရုံသာမက သင့်လျော်မှန်ကန်၍ မြန်ဆန်သော ကုသပြုစုမှုပေးရန် အရေးပါသည်။ သို့မှသာ မလိုအပ်သော အသက် (သို့) ခြေလက် ဆုံးရှုံးမှုကို ကာကွယ်နိုင် ပေမည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း အမျိုးအစားပေါ် မူတည်၍ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ များကွဲပြားသည်။ ပြင်းထန်သော ခြေလက်များ ပျက်စီးခြင်းအပြင် ခန္ဓာကိုယ်ထဲသို့ ထိုးဖောက် ဝင်ရောက်ကာ အတွင်းအင်္ဂါများကို ပျက်စီး စေသည်။ လူနာအား စနစ်တကျ စမ်းသပ် စစ်ဆေးခြင်း မပြုလုပ်ပဲ ထိခိုက်ဒဏ်ရာများ၏ ပြင်းထန်မှု အတိုင်း အတာကို မဆုံးဖြတ်နိုင်ပါ။ အောက်ပါ စမ်းသပ်မှုအဆင့်ဆင့်သည် ဒဏ်ရာရလူနာအား ဆေးရုံသို့ မပို့ဆောင်ခင် ပြုလုပ်သင့်သောအချက်များ ဖြစ်သည်။

လူနာသတိလစ်၊ မလစ် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း

လူနာ၏တုံ့ပြန်ခြင်း နှင့် မတုံ့ပြန်ခြင်းများကို အောက်ပါအတိုင်း စစ်ဆေးပါ။

-လူနာအမည်သိပါက နားအနီးသို့ ကပ်၍ ခေါ်ပါ၊
-တပြိုင်နက်တည်းမှာပင် လှုပ်နိုးခြင်း၊
-ရင်ညွန့်ရိုးနှင့် ညှို့သကျည်း နေရာများတွင် လက်ဖြင့် နာကျင် အောင် ပြုလုပ်ခြင်း၊
-မျက်လုံးသူငယ်အိမ် လှုပ်ရှားမှု အခြေအနေ များကို စစ်ဆေးခြင်း

အကယ်၍ တုံ့ပြန်မှုတစုံတရာ မရှိပါက၊ လူနာ၏နေရာ၊ အနေအထားများကို ပြုပြင်နိုင်ရန် နှင့် လူနာ သက်တောင့်သက်သာ ရှိစေရန်အတွက် အကူအညီခေါ်ကာ ပြောင်းလဲပေးရမည်။ (ဥပမာ- ပက်လက်အနေအထားသို့ ပြောင်းပေးခြင်း၊ လုံခြုံ သော နေရာတွင် ထားခြင်း)

အသက်ရှူလမ်းကြောင်းကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း

အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပိတ်ဆို့နေပါက တစ်သျှူးများသို့ အောက်ဆီဂျင် မရောက်ရှိနိုင်ပါ။ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိတ်ဆို့မှုကို သတိလစ်နေသော လူနာများ၌ အများဆုံး တွေ့နိုင်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သတိလစ်နေစဉ် လူနာ၏လျှာသည် အနောက်ဖက်သို့ ခေါက်ပြီး အသက်ရှူလမ်းကြောင်းကို ပိတ်ဆို့ သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ ၎င်းအပြင် အချွဲများ၊ အန်ဖတ်များ၊ သွေးများ၊ မြေမှုန့်မြေခဲအစများနှင့် ဒဏ်ရာရအစိတ်အပိုင်းများ ပိတ်ဆို့နေ သောကြောင့်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ အသက်ရှူ လမ်းကြောင်း ပိတ်ဆို့ပါက မိနစ်အနည်းငယ် (၄-၅) မိနစ်အတွင်း အောက်စီဂျင် ပြတ်တောက်ကာ လူနာသေဆုံးနိုင် သောကြောင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပွင့်၊ မပွင့် ကို

How to Examine a Mine Injuried Patient: Step by Step

By Naing Aye Lwin, Back Pack Health Worker Team

The examination plays a key role not only in assessing the severity of the wounds, but also in addressing the proper quick treatment for the patient not to unnecessarily lose limbs, or life.

Depending on types, landmines can cause a variety of wounds, from obvious tearing of limbs to penetrating injuries that damage internal organs. We cannot decide whether an injury is superficial or deep, single or multiple without having examined the patient very carefully. The following mentioned steps are the essential points to carry out before transporting the injured person to the hospital for definitive care.

Note: It is important to notice that going into a minefield to rescue a patient is dangerous as there can be risk of second mine accidents.

Check the conscious level

Assess the patient's responses:

-When shouting his name
-When waking him up
-Pressuring his sternum and shin (response to pain)
-Checking his pupils

If there is no response from the patient, call for help to change his position in order to make him more comfortable (for example, keep him in supine position, away from the mine field).

Check the airway

No oxygen can reach the tissue if the airway is obstructed. The commonest obstruction can be seen in those unconscious patients whose tongues have fallen back and their pharynx has collapsed. Other blocking

We cannot decide whether an injury is superficial or deep, single or multiple without having examined the patient very carefully.

အသက်ရှူမရှူစစ်ဆေးခြင်း

ဦးစွာ စမ်းသပ် စစ်ဆေးရမည်။
လက်တဖက်ကို လူနာ၏ နဖူးပေါ် ကိုင်ထားပါ။ အခြားလက်၏ လက်ချောင်းများကို သုံး၍ လူနာ၏ မေးရိုးအဖျားပိုင်းကို ကိုင်ကာ ခေါင်းကိုလှန်၍ မေးကိုပင့်ပါ။ တပြိုင်နက်တည်းမှာပင် လူနာအား စကားပြောကြည့်ခြင်း၊ လူနာ၏ အသက်ရှူသံကို နားဖြင့် နားထောင်ခြင်း၊ အသက်ရှူစဉ် ထွက်လာသော လေ၏ အထိအတွေ့ကို ပါးဖြင့် ခံစားခြင်း၊ မျက်စိဖြင့် ရင်ဘတ် လှုပ်ရှားမှုများ ကို ကြည့်ရှုခြင်း တို့ကို စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်ပါ။
အသက်ရှူသံ မကြားခြင်း ၊ လေဝင်လေထွက် ထိတွေ့မှုမရှိခြင်း နှင့် ရင်ဘတ်လှုပ်ရှားမှု မရှိခြင်းတို့သည် အသက်ရှူ လမ်းကြောင်း ပိတ်ဆို့ခြင်းနှင့် အသက်မရှူခြင်း တို့၏ လက္ခဏာများ ဖြစ်သည်။
အကယ်၍ လူနာအသက်မရှူပါက လက်ကိုအသုံးပြု၍ သော်လည်းကောင်း၊ လေပြွန်မကြီး အတွင်းသို့ လေပြွန်သွင်းပေးခြင်း ဖြင့် သော်လည်းကောင်း၊ လေပြွန်မကြီးကို ခွဲစိတ်လှီးဖြတ်၍ ဖွင့်ခြင်းဖြင့် သော်လည်းကောင်း အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ကို ဖွင့်ပေးပါ။

အချို့လူနာများတွင် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း တဝက်တပျက်/တစိတ်တပိုင်း ပိတ်ဆို့နေခြင်းမျိုး လည်း တွေ့ရတတ်သည်။ ၎င်းလူနာများ၏ အသက်ရှူသံသည် အိပ်နေစဉ် ဟောက်သော လူများ၏ အသံနှင့် တူသည်။ ၎င်းတို့တွင် ရင်ဘတ် လှုပ်ရှားခြင်း ကို တွေ့ရပြီး လေဝင်လေထွက် အထိ အတွေ့ကို ခံစားရမည်။ ၎င်းလူနာ အမျိုးအစားကို လည်း သေချာစွာ စောင့်ကြည့် ရမည်။
*ကျောရိုးဒဏ်ရာ၊ လည်ပင်းရိုးဒဏ်ရာရ လူနာများတွင် မေးရိုးပင့်မခြင်း၊ ခေါင်းလှန်ခြင်း တို့ကို အထူး ဂရုစိုက်၍ စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်ပါ။

အသက်ရှူခြင်းကို စစ်ဆေးခြင်း

အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပွင့်သော်လည်း ကောင်းမွန်စွာ အသက်ရှူခြင်းမရှိပါက အဆုတ်သို့ အောက်ဆီဂျင် မရောက်ရှိနိုင်ပါ။
လူနာ အသက်ရှူနေခြင်း ရှိ / မရှိကို သင်၏နားကို လူနာ၏ ပါးစပ် နှင့် နှာခေါင်းအနီးတွင် နားထောင်ခြင်း၊ ရင်ဘတ်လှုပ်ရှားမှု ကိုကြည့်ခြင်း၊ အသက်ရှူသံကို နားကျပ်ဖြင့် နားထောင်ခြင်း တို့ဖြင့် စမ်းသပ် စစ်ဆေးနိုင်သည်။ လူနာ၏ အသက်ရှူနှုန်း နှင့် အသက်ရှူမှု ပုံမှန်ရှိမရှိကိုလည်း စစ်ဆေးနိုင်သည်။
တစ်မိနစ်လျှင် ပုံမှန်အသက်ရှူနှုန်း

-လူကြီး　　　-၁၂ ကြိမ် -၂၀ ကြိမ်
-၅နှစ် - ၁၂ နှစ်　- ၂၀ ကြိမ် - ၃၀ ကြိမ်
-၅ နှစ်အောက်　- အကြိမ် ၃၀ ကျော်

အချို့လူနာများသည် လုံးဝ အသက်မရှူခြင်း မဟုတ်ပဲ၊ တမိနစ်လျှင် ၃-၄ ကြိမ် ရှူနေသည်ကို လည်း တွေ့ရတတ်သည်။ ၎င်းလူနာ များကို လည်း အသက်မရှူသော လူနာများကဲ့သို့ စနစ်တကျ

how to examine a mine injuried patient

materials are mucus, vomitus, blood clots, soil particles or even damaged tissues. As a patient can die within 4-5 minutes of airway obstruction, this should be checked first and foremost. Keep one hand on the patient's forehead; another hand tilts the head and lifts the chin. Then, check whether the airway is open or not by talking to the patient, listening to his breathing (keep your ear near his mouth), feeling the air on your cheek and observing his chest movements. The absence of breath sounds, no chest

open airway by lifting the chin and thrusting the jaw.

he is unconscious and the tongue blocks the airway.

movement and no air entry are signs of airway obstruction and cessation of breathing. In that case, open the airway by manual manoeuvres, endotracheal intubation or airway cut-down.

Some patients can face partial airway obstruction: their breathing sounds resemble snoring, but they continue to have air entries and chest movements. These patients should be closely monitored.

It is important to note that you should pay special attention to head tilting and chin lifting with spinal cord and neck injured patients.

Check the breathing

Even with an open airway, if the patient is not breathing well no adequate oxygen is reaching the lungs. You can check the patient's breathing: chest rises, air movements and breath sounds. You can also assess the quality and rate of breathing (RR).

The normal RR per minute is:

- Adults: 12-20

- 5 to12 years old children: 20-30

- Under 5 years old children: over 30

Patients who only have 3-4 respirations per minute must be examined and treated exactly the same as those patients with no breath. Chest or airway injuries should be examined at the same time as checking the breathing. Severely injured patients show a very slow, shallow, very rapid or gasping breathing.

Check whether the airway is open or not by talking to the patient, listening to his breathing (keep your ear near his mouth), feeling the air on your cheek and observing his chest movements.

စမ်းသပ် စစ်ဆေးပြုစုရမည်။ အသက်ရှူခြင်းကို စစ်ဆေးရာတွင် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း နှင့် ရင်ဘတ်ဒဏ်ရာ ရရှိခြင်းရှိ ၊ မရှိကိုပါ စစ်ဆေးရမည်။ ပုံမှန်အသက်ရှူနှုန်း ထက် လွန်စွာလျော့ နည်းခြင်း (သို့) အသက်ရှူနှုန်း အလွန်မြန်နေခြင်း၊ အသက်ရှူ ဖုတ်လိုက် ဖုတ်လိုက်ဖြစ်နေခြင်း တို့ကို ဆိုးရွားစွာ ဒဏ်ရာရသော လူနာများတွင် တွေ့ရသည်။

သွေးလှည့်ပတ်မှုစစ်ဆေးခြင်း

နှလုံးသည် ကောင်းစွာ အလုပ်မလုပ်လျှင် (သို့) သွေးထွက်၊သွေးယိုစီးမှုများ၍ သွေးလည်ပတ်မှု ကောင်းစွာ မပြည့်ဝလျှင် အဆုတ်မှ အောက်ဆီဂျင်သည် တစ်သျှူးများသို့ မရောက်ရှိနိုင်ပါ။ လူနာ၌ သွေးလည်ပတ်မှု ရှိမရှိကို လည်ပင်း သွေးကြောမ ကြီး သွေးခုန်နှုန်းကို စမ်းခြင်းဖြင့် သော်လည်းကောင်း၊ သွေးခုန်နှုန်း၊ နှလုံးခုန်နှုန်းကို စစ်ဆေးမှတ်သားခြင်း ဖြင့် လည်းကောင်း ဆန်းစစ်နိုင်သည်။ အသက်ရှူခြင်း ရော၊ သွေးခုန်ခြင်းပါ မရှိပါက စီပီအာ- အသက်ကယ်ခြင်း လှုပ်ရှားမှုကို (Circulatory Pulmonary Resuscitation CPR) စတင် လုပ်ဆောင်ပါ။

တစ်မိနစ်လျှင် ပုံမှန်သွေးခုန်နှုန်း

-လူကြီး – ၆၀ ကြိမ် – ၉၀ ကြိမ်

-၅ – ၁၂ နှစ် – ၉၀ ကြိမ် နှင့် အထက်

-၅ နှစ်အောက် – ၁၀၀ ကြိမ် နှင့် အထက်

သွေးထွက်ခြင်း(သို့)သွေးယိုစီးခြင်း

သွေးကြောပြင်ပသို့ သွေးစိမ့်ထွက်ခြင်းကို သွေးထွက်ခြင်း(သို့)သွေးယိုစီးခြင်း ဟုခေါ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ် အတွင်း တွင် သွေး ၅ လီတာ ခန့် လှည့်ပတ်လျက် ရှိသည်။ သွေးပမာဏ ဆုံးရှုံးမှု အပေါ်မူတည်၍ လူနာ၏ အခြေအနေကို ခန့်မှန်းနိုင်သည်။ ဦးနှောက်၊ နှလုံး၊ အာရုံကြောမကြီးနှင့် ကျောက်ကပ်တို့၏ ဆဲလ် နှင့် တစ်သျှူးများသို့ အောက်စီဂျင်ပါသော သွေး ထောက်ပံ့မှု မလုံလောက်ပါက အချိန်အနည်းငယ် အတွင်း အသက်အန္တရာယ် ရှိလာနိုင်သည်။

သွေးယိုစီးခြင်းတွင် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း သွေးယိုစီးခြင်း နှင့် ပြင်ပသို့ သွေးယိုစီးခြင်း ဟူ၍ (၂)မျိုး တွေ့ရမည်။ ပြင်ပသို့ သွေးယိုစီးခြင်းကို မျက်စိဖြင့် အလွယ်တကူ မြင်နိုင်သောကြောင့် လူနာအခြေအနေကိုတွက်ဆရန် လွယ်ကူသော်လည်း အတွင်းသွေးယိုစီးခြင်း ရှိသော လူနာအခြေအနေ ကို တွက်ဆနိုင်ရန် လူနာ၏ လက္ခဏာ နှင့် အသွင်သဏ္ဌာန်တို့ပေါ်တွင် ဆန်းစစ် လေ့လာရမည်။ အတွင်းသွေးယိုစီးခြင်း ရှိသော လူနာများသည် များသောအားဖြင့် အခြေအနေ ဆိုးဝါးလေ့ရှိသည်။

အတွင်းသွေးယိုစီးခြင်းရှိပါက –

(၁)ရင်ဘတ်၊ ဝမ်းဗိုက်နှင့် ထိခိုက်သော ဒဏ်ရာ အစိတ်အပိုင်းတွင် သွေးခြည်ဥခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း နှင့် နာကျင်ခြင်း။

(၂)ပါးစပ်၊ စအို အစရှိသော ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အပေါက်များမှ သွေးထွက်ခြင်း။

(၃)ကော်ဖီရောင် သွေးအန်ခြင်း အနက်ရောင် စေးကပ်သော မစင်များ သွားခြင်း သို့မဟုတ် မစင်နှင့်အတူ နီရဲသော သွေးများ ပါရှိခြင်း၊ (ဝမ်းဗိုက်ထိပါက)

(၄) နီရဲသော သွေးအန်ခြင်း (အဆုတ်ထိပါက)

(၅)သွေးလန့်ခြင်းဆိုင်ရာ လက္ခဏာနှင့် အသွင် အပြင် ရှိခြင်း။

how to examine a mine injuried patient

Check the circulation

Oxygen in the lungs can not reach tissue if the heart is not working or if there is inadequate circulation due to blood loss. Assess the patient's circulation by examining the carotid artery pulsation in the neck and count the pulse rate, heart rate (HR) and blood pressure (BP). If there is no pulse and no breathing, perform cardiopulmonary resuscitation (CPR) immediately

The normal PR per minute is:

- Adults: 60-90 per minute

- 5 to12 years old children: 90 and above

- Under 5 years old children: 100 and above

Examine the bleeding

Leaking blood out of the vessels is called bleeding. There is five litres of blood circulating around our body. Patients' conditions depend upon the amount of blood loss. When no adequate oxygenated blood flows to the brain, heart and kidney, life is threatened. There are two types of bleeding - external and internal. Whereas external bleeding can be easily observed, internal bleeding is difficult to assess. Patients with Internal bleeding are usually in a worse condition.

There is internal bleedings when there are/is:

1-Bruises,swelling/extension and tenderness in chest and abdomen injuries
2-Bleeding from the different orifices of the body: mouth, nose, ear or anus
3-Coffee colored vomiting, red colored urination, malena stool passing, or passage of blood in defecation
4-Vomiting fresh blood (if lung is injured)
5-Signs and symptoms of shock

management

သွေးယိုစီးမှုရှိသော လူနာများသည် -

-အသက်ရှူမြန်ခြင်း - သွေးထဲသို့ အောက်ဆီဂျင်များများ ပို့နိုင်ရန် အဆုတ်ကို မြန်မြန် အသက်ရှူစေခြင်း။

-နှလုံးခုန်မြန်ခြင်း - အရေးကြီးသည့် အင်္ဂါများသို့ သွေးပိုမို ရရှိစေရန် နှလုံးကို မြန်မြန်ညှစ်ရခြင်း။

-ဆီးသွားနည်းခြင်း - ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ ရေများ ဆုံးရှုံးမှုမရှိစေရန် ကျောက်ကပ်ကို ဆီးထုတ်လုပ်မှု လျှော့ချစေခြင်း။

-ဦးနှောက်သို့ သွေး ထောက်ပံ့မှု မလုံလောက်ပါက လူနာ အပြုအမူ ပြောင်းလဲခြင်း၊ စိုးရိမ် ထိတ်လန့်ခြင်း၊ ဂဏှာမငြိမ်ဖြစ်ခြင်း၊ ရန်လိုခြင်းတို့ကို တွေ့ရတတ်သည်။

၎င်းအပြင် နှလုံး သည် ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းရှိ အရေးကြီးသည့် အင်္ဂါများသို သွေးပိုမို ပေးပို့ရသောကြောင့် အရေပြား နှင့် ကြွက်သား ကဲ့သို့သော အင်္ဂါများတွင် သွေးပို့မှု နည်းလာပြီး အောက်ပါ အခြေအနေတို့ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည်။

-အရေပြားဖြူဖျော့ခြင်း ၊

-နှုတ်ခမ်းပြာနှမ်းလာခြင်း၊

-ခြေလက်များအေးစက်လာခြင်း။

-ကိုယ်အပူချိန် ကျဆင်းခြင်း

ပျို့ခြင်း၊ အန်ခြင်း နှင့် ဝမ်းဗိုက်ကြွက်တက်ခြင်း တို့သည် အစာခြေအင်္ဂါများသို့ အောက်စီဂျင်ပါသော သွေးပို့မှုနည်းပါးခြင်း ကြောင့် ဖြစ်သည်။

သွေးဖိအားကျပါက ခန္ဓာကိုယ်၏ သွေးပမာဏ (၂၀)% ဆုံးရှုံးနေပြီကို သတိပြုရမည်။

သွေးလန့်ခြင်း လက္ခဏာများ ဖြစ်ပေါ်လာပါက သွေးပမာဏ (၃၀-၄၀)% ဆုံးရှုံးနေကြောင်းကို သိရှိရမည်။

သွေးထွက်သော လူနာကို စစ်ဆေးရာတွင် အောက်ပါ အချက်များ အပေါ် အခြေခံ စဉ်းစားရမည်။

4 Cs - Circulation - သွေးလှည့်ပတ် မှု ကောင်း/မကောင်း - Colour - အရေပြား အရောင်- Cold - ကိုယ်ခန္ဓာ အပူချိန် ကျ /မကျ ၊ အရေပြား အေးစက် နေမှု ရှိ/ မရှိ - Condition - လူနာ၏ ယေဘုယျ အခြေအနေများ (အသက်ရှူနှုန်း၊ သွေးခုန် နှုန်း၊ သွေးပေါင်ချိန်၊ ရေငတ်ခြင်း၊ သူငယ်အိမ် ကျယ်ခြင်း) တို့ကို စစ်ဆေးရမည်။

ဒဏ်ရာကိုကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း

မိုင်းဒဏ်ရာများသည် လူတို့ မမြင်တွေ့နိုင်သည့် ခန္ဓာကိုယ်အင်္ဂါများ အထဲသို့ ထိုးဖောက် ဝင် ရောက်ပြီးထိခိုက်ပျက်ဆီးစေသည်။

<u>ဒဏ်ရာကိုကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း</u>

-ဒဏ်ရာ အရေအတွက်

-ဒဏ်ရာအကြီး၊ အသေး၊ အတိမ်၊ အနက်

-ဒဏ်ရာ၏ ပြင်းထန်မှု အခြေအနေ

-အရေးကြီးသော အင်္ဂါများကို ထိခိုက်မှု ရှိ/မရှိ

-သွေးကြောများမှ သွေးထွက်နေမှု ရှိ/မရှိ

-ဦးခေါင်း ၊ နား၊ နှာခေါင်းမှသွေးထွက်ခြင်း ရှိ/မရှိ

-သွေးအန်ခြင်း ရှိ/မရှိ

-ဆီးထဲတွင် သွေးပါခြင်း ရှိ/မရှိ

<u>ဒဏ်ရာရနိုင်ချေရှိသောနေရာများအား စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း</u>

-ဒဏ်ရာများကို သေချာစွာ စစ်ဆေးနိုင်ရန် အတွက် လူနာ၏ အဝတ်အစား အားလုံး ကို ချွတ်ပါ ။

-ဝမ်းဗိုက် ဖေါင်းခြင်း ရှိ / မရှိ ၊ ထိလိုက်လျှင် နာ / မနာ၊ (အသည်း ၊ ဘေလုံး)

how to examine a mine injuried patient

In bleeding patients, the followings can be observed:

-Tachycardia (increased HR): Heart pumps faster to provide adequate blood flow to vital organs.

-Tachypnoea (increased RR): Lungs breathe more quickly to circulate more oxygen in the blood.

-Decreased urine output: Kidney regulates urine ouptut to prevent fluid loss.

-Changes in behavior (anxiety restlessness, aggressiveness): Brain does not have adequate blood supply. Also, as the heart has to provide adequate blood flow to vital organs, circulation in other organs, like skin and muscle, is limited and the following can be noted:

- The extremities become cold.
- Skin color becomes pale.
- Lips become cyanosed.
- Body temperature becomes low.

Vomiting and cramps are due to decreased oxygenated blood flow to digestive organs.

Decrease in BP indicates 20% blood loss.

Signs and symptoms of shock indicate 30-40% blood loss.

Reminder: There are 4Cs to consider in bleeding patients: Circulation, Color (skin), Cold (body temperature/extremities) and Conditions (general condition like PR, RR, BP, thirst, pupil dilation)

Examine the injuries

There can be different organ damage due to penetration injuries.

Examination of mine injuries includes:

- Number of wounds
- Size and depth of wounds
- Severity of wounds
- Injuries in vital organs
- Bleeding from the blood vessels
- Bleeding from nose, ear, etc.
- Vomiting of blood
- Blood in urine

BP	Score	PR	Score	RR	Score	Consciousness	Score
>90	4	60-90	4	10-30	4	alert & orientated	4
70-90	3	90-110	3	>30	3	confused & restless	3
50-70	2	>110	2	5-10	2	respond to sound	2
<50	1	<20	1	2-5	1	respond to pain	1
no heart-beat	0	no heart-beat	0	no breathing	0	no response	0

မိုင်းထိလူနာအား စမ်းသပ်ခြင်း

သွေးပေါင် ချိန်	ရမှတ်	သွေးခုန်နှုန်း	ရမှတ်	အသက်ရှူနှုန်း	ရမှတ်	သတိရခြင်းအဆင့်	ရမှတ်
၉၀ အထက်	၄	၆၀ – ၉၀	၄	၁၀ – ၃၀	၄	နိုးထပြီး စိတ်ရှင်သန်နေခြင်း	၄
၇၀ – ၉၀	၃	၉၀ – ၁၁၀	၃	၃၀ အထက်	၃	စိတ်ရှုပ်ထွေး၍ ဂယောင်ဂတမ်း ဖြစ်ခြင်း	၃
၅၀ – ၇၀	၂	၁၁၀နှင့် အထက်	၂	၅ – ၁၀	၂	အသံကိုတုန့်ပြန်ခြင်း	၂
၅၀ အောက်	၁	၂၀ အောက်	၁	၂ – ၅	၁	နာကျင်မှုကို တုန့်ပြန်ခြင်း	၁
နှလုံးခုန်ရပ်ခြင်း	၀	နှလုံးခုန်ရပ်ခြင်း	၀	အသက်မရှူခြင်း	၀	လုံးဝတုန့်ပြန်မှုမရှိခြင်း	၀

–အရိုးကျိုးခြင်း ရှိ / မရှိ (ဦးခေါင်းခွံ၊ ပါးဆစ်ရိုး၊ ခြေလက်၊ တင်ပါးရိုး၊ ရင်အုပ်ရိုး)
–အာရုံကြောပျက်စီးမှု ရှိ / မရှိ
–လှုပ်ရှားမှု ကန့်သတ်ချက် ရှိ / မရှိ
–အသက်ရှူခြင်း နှင့် သွေးလည်ပတ်မှု ပြဿနာ ရှိ / မရှိ (သွေးပေါင်ချိန်၊ သွေးခုန်နှုန်း၊ အသက်ရှူနှုန်း၊ သွေးလန့်ခြင်း)

ဒဏ်ရာများကို သေချာစွာစစ်ဆေးပြီး တိကျစွာ မှတ်တမ်းတင်ခြင်း ပြုလုပ်ပါ။ မမြင်တွေ့နိုင်သော ဒဏ်ရာ များသည် ဒဏ်ရာ ဝင်ပေါက်များ သေးငယ်နေသည့်တိုင် အတွင်းပိုင်းသို့ ဝင်ရောက်သွားသော အစအနများကြောင့် ပြင်းထန်ပြီး အသက်သေ နိုင်ပါသည်။ အသက်ရှူနှုန်း မြန်ခြင်း၊ နှလုံးခုန်နှုန်း မြန်ခြင်း နှင့် ခြေလက်အင်္ဂါများ အေးစက်ခြင်းတို့သည် ဆိုးဝါးသော အတွင်းပိုင်း ဒဏ်ရာ၏ လက္ခဏာများ ဖြစ်ပါသည်။

ဒဏ်ရာပြင်းထန်မှု အခြေအနေကို စစ်ဆေးခြင်း

လူနာ၏ အခြေအနေကို အရှင်းလင်းဆုံး နှင့် တိတိကျကျ ဆန်းစစ်ရန် လိုအပ်သည်။ လူနာအခြေအနေ ဆိုး သလား/ကောင်းသလား၊ တိုးတက်မှု ရှိလား/မရှိဘူးလား စသည်တို့ကို သိရှိနိုင်ရန် အတွက် အသက်ရှူနှုန်း၊ သွေးခုန်နှုန်း၊ သွေးပေါင်ချိန် နှင့် အသိရှိခြင်းအဆင့် (ဦးနှောက် အလုပ်လုပ်ဆောင်ခြင်း)တို့ အပေါ် အခြေခံ စမ်းသပ် စစ်ဆေး ဆုံးဖြတ်ရမည်။

အထက်ပါဇယားသည် လူကြီးအပေါ်တွင် အခြေခံ၍ ပေါ် ပြထားခြင်း ဖြစ်သည်။

ဇယားအတိုင်း စစ်ဆေးတိုင်းတာပြီး ရမှတ်ကို ရေးမှတ်ပါ။ "၄" အမှတ်သည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပြီး "၀" အမှတ် သည် အဆိုးဝါး ဆုံး ဖြစ်သည်။ စုစုပေါင်း အမှတ်(၁၆)မှတ် ရရှိပါက အလွန်ကောင်းသော အခြေအနေတွင် ရှိပါ သည်။ ရမှတ် (၁၂)ထက် နည်းပါက လူနာ၏ ဒဏ်ရာသည် ပြင်းထန်ကြောင်း ရည်ညွှန်းသည်။

how to examine a mine injuried patient

Examine the areas where injuries may be possible :

- Undress the patient completely for thorough examination
- Check whether the abdomen is extended or not, tender or not (liver, spleen)
- Are bones fractured or not (skull, upper/lower limbs, pelvic girdle, sternum)?
- Are nerves injured or not?
- Is movement limited or not?

Check that breathing and circulation are normal or not (check BR, PR, RR and for signs and symptoms of shock). After a careful examination of the mine injuries, keep a record of all your findings. Even if the entry wounds are small, the injuries inside the body may be severe and fatal. Increased RR, PR, cold and clammy extremities are important signs of severe internal injuries.

Score the severity of injuries

Patient's condition should be clearly and precisely assessed. The conditions: good or bad, better or worse can be determined by examining RR, PR, BP and consciousness level.

Score the severity according to the table. Score 4 is the best condition and 0 is the worst. Total score 16 indicates the patient is in very good condition and score less than 12 indicates that the patient is severely injured.

References:

1. *War casualty management training course (WCMTC)*
2. *Health assistance training manual*

မိုင်းဒဏ်ရာ၌ ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးခြင်း

ဒေါက်တာ ထွန်းကျော် (အမျိုးသား ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေး ကော်မတီ)

သွေးစီးဆင်းမှု အားမကောင်းခြင်းသည် ဒဏ်ရာသို့ ရောဂါပိုးဝင်ရောက်ခြင်း နှင့် မလိုအပ်ဘဲ ခြေ၊ လက်အင်္ဂါများ ဆုံးရှုံးရခြင်းတို့၏ အဓိက အကြောင်းရင်းပင် ဖြစ်သည်။

ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း (သို့) ကူးစက်ခံရခြင်း ဟူသည် အဘယ်နည်း။

ခန္ဓာကိုယ် မည်သည့်နေရာ၌ မဆို ရောဂါ ဖြစ်စေသော ပိုးမွှားများ ကျူးကျော်ဝင်ရောက်ခြင်း နှင့် ပွားများခြင်း ကို ဆိုလိုသည်။ နေရာတစ်ခုတည်း၌ ရောဂါပိုး ရှိနိုင်သကဲ့သို့ ကိုယ်ခန္ဓာ အနှံ့အပြား သို့လည်း ကူးစက်ရောက်ရှိနိုင်သည်။ ပိုးမွှားများမှာ ဘက်တီးရီးယား၊ ဗိုင်းရပ်စ်၊ မှို အစရှိသည် တို့ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း၏ လက္ခဏာများ

ရောဂါပိုး ဝင်ရောက်လျှင် ကိုယ်ပူချိန်တက်မည်။ ပိုးဝင်သောနေရာအပေါ် မူတည်၍ လက္ခဏာ အမျိုး မျိုးခံစားနိုင်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်ရှိ ခုခံအားစနစ် ကောင်းမွန်လျှင် ဝင်ရောက်လာသော ပိုးမွှားများကို တိုက်ခိုက်၍ ရောဂါပိုး ကူးစက်ခြင်းကို ဟန့်တားနိုင်၏။

ပိုးဝင်သည့် နေရာအစိတ်အပိုင်းရှိ လက္ခဏာများ

ရောဂါပိုးဝင်လျှင် ဒဏ်ရာသည် နီခြင်း၊ ပူနွေးခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း၊နာကျင်ခြင်းနှင့် ၊သို့မဟုတ် အဖြူရောင်၊ ဝါနနွံ့ဖန့် (သို့) အစိမ်းရောင် အရည်များ (ပြည်များ) အနာမှ ထွက်ခြင်း။

ရောဂါပိုးဝင်ခြင်း၏ အမှတ်လက္ခဏာများမှာ အဘယ်နည်း။

ယေဘုယျအမှတ်လက္ခဏာများ(ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံး နှင့် သက်ဆိုင်၍ ဖြစ်သောလက္ခဏာများ)

အဖျားရှိခြင်း၊ ချမ်းတုန်ခြင်း၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပင်ပန်း နွမ်းနယ်ခြင်း၊ ညဘက် ချွေးထွက်ခြင်း

မိုင်းဒဏ်ရာအနာ၌ ရောဂါပိုး မည်ကဲ့သို့ ဝင်ရောက်ဖြစ်ပွားသနည်း

မြေမြှုပ်မိုင်း ဒဏ်ရာ အနာများသည် အမြဲတစေ ညစ်ပတ်ပေကျံနေပါသည်။ မြေကြီး၊ ဖိနပ် နှင့် အဝတ်အစား အစိတ်အပိုင်းများသည် ဒဏ်ရာပတ်လည်ရှိ အသား တစ်သျှူးများထဲထိ ဝင်ရောက်နိုင်သည်။ ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းသည် ဒဏ်ရာ၌ ရောဂါပိုး ဝင်ရောက်နိုင်ရန် အတွက် အခြေခံကောင်း တစ်ခုဖြစ်သည်။

ပေါက်ကွဲသော လှိုင်းအရှိန်သည် ကြွက်သားများနှင့် သွေးကြောများကို ကြေမွပျက်ဆီးစေပါသည်၊ ဒဏ်ရာသို့ သွေးလောက်ပုံမှ မရှိပါက ဘက်တီးရီးယားပိုး နှင့် အညစ်အကြေးကို ဝါးမျိုးစားသော သွေးဖြူဉနှင့် အောက်ဆီဂျင်ကို သယ်ဆောင်ပေးသော သွေးနီဉတို့ ဒဏ်ရာသို့ ရောက်ရှိနိုင်ရန် နည်းလမ်း မရှိတော့ပါ။

Infection Control in Mine Injury Patients

By Dr.Tun Kyaw, National Health and Education Committee (NHEC)

Poor blood supply is the main cause of wound infection and unnecessary amputation.

What is infection?

An infection means an invasion and multiplication of germs that can occur in any part of the body. It can be localized or systemic (spread throughout the body). The germs may be bacteria, viruses, yeast, or fungi.

Signs and symptoms of infection

An infection can cause fever and other problems depending on its location. When the body's natural defense system is strong, it can fight such germs and stop the infection.

Local signs

If there is an infected wound or incision there may be redness, heat, swelling, pain or white, yellowish or greenish fluid coming from the wound.

General signs

Fever, chills, pain, tenderness, general feeling of tiredness, night sweats.

Oxygen is important for cells and tissue.

How infection occurs in mine injury?

Landmine wounds are always extremely dirty (contaminated). Also, pieces of soil, shoe or cloth are usually shot into the soft tissues around the wound. This makes a

မိုင်းဒဏ်ရာ၌ ရောဂါပိုးမဝင်အောင် ကာကွယ်ခြင်း

ဘက်တီးရီးယားပိုးများ ပွားများခြင်း

ဒဏ်ရာအနာသည် မသန့်ရှင်းပါက ဘက်တီးရီးယားပိုးများသည် ဒဏ်ရာရပြီး ပထမ ၆နာရီ အတွင်း၌ ဖြည်းညင်းစွာ ပွားပေမည်။ ၆-၁၂ နာရီ အကြာ၌ ပိုး ပွားသော နှုန်းမှာ ပို၍ မြန်ဆန်လာမည်။ ၂၄နာရီ နောက်ပိုင်း၌မူ အလွန် လျှင်မြန်စွာ ပွားများလာ၏။ ရောဂါပိုး ဝင်ရောက် ကူးစက်မှုမှာ ၂၄နာရီ နောက်ပိုင်း၌ အမိုင်အမာ ဖြစ်လာသည်။

မိုင်းဒဏ်ရာအနာ၌ ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးခြင်း

မိုင်းဒဏ်ရာအနာ၌ ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးရန် အသက်ရှူခြင်းကို အားကူ ထောက်မ ပေးခြင်း (အသက်ရှူခြင်း ပုံမှန် ဖြစ်နေမှသာလျှင် ရှူမိသော အောက်ဆီဂျင်သည် သွေးထဲ၌ ပြည့်ဝနေမည်)၊ သွေးယိုထွက်နေမှုကို ပြုစုခြင်း နှင့် အရည်များ ပြန်လည် အစားဖြည့်ပေးခြင်း ဖြင့် သွေးလည်ပတ်မှုကို ထိန်းသိမ်းခြင်း (သို့မှသာ အနာသို့ သွေးထောက်ပံ့မှု ကောင်းမွန်ပေမည်)၊ မိုင်းဒဏ်ရာအနာများအား သန့်ရှင်းခြင်း အစရှိသည်တို့ကို ပြုလုပ်ပေးရမည် (ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကို တတ်နိုင်သမျှ နည်းစေရမည်)။ ထို့အပြင် ပဋိဇီဝဆေးပေး ကုသခြင်း နှင့် မေးခိုင်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း တို့ ပြုလုပ်ရ ပါမည်။

အောက်ဆီဂျင် ပြည့်ဝသော သွေးလည်ပတ်မှု အလုံအလောက် ရှိအောင် ထိန်းသိမ်းပါ။

<u>အသက်ရှူလမ်းကြောင်းကို ဖွင့်ပေးပါ။</u> (မိုင်းဒဏ်ရာရ လူနာအား အဆင့်ဆင့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း ဆောင်းပါးကို ဖတ်ပါ)

<u>အသက်ရှူမှုကို အားပေးကူပါ။</u> (မိုင်းဒဏ်ရာရ လူနာအား အဆင့်ဆင့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း ဆောင်းပါးကို ဖတ်ပါ)

<u>နာကျင်မှုကို သက်သာအောင် ပြုလုပ်ပါ။</u>

နာကျင်ခြင်းက အသက်ရှူခြင်းကို နှောင့်ယှက်နိုင်သည်။ နာကျင်မှုကို သက်သာစေသော ဆေးဝါးများ (ဥပမာ – ကယ်တာမင်းကို IV) ပေးပါ။

<u>သွေးလည်ပတ်မှု ကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။</u>

၁။သွေးတိတ်အောင် ပြုလုပ်ပါ။

သွေးလည်မှု မကောင်းလျှင် သွေးက သယ်ဆောင်ထားသော အောက်ဆီဂျင်သည် တစ်သျှူးများသို့ မရောက်နိုင်ပါ။ ခြေလက် အင်္ဂါ ဒဏ်ရာများမှ သွေးထွက်ခြင်းကို ရပ်တန့်ရန် ပတ်တီးစ (သို့) အဝတ်စများကို အနာဝလိုဏ်များ အတွင်းသို့ တင်းကျပ်အောင် ဖိတ်ဆို့ထည့်ပြီး လက်ဖြင့် တိုက်ရိုက်ဖိအားပေးခြင်းအားဖြင့် သွေးတိတ်စေပါသည်။ သွေးထိန်းစည်းကြိုး ကို သွေးတိတ်အောင် ပြုလုပ်ရာတွင် အသုံးမပြုပါနှင့်၊ ကျပ်ကျပ် စည်းနှောင်ထားသော သွေးထိန်းစည်းကြိုးသည် သွေးကြောငယ်များအား ပျက်စီးစေပြီး ဒဏ်ရာရနေသော တစ်သျှူးများသို့ အောက်ဆီဂျင် ရောက်ရှိခြင်းကို တားဆီးသဖြင့် ပြင်ပမှ ရောဂါပိုး ဝင်ရောက်နိုင်သည်။

၂။သွေးဆုံးရှုံးခြင်းကို အရည်ဖြင့် ပြန်လည် အစားဖြည့်သွင်းပါ။

သွေးအရည်ဆုံးရှုံးခြင်းကို IV အရည် ပေးခြင်း (သို့) ပါးစပ်မှ အရည်များ သောက်နိုင်းခြင်း ဖြင့် ပြန်လည် အစားဖြည့်ပေးရမည်။ သွေးပေါင်ချိန်ကို ၉၀ mmHg အောက် မရောက်သွားအောင် ကာကွယ်ပါ။ (အောက်ဆီဂျင် မရှိမှု အချိန်ကြာမြင့်လေလေ၊ ဆဲလ်များ ပို သေဆုံးလေလေ ဖြစ်ပြီး ထိုဆဲလ် အသေအား စားသုံး အသက်ရှင်သော ဘက်တီးရီး ယားပိုး

infection control in mine injury

good base for wound infection: the blast waves crush blood vessels and muscles and, without a blood supply to the wound, white blood cells that fight bacteria and red blood cells carrying oxygen have no way to reach the wound.

Bacteria multiplication

When the wound is contaminated the bacteria slowly multiplies during the first 6 hours of injury. After 6 to12 hours, there is an increase in multiplication, after 24 hours, the bacteria is multiplying rapidly - the infection will be established after 24 hours.

Prevention and control of infection

To prevent a mine injury infection, we have to support breathing (to oxygenate blood), correct circulation by bleeding control and fluid replacement (in order to maintain the blood flow), and provide proper wound care and cleaning (for decontamination). In addition, antibiotic prophylaxis, treatment and tetanus prophylaxis should be given.

Maintain enough oxygenated blood flow:

Open the airway (refer to the article: How to examine a mine injury patient)

Support the breathing (refer to the article: How to examine a mine injury patient)

Manage the pain

As pain can disturb breathing, give analgesics such as IV ketamine.

Maintain the circulation

1) Stop the bleeding (no blood, no oxygen). Limb bleeding can be stopped by firmly packing the wound cavity with gauze or cloth, and press directly with the hand. Never use tourniquet to stop limb bleeding as blood vessels can be damaged by the tight tourniquets, which can block oxygen supply and cause wound infection.

2) Replace the fluid by intravenous infusion or if possible orally, and make sure that blood pressure reaches 90 mmHg (the longer the deoxygenation lasts the more the cells die and the bacteria multiply and survive).

Warm the patient

An immune system with a 35 degree Celsius body temperature can fight the bacteria quite well.

Maintain nutrition

Inadequate nutrition and starvation weaken the physical strength and

management

Never use tourniquet to stop limb bleeding as blood vessels can be damaged by the tight tourniquets, which can block oxygen supply and cause wound infection.

များ ပိုမို ပွားများလာနိုင်ပေသည်။)

ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူကို နွေးထွေးအောင် ပြုလုပ်ပေးပါ။

ကိုယ်ခန္ဓာရှိ ခုခံအားစနစ်သည် ကိုယ်တွင်း အပူချိန် ၃၅ ဒီဂရီ ဆဲစီးရပ်၌ ဘက်တီးရီးယားပိုးများ ကို ကောင်းစွာ တိုက်ခိုက်ခုခံနိုင်သည်။

အာဟာရ ဖြည့်တင်းပေးပါ။

အာဟာရ ချို့တဲ့ခြင်း နှင့် ဆာလောင်ငတ်မွတ်ခြင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်ကို အားနည်းစေပြီး ရောဂါပိုး များကို ခုခံနိုင်သည့် စွမ်းအားကို ကျဆင်းစေသည်။ လူနာအားလုံးသည် ဒဏ်ရာရရှိပြီး ၁၂နာရီ အတွင်း၌ အစာအစာ လိုအပ်ပါသည်။ လူနာသည် သတိကောင်းစွာရှိလျှင်၊ ဝမ်းဗိုက်တွင် ဒဏ်ရာရခြင်းမျိုး မဟုတ်လျှင် အစားအစာကို ပါးစပ်မှ ကျွေးနိုင်ပါသည်။ ထိုသို့မဟုတ်က အစာအိမ်ပိုက်ထည့်၍ ကျွေးမွေးရမည်။

မိုင်းဒဏ်ရာအနာများအား ဂရုစိုက်၍ သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်ပါ။

ဒဏ်ရာအနာများအား သန့်ရှင်းဆေးကြောခြင်းသည် ရောဂါပိုး ဝင်ရောက်ခြင်းမှ ထားဆီးကာကွယ်ရန်၊ အနာကျက်စေရန် အားပေးကူညီရာတွင် အရေးကြီးဆုံး ဖြစ်သည်။ အနာဒဏ်ရာအား သန့်စင်ရာ တွင် သင့်၏ ညစ်ပတ်သော လက်ဖြင့် ဒဏ်ရာ အတွင်းသို့ နောက်ထပ် ရောဂါပိုးအသစ်များ ဝင် ရောက်ခြင်းမျိုး မဖြစ်သင့်ပါ (လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့် ပူနွေးသော ရေဖြင့် အနည်းဆုံး ၃ ကြိမ် ဆေးကြောပါ။ အညစ်အကြေးများ နှင့် သေနေ၊ ပျက်ဆီးနေသော ခန္ဓာကိုယ်တစ်သျှူးတို့ကို ဖယ်ရှားခြင်း (ခွဲစိတ်မှုဆိုင်ရာ နည်းပညာဖြင့် သေနေသော တစ်သျှူးတို့ကို လှီးဖြတ်ထုတ်ယူခြင်း (သို့) လုပ်နည်း သဘောအရ အနာဒဏ်ရာတစ်ခုမှ အညစ် အကြေးဖတ်များကို ဖယ်ရှားခြင်း) သည် လည်း မိုင်းဒဏ်ရာ အနာများ သန့်ရှင်းရာ၌ အရေးပါသော လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်သည်။ ထိုလုပ်ဆောင်ချက်ကို မိုင်း ဒဏ်ရာရပြီး ၈ နာရီအတွင်း ဆေးရုံ၌ ပြုလုပ်ရန် ပို၍ သင့်လျော်ပေသည်။ အရေးကြီးဆုံးမှာ လူနာ့အသက်ကို ကာကွယ်ရန် သွေးတိတ်အောင် တတ်နိုင်သမျှ ပြုစုပြီးလျှင် လူနာအား ဆေးရုံသို့ အမြန်ဆုံး ပို့ဆောင်ပါ။

ပဋိဇီဝဆေးဝါးများဖြင့် ရောဂါပိုးကို တိုက်ခိုက်ပါ။ ပိုးဝင်ခြင်းကို ကာကွယ်ပါ။

ပဋိဇီဝဆေးဝါးသည် ဘက်တီးရီးယားပိုးများအား သတ်ဖြတ်၍ ရောဂါပိုးကို တိုက်ထုတ်ပစ်ပေးသည်။ သို့သော် ပဋိဇီဝ ဆေးဝါး များသည် ဒဏ်ရာရသော နေရာသို့ သွေးထောက်ပံ့မှု ရှိမှသာလျှင် ရောက်ရှိနိုင်သဖြင့် သွေးလည်ပတ်ခြင်းကို ထိန်းသိမ်းရန် အရေးကြီးသည်။ အများအားဖြင့် မိုင်းထိ သော လူနာ များ အား ပဋိဇီဝဆေးဝါးကို IV (သွေးကြောအတွင်းသို့ တိုက်ရိုက်ထိုးသွင်းခြင်း) နည်းလမ်းဖြင့်သာ ပေးလေ့ရှိသည်။ IM (ကြွက်သား အတွင်း ထိုးဆေး) ပေးရာ၌ ကြွက်သားအများစုသည် ဒဏ်ရာရ စုတ်ပြဲကုန်သောကြောင့် ဆေးသည် အနာ ဒဏ်ရာသို့ ရောက်ရှိရန် အချိန်ကြာပေသည်။ ဆေးဝါးများကို အနာဒဏ်ရာ အမျိုးအစားပေါ်တွင် မူတည်၍ ရွေးချယ်အသုံးပြုပါသည်။ IV ပယ်နယ်ဆီလင် နှင့် IV မက်ထရိုနီဒဇော ဆေးများကို မိုင်းဒဏ်ရာများ အတွက် တွင်ကျယ်စွာ အသုံးပြုသည်။

မေးခိုင်ရောဂါပိုးကို ကာကွယ်ရန် ကာကွယ်ဆေးထိုးဖူးသော လူနာအား နောက် တကြိမ် ထိုးပေးခြင်းဖြင့် အားဖြည့်ပါ။ အကယ်၍ လူနာသည် ကာကွယ် ဆေး မရရှိခဲ့ဖူးပါက မေးခိုင် ကာကွယ်ဆေး immune globulin (၂၅၀ ယူနစ်အား) IM ပေးနိုင်သည်။

infection control in mine injury

immune system, which is necessary to fight the infection. All victims need food within 12 hours after the injury Feeding can be made orally if there is no abdominal injury and if the patient is conscious. If not, use a stomach tube.

Provide proper wound care and cleaning

Cleaning is the most important thing in preventing infection and helping wounds heal. Take care not to introduce any new infection into the wound with dirty hands (wash your hands with soap and clean warm water carefully at least three times). Debridement, the surgical technique of cutting away the damaged and dead tissue and mechanically removing the dirt particles from a wound, is also an important step. It is better to do it within the 8 hours following the injury (usually at hospital). But first, to save the life of the victim, stop the bleeding and then send them to a hospital as quickly as possible.

Use antibiotic for prevention and treatment

Antibiotics kill pathogens (bacteria) and fight infections. However, as antibiotics are carried along the blood to reach the wound site circulation must be maintained. For mine injury patients it is usually given by intravenous route (IV). Intramuscular antibiotic (IM) will take more time to get to the wound as lots of muscles may be torn out. The antibiotic choice varies with the types of injuries - IV Penicillin + IV Metronidazole are widely recommended for landmine injuries.

To prevent tetanus, a booster dose can be given to a previously vaccinated victim. If there is no previous immunization, choose IM tetanus immune globulin 250 IU.

References:

1.Health Messenger Issue 17: Special issue on Landmines, August 2002

2.Save Lives Save Limbs by Dr. Hans Husum, Mads Gilbert, Torben Wisborg

3.http://www.dictionary.rarecancer.org/ dictionaryphp

Cleaning is the most important thing in prevent-ing infection and helping wounds heal.

ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း စီမံကိန်း

ဆရာဝန်နေဘာ ဗိုက်စ်ဆောက် (ဟန်ဒီးကက်-အင်တာနေရှင်နယ်)

ဤစီမံချက်တွင် ပါဝင်သည့် လှုပ်ရှားမှုများမှာ မိုင်းအက်ခံရသူများနှင့် မသန်စွမ်းသူများ၏ အခြေအနေကို ဆန်းစစ်ခြင်း၊ ဆေးကုသမှု ပေးရန် စီစဉ်ခြင်းနှင့် အကောင်အထည်ဖော်ခြင်း၊ ကုသမှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် သုံးသပ်ချက်မှ ရလာဒ်များ နှင့်အညီ ပြောင်းလဲကုသခြင်း တို့ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုင်းမြန်မာနယ်စပ် ရှိ မြေမြှုပ်မိုင်းတုံးများကြောင့် စိတ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ နှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာ များ ဖြစ်လာသည့် အပြင် ကံမကောင်းလှစွာ မြေမြှုပ်မိုင်း နင်းမိပြီး ရရှိသော ကိုယ်ကာယ ထိခိုက်ဒဏ်ရာများကြောင့် ၎င်းတို့နှင့် တိုက်ရိုက် သက်ဆိုင်သော ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာလဲ ပေါ်ပေါက်လာပေသည်။ ထို့အတွက် နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့အစည်းသည် ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး အစီအစဉ်များ ကို ဒုက္ခသည်စခန်းများ တွင် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်နေပါသည်။

ဆန်းစစ်ချက်များထဲတွင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တွေ့ရှိ စစ်ဆေးမှုနှင့် လျော်ညီသော ကုသမှုပေး မပေး ဟူသော ဆေးပညာရပ်ဆိုင်ရာ နောက်ဆက်တွဲ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ဆန်းစစ်ခြင်း နှင့် မိမိတို့ ရည်မှန်း ချက်များ အတိုင်း အကောင်အထည် ဖော်နိုင်ခြင်း ရှိမရှိ ဆန်းစစ်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းစဉ်များကို အဓိက အားဖြင့် (၄) ခုခွဲခြားနိုင်ပါသည်။

ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းစဉ်များ၏ ရည်ရွယ်ချက်များမှာ–

–မိုင်းဒဏ်ခံရသူများနှင့် အခြား မသန်မစွမ်းသူများကို ခြေတုလက်တုများ ထောက်ပံ့ပေးခြင်း အပြင် သင့်လျော်သော အကြော အဆစ်တုံး နည်းပညာ လေ့ကျင့်ခန်းများ ပြုလုပ်စေ ခြင်းဖြင့် ကိုယ်လက်အင်္ဂါ

–မိုင်းဒဏ်ခံရသူများနှင့် အခြား ခြေပြတ်လက်ပြတ် လူနာများကို အကူအညီဖြစ်စေမည့် ခြေတုလက်တု များ တပ်ဆင်ပြုလုပ်ပေးခြင်း၊
–ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်မစွမ်း ဖြစ်နေသည့် သူများအတွက် အထောက်အကူပြု ကိရိယာ ပစ္စည်းများပြုလုပ်ထောက်ပံ့ပေးခြင်း၊
–ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လှုပ်ရှားမှုများ ပြုလုပ် နေသော လူနာများကို ကိုယ်ကာယ အကြော အဆစ်တုံး နည်းပညာဆိုင်ရာ ကုသနည်း များဖြင့် ကုသခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲ လိုက်လံ ကြည့်ရှု ပေးခြင်း၊
–သင်တန်းများ ပို့ချပေးခြင်း၊

Physical Rehabilitation Programme

By Suwannapha Wisessouk, Handicap International (HI)

HI project includes: assessing mine victims and patients' situation, planning and implementing treatment, evaluating, and then altering treatment according to the evaluation results.

Beside all the psychological and social problems arising from the presence of landmines along the Thai-Myanmar border, physical ones directly concern persons who step on landmines and unfortunately get highly injured. Among its activities, Handicap International therefore implements physical rehabilitation programs in the refugee camps.

An assessment involves a physical examination, and the consequent clinical decision about whether treatment is appropriate and, if so, the definition of the objectives that may be achieved.

Rehabilitation activities can be split into 4 main different fields:

-Prostheses & orthosis for assistance to mine victims or other amputees
-Devices for assistance to People With Movement Disability (PWMD)
-Physiotherapy follows up of rehabilitation patients
-Training

The objectives are:
-to improve the freedom of movement (physical capacity) of mine victims and PWMD not only by the provision of prostheses and orthosis but also by proper physiotherapy.
-to increase knowledge of the targeted community on disability issues.
-to promote access for the PWMD to facilities and basic services.

Among its activities, Handicap International implements physical rehabilitation programs in the refugee camps.

ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း စီမံကိန်း

လွတ်လပ်စွာ လှုပ်ရှားနိုင်မှု (ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်)ကို တိုးတက် လာစေရန်၊

-ဦးတည်ထားသော လူထုတစ်ရပ် အတွင်း မသန်စွမ်းမှု ဆိုင်ရာ ပြဿနာများနှင့် ပတ်သက်သော အသိပညာ ဗဟုသုတများ တိုးပွားလာစေရန်၊

-ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်မစွမ်း ဖြစ်နေသည့်သူများ အနေဖြင့် အထောက်အကူ ပစ္စည်းများ ရရှိနိုင်မှုနှင့် အခြေခံ ဝန်ဆောင်မှုပေးရာ ဌာနများသို့ လာရောက်ပြသ၍ ကုသမှုခံယူခြင်းများ တိုးတက် လာစေရန် - တို့ဖြစ်ပါသည်။

ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်မစွမ်းဖြစ်နေသည့် သူများအား ဘဝတန်ဖိုး အဓိပ္ပါယ် အစစ်အမှန်ကို သိရှိနားလည်အောင် ပညာပေးခြင်းသည် ဤ စီမံကိန်း၏ ဦးစားပေး လုပ်ငန်းတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် ရုပ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး လုပ်ငန်းများအပြင် မိသားစုဝင်များနှင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများ၏ စဉ်ဆက်မပြတ် ပံ့ပိုးပေးမှုများဖြင့် မသန်မစွမ်းသူများ သည် သူတစ်ပါးအား မှီခိုခြင်း နည်းနိုင်သမျှနည်း၍ မိမိကိုယ်တိုင် စွမ်းဆောင်နိုင်စေရန် ရည်ရွယ်ကာ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းသည် ဤ စီမံကိန်း၏ အဓိက ဦးတည်ချက်ပင် ဖြစ်၏။

မြေမြှုပ်မိုင်းဒဏ်ခံရသူ အများစုမှာ မိုင်း နင်းမိပြီးနောက် ကိုယ်ခန္ဓာ အစိတ်အပိုင်း တစ်ခုခု (အများအားဖြင့် ခြေတစ်ချောင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံတွင် လက်မောင်းတစ်ဖက်) ဆုံးရှုံးသွားကြရသဖြင့် နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့အစည်း ၏ ပန်းတိုင်မှာ မိမိတို့၏ လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်မှုများကို တတ်နိုင်သမျှ မြန်ဆန်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ဒဏ်ရာရသူများ လျင်မြန်စွာ ပြန်လည်လှုပ်ရှားနိုင်ပြီး လူ့အဖွဲ့အစည်းမှ ဖယ်ကြဉ်ခြင်း မခံရစေရေး ဖြစ်၏။ ထိုင်းနိုင်ငံရှိ ဒုက္ခသည်စခန်းများ တွင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်ခြင်း လုပ်ငန်းများ၌ အထူးကျွမ်းကျင်သူ ပညာရှင်များက ဒုက္ခသည် စခန်းရှိ ဝန်ထမ်းများကို လုပ်ငန်းစဉ် (၂) ခုနှင့် ပတ်သက်သော သင်တန်းများကို အဆက် မပြတ် ပို့ချပေးလျက် ရှိပါသည်။ ထို လုပ်ငန်းများမှာ-

ခြေတုလက်တုနှင့် အထောက်အကူပြု ပစ္စည်းများ ပြုလုပ်သည့် အလုပ်ရုံများ တည်ဆောက်ပေးခြင်း

ဒုက္ခသည် စခန်းများရှိ ဝန်ထမ်းလုပ်သားများ အား မြေမြှုပ်မိုင်းဒဏ်ခံရသူများနှင့် အခြား ခြေပြတ် လက်ပြတ် ဖြစ်နေသူများကို အလုပ်ရုံများတွင် ကြိုဆိုရန်နှင့် လိုလောက်သော ခြေတုလက်တု များ (ဒူးအောက်ပိုင်း၊ ဒူးအထက်ပိုင်း ခြေတု နှင့် လက်မောင်း

physical rehabilitation programme

Educating people with movement disabilities on the real meaning of 'life quality' is a priority. Apart from mental and physical health actions, continually supported by family members and care givers, the main theme of the rehabilitation programme for PWMD is to help them in being as independent as much as possible.

As most of the mine victims lose a part of their body after stepping on a landmine (usually one leg, sometimes an arm), the goal of Handicap International is to intervene as soon as possible, for them to get back a mobility which will enable them not to be excluded from the community.

In the camps, specialized professionals are continually training refugee workers in 2 activities:

Prostheses & Orthosis workshops

Workers from the camps are trained to welcome mine victims and amputees in the workshops and provide them with the adequate prosthesis (leg below knee, leg above knee, arm, etc.). The casting of each prosthesis is a precise work as every patient requires a personalized device. After the first visit following the accident, the technicians will need an average of 2 weeks to complete the work (casting, exercises...).

The workshops are also opened to those people who need their prosthesis and orthosis to be repaired or renewed. Assistive devices can be provided: crutches, chairs, long leg brace for poliomyelitis, and special chairs for cerebral palsy.

Along the border, the workshops are located in the following camps: Mae La, Mae Ra Ma Luang and Nu Po.

Assistive devices can be provided: crutches, chairs, long leg brace for poliomyelitis, and special chairs for cerebral palsy.

တု စသည်တို့) ကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ရန် သင်တန်းများ ပေးထားပါသည်။ ခြေ လက် တုတစ်ခု စီကို ပုံသွင်းခြင်းမှာ တိတိကျကျ ပြုလုပ်ရသော အလုပ်ဖြစ်ပြီး လူနာတစ်ဦးချင်းစီအတွက် သီးခြား ကိုယ်ပိုင်အထောက်အကူ ကိရိယာ ပစ္စည်း တစ်ခု ဖြစ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိခိုက် ဒဏ်ရာရ အပြီး ပထမဆုံး အကြိမ် ပြသသည့် အချိန် မှ စ၍ လုပ်ငန်းတစ်ခုလုံး (ပုံသွင်းခြင်း၊ လေ့ကျင့်ခန်း များ ပြုလုပ်စေခြင်း) ပြီးပြည့်စုံရန် အတတ်ပညာရှင် တစ်ဦးသည်ပျမ်းမျှ ရက်သတ္တ (၂) ပတ် လိုအပ်ပါသည်။ ထိုအလုပ်ရုံများကို မိမိတို့၏ ခြေတုလက်တု များ ပြန်လည်ပြင်ဆင်ရန်၊ အသစ်ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်သူများ အတွက်လည်း ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။ အခြားအထောက်အကူကိရိ ယာများ ဖြစ်သော ချိုင်း ထောက်များ။ ဘီးတပ်လက်တွန်းထိုင်ခုံများ၊ ပိုလီယို အကြောသေ ဝေဒနာရှင်များ အတွက် ခြေထောက် တစ်ခုလုံးကို ပံ့ပိုးပေးသည့် ကိရိယာ တို့ အပြင် ဦးနှောက်မသန် စွမ်းသူအတွက် အထူးထိုင်ခုံများကိုလည်း ပံ့ပိုးသည်။
ထိုင်းမြန်မာနယ်စပ်ရှိ မယ်လ၊ မယ်ရမလောင် နှင့် နူပိုး ဒုက္ခသည်စခန်းများ၌ ထို အလုပ်ရုံ များ ရှိကြပါသည်။ တောင်ပိုင်းဒေသရှိ ဒုက္ခသည်စခန်းများတွင်နယ်လှည့်အလုပ်ရုံ တစ်ခုကို ထားရှိပါသည်။ အခြား ဒုက္ခသည်စခန်းများ အတွက်မူ အစိုးရမဟုတ်သည့် ကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းများ ၏ လမ်းညွှန်မှုဖြင့် ခြေတု လက်တု အလုပ်ရုံသို့ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။

ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်မစွမ်း ဖြစ်နေသည့်သူများကို အကူအညီပေးခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲ လိုက်လံကြည့်ရှုခြင်း

ဒုက္ခသည်စခန်းများ တွင် သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်ရ အကြောအဆစ်ထုံး ဆိုင်ရာ ကုသမှု နည်းပညာရှင်များသည် ကိုယ် ကာယ အကြောအဆစ်ထုံး ဆိုင်ရာ ကုသမှုအခြေခံ ဗဟုသုတများ ကို ဒုက္ခသည် စခန်းရှိ လုပ်သား များအား သင်တန်း ပေးလျက် ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် အောက်ပါ လိုအပ်ချက် အမျိုးအစားများ ရှိနေသူများကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၁။ ဝနေ့တာ လုပ်ငန်းဆောင်တာများ (စားသောက်ခြင်း၊ အဝတ်ဝတ်ခြင်း)ကို လုပ်ဆောင်နိုင်ရန် မိမိကိုယ်ကို မိမိ အားကိုးနိုင်မှုနည်းသူများ၊ မိသားစုဝင်များ ထံမှ အကူအညီရရန် အခက်အခဲရှိနေသူများ။

၂။ကိုယ်ခန္ဓာ မသန်စွမ်းမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော အကျိုးဆက်များနှင့် မတော်တဆ ထိခိုက်မှုများမှ မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်ရန် ပြုလုပ်နိုင်မှု အနည်းဆုံး ဖြစ်နေသူများ။ ထိုလူနာများ၏ လှုပ်ရှားမှုမဲ့ အဆစ်များ ကို လုံးဝမလှုပ်ရှား နိုင်သော အဆင့်သို့ မရောက်သွားအောင်၊ အထူးသဖြင့် ဦးနှောက် မသန်မစွမ်းဖြစ်နေသူများတွင် အဆုတ်နှင့် ပတ်သက်သော နောက်ဆက်တွဲများ မဖြစ်အောင်အောင် ကိုယ် ဝတ်နှင့် ရင်ဘတ် လေ့ကျင့် ခန်းများ မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်ကို သင်ကြား ပြသ ပေးကြပါသည်။

၃။ အလုပ်မလုပ်နိုင်သော ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်မစွမ်းဖြစ်နေသူများ ကို သီးခြားကူညီပေးသည်။ သို့မှသာ မိသားစု အတွက် ဝင်ငွေရှာဖွေရာတွင် ပါဝင် ဆောင်ရွက် နိုင်မည်ဖြစ်ပေသည်။

၄။ စိတ်ဓာတ်ရေးရာ ထောက်ပံ့မှုပေးခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ လှုပ်ရှားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်မစွမ်း ဖြစ်နေသူ များ

physical rehabilitation programme

There's also a mobile workshop for the southern camps. For other camps a transfer system to Handicap International workshops can be set up with the assistance of medical NGOs.

Assistance and follow up of people with movement disability (PWMD)

In all the camps, certified physiotherapists are training refugee workers in the basic knowledge of physiotherapy. Several services can therefore be provided to people in need of such kinds of assistance:

1. Minimum self reliance for daily activities (eating, drinking, wearing clothes, etc.) from morning to evening, with minimum help from the family members.

2. Minimum self reliance to protect oneself from complications or accidents that might be caused by physical disabilities. Patients are shown how to move immobilized joints by themselves to prevent joint stiffness, how to move limbs and chest clears to prevent lung complication, especially for cerebral palsy patients.

3. Specific assistance for PWMD who are still able to have a working occupation, in order to participate to the financial income of the family.

4. Mental support. As they cannot move independently, PWMD may experience stress and need tolerance from their community.

5. Activities to develop accessibility to public buildings and private premises in the camps.

In all the camps, certified physiotherapists are training refugee workers in the basic knowledge of physiotherapy.

6. Monthly physiotherapy trainings to people having a PWMD in their family. These trainings give PWMD relatives the basic skills to assist their husband, wife, children, parents in a right way.

သည် သူတစ်ပါး အကူအညီမရဘဲ လှုပ်ရှားမှု မပြုလုပ်နိုင်ကြသဖြင့် စိတ်ဖိစီးမှုဒဏ် ခံစားကြရပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်၏ ရိုက်ခတ်မှုဒဏ်မှ ခံနိုင်ရည် ရှိရန် စိတ်ဓာတ်မြှင့်တင် ပေးရပါမည်။

၅။ ဖုက္ခသည်စခန်းများ အတွင်း အများနှင့် သက်ဆိုင်သော အဆောက်အဦများအား အသုံးပြုနိုင်ခွင့်များ၊ ပုဂ္ဂလိက အဆောက်အဦများသို့ ဝင်ရောက်နိုင်ခွင့်တို့ကို ပိုမို ရရှိအောင်လည်း ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိပါသည်။
မိသားစုအတွင်း မသန်မစွမ်းသူ တစ်ဦး ရှိနေသော အိမ်ထောင်စုများကို လည်း အကြောအဆစ်ထုံးဆိုင်ရာ ကုသမှု နည်းပညာ များကို လေ့ကျင့် သင်တန်း ပို့ချ ပေးလျက်ရှိပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ မိသားစုဝင်များကို အခြေခံ ပြုစု စောင့်ရှောက်ခြင်း အကြောင်း သင်ကြား ပို့ချပေးခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့၏ ခင်ပွန်း၊ မယား၊ သားသမီး၊ မိဘများကို မှန်ကန်သော နည်းလမ်းများဖြင့် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ပေးနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ လုပ်ငန်းများသည် လူထု ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်မှု သဘောတရားအရ ကိုယ်ခန္ဓာ မသန်မစွမ်း ဖြစ်နေသူများသည် သူတစ်ပါး အကူ

အညီ မယူဘဲ မိမိကိုယ်တိုင် ဘတ်နိုင်သမျှ အားထုတ် ပါဝင်နိုင်စေရန် ရည်ရွယ်သည်။ ဒေသတွင်း အစပျိုး လုပ်ငန်းများ အား ထောက်ပံ့ပေး ခြင်းများကို တိုးမြှင့် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပြီး စွမ်းဆောင်ရည် တည်ဆောက်ခြင်း လုပ်ငန်းများကိုလည်း သုတေသန ပြုလျက်ရှိပါသည်။
လူထုအခြေပြု အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းသည် အရေးကြီးသည် မှန်သော်လည်း နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့အစည်းအနေဖြင့် စခန်းပြင်ပမှ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ၏ အကြံဉာဏ်ပေးခြင်း ကိုလည်း ကြီးမားသော ကူညီမှု အဖြစ် အမြဲခံယူထားပါသည်။ ယင်းခံယူချက်ကြောင့် စခန်း တွင်း လုပ်သားများနှင့် ပြင်ပမှပညာရှင်များ အကြား ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်းသည် ဘက်နှစ်ဘက် ညီမျှစွာဖြင့် အကောင်အထည်ဖော်နေသော၊ ရှုထောင့် (၂) ခုမှကြည့်ရှုနိုင်သော (တစ်ခုမှာ လက်တွေ့လုပ်ငန်းခွင် အမြင် ဖြစ်ပြီး အခြားတစ်ခုမှာ အတတ်ပညာပိုင်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်မှု ဖြစ်သည်) စီမံချက်ဖြစ်ကြောင်း အာမခံ နိုင်ပါသည်။

physical rehabilitation programme

The activities always follow the principle of a participatory approach and focus on the wish to make people as independent as possible.
Partnership with local structures and support to local initiatives are encouraged, and actions related to capacity building approaches are researched.
However, even if the community based approach is important, Handicap International always keeps in mind that the input brought by outside camp specialists are of a great help. This is why the collaboration between workers inside the camps and outsiders are the guarantee of well balanced projects, including two aspects: on the one hand, the reality of the field; on the other one, the technical skills.

The activities always follow the principle of a participatory approach.

မြေမြှုပ်မိုင်း တားဆီးပိတ်ပင်ဆန့်ကျင်ရေး လှုပ်ရှားမှုများ

ပေါလ်ရမ်း (ဟန်းဒီးကက်-အင်တာနေရှင်နယ်)

၎င်းလှုပ်ရှားမှုများတွင် မိုင်းရှိသော ဒေသများ၌ နေထိုင်သော လူများအား မိုင်းအန္တရာယ်မှ ကိုယ့်ကိုကိုယ် ကာကွယ်နိုင်ရန် နည်းလမ်း များကို သင်ကြားပေးခြင်း (သို့) မိုင်းရှာဖွေလုပ်မှုကို ဟန့်တားခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

ကမ္ဘာပေါ်၌ မြေမြှုပ်မိုင်းများတည်ရှိခြင်း - ကြောက်ရွံ့ဖွယ် အချိန်ဗုံး

ကမ္ဘာပေါ်၌ နှစ်ပေါင်း ၂၅ ခုနှစ်အတွင်း မြေမြှုပ်မိုင်း သန်း ၂၀၀ ကျော် ကို ထုတ်လုပ် ခဲ့ပြီး သန်း ၂၃၀ ကျော် သိုလှောင် သိမ်းဆည်း ထားခဲ့ ဖြစ်သည်။ ငြိမ်းချမ်းသော ကာလ အတွင်း၌ လည်း ၎င်း လက်နက်ကြောင့် လူပေါင်းများစွာ အသက်ဆုံးရှုံးရသည်။ တစ်ခါ တပ်ဆင်ပြီးလျှင် ထိန်းချုပ်ရန် မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ နှစ်ပေါင်းများစွာ အန္တရာယ်ပေးနိုင်စွမ်း ရှိပြီး တိုက်ပွဲဝင်နေသူ နှင့် အရပ်သား၊ လူကြီးနှင့် ကလေး ခွဲခြားခြင်းမရှိ၊ လူမရွေး ၊ အရွယ်မရွေး အသက်သေခြင်း (သို့) ခြေလက်ပြတ်ခြင်း တို့ ဖြစ်စေသည်။ ထို့ထက်ပိုသော အခြား ထိခိုက် သက်ရောက်မှုများ လည်း ရှိပေသည်။

မိုင်းများသည် မိုင်းသားကောင်များကြောင့် ပေါက်ကွဲသော တစ်ခုတည်းသော လက်နက် ဖြစ်သည်။ ၎င်းအား မတော်တဆ မရည်ရွယ်ဘဲ ထိမိခြင်း ကြောင့် (သို့) လူတစ်ဦး တစ်ယောက် က ယင်းနေရာ၌ ရှိခြင်း၊ အနီးအနား ၌ ရှိနေခြင်းကြောင့် ပေါက်ကွဲပြီး ခန္ဓာကိုယ်ကို ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရန်၊ စိတ်ကို နာကျင်စေရန်၊ ရန်သူကို သတ်ပစ်ရန် အစရှိသည့် ရည်ရွယ်ချက်များ အကောင်အထည် ဖော်နိုင်ပေ သည်။ ဤနည်းဖြင့် မိုင်းသားကောင်များ သည် လူမှုပတ်ဝန်းကျင် နှင့် ကျန်းမာရေးစနစ်မှကြည့်လျှင် အကူအညီလိုသူများ ဖြစ်လာကြသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်းများ၊ ကျန်းမာရေး၊ စီးပွားရေး၊ ဖွံ့ဖြိုးရေး တို့သည် တစ်ခုနှင့် တစ်ခု ဆက်စပ်နေပါ သည်။ မြေမြှုပ်မိုင်းများ သည် လယ်ယာမြေ စိုက်ပျိုးရေး၊ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး၊ သဘာဝ သယံဇာတများ ထုတ်ဖော်ရေး အစရှိသည့် အခြေခံအချက်များကို လက်လှမ်းမီ ရယူနိုင်ခြင်း မရှိအောင် ဟန့်တား ခြင်းဖြင့် နိုင်ငံ၏ အကျိုးစီးပွားကို ထိခိုက်စေနိုင်သည်။ အချို့ နိုင်ငံများ ၌ မိုင်းသားကောင်များကို ကူညီရန် အားထုတ်မှု၊ ထောက်ပံ့ဖြည့်ဆည်းမှု များစွာ လို

Acting Against Landmines

By Paul Yon, Handicap International (HI)

Actions can be teaching people how to protect themselves from danger in a mine-affected environment or advocating to ban landmines production.

Landmines in the World: A Tragedy

Over 200 million landmines have been manufactured over the last 25 years and there are over 230 million still stocked around the world. Those weapons kill even during peace time. Once laid, nobody has control over them. They remain active for decades and can kill or mutilate anytime: fighters, non-fighters, adults and children. But this is not their unique particularity.

-Mines are the only weapons triggered by the victim. They explode just after involuntary contact or due to the proximity of a person, always reaching their aim: to cause great injury, destroy psychologically, or kill their enemies. Mine victims are then forced to become assisted people within the health system and their community. (Refer to the article "Landmines: why a public health concern").

-Landmines, health, economy and development are all quite related to one another. Because mines prevent people from having access to farms, fields, communication/ irrigation infrastructures and natural resources, they have an impact on the economy. In some countries, a lot of effort and resources are needed to assist the mine victims. As a result, national structures that would be able to use these same resources to fight against diseases such as tuberculosis,

Mine victims are forced to become assisted people, within the health system and their community.

မိုင်းဆန့်ကျင်ရေး

အပ်သည်။ ထိုအခါ ထိုနိုင်ငံ၏ အခြေအ ဖွံ့ဖြိုးမှုကို စနစ်နှင့် လုပ်ဆောင်မှုများ အားနည်း သွားပေမည်။ ဥပမာ– တီဘီရောဂါ၊ ပိုလီယို အကြောသေရောဂါ (သို့) ငှက်ဖျားရောဂါ အစ ရှိသည့် ကျန်းမာရေး ပြသသနာများကို ဖြေရှင်း ရန် နှင့် မိုင်းသားကောင် များကို ကူညီရန် ဖြည့်ဆည်းပံ့ပိုးမှုများကို ဝေငှသုံးစွဲ သောအခါ ဖြစ်သည်။ အချို့မိုင်းထူထပ်သော နေရာများ၌ ပြည်သူလူထုသည် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု ရရှိရန်၊ သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေ ရရှိ သုံးစွဲရန်၊ စိုက်ပျိုးရန်ကောင်းမွန်သောလယ်ယာ မြေများ လက်လှမ်းမီအသုံးပြုနိုင်ခြင်း မရှိသည့် အတွက် တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု နှင့် အထွေထွေ သန့်ရှင်းမှုတို့ ထိခိုက်နိုင်သည်။ ထို့ပြင် မိုင်းများ ကြောင့် ဖြစ်ချမ်း သော နယ်မြေလမ်းများ တည် ဆောက်ရေး၊ ပြန်လည်နေရာချထားရေး နှင့် ဒုက္ခသည်များ မူလနေရပ် သို့ ပြန်လည် ပို့ဆောင်ရေး လုပ်ငန်းများ အား ကြီးစွာ နှောင့်ယှက် ဟန့်တား ပေသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်းများ ရှိခြင်းသည် နိုင်ငံတကာ လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှုဆိုင်ရာ ဥပဒေကို ဆိုးဆိုး ရွားရွား ချိုးဖောက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဂျနီဗာ ညီလာခံက တိုက်ပွဲဝင်နေသူ များအား တောင်းဆိုပြောကြားသည့် အချက် မှာ တိုက်ပွဲဝင်သူများ နှင့် အရပ်သားများ အား ခွဲခြားခြင်းမရှိပဲ တိုက်ခိုက်ခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ရန် ဖြစ်သည်။ လူကို ထိခိုက်စေသော မြေမြှုပ်မိုင်း များ ပွားများ ဖြစ်ထွန်းလာမှု၌ သွယ်ဝိုက်၍ (လက်နက် ထုတ်လုပ်ခြင်း (သို့) လွှဲပြောင်း ပေးပို့ခြင်း) သို့မဟုတ် တိုက်ရိုက်နည်းအားဖြင့် (လက်နက်အသုံးပြုခြင်း) ပါဝင် လှုပ်ရှားကြ သော နိုင်ငံများသည် နိုင်ငံတကာ လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှု ဥပဒေကို ချိုးဖောက်ရာ တွင် ပါဝင်လျက် ရှိသည့် သဘော ဖြစ်သည်။

မြေမြှုပ်မိုင်းများ ပွားများလာမှုကို ရပ်တန့်ရန် တစ်ခု တည်းသော နည်းလမ်းမှာ မိုင်းများကို လုံးဝ တားဆီးပိတ်ပင်ရန် ဖြစ်သည်။ ထိုအချက်သည် လူ့အခွင့်အရေး မူဝါဒကို လိုက်နာရန် အကောင်းဆုံး ဖြစ်သကဲ့သို့ အစိုးရမဟုတ် သော အဖွဲ့အစည်း များနှင့် နိုင်ငံတကာအသင်း အဖွဲ့များမှ တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက်နေ သော မိုင်းသားကောင်များ အား ကူညီပေးရေး၊ မြေမြှုပ်မိုင်း မတော်တဆ ထိခိုက်မှု များမှ ကာကွယ်ရေး နှင့် မိုင်းရှင်းလင်းရေး လှုပ်ရှားမှု များကို အားပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

မိုင်း တားဆီးပိတ်ပင် ဆန့်ကျင်ရေး ဟူသည် အဘယ်နည်း

မိုင်း တားဆီးဆန့်ကျင်ရေး ဟူသည် မြှုပ်ထား သော မိုင်းများအား ဖယ်ရှားခြင်း တစ်မျိုး တည်း မဟုတ်ပါ။ အဓိက ရည်ရွယ်ချက် မှာ မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ်ကို သုတ်သင်ရှင်း လင်း ရန် နှင့် ထိခိုက်မှုများ အား လျော့နည်းစေရန် ဖြစ်သည်။

acting against mines

poliomyelitis or malaria are weakened. In some affected places, the population has restricted access to health facilities, drinking water and cultivatable fields, which indirectly slows down the possibilities to improve sanitary conditions. Also, the presence of landmines prevents the implementation of peace road maps, resettlements or repatriation of populations.

Mines are a violation of international humanitarian rights laws. The Geneva Conventions oblige fighting actors to observe a real distinction between fighting and civilian populations, and to never use weapons in an indiscriminate way. Countries who indirectly (by the production and trade) or directly (by using landmines) contribute to the proliferation of landmines therefore participate in violation of international humanitarian rights treaties.

Totally forbidding landmines is the only efficient solution to stop this proliferation. It is also the only way to follow the concept of international human rights and support the efforts done by non-governmental organizations and international agencies acting in the field of victim assistance, landmine accident prevention and demining.

What is Mine Action?

Mine action is more than removing landmines from the ground. Its aim is to remove the threat and alleviate the suffering that results from it. It includes actions such as teaching people how to protect themselves from danger in a mine affected environment or advocating to ban landmines production.

Mine action is not only related to land mines. In many countries, unexploded ordnances (UXOs) are injuring even more people than landmines. UXOs comprise bombs, mortars, grenades, missiles or other devices that have failed to explode on impact but remain volatile and can kill if touched or moved. This is why today's mine-action programmes typically address problems of landmines and UXOs together.

Mine action is more than removing land-mines from the ground. Its aim is to remove the threat and alleviate the suffering that results from it.

မိုင်းသန့်ရှင်းရေး

မိုင်း တားဆီး ပိတ်ပင်ရေး ဟု ဆိုရာ၌ သည် မြေမြှုပ်မိုင်း တစ်ခုတည်းကို ရည်ညွှန်းခြင်း မဟုတ်ပါ။ နိုင်ငံအများစု ၌ မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်း မီးကျောက်များ သည် မြေမြှုပ်မိုင်းများထက် လူအား ပိုမို၍ ထိခိုက် ဒဏ်ရာရစေသည်။ မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များ၌ ဗုံး၊ မော်တာ၊ ဗုံးကျည် အစရှိ သည့် ပစ်လွှတ် သော်လည်း မပေါက်ကွဲ သေး သော၊ သို့သော် ထိမိလျှင် (သို့) ရွှေ့မိလျှင် မီးလောင် ပေါက်ကွဲနိုင်စွမ်းရှိပြီး လူကို သေစေသော အခြား လက်နက်များ ပါဝင်သည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း တားဆီးပိတ်ပင်ရေး လှုပ်ရှားမှုများ တွင် ပါဝင်သော ရည်မှန်းချက် ၅ မျိုးကို အောက်ပါအတိုင်း ခွဲခြားသိနိုင်သည်။

၁။ မိုင်း နှင့် မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များအား ဖယ်ရှားခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း၊ မိုင်း ထူထပ်စွာ ရှိသော နေရာကို အမှတ်အသား ပြုလုပ်ခြင်း (သို့) တားတာထားခြင်းဖြင့် မိုင်းနှင့် မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များ အန္တရာယ် ခြိမ်းခြောက်မှုကို ခံရသော လူထုအား ဘေးရန်ကင်းဝေးသော ပုံမှန်ဘဝကို ပြန်လည် ရရှိစေရန် ဖြစ်သည်။ အန္တရာယ် အများဆုံး ရှိသော လူအုပ်စုမှာ ပဋိပက္ခတိုက်ပွဲများ ပြီးဆုံး ၍ မူလနေထိုင်သော အရပ်ဒေသသို့ ပြန်လည် ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်မည့်သူများ နှင့် မိမိတို့၏ လယ်မြေများ၌ မိုင်းထူထပ်စွာ ရှိကြောင်း မြင်ထားသော တောင်သူ လယ်သမားများ ဖြစ်သည်။ ၎င်းလှုပ်ရှားမှု၌ အဆင့်ပေါင်းများစွာ ရှိသည် - အထူးသီးသန့်ပြုလုပ်ထားသော ကိရိယာများ၊ ခွေးများဖြင့် မိုင်းရှိသည့် နေရာ ကို ရှာဖွေခြင်း၊ မိုင်းရှိသော နေရာအကျယ်အဝန်းကို ကျဉ်းနိုင်သမျှ ကျဉ်းအောင် လုပ်ခြင်း၊ မိုင်း နှင့် မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များအား စုဆောင်း၍ ဖျက်ဆီး ပစ်ခြင်း တို့ ပါဝင်သည်။

၂။ မိုင်းအန္တရာယ်အား ပညာပေးပြောဆိုခြင်း
မိုင်းအန္တရာယ်များအား ပြည်သူလူထု နားလည် သဘောပေါက်စေရန်၊ မိုင်း နှင့် မပေါက်ကွဲ သော ခဲယမ်းမီးကျောက်များအား မှတ်သား သိမြင်စေရန် နှင့် ထိုအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေး အောင် ပြုမူနေထိုင် လုပ်ဆောင်သင့်သော အချက်အလက်များကို သင်ယူ လေ့လာ ရန် ရည်ရွယ်၍ ပြောဆိုသည်။

၃။ မိုင်းသားကောင်များ၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ နှင့် ပြန်လည်ထူထောင်ရေးဆိုင်ရာ လုပ် ဆောင်မှုများ ၌ ကူညီထောက်ပံ့ခြင်း၊ မိုင်း သားကောင်များအား အသက်မွေးမှုဆိုင်ရာ သင်တန်းများ ပေးခြင်း နှင့် အလုပ်ရရှိရန် ဝိုင်းဝန်း ကြိုးပမ်းမှုပြုခြင်း တို့ကို ဆောင်ရွက် ပေးခြင်းသည် လူမှုဝန်းကျင် ၌ ၎င်းတို့ တွေ့ကြုံ ရနိုင်သော တယူသန် အမြင်စွဲများ အား ပြန်လည် ပယ်ဖျက်ပေးရန် ဖြစ်သည်။

acting against mines

We can distinguish five objectives in mine action:

1.Removing and destroying landmines and explosive remnants of war and marking or fencing off areas contaminated with them. The purpose of this action is to enable the population threatened by landmines and UXOs to return to normal life. Among the persons considered to be the most at risk, are displaced people who return back to their original location at the end of a conflict and also farmers who have seen their lands polluted.

Several steps are implemented: detection with specialized tools and dogs, delimitation of mined areas, collection and destruction of landmines and UXOs.

2. Mine-risk education to help people understand the risks they face, recognise mines and UXOs, and learn how to stay out of danger.

3. Medical assistance and rehabilitation services to victims, including vocational training and employment opportunities. This assistance aims to "repair" the prejudices landmines victims may encounter.

4. Advocating for a world free from the threat of landmines, and encouraging countries to participate in international treaties and conventions designed to end the production, trade, shipment or use of landmines.

5. Helping countries to destroy their stockpiles of mines as required by international agreements, such as the 1999 anti-personnel mine ban convention.

Handicap International in Thailand

Since 1984, Handicap International has been implementing some projects along the Thai-Myanmar border. The aim is to develop integrated mine action and disability programmes

၅။ မိုင်းအန္တရာယ် ကင်းဝေးသော ကမ္ဘာ့အဖြစ် ထူထောင်ရန် ကိုယ်စားပြောကြားခြင်း၊ မိုင်းထုတ်လုပ်မှု၊ ကုန်သန်းရောင်းဝယ်မှု၊ လွှဲပြောင်းပေးပို့မှု၊ အသုံးပြုမှုတို့ အဆုံးသတ်ရန် ရည်ရွယ်ထားသော နိုင်ငံတကာ မိုင်းတားဆီး ရေး စာချုပ် နှင့် ညီလာခံများ၌ ပါဝင် လှုပ်ရှားကြရန် တိုက်တွန်းခြင်း

၅။ ၁၉၉၉ အနိတီပါဆေယ်နယ်မိုင်းများ ဆန့်ကျင်တိုက်ဖျက်ရေး ကွန်ဗင်းရှင်း ကဲ့သို့ သော နိုင်ငံတကာ သဘောတူညီချက်ကို လိုက်နာလုပ်ဆောင်သည့် အနေဖြင့် သိုလှောင် ထားသော မိုင်းများအား အစုလိုက်၊ အပြုံ လိုက် ဖျက်ဆီးမည့် နိုင်ငံများအား ကူညီခြင်း

နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့-ထိုင်းနိုင်ငံ

ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ်၌ ၁၉၈၄ခုနှစ်မှစ၍ ထိုင်းနိုင်ငံအခြေပြု နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့သည် စီမံချက် အချို့ကို အကောင် အထည် ဖော်ဆောင်ရွက်နေသည်။ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရေရှည်တည်တံ့စေမည့် နည်းလမ်း ဖြင့် မြေမြုပ်မိုင်း တားဆီးပိတ်ပင်ရေး လှုပ်ရှား မှုများ နှင့် မသန်မစွမ်း စီမံချက် လုပ်ငန်း များ ပေါင်းစည်းလုပ်ဆောင်ရန် ဖြစ်သည်။

လုပ်ငန်းများတွင် ခြေတုများ တပ်ဆင်ပေးခြင်း၊ အထောက်အကူ ပစ္စည်းကိရိယာများ ထောက်ပံ့ပေးခြင်း နှင့် ကိုယ်ကာယ အကြောအခြေစိ ထုံးဆိုင်ရာ ကုသ စောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်း၊ မသန်စွမ်းမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ သိမြင်အောင် ပညာပေးခြင်း၊ မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြုဆင်ခြင်ရန် ပညာပေးခြင်း နှင့် စီမံချက်၌ ဒေသဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများ နှင့် ဆက်သွယ်မှု ကွန်ယက်များ ပေါ်ပေါက်စေခြင်း တို့ ပါဝင်သည်။

acting against mines

for both camp population and surrounding communities, through a sustainable approach.

Activities include the provision of prostheses, assistive devices and physiotherapy treatments, awareness on disability issues and accessibility, mine risk education, development of local capacities and networks.

အိုင်စီဘီအယ်လ် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ မြေမြှုပ်မိုင်း တားဆီးရေး လှုံ့ဆော်မှုအဖွဲ့–သတင်းအချက်အလက်များ

ရှုအော မိုဆာ ပန်းစုဝမ် (မြေမြှုပ်မိုင်း လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေး အဖွဲ့)

အိုင်စီဘီအယ်လ် အဖွဲ့ဝင် အသင်းများသည် ဒေသအနှံ့၊ နိုင်ငံ အနှံ့၊ ကမ္ဘာ့အနှံ့ မြေမြှုပ်မိုင်းများကို အမြစ်ပြတ် ဆုတ်သင် ရှင်းလင်းရန် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ကြသည်။

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ မြေမြှုပ်မိုင်း တားဆီးရေး လှုံ့ဆော်မှုအဖွဲ့ (အိုင်စီဘီအယ်လ်) ကို နိုင်ငံပေါင်း ၉၀ကျော်မှ အစိုးရ မဟုတ်သော အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ နှင့် အရပ်ဘက်ဆိုင်ရာ လူမှုရေး အသင်းအဖွဲ့ ၁၄၀၀ ကျော်ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်။ အဖွဲ့ဝင်အသင်းများတွင် စစ်မှု ထမ်းဟောင်းအဖွဲ့၊ ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၊ မသန်စွမ်းသူ များအဖွဲ့၊ လူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာ၊ လူသားအကျိုးပြုဆိုင်ရာ၊ ဘာသာရေးဆိုင်ရာ၊ ကလေး သူငယ်ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု၊ ငြိမ်းချမ်းရေး ဆောင်ရွက်မှု၊ မိုင်း ဆန့်ကျင်မှု၊ ဖွံ့ဖြိုးမှု၊ လက်နက် တားဆီး ထိန်းချုပ်မှု၊ ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာအသင်းအဖွဲ့ နှင့် အမျိုးသမီးအဖွဲ့များ ပါဝင်ကြသည်။

အိုင်စီဘီအယ်လ်က မြေမြှုပ်မိုင်းများ နှင့် စပ်လျဉ်း၍ အောက်ပါတို့ကို အနိုင်အမာ ပြောဆိုခဲ့သည်။ မြေမြှုပ်မိုင်းများတည်ရှိခြင်းသည်

–နိုင်ငံတကာ လူသားချင်း စာနာထောက်ထားမှု ဆိုင်ရာ ဥပဒေကို ချိုးဖောက်ခြင်း ဖြစ်သည်။
–ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများအား ဝန်ပိ စေသည်။
–ဖွံ့ဖြိုးမှုလုပ်ငန်းများအား နှောင့်နှေးစေသည်။
–ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် အတားအဆီးတရပ် ဖြစ်၏။
–တပ်ဆင်ရန် လွယ်ကူသော်လည်း ရှင်းလင်းရာ၌ အခက်အခဲ များစွာ ရှိသည်။
–ခွဲခြားမှု လုံးဝမရှိပဲ အန္တရာယ်ပြုသော လက်နက် တခု ဖြစ်သည်။
–တစ်ကြိမ် တပ်ဆင်ထားပြီးလျှင် နှစ်ပေါင်းများစွာ အစွမ်းအစရှိ၍ အန္တရာယ် ပေးနိုင်သည်။
–အချိုးအဆမဲ့ လတ်တလောထိခိုက်မှု နှင့် နှစ်ရှည်ကြာ သက်ရောက်မှုများ ဖြစ်စေသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း ထိခိုက်မှုများ လွတ်ကင်းရာ ကမ္ဘာအဖြစ် တည်ဆောက်နိုင်ရန် အိုင်စီဘီအယ်လ် အဖွဲ့မှ မနား မနေ ဆောင်ရွက်ခဲ့မှုများ အား အသိအမှတ်ပြုသည့် အနေဖြင့် ငြိမ်းချမ်းရေး နိုဘယ်ဆု အား ၁၉၉၇ ခုနှစ်က ချီးမြှင့်ခဲ့သည်။ ဆုပေးအပ်သည့် ကော်မတီက အိုင်စီဘီအယ်လ်အဖွဲ့သည် မိုင်းတားဆီးရေး စိတ်ကူး များကို လက်တွေ့ဖြစ်မြောက်အောင် ဆောင်ရွက် နိုင်ခဲ့သည် ဟု ချီးကျူးခဲ့သည့် အပြင် လက်နက်ဖျက် သိမ်းရေးနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေး ဆောင်ရွက်မှုများတွင် လည်း အနာဂါတ်အတွက် ရှေ့ဆောင်လမ်းပြ မီးရှူး တန်ဆောင် ဖြစ်သည်ဟု ပြောကြား ခဲ့ပါသည်။

ယနေ့ခေတ်၌ အိုင်စီဘီအယ်လ်မှ အောက်ပါလှုပ်ရှား မှု တို့ကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နေသည်။

International Campaign to Ban Landmines (ICBL): Updates

By Yeshua Moser-Puangsuwan, Landmine Monitor

ICBL member organizations work locally, nationally and internationally to eradicate antipersonnel mines.

The International Campaign to Ban Landmines (ICBL) is a network of more than 1,400 non-governmental and civil society organizations in over 90 countries. ICBL member organizations work locally, nationally and internationally to eradicate antipersonnel mines. Member organizations include war veterans, health and disability advocates, human rights, humanitarian, children, peace, mine action, development, arms control, religious, environmental and women's organizations.

The ICBL contends that this weapon:

-is a serious violation of international humanitarian law
-is an excessive drain on health services
-is an invisible barrier to overall development
-is an obstacle to peace
-is difficult to remove while easy to deploy
-strikes without discrimination
-can remain armed and dangerous for many years once placed
-has direct effects and long term impacts out of all proportion to any military utility

For its tireless and creative commitment to achieving a world free of the scourge of landmines, the campaign was awarded the Nobel Peace Prize in 1997 in recognition of its achievements. The Nobel Committee applauded the campaign for changing a ban from "a vision to

The International Campaign to Ban Landmines (ICBL) is a network of more than 1,400 non-governmental and civil society organizations in over 90 countries.

အိုင်စီဘီအယ်လ်

-ကမ္ဘာ့၌ အန်တီပါစုန်နယ် မြေမြှုပ်မိုင်း အသုံးပြုမှုအား တားဆီးပိတ်ပင်ရေး
-၁၉၉၇ခုနှစ် မိုင်းတားဆီးရေးစာချုပ်တွင် တစ်ကမ္ဘာလုံး အဖွဲ့ဝင် ဖြစ်လာရေး – ၂၀၀၅ခုနှစ် အကုန်၌ နိုင်ငံပေါင်း ၁၅၅ နိုင်ငံသည် အော်တာဝါ မိုင်းတားဆီးရေး စာချုပ်ကို လက်မှတ်ရေးထိုးပြီး ဖြစ်သည်။
-မြေမြှုပ်မိုင်း သားကောင်များ လူ့အခွင့်အရေး ရရှိရေး နှင့် ထောက်ပံ့ကူညီမှုရရေး
-မိုင်းရှင်းခြင်း နှင့် မိုင်းအန္တရာယ် အသိပညာပေးရေး

အိုင်စီဘီအယ်လ် အဖွဲ့သည် မိုင်းတားဆီးရေး စာချုပ်အား အသက်ဝင်စေပြီးအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ၌ တားဆီး မိုင်းပိတ်ပင်ရေး လုပ်ရှားမှုများ ပေါ်ပေါက်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့သည့် အတွက် အသိအမှတ်ပြုခံရသည်။ ကမ္ဘာ့ပေါ်ရှိ လေးပုံသုံးပုံသော အစိုးရအဖွဲ့များသည် မိုင်းတားဆီး ရေးစာချုပ်၌ လက်မှတ်ထိုးကြပြီး စာချုပ်ပါအချက်များအတိုင်း လုပ်ဆောင်ရန် သဘောတူ ညီခဲ့သည်။

အိုင်စီဘီအယ်လ်သည် မြေမြှုပ်မိုင်း လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေး အဖွဲ့အား အစပြုဖွဲ့စေခဲ့ပြီး မိုင်းတားဆီးရေး လုပ်ငန်းကို စောင့်ကြည့်ခဲ့သည်။ ကမ္ဘာ့၌ အန်တီပါစုန်နယ် မြေမြှုပ်မိုင်း ပျားပြားမှု အကြောင်း နှစ်စဉ် အစီရင်ခံစာ ထုတ်သည်။ မိုင်းပြဿနာ ဖြေရှင်းရေး နိုင်ငံတကာ လုပ်ဆောင်မှု များ ကိုလည်း အကဲဖြတ်သည်။ မိုင်းရှင်းလင်းရေး၊ မိုင်းပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပြီး အသက်ရှင်ကျန်ခဲ့သူများနှင့် မိသားစုများအား ကူညီထောက်ပံ့ရေး ရန်ပုံငွေ ရရှိရန် အတွက်လည်း စည်းရုံးဦးဆောင်မှု ပြုလုပ်သည်။
အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၊ တရုတ်၊ ရုရှား၊ မြန်မာ အစရှိသော နိုင်ငံအချို့သည် မိုင်းတားဆီးရေး စာချုပ်၌ လက်မှတ်မထိုးပါ။ မြန်မာနိုင်ငံ၌ မိုင်းတားဆီးရေးလုပ်ဆောင်မှု မရှိပါ။ အိမ်နီးချင်း နိုင်ငံများ ဖြစ်သည့် ထိုင်း၊ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်၊ အိန္ဒိယနိုင်ငံ များ၌ မိုင်းတားဆီးရေး စီမံချက်ရှိပေသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံ ဆိုင်ရာ မြေမြှုပ်မိုင်း တားဆီးရေး အဖွဲ့သည် တိုင်းပြည်အတွင်းရှိ မိုင်းအခြေအနေ ကို လေ့လာစောင့်ကြည့်ခြင်း၊ ထိုင်းနိုင်ငံ သို့ ဒုက္ခသည်အဖြစ် ရောက်ရှိလာသော (သို့) ဆေးကုသရန် လာသော မိုင်းဝေဒနာရှင်များအား ကူညီပံ့ပိုးခြင်း၊ မြန်မာပြည် အတွင်းရှိ မိုင်းသတင်း အချက်အလက် ထုတ်ဝေခြင်း၊ လူထုအား အသိပညာပေးခြင်း တို့ကို ဆောင်ရွက် လျက် ရှိသည်။ ထိုင်းနိုင်ငံဆိုင်ရာ မြေမြှုပ်မိုင်း တားဆီးရေးအဖွဲ့သည် အစိုးရ နှင့် ဆန့်ကျင်သော လက်နက်ကိုင်တပ်ဖွဲ့ အကြား အပစ်အခတ် ရပ်စဲရေး ဆွေးနွေးမှုများ ထဲ တွင် မိုင်းအသုံးပြုမှု ရပ်ဆိုင်းခြင်း ကိုပါ ထည့်သွင်း သင့်ကြောင်း အသိပေး ပြောကြား ခဲ့သည်။ ၂၀၀၃ ခုနှစ် နှစ်လယ်၌ အိုင်စီဘီအယ်လ်က အထူးစီမံချက် တရပ်အနေဖြင့် လှုံ့ဆော် တိုက်တွန်းခဲ့ သည့် အချက် မှာ တိုက်ခိုက်နေသော မည်သည့်ဘက်ကမဆို လူသားအချင်းချင်း စာနာထောက် ထားစွာ မိုင်း အသုံးပြုမှု ကို တဘက်သတ်မှ စတင် ရပ်ဆိုင်းရန် ဖြစ်သည်။ မြေမြှုပ်မိုင်း လေ့လာ စောင့်ကြည့်ရေး အစီရင်ခံစာကို နှစ်စဉ် ဒေသသုံး ဘာသာစကားဖြင့် တည်းဖြတ် ထုတ်ဝေ၍ အစိုးရဌာန အသီးသီးမှ ဝန်ကြီးများ၊ ယူအန် အဖွဲ့အစည်းများ၊ နိုင်ငံတကာ နှင့် ဒေသတွင်း အစိုးရ မဟုတ်သော အသင်းအဖွဲ့များ သို့ ဖြန့်ချိသည်။ ရေဒီယိုလှိုင်းတိုများမှတဆင့်လည်း မှတ်တမ်းတင် တွေ့ရှိမှုများကို ပိုမို ကျယ်ပြန့်စွာ ရရှိနိုင်သည်။

a feasible reality" and recognized that it offers "a model for similar processes in the future" in areas of disarmament and peace.

Today the ICBL still calls for:

-World-wide ban on antipersonnel landmines
-Universal membership of the 1997 Mine Ban Treaty: by 2005, 155 countries had signed the Ottawa Treaty
-Support of the needs and rights of landmine survivors
-Demining and risk education

The ICBL is recognized for its role in bringing the international treaty which bans the use of anti-personnel landmines into existence. To date, almost 3/4 of the governments in the world have signed the Mine Ban Treaty, and agreed to be bound by its provisions. The treaty monitoring is also accomplished by the ICBL through its Landmine Monitor initiative. The Landmine Monitor produces an annual report which documents the status of the problem of anti-personnel mine pollution, globally, and the effects of efforts to address the landmine problem. It lobbies for more funds for landmine removal, and better assistance for survivors of an anti-personnel landmine incident, and their families.
Countries like China, Russia, USA, Myanmar, etc. are not signatories to the Mine Ban Treaty. In Mynamar, there is no local campaign within the country. Campaigns exist in neighboring countries, including Thailand, Bangladesh and India. The Thailand Campaign to Ban Landmines monitors the situation within the country, lobbies for assistance to landmine survivors who arrive in Thailand as refugees or seeking medical care, and issues press statements and public educational events on the situation of landmines within Myanmar. The Thailand Campaign to Ban Landmines has advocated that a halt in mine use should be included in any ceasefire discussions between the ruling military authorities and armed rebellion groups within the country. In mid-2003, the ICBL launched a special focus campaign on Myanmar which seeks to encourage all combatants within the country to unilaterally halt landmine use for humanitarian reasons. The Landmine Monitor annual report on Myanmar is printed and distributed in a local language edition, to all members of the ruling military junta, the heads of various ministries, UN agencies, international and local non-governmental organizations, and makes its findings available more broadly through the various shortwave radio news services.

နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့၏ မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်း အတွေ့အကြုံ

ပေါလ်ရမ်း၊ (ဟန်းဒီးကက်-အင်တာနေရှင်နယ်)

မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်း (MRE) ဟူသည် မြေမြှုပ်မိုင်းများ၊ မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက်ခဲယမ်းမီးကျောက်များ ကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရရှိနိုင်မှု အန္တရာယ်များကို လျော့ကျသွားစေရန် လူထုအား သတင်းပေးသည့် အသိပေးခြင်း၊ ပညာပေးသင်တန်းများ ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ရပ်ကွက်လူထုအတွင်း ကွန်ယက်သမှယ် တစ်ဦး နှင့် တစ်ဦး အဆက်အသွယ်ရစေရန် ဖန်တီးခြင်းဖြင့် မိုင်းအန္တရာယ်ကို သတိမူပြီး အပြုအမူများ ပြောင်းလဲ လာစေရန် ရည်ရွယ်သော ပညာပေးလှုပ်ရှားမှုများ ကို ဆိုလိုသည်။

မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်းဖြင့် လူထုသည် မြေမြှုပ်မိုင်းများ၊ မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက် ခဲယမ်းမီးကျောက်များ နှင့်၊ သို့မဟုတ် စွန့်ပစ်ထား သော စစ်ဖက်သုံးကိရိယာများ ၏ အန္တရာယ်ကို သတိပြုမိပြီး လူထု နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ မိုင်းအန္တရာယ် လျော့ကျသွားအောင် ပြုမူနေထိုင်ရန် အားပေးသည်။ ရည်ရွယ်ချက်မှာ မိုင်းအန္တရာယ် လျော့ကျသွားခြင်းဖြင့် အဟန့်အတား များ ကင်းဝေးပြီး ဘေးကင်းစွာ နေထိုင်နိုင်ရန် နှင့် စီးပွားရေး၊ လူမှုရေး တိုးတက်မည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို တည်ဆောက်ရန် ဖြစ်သည်။

လူထုအား သတင်းပေးဖြန့်ဝေခြင်း

လူထုအား သတင်းပေးခြင်း ဟူသည် မြေမြှုပ်မိုင်းများ၊ မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက်ခဲယမ်းမီးကျောက် များကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု အန္တရာယ် လျော့ကျသွားစေရန် ရည်ရွယ် သော လူထုအတွင်း ဆောင်ရွက်ချက်များ ကို ဆိုလိုသည်။ တစ်ဦးချင်း နှင့် လူထု တရပ်လုံး ကြား မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်မှု အတိုင်းအဆ တိုးတက်လာ အောင် နှင့် အန္တရာယ်ရှိသော အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲပြီး သင့်တော်သော နေထိုင်မှုပုံစံများ တိုးမြှင့်လာအောင် ဆောင်ရွက်သည့် လုပ်ရှားမှု ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် တစ်ဦး တစ်ဖက်သည်းကသာ တစ်ကြိမ်တည်းနှင့် လူအများကို သတင်းဖြန့်ဝေပေး နိုင်သည့် မီဒီယာ-ကြားခံ ပစ္စည်းများ (ဥပမာ- တီဗွီ၊ ရေဒီယို) များကို အသုံးပြုခြင်းဖြစ်သည်။

ပညာပေးခြင်း နှင့် သင်တန်းပေးခြင်း

ပညာပေးခြင်း နှင့် သင်တန်းပေးခြင်းတွင် မြေမြှုပ်မိုင်း များ၊ မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက်ခဲယမ်း မီးကျောက်များနှင့်၊ သို့မဟုတ် စွန့်ပစ်ထားသော

Experiences of Handicap International in Mine Risk Education

By Paul Yon, Handicap International (HI)

Mine risk education, or MRE, aims at reducing the risk of injury from landmines and unexploded ordnance by raising awareness and promoting behavioral change through public information campaigns, education and training, and by creating networks within local communities.

MRE ensures that communities are aware of the risks from mines, unexploded ordnances and/or abandoned munitions and are encouraged to behave in ways that reduce the risk to people, property and the environment. Objectives are to reduce the risk to a level where people can live safely and to recreate an environment where economic and social development can occur free from the constraints imposed by landmine contamination.

Public information

Public information refers primarily to activities that help reduce the risk of injury from mines and unexploded ordnance. It operates by raising awareness of the risk to individuals and communities, and by promoting behavioral change. It is a one-way form of communication transmitted mainly through mass media.

Education and training

"Education and training" in MRE includes all educational and training activities that reduce the risk of injury from mines, unexploded ordnances and/or abandoned munitions. It raises awareness of the threat to individuals and communities and promotes behavioral change. Education and training is a two-way process, which involves the imparting and acquiring of knowledge, changing attitudes and practices through teaching and learning.

မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်း အတွေ့အကြုံ

စစ်ဖက်သုံးကိရိယာများ ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု လျော့ကျသွားစေရန် ရည်ရွယ်သော လူထုအတွင်း မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်း နှင့် သင်တန်းပေးခြင်း လှုပ်ရှားမှုများ ပါဝင်သည်။ တစ်ဦးချင်း နှင့် လူထု တရပ်လုံး ကြား မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်မှု အတိုင်းအဆ တိုးတက်လာအောင် နှင့် အန္တရာယ်ရှိသော အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲပြီး သင့်တော်သော နေထိုင်မှုပုံစံများ တိုးမြှင့်လာအောင် ဆောင်ရွက်သည့် လှုပ်ရှားမှု ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အပြန်အလှန် ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်ပြီး အသိပညာ ဖြန့်ဖြူးခြင်းနှင့် ရယူခြင်း၊ ကောင်းမွန်သော သဘောထားခံယူမှုနှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှုရှိလာအောင် ပြောင်းလဲပေးခြင်းများ ရှိလာစေရန်၊ သင်ယူခြင်း၊ သင်ပေးခြင်းဖြင့် ပြောဆိုဖလှယ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

ပညာပေးခြင်း၊ သင်တန်းပေးခြင်းကို အစမ်းအနားဖြင့် ဖြစ်စေ၊ သာမန်ဖြစ်စေ ပြုလုပ်နိုင်သည်။ (ကျောင်းတွင် ဆရာမှ တပည့်သို့ ပြောကြားခြင်း၊ အိမ်တွင် မိဘမှ ကလေးသို့ (သို့မဟုတ်) ကလေးမှ မိဘသို့ သတင်း အချက်အလက်များကို ဖလှယ်ခြင်း၊ ကလေးတစ်ဦးမှ တစ်ဦးသို့ ပြောကြားခြင်း အလုပ်ခွင်နှင့် အပန်းဖြေ စဉ်တွင် တစ်ဦးမှ တစ်ဦး ပြောကြားခြင်း၊ လူသားအကျိုးပြုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသော လုပ်သားများအား မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ကင်းဝေးစွာ နေထိုင်ရေး သင်တန်းပေးခြင်း)

မြေမြှုပ်မိုင်း လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးအစီရင်ခံစာ အရ မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်း လုပ်ငန်းများကို လွန်ခဲ့သော ၄နှစ်အတွင်း ၅၇ နိုင်ငံခန့်တွင် ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ယခုအခါ နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်း သူများ အဖွဲ့အစည်းက နိုင်ငံပေါင်း ၁၀နိုင်ငံကျော်တွင် (ဥပမာ–မိုဇန်ဘစ်၊ အာဖဂန်နစ်စတန်၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ အန်ဂန်းနီးယား၊ ထိုင်းနိုင်ငံ) MRE လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေပါသည်။

ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်းရှိ MRE

ယခင် ဆောင်းပါးများ၌ ရှင်းပြခဲ့သည့်အတိုင်း မြန်မာနိုင်ငံတွင် ပဋိပက္ခ တိုက်ပွဲများ ဖြစ်ပွားနေ သည်မှာ နှစ်ပေါင်း ကြာပြီ ဖြစ်သည်။ ထိုင်းမြန်မာ နယ်စပ်တလျှောက် ပဋိပက္ခ တိုက်ပွဲများ ဖြစ်ပွားရာ နေရာ၌ မြေမြှုပ်မိုင်းများ၊ မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက် ခဲယမ်း မီးကျောက်များ ထူထပ်စွာ ရှိနေ သည်။

မြေမြှုပ်မိုင်းများကြောင့် အရပ်သားများ မသန်မစွမ်း ဖြစ်ရသည်။ နှစ်စဉ် မိုင်းထိသူများ ရှိကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ အိတ်ချ်အိုင် အဖွဲ့သည် ထိုကဲ့သို့ မြေမြှုပ်မိုင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အကျိုး ဆက်များကို သိမြင်ပြီး မိုင်းအန္တရာယ် ကာကွယ်မှု လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါသည်။ သက္ကရာဇ် ၂၀၀၀ခုနှစ်ကတည်းကစ၍ အိတ်ချ်အိုင် အဖွဲ့သည် မြေမြှုပ်မိုင်းထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူ ဦးရေ ကျဆင်းရန် ရည်ရွယ်၍ MRE လုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်နေ ပါသည်။ MRE လုပ်ငန်းများသည် ထိုင်း မြန်မာနယ်စပ် ပြည်နယ် ၄ခု (တက်ခ်၊ မယ်ဟောင်ဆောင်၊ ရာချတ် ဘူရီ၊ ကယ်ချတ်နဘူရီ) မှ ဒုက္ခသည်စခန်းများအား အဓိက ဦးတည်၍ လုပ်ဆောင်သည်။

၂၀၀၆ခုနှစ်တွင် တိုးချဲ့လုပ်ငန်းအနေဖြင့် နယ်စပ်ရှိ ကျေးရွာများတွင် စတင်ခဲ့သည်။ ထိုနေရာဒေသရှိ လူထုကို မြေမြှုပ်မိုင်းအန္တရာယ် တွေ့ကြုံရန် အခွင့်အလမ်းများသော လူအုပ်စု ဟု သတ်မှတ် ထားသည်။

mine risk education experiences

Activities may be conducted in formal and non-formal environments: teacher-to-child education in schools, information shared at home from parents to children or from children to their parents, child-to-child education, peer-to-peer education in work and recreational environments, landmine safety training for humanitarian aid workers.

According to the *Landmine Monitor Report,* MRE services were provided in an estimated 47 countries in the last 4 years.

Handicap International is currently implementing MRE project in more than 10 countries such as: Mozambique, Afghanistan, Cambodia, Albania and Thailand.

MRE in Thailand

As explained in the previous articles, there has been a conflict in Myanmar for many years. Landmines / UXOs have been heavily laid mostly in conflict areas along the Thai-Myanmar border.

Many civilian survivors have become disabled because of the widespread use of landmines. Numerous new landmine victim cases are reported every year. Handicap International (HI) thus realizes the great consequences of landmines and seeks to contribute towards prevention.

Therefore since the year 2000, HI has been implementing Mine Risk Education (MRE) to contribute towards reducing the number of mine victims. The MRE is mainly for camp populations along the Thai-Myanmar Border which are situated in 9 camps in 4 Thai provinces: Tak, Mae Hong Son, Ratchaburi and Kanchanaburi. In 2006, a side project was also initiated by HI team in the villages along the border. Indeed HI identified

Since the year 2000, HI has been implementing Mine Risk Education (MRE) to contribute towards reducing the number of mine victims.

မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေးခြင်း အတွေ့အကြုံ

အနာဂါတ်အမြင် – မိုင်းအန္တရာယ် ကြုံတင်ကာကွယ်နိုင်ရေး အသိပညာနှင့် သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်မှု တိုးတက်လာပြီး မိုင်းအန္တရာယ် တွေ့ကြုံရန် အခွင့်အလမ်းများသော လူအုပ်စုတို့၏ ဘဝအရည်အသွေး ပိုမိုကောင်းမွန် လာစေရန်

အလုပ်တာဝန် – ထိုင်းလူထုနှင့် ဒုက္ခသည် စခန်းရှိသူများ သည် မြေမြှုပ်မိုင်းနှင့် မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက် ခဲယမ်းမီးကျောက် အန္တရာယ် ကို သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်မှု အသိပညာ တိုးတက်လာပြီး အန္တရာယ် ရှိသော အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲလာကာ သင့်တော်သော နေထိုင်မှုပုံစံများ တိုးမြင့်လာသော ပြီးပြည့်စုံသည့် MRE လုပ်ငန်း အစီအစဉ် ပေါ်ပေါက်လာစေရန်

ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် – မိုင်းအကြောင်း အခြေခံ အသိပညာ ပေးခြင်းဖြင့် အန္တရာယ်ဖြစ်လွယ်သော လူအုပ်စုအား မြေမြှုပ်မိုင်းနှင့် မပေါက်ကွဲသေးသော လက်နက် ခဲယမ်းမီးကျောက် အန္တရာယ်မှ ဘာသာ ကာကွယ်ရှောင်ရှားတတ်စေရန်

ဒုက္ခသည်စခန်းရှိ လူထုအား ပညာပေးခြင်းဖြင့် မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်မှု တိုးမြင့်လာပြီး မိုင်းဒဏ်ရာရသူ လူဦးရေ လျော့နည်းသွားစေရန် MRE လုပ်ငန်း၌ အဓိက တွေ့ကြုံရသော အခက်အခဲမှာ ဦးတည်သော လူအုပ်စုအတွင်း မိုင်းအန္တရာယ် ပညာပေးရေး လုပ်ငန်းအပေါ် စိတ်ဝင်စားမှု များလာအောင် လုပ်ဆောင်ရာတွင် ဖြစ်သည်။ ထို့အတွက် MRE လှုပ်ရှားမှုများ၌ လူထုကိုယ်တိုင် ပူးပေါင်းပါဝင်ခြင်းဖြင့် မိုင်းအန္တရာယ်များကို ဘာသာ သိမြင်ခံစား သဘောပေါက်လာစေရန် ရည်ရွယ်၍ လူထုကို အားပေးတိုက်တွန်းရမည်။ အကောင်အထည်ဖော်သည့် လုပ်ငန်းအဆင့်ဆင့်တိုင်း၌ လူထုပါဝင်မှုကို လိုက်လိုက်လှဲလှဲ ကြိုဆို လက်ခံရမည်။ ဥပမာ – မိုင်းထိထားသော မသန်စွမ်းသူများကို အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်း ပညာပေး သော ဝန်ထမ်းအဖြစ် ခန့်အပ်ခြင်းဖြင့် ဦးတည်သော လူအုပ်စုအား မိုင်းအန္တရာယ်ကို ပိုမို သိမြင် ထိမိုက်ခံစား သိရှိလာစေနိုင်သည်။ လူထုပါဝင်ခြင်း နောက်ထပ် ဥပမာ တစ်ခုမှာ လူထုအား စိတ်ခေါ်၍ MRE လုပ်ငန်း ပိုမိုထိရောက်မှုရှိရန် အတွက် လိုအပ်သော ကြားခံပစ္စည်းများ၊ နည်းစနစ်များ၊ စာသား များကို ပိုင်းဝန်း စဉ်းစားစေခြင်း ဖြစ်သည်။

လက်ရှိ MRE ဆောင်ရွက်မှု နည်းစနစ်များ

<u>MRE သင်တန်းများ</u>

နယ်စပ်တလျှောက်ရှိ ဒုက္ခသည် စခန်းမှ MRE သင်တန်း တက်ပြီးသူများသည် မိုင်းအန္တရာယ် တွေ့ကြုံရန် အခွင့်အလမ်းများ သော လူအုပ်စုအား MRE သင်တန်း များ စီစဉ်ပေး သည်။ သင်တန်းကာလ ၂ရက်အတွင်း မြေမြှုပ်မိုင်း အန္တရာယ် ရှောင်ကျဉ်နိုင်ရန် နှင့် အမူအကျင့် ပြောင်းလဲလာစေရန် မိုင်းရှိနိုင်သော နေရာ များအား ပြသသော အမှတ်အသားစသည့် အသေး စိတ် အချက်အလက်များ ကို ပြောကြား နိုင်သည်။

mine risk education experiences

the population of these areas as "at high risks".

Vision

Better quality of life for vulnerable groups and integrated development of mine awareness for prevention.

Mission

To develop an integrated MRE programme for both camp people and Thai communities in order to reduce the risk of injury from mines and unexploded ordnances by raising awareness and promoting behavioral change.

Objective

To provide basic knowledge on MRE so populations at risk can protect themselves from mines and UXOs.

To bring awareness through education for camp people and contribute to reduce number of mine victims.

The main difficulty in Mine Risk Education is to raise interest among the community in order to provide knowledge to the targeted population in the best way possible. For that purpose, a participatory approach is always encouraged to make the community "Perceive" MRE for themselves. They are always welcome to participate in any implementation activity. For example Mine survivors are being recruited (from the camp population) in to MRE home visitors team to sensitize the target group. The communities are encouraged and invited to join the process of brain-storming to improve more effective MRE tools, methods, and texts.

Current MRE Implementing Methods

Training sessions on Mine Risk Education

In all the camps along the border trained camp people organize MRE training for high risk groups. 2 day sessions enable the beneficiaries to get a detailed list of signs that aims to make them change their behavior in areas that are likely mined.

House to house activity

Home visitor teams have been trained along the border to visit families in the camps as much as possible. On a daily basis this mass awareness approach allows the population to increase their knowledge about the risks they face when venturing into likely mined areas.

Since the beginning of 2006, more

On a daily basis, mass awareness approach allows the population to increase their knowledge about the risks they face whe venturing into likely mined areas.

<u>တစ်အိမ်တက် တစ်အိမ်ဆင်း ဆောင်ရွက်ချက်</u>

နယ်စပ်တလျှောက်ရှိ ဒုက္ခသည် စခန်းမှ မိသားစုများကို မိုင်းအန္တရာယ် ပညာပေးနိုင်ရန် အိမ်တိုင်ရာရောက် သင်တန်းပေးသူများ အဖွဲ့ကို လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးခဲ့သည်။ နေ့စဉ် တစ်အိမ်တက် တစ်အိမ်ဆင်း ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် မိုင်းရှိနိုင်သော နေရာများသို့ သွားသော လှုပ်ရှား နေရ သော လူထု၏ မိုင်းအကြောင်း အသိပညာ တိုးတက်လာပြီး အန္တရာယ်ကို သိမြင်လာစေရန် ဖြစ်သည်။

၂၀၀၆ ခုနှစ် အစပိုင်းကတည်းက လစဉ် လူဦးရေ ၃၅၀၀ကျော်အထိ အိမ်တိုင်ရာရောက် ပညာပေးနိုင်ခဲ့သည်။

ထိုကဲ့သို့ ကောင်းမွန်ပြည့်စုံသည့် ကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်သည့် အပြင် မြေမြှုပ်မိုင်းနှင့် ပတ်သက်သော အခြားထူးခြားသည့် လှုပ်ရှားမှုများကိုလည်း ဒုက္ခသည်စခန်းရှိ လူထုအတွက် ပြုလုပ်ပေးခဲ့သည်။

<u>ထူးခြားသော လှုပ်ရှားမှုများနှင့် MRE အကြောင်း သိရှိအောင် လုပ်ဆောင်ချက်</u>

သတ္တရာဇ် ၂၀၀၀ခုနှစ်ကတည်း ကစ၍ အိတ်ချ်အိုင်အဖွဲ့သည် ဒုက္ခသည်စခန်းရှိ လူထုအတွင်း မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြုဆင်ခြင်ရေး နှင့်သက်ဆိုင်သော လှုပ်ရှားမှုများကို အထူး အစီအစဉ် အနေဖြင့် စည်းရုံးလုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်းလူထုသည် မြေမြှုပ်မိုင်း ကင်းစင်သည့်နေ့၊ မိုင်းဒဏ်ခံခဲ့ရသူများ ပါဝင်သော အားကစားပြိုင်ပွဲနေ့၊ မိုင်းသားကောင်များ စွမ်းဆောင်ရည် တည်ဆောက်ရေး အထိမ်းအမှတ်နေ့ အစရှိသည့် လုပ်ရှားမှုများတွင် ပါဝင်ဆင်နွှဲခဲ့ကြသည်။ အချို့ ဒုက္ခသည်စခန်းတွင် ငြိမ်းချမ်းသော လမ်းလျှောက်ပြိုင်ပွဲများ ကျင်းပပေးပြီး ဒေသအတွင်း လူအများ မိုင်းအန္တရာယ် ပညာပေး လုပ်ငန်းများကို သိအောင် လှုံ့ဆော်ပေးခဲ့သည်။

<u>မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြုဆင်ခြင်ရေး လှုပ်ရှားမှု နှင့် အသုံးပြုသော ကြားခံပစ္စည်းများ</u>

ဒုက္ခသည်စခန်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် ကျေးရွာများတွင် MRE လုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ရန် နည်းလမ်းများနှင့် ပတ်သက်၍ ဒေသဆိုင်ရာ နေထိုင်သူလူထုအား အမြဲမေးမြန်းတိုင်ပင်ခဲ့သည်။ ရလဒ် အချို့မှာ ဒုက္ခသည်စခန်း အဆင့် အလိုက် အချို့ လုပ် ငန်းများကို စခန်း၌ အကောင်အထည် ဖော် ဆောင်ရွက် ခဲ့သည်။ ဥပမာ MRE စင်တင်ပြဇာတ် မိုင်းအန္တရာယ် နှင့် ပတ်သက်သော ဇာတ်လမ်း ဇာတ်ကွက်များအား သရုပ်ဆောင်ခြင်း) MRE လေ့ကျင့်မှုပန်းခြံ (တောအုပ် ကဲ့သို့သော နေရာမျိုး ဖန်တီး ထားပြီး သင်တန်း ဆရာက သင်တန်းသူ၊ သားများ အား မရောက်ဖူး သော နယ်မြေဒေသအတွင်း မည်သို့ ပြုမူရမည်ကို ရှင်းပြခြင်း) ဇာတ်လမ်းတို၊ ဗွီဒီယိုများ ပြသခြင်း၊ MRE နှင့်ဆိုင်သော ပန်းချီဆွဲ ပြိုင်ခြင်း၊ သီချင်းဆို ပြိုင်ခြင်း နှင့် သရုပ်ဖော် ကာစားနည်းများ။ လွန်ခဲ့သော နှစ်များကစ၍ MRE လုပ်ငန်းအကောင်အထည်ဖော်ရန်အတွက် ပိုစတာ၊ ကြော်ငြာ ဆိုင်းဘုတ်ကြီးများ၊ လက်ကမ်းစာစောင်များ၊ ထီးများ၊ တီရှပ်အင်္ကျီများ၊ ပြက္ခဒိန်များ၊ လွယ်အိတ်များ အစရှိသည့် ကြားခံပစ္စည်းများစွာ ကို အသုံးပြုခဲ့ကြသည်။

နေ့စဉ်ပညာပေးရန်အတွက် အိမ်တိုင်ရာရောက် ပညာပေးသူ ဝန်ထမ်းများက ဗီဒီယိုခွေများ၊ ဖလစ်ချပ် (သရုပ်ပြပုံများ) ကို အသုံးပြုပါသည်။

mine risk education experiences

than 3500 people have been reached monthly.

In addition to these “classical” prevention activities, some special events related to landmine issues are also developed for camp people.

Special events and advocacy activities

Since the year 2000, Handicap International teams have been supporting the camp population by organizing special events related to mine awareness. Every year since then communities have been able to participate in “No Mine Days”, “Sports Days” with mine victims participation, and "Mine Victims Capacity Building Day”. In some of the camps peaceful walks have also been organized in order for the camp populations to have a local advocacy activity.

Awareness activities and tools used

Local communities are always asked by our teams to think about the way they would like to implement Mine Risk Education in the camps and in surrounding villages. As a result some projects have been developed on camp levels such as: Theater companies (actors playing scenes MRE related), MRE exercises parks (pieces of “forest like” land where trainers explain to trainees the way to behave in unknown areas), video projections of shorts movies, MRE related drawings, songs and role play contexts

Over the years, several tools have been used in order to implement MRE activities including posters, large banners, leaflets, umbrellas, T-shirts, calendars, and bags.

In addition, home visitors and MRE trainers have been using video support and flipcharts to assist them in their training on daily basis.

Communities have been able to participate in “No Mine Days”, “Sports Days” with mine victims participation, and "Mine Victims Capacity Building Day”.

မိုင်း အန္တရာယ် ပညာပေး မှာကြားမှု အဓိက ၈ချက်

ကာန်နီကာ၊ တမောန်စင်စိုက်ကွမ်း (ဟန်းဒီးကာက်–အင်တာဝနေ့ရှင်နယ်)

မိုင်းအန္တရာယ် ပညာပေး မှာကြားချက် အဓိက အချက်ကြီး ၈ချက် ကို မိုင်းမောင်းသိုးမှုခြင်းနှင့် မိုင်းအကြောင်း မသိမှုသာကိုသွားသောကြီး အန္တရာယ်ရှိသော အပြုအမူကျင့်များ ပြောင်းလဲ၍ သင့်လျော်သော အပြုအမူပုံစံများ ကိုဖြည့်သောခြင်းဖြင့် မိုင်းကြောင့် ထိခိုက်ခံရမှုများ လျော့ကျသွားစေရန် ဖြစ်သည်။

၁ မိုင်းဗုံးနှင့် မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များ အား အဘယ်ကဲ့သို့ သိရှိနိုင်သနည်း။

–မိုင်းနှင့် မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များ ကို စစ်ဖြစ်သော ကာလနှင့် ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားချိန်များ တွင် အသုံးပြုသည်။

–၎င်းတို့ကို သိနိုင်ရန် အလွန်ခက်ခဲသည်။ ၎င်းတို့မှာ ပုံသဏ္ဌာန်၊ အရွယ်နှင့် အရောင် အမျိုးမျိုး ရှိသည်။ ရာသီဥတုဒဏ် ကြောင့် ၎င်းတို့ သည် သံချေးတက်ပြီး အသွင်ပြောင်းလဲနိုင်သည်။ မိုင်းဗုံးများကို သစ်သား၊ သတ္တု (သို့) ပလပ်စတစ်ဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်သည်။

–၎င်းတို့ကို တွေ့ရှိနိုင်ရန် အလွန်ခက်ခဲသည်၊ ၎င်းတို့ သည် မြက်ရှည်များထဲတွင် ဖုံးကွယ်နေ၍ လည်းကောင်း၊ မြုပ်ထား၍ လည်းကောင်း၊ သစ်ပင်များကြား ထဲတွင် မမြင်သာ ရှုပ်ယှက်နေ၍ လည်းကောင်း၊ ရေပေါ်တွင် မျောနေ၍ လည်းကောင်း၊ ရေအောက်၌ ချထား၍ သော်လည်းကောင်း ကွယ်ပျောက် နေနိုင်သည်။ နေရာတကာ၌ ရှိနိုင်ပြီး ၎င်းကို ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့နိုင်ရန် ခက်ခဲသည်။

–၎င်းတို့သည် မြေကြီးထဲ၌ရှိနေပြီး နှစ်ပေါင်းများစွာ မပျက်စီးပဲ ပေါက်ကွဲနိုင်စွမ်း ရှိသည်၊ ၎င်းတို့မှာ သံချေးတက်သည် ဖြစ်စေ၊ ညစ်ပေနေသည် ဖြစ်စေ အန္တရာယ် ပေးနိုင်သည်။

–၎င်းတို့သည် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ပေါက်ကွဲနိုင်သည်။

ထူးခြား၊ အမြင်ဆန်းသော မည်သည့် အရာဝတ္ထုကိုမဆို အနားကပ်ခြင်း (သို့) ကိုင်တွယ်ခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။

Mine Risk Education: 8 Key messages

By Kanika Tamongsaksanguan, Handicap International (HI)

Awareness key messages are highlighted to improve knowledge and promote safer behavior which are the main ways to reduce mine accidents.

1 How to recognize mines and unexploded ordnances?

-Mines and UXOs are used during wars and conflicts.

-It is very difficult to recognize mines and UXOs. Mines and UXOs come in many different shapes, sizes and color. They may be rusty or change appearance because of weather. Mines can be made of wood, metal or plastic.

-It is very difficult to see mines and UXOs.They may be buried, hidden in tall grass, camouflaged among trees, floating on the water, or lying under water. They can be found everywhere and we rarely see an entire mine.

-Mines & UXOs remain active for many years in the ground. They are still dangerous even though rusted or dirty.

-They can be activated in different ways.

Don't approach, don't touch any strange objects!!!

Mines can be found every-where and we rarely see an entire mine. Don't approach, don't touch any strange objects!!!

၂ မိုင်းဗုံး (သို့) မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များ ၏ ထိခိုက်မှုများ မှာ အဘယ်နည်း

ကိုယ်ကာယ ထိခိုက်မှု

မြေမြှုပ်မိုင်း ဒဏ်ရာများကြောင့်
-အသက်သေဆုံးခြင်း
-ခြေလက်အင်္ဂါ ပြတ်ပစ်ရခြင်း
-အမြင် အကြား အာရုံ ဆုံးရှုံးခြင်း၊
-မျက်လုံး၊ အရေပြား လောင်ကျွမ်းခြင်း
-မျိုးပွားအင်္ဂါများ ထိခိုက်၍ ကလေးမရနိုင်ခြင်း အစရှိသည်တို့ ဖြစ်နိုင်သည်။

စိတ်ခံစားရေးရာ ထိခိုက်မှု

မိုင်း ဒဏ် ခံရသူများသည်
-စိတ်ခြောက်ခြားခြင်း နှင့် ငြီးငွေ့ခြင်း
-ထိတ်လန့်ခြင်း၊
-စိတ်တိုစိတ်ဆတ်ခြင်း
-မရှိသည်များကို ထင်ယောင်မြင်ယောင်ဖြစ်ခြင်း
-စိုးရိမ်ပူပန်မှုများခြင်း
-စိတ်ဓါတ်ကျခြင်း
-ထိခိုက်မှုကြောင့် နောက်ပိုင်းတွင် စိတ်ကစဉ့်ကလျားဖြစ်ခြင်းများ ဖြစ်နိုင်သည်။

လူမှုရေးရာ ထိခိုက်မှု

-ဒဏ်ရာ မရခင်က လုပ်သော အလုပ်များ ကို လုပ်ကိုင်ရန် မဖြစ်နိုင်ခြင်း၊ ခက်ခဲလာခြင်းတို့ကြောင့် ၎င်းတို့၌ စိတ်အား သိမ်ငယ်မှု ဖြစ်ပေါ်လာသည်။
-လူ့အဖွဲ့ အစည်း အနေနှင့်လည်း ထို မသန်စွမ်းသူများအား လက်ခံခြင်း မရှိပဲ ရှောင်ကြဉ်နိုင်သည်။

စီးပွားရေး ထိခိုက်မှု

-မိုင်း ဒဏ် ခံရသူများသည် အလုပ်အကိုင် ရှာဖွေရာတွင် ခက်ခဲမှုရှိပြီး ဝင်ငွေ ဆုံးရှုံးမှု များ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် မိုင်း ဒဏ်ခံရသူ အများစုသည် သူတို့၏ မိသားစုဝင်များ အပေါ် မှီခိုရလေသည်။
-ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုစရိတ်စက မြင့်မားသောကြောင့် မိသားစုဝင်များသည် ငွေကြေး မတတ်နိုင်ခြင်း (သို့) ကျန်းမာရေး အတွက် ကုန်ကျသည့်ငွေများ ကို ပေးရန် ကြိုးစားရင်း အကြွေးတင်ခြင်း မျိုး ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။
ခြေတု လက်တုသည် တန်ဖိုးမြင့်မားသောကြောင့် မိုင်းဒဏ်ခံရသူများ၏ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်း သာ လက်ခံရရှိနိုင် ပါသည်။

8 MRE key messages

2 What are the effects of mines or UXOs?

Physical effect

Landmines injuries can cause death or survival with amputation but also loss of hearing, vision, eyes, skin burns, sterility...

Psychological effect

Landmine victims frequently suffer from emotional shock, panic attacks, irritability, hallucinations, anxiety, depression and posttraumatic stress disorders.

Social effect

-Activities that survivors were handling before their injury become difficult or impossible, and this leads them to low self-esteem.

-The community may not accept disabled persons and shun them away.

Economic effect

-Survivors often have difficulties in finding a job. Most of them have to depend on family members.

-Medical care is expensive and families cannot afford it, or go into debt trying to pay the medical bills. As the prosthetics cost is high, only 30% of survivors receive them.

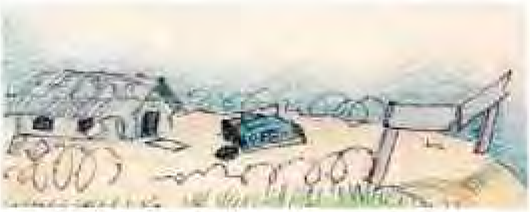
Landmine victims frequently suffer from emotional shock, panic attacks, irritability, hallucinations, anxiety, depression and post-traumatic stress disorders.

၃ မိုင်းရှိမည်ဟု ထင်ရသော နေရာများမှာ အဘယ်နည်း။

–နယ်စပ်ဒေသ စစ်ပွဲ အဖြစ်များသော နေရာများ
–စစ်တပ်စခန်း၊ စွန့်ခွာထားသော စစ်ဆေးရေးဂိတ်၊ စခန်းနေရာများ
–လူအသုံးမပြုတော့သော လမ်းဟောင်းများ
–လူမနေတော့သော အိမ် (သို့) လူသူမရှိသော ရွာ၏ ပတ်ဝန်းကျင်နေရာများ။
–ထီးတားရှိရာ နေရာများ
–ရေတွင်း အနီးအနား
–မြစ်ချောင်း၊ တူးမြောင်း စသည်တို့၏ ကမ်းပါး တစ်လျှောက် နေရာများ
–သဘာဝအလျောက် ခိုနားနေနိုင်သော နေရာများ
–နယ်စပ်ဒေသ တစ်လျှောက်ရှိ တောတောင်၊ တော အုပ်အတွင်း လူသွားလမ်းများ
–ကားလမ်းမ၊ လူသွားလမ်းတစ်လျှောက်

မသင်္ကာဖွယ်နေရာ အတွင်း ဝင်ရောက် သွားလာခြင်း မပြုပါနှင့်။

along river banks and streams



areas around military camps

areas around deserted houses

8 MRE key messages

3 What are suspected mined areas?

-Areas where fighting occurred mostly along the border
-Areas around military camps / abandoned check points / camp sites
-Areas where no one has been for a long time such as an unused road
-Areas around deserted houses or ghost villages
-Bridge areas
-Around water wells
-Along river banks, canals, streams ...
-Naturally sheltered areas
-Paths on a mountain or in the forest along the border
-Along roadsides/paths

Do not enter a suspected area!!!

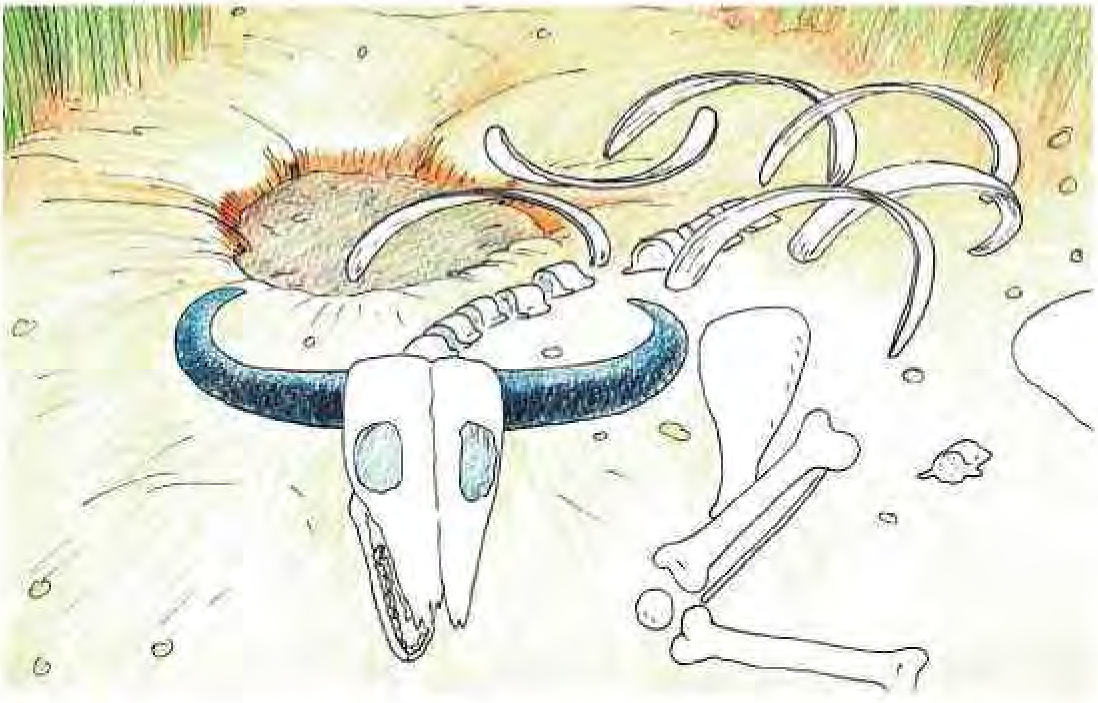
paths on a mountain or in the forest along the border

မိုင်းပညာပေး အစီအစဉ် ဂရုပ်

၄ မိုင်းရှိနိုင်ကြောင်း ပြသသော သဲလွန်စများ

- တိရစ္ဆာန်များ၏ အရိုး (သို့) ဦးခေါင်းခွံများ
- လူသွားလမ်း အပေါ် ဖြတ်နေသော ကြေးနန်းတစ်ချောင်း၊ ၎င်းသည် မိုင်းဗုံးတစ်လုံးနှင့် ဆက်သွယ်ထားနိုင်သည်။
- စွန့်ခွာထားသော (သို့) ပျက်စီးနေသော အိမ်တစ်လုံး
- မြက်ရှည်များရှိရာ နေရာ
- သံချေးကြိုး
- မီးလောင်ထားသော ကား၊ တင့်ကား၊ ဘီး
- ထူးခြေနီးသော၊ မြင်နေကြ မဟုတ်သော ပစ္စည်း
- အပေါက်ရှိသော ခဲယမ်းမီးကျောက်

**သတိကောင်းစွာ ထားပြီး အရပ်ရပ်သို့ လှည့်ကြည့် ပါ။
အန္တရာယ်ရှိဖွယ် သင်္ကေတ တစ်ခုမျှ မတွေ့ရှိနှင့် ဤနေရာသည် လုံခြုံသည် ဟု ကောက်ချက် မဆွဲပါနှင့်။**



8 MRE key messages

4 Clues indicating possible mines

Clues are as follows:

-Animal bodies or skeletons
-A tripwire crossing the path, it might be linked to a mine
-A deserted or a ruined house
-High grass
-A barbed wire
-A burned car, tank, a wheel, etc.
-Any strange /unusual object
-Old ammunition and its crater

Take great care and look around. If you see no sign of danger, do not conclude that the area is safe.

၅ မကျွမ်းဝင်သော နေရာများသို့ မဝင်ရောက်ခင် ဘာလုပ်ရမည်နည်း၊

ဘာလုပ်သင့်သနည်း။

–မကျွမ်းဝင်သော နေရာအရပ်သို့ မသွားမီ စုံစမ်းမေးမြန်းပါ။

–မကျွမ်းဝင်သော နေရာအရပ်သို့ မည်သည့်အခါမျှ တစ်ဦးတည်း မသွားပါနှင့်။

မသွားမီ

–အစားအစာ၊ ရေ၊ ဓား အစရှိသော လိုအပ်သည့် အရာများ သင်နှင့်အတူ ပါရှိရန် ခရီးမသွားခင် ပြင်ဆင်ထားပါ။

–အန္တရာယ် ကင်းသော လမ်းအတိုင်း သွားနိုင်ရန်အတွက် မိုင်းဗုံးအခြေအနေ၊ ဒေသအတွင်း အသုံးပြုသော မိုင်းဗုံးပြ သင်္ကေတ အမှတ်အသားများ၊ မိုင်းထိခိုက်မှု ရှိမရှိ အစရှိသည်များကို ဒေသခံလူများနှင့် တာဝန်ရှိသူများကို မေးမြန်းပါ။

–မြေပုံတစ်ခု ဆွဲနိုင်းပါ။

–လမ်းပြ တစ်ယောက် ရှာပါ။

–နေ့အချိန် တွင်သာ သွားပါ။

–ကလေးသူငယ်များ တစ်ယောက်တည်း မသွားသင့်ပါ။

ခရီးသွားနေစဉ်

–နိုးနိုးကြားကြားရှိပါ။ မိုင်းနေရာကို ပြသသည့် သဲလွန်စနှင့် သင်္ကေတများကို ရှာ ကြည့်ပါ။

–လမ်းပြသွားသည့် နောက် လိုက်ပါ။

–အန္တရာယ်အကင်းနိုင်ဆုံး လမ်းကို ရွေးချယ်ပါ။ လမ်းတစ်လမ်းသည် လုံခြုံသည်ဟု စိတ်မချရလျှင် ပို၍ လုံခြုံသော လမ်းကို ရှာပါ။

–မည်သည့် အကြောင်းကြောင့်မဆို မိုင်းရှိသည့် နေရာအကွက်တွင်းသို့ ဝင်မသွားပါနှင့်။

–ကလေးသူငယ်များအား လက်ဆွဲထားပါ။

ခရီးသွားပြီးနောက်

–မသင်္ကာဖွယ်ရာ အရာဝတ္ထု တစ်စုံတစ်ခုကို သတိပြုမိလျှင် ၎င်းနေရာ၌ သင်္ကေတ အမှတ်အသား တစ်ခု လုပ်ထားပြီး ဒေသတွင်းရှိ တာဝန်ရှိသူကို အကြောင်းကြားပါ။

8 MRE key messages

5 What to do before entering unknown areas?

What to do?

-Ask information before going to an unknown area
-Never go alone to an unknown area

Before going

-Prepare yourself by carrying necessary things with you such as food, water, knife, etc.
-Ask local people and authorities for the safe roads to go, situation of mines, markings used in the area, mine accidents, etc.
-Ask to draw a map
-Find a guide to lead the way
-Travel during day time
-Children should not travel alone

During the trip

-Be alert, look for clues & signs that could indicate mined area
-Travel by following a guide
-Always walk on the safest roads. If you are not sure whether a road is safe, find another safer one
-Do not enter mined areas for any reasons
-Hold your children's hand

After the trip

-In case you notice a suspected object, you should put a sign and inform local authorities.

၆ မိုင်း (သို့) ထူးဆန်းသော အရာဝတ္ထုတစ်ခုကို မြင်လျှင် ဘာလုပ်ရမည်နည်း။

(၁) ရပ်ပါ (နေရာမရွှေ့ပါနှင့်၊ မလှုပ်ပါနှင့်)။
(၂) စိတ်ငြိမ်ငြိမ် ထားပါ (ပတ်ဝန်းကျင်ကိုကြည့်ပါ)။
(၃) အကူအညီ အော်တောင်းပါ။ အကယ်၍ သင် တစ်ဦးတည်း ရှိပြီး ကူညီမည့်သူ မရှိလျှင် အောက်ပါ တို့ကို လိုက်နာ၍ ထိုနေရာမှ ထွက်ပါ။

(၄) နဂိုမူလ ခြေရာအတိုင်း ပြန်လျှောက်ပါ (အကယ်၍ မိမိ ခြေရာများကို မြင်နိုင်လျှင် လူသွား လမ်း ရောက်သည့် အထိ ပြန် လျှောက်သွားပါ။)
(၅) လုံခြုံရာ နေရာတွင် သင်္ကေတတစ်ခု ပြုလုပ်ပါ (ကလေးများကို သင်္ကေတအမှတ်အသား လုပ်ခွင့် မပေးပါနှင့်)
(၆) တာဝန်ရှိသူကို အကြောင်းကြားပါ။
(၇) အခြားလူများကို သတိပေးပါ။

8 MRE key messages

6 What to do when you see a mine or strange object?

1. Stop (do not move)
2. Keep calm (look around the area)
3. Call for help
4. If you are alone, and nobody can rescue you, then get out by using the following procedure:
5. Go back along the same footsteps (if you can see your footprints, until you reach a commonly used path)
6. Sign - post the safe area (children are not allowed to do signpost)
7. Inform authority
8. Warn others

မိုင်းနှင့် မပေါက်ကွဲသော ခဲယမ်းမီးကျောက်များ ထူထပ်စွာရှိသည့် နေရာကို ပြသော သင်္ကေတများ အကြောင်း

ဘာလုပ်သင့်သနည်း။

–သင်္ကေတ တစ်ခုကို တွေ့လျှင် နောက်ကြောင်း ပြန်ဆုတ်ပြီး အန္တရာယ်ကင်းမည့် လမ်းကို ရှာပါ။

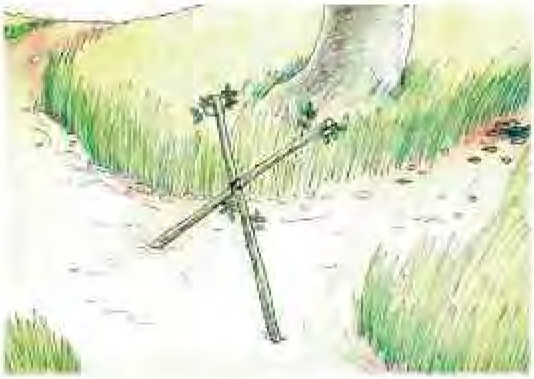
–သင်္ကေတကို အိမ်သို့ ယူသွားခြင်း မပြုရ။

–သင်္ကေတ ပျောက်သွားပါက အသစ်တစ်ခု ထပ်ပြုလုပ် တပ်ထားရမည်။

–လူတိုင်း နားလည်နိုင်သော သင်္ကေတ အမှတ်အသားကို ပြုလုပ်ပြီး ၎င်းသင်္ကေတ တစ်မျိုးတည်းကိုသာ သုံးပါ။

–လုံခြုံသော နေရာရှိ လူသွားလမ်းတိုင်း (သို့) လမ်းမကြီးတိုင်း ၌ မိုင်းရှိရာနေရာသို့ ညွှန်ပြသော သင်္ကေတကို တပ်ထားရမည်။

–သင်္ကေတကို လွယ်ကူစွာ မြင်နိုင်ရမည်။ ဆွဲဆောင်မှု ရှိစရာ မလိုပါ။



သင်္ကေတ အမှတ်အသား ပြုလုပ်ရာတွင် သတိထားပါ။ အနီးအနားရှိ ရနိုင်သော ပစ္စည်းနှင့် အမှတ်အသားပြုလုပ်၍ အန္တရာယ်ကင်းမည့် နေရာ၌ နေပါ။

8 MRE key messages

7 Signs indicating mined or UXO-polluted areas

What should be done?

-If you see a sign, go back and find another safe path

-Do not take a sign back home.

-If the signs have disappeared, you should put a new one

-We should work in order that every-one can understand the same marking and use the same signs

-Signs have to be visible but not attractive

-Signs must be placed on every path or road leading to a mined area: in a safe area!

Be careful when creating the sign. Use material that is near and stay in a safe area.

၈ မိုင်းထိခိုက် ဖြစ်ပွားမှုနှင့် တွေ့ကြုံလျှင် ဘာလုပ်ရမည်နည်း၊

(၁) ရပ်ပါ

(၂) စိတ်ငြိမ်ငြိမ် ထားပါ (ဒဏ်ရာရသူထံ သို့ အတင်း မပြေးသွားပါနှင့်)။

(၃) ဒဏ်ရာရသူကို အားပေးစကား ပြောပါ။

(၄) အကူအညီ တောင်းခံပါ (ဥပမာ – ရှေးဦး သူနာပြုစုတတ်သူ)။

(၅) မိမိဝင်ရောက်ခြင်းဖြင့် ဒုတိယအကြိမ် ထပ်မံ ပေါက်ကွဲနိုင်မှု အန္တရာယ်မရှိလျှင် ဒဏ်ရာရသူ ကို ထိခိုက်မှုဖြစ်ပွားရာ နေရာ အပြင် သို့ ယူထုတ်ပါ။

(၆) ရှေးဦးသူနာပြုစုမှု သင်တန်းတက်ဖူးသူ အကူ အညီဖြင့် ဒဏ်ရာရသူကို ရှေးဦးသူနာပြုစုမှု ပေးပါ။

(၇) ဆေးရုံသို့ ပို့ပါ။

8 MRE key messages

8 What to do in case of mine accident?

-Stop
-Stay calm (do not rush to the victim)
-Talk to the victim by giving encouragement
-Call for help (i.e. a person who can give first aid)
-Carry the victim out of the accident place if there is no risk of a second accident
-First aid by trained people
-Send to the nearest hospital

မဲလ ဒုက္ခသည်စခန်းရှိ မိုင်းထိဖူးသူ တစ်ဦး နှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများသည် မြေမြှုပ်မိုင်းများ၏ လုပ်ဆောင်မှု၊ အကျိုးသက်ရောက်မှုများအား သရုပ်ဖော် ပြောကြားနေပါသည်။ မိုင်းဒုက္ခသည် များ၏ ဖြစ်ရပ်မှန်များကို ဖတ်ရှု၍ မိုင်း အန္တရာယ်ကြီးမားမှု၊ လူများအား ထိခိုက်နိုင်မှုတို့ကို မျှဝေခံစား သိနားလည်စေရန် ရည်ရွယ်၍ တင်ပြပါသည်။

စေတမာန်။ ။ မဲလဒုက္ခသည်စခန်း၌ နေတာ ဘယ်လောက် ကြာပြီလဲ။
မူစီ။ ။ ဒီမှာ ၁၉၉၈ ခုနှစ် ကစ မိသားစုနဲ့ နေတာပါ။

စေတမာန်။ ။ မိုင်းထိတာနှင့် ပတ်သက်ပြီး ဘယ်တုန်းက၊ ဘယ်နေရာမှာ၊ ဘယ်လို ဖြစ်ခဲ့သလဲ ဆိုတာ နည်းနည်းလောက် ပြောပြနိုင်မလား။
မူစီ။ ။ မဲလဒုက္ခသည်စခန်းကို မပြောင်းလာခင် အရင်တုန်းက ကျွန်မတို့ဟာ ထိုင်းမြန်မာ နယ်စပ်မှာ ရှိတဲ့ ကရင်ရွာ တစ်ရွာ မှာ နေတယ်။ တစ်နေ့ ရွာအနားက တောအုပ်ထဲမှာ မျှစ်သွားခူး တဲ့ ယောကျ်ား နောက်ကို ကျွန်မ လိုက်သွားခဲ့တယ်။ သွားရင်း ထူးဆန်းတဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုကို တက်နင်းမိတယ်။ ချက်ချင်း ဆိုသလို ကျွန်မရဲ့ တကိုယ်လုံး လေထဲ မြောက်တက်သွားပြီး မြေကြီးပေါ် ပြန်ပြုတ်ကျတယ်။ ကျွန်မ မေ့သွားတယ်။ သတိပြန်ရလာတဲ့အခါ ကျွန်မကို ရွာကို ပြန်သယ်နေပြီ။ တကိုယ်လုံး နာကျင်လိုက် တာ အရမ်းပဲ။ ဘယ်ဘက် ခြေထောက် က စုတ်ပြတ်ထွက်သွားတယ်။ အဲဒါ ၁၉၉၈ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလ မှာပေါ့။

စေတမာန်။ ။ မိုင်းထိခိုက်မှု မဖြစ်ခင် မိုင်းအကြောင်း၊ အန္တရာယ်ရှိတဲ့အကြောင်း မကြားဖူးဘူးလား။
မူစီ။ ။ တောထဲမှာ ရွာသားတွေ ဒီလိုပဲ သွားလာနေကြတာပဲ။ အဲဒီလို မဖြစ်ခင်အထိ မိုင်းအကြောင်း တခါမှ မကြားဖူးဘူး။

စေတမာန်။ ။ မိုင်းထိတဲ့အခါ အကူအညီ ရပါသလား။
မူစီ။ ။ ကံကောင်းတာက အတူတူပါလာတဲ့ ကျွန်မ သူငယ်ချင်းက ရွာကို သွားအကြောင်း ကြားလိုက်နိုင်တယ်။ ရွာကလူတွေရဲ့ အကူအညီနဲ့ ကျွန်မကို ရွာပြန်သယ်ခဲ့တယ်။ ရွာမှာ ကျန်းမာရေးဌာန မရှိဘူး။ အချို့ကတော့ ရှေးဦးသူနာပြုစုနည်း သင်တန်း တက်ဖူးတယ်။ အနီးတဝိုက်မှာ ပဋိပက္ခ တိုက်ပွဲ တွေ ဖြစ်နေတော့ ဆေးရုံကို မိုင်းထိပြီး ၁ရက် ၁ည ကြာမှ ရောက်တယ်။

စေတမာန်။ ။ မိုင်းဒဏ်ရာအကြောင်းနဲ့ ကုသခံရမှု အကြောင်း အတိုချုပ် ပြောပြနိုင်ပါသလား။
မူစီ။ ။ ဆေးရုံမှာ ၁၂ရက်ကြာ နေခဲ့ရပြီ အတွင်းမှာ ကျွန်မ ခြေထောက်ကို ဒူးဆစ်အောက်ကနေ ဖြတ်

Interview with a Landmine Survivor in Maela Camp

Interviews illustrate how landmines act and affect people. Sharing real mine victims' stories, people can perceive its threats, dangers and lifelong impacts.

HM: How long have you been staying in Maela camp?
Musi: I have been staying here with my family since 1998.

HM: Can you give us some details concerning your accident like when, where, and how it happened?
Musi: Before moving to Maela camp, I was living in a Karen village situated along the Thai-Myanmar Border. One day, I decided to follow my husband as he was collecting bamboo shoots in a forest near the village. Then, I stepped on a strange object and, instantly, my body was blown up and knocked down on to the ground. When I came back to consciousness I was carried back to my village. I was suffering from severe pain in the whole body. My left leg was terribly torn off. This was in January 1998.

HM: Were you aware about the dangers of landmines before your injury?
Musi: Villagers were usually going around the forest, but I had never heard of landmines before that day.

HM: Did you get any assistance when the accident happened?
Musi: Luckily a friend accompanying

တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

လိုက်တယ်။ အရမ်းကံကောင်းတာ ကျွန်မရဲ့ ကိုယ်ဝန် (၈-၉လလောက်ရှိပြီ) က ဘာမှ ထိခိုက်မှု မရှိခဲ့ဘူး။ ဆေးရုံ က ဆင်းပြီး ၂-၃ပတ် အကြာမှာ ကလေး မွေးခဲ့တယ်။ နောက် ၃လ အထိ အသံ ကောင်းကောင်း မကြားရဘူး။ ကျွန်မ ခဏ နားလေး သွားခဲ့တယ်။ မိုင်းထိမိတဲ့ ဒဏ်ကြောင့် မျက်စိလည်း နည်းနည်း ထိသွားတယ်နဲ့ တူတယ်-မြင်ရတာ မှုန်ဝါးဝါးနဲ့။

စေတမာန်။ ။ ခြေတုကို ဘယ်လိုရခဲ့ပါသလဲ။

မူစီ။ ။ ၁၉၉၉ ခုနှစ်မှာ ခြေတုကို ထိုင်းနိုင်ငံရှိ နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့ ကနေ ရခဲ့တာပါ။ မဲလဒုက္ခသည်စခန်း မှာ သူတို့ရဲ့ ခြေတုလုပ်ငန်းခွင် ရှိတယ်။ မသန်မစွမ်းသူ အားလုံးကို အကူအညီ ပေးတယ်။ သူတို့က ခြေတုနဲ့ ဘယ်လို လမ်းလျှောက် ရမလဲ၊ ခြေပြတ်ငုတ်တိုနေရာကို ဘယ်လို ဂရုစိုက်ရ မလဲဆိုတာ သင်ပေးတယ်။ မနှစ်က ခြေတု အသစ် လဲခဲ့တယ်။

စေတမာန်။ ။ မိုင်းထိပြီးတဲ့နောက် ဘယ်လို အခက်အခဲတွေ ကြုံတွေ့ရပါသလဲ။

မူစီ။ ။ ခြေတုနဲ့ လမ်းလျှောက်လို့ အဆင်ပြေပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ လူတွေက ကျွန်မ့ ခြေတုကို ကြည့်ကြတဲ့ အခါ ကျွန်မ အားငယ်တယ်၊ ဝမ်းနည်းတယ်။ အချို့ လူတွေက သူတို့ရဲ့ ပွဲလမ်းသဘင်၊ အခမ်းအနားတွေမှာ ကျွန်မကို မဖိတ်ဘူး။ မိသားစုထဲမှာလည်း ပြဿနာ အချို့ ရှိလာတယ် - အရင်ကလို ကျွန်မ့ ယောက်ျားကို သူ့အလုပ်တွေ မကူနိုင်ဘူး။ သူက အပြင်ထွက်တာ များလာတယ်၊ အရက် အရမ်း သောက်လာတယ်။ ကလေးတွေကလည်း ကျွန်မကို ခြေတုနဲ့ တွေ့ရင် တခါတလေ ငိုတယ်။

စေတမာန်။ ။ လူထုကို ဘာများ ပြောချင်ပါသလဲ။

မူစီ။ ။ မိုင်းတွေကို သတိထားပါလို့ - နေရာတိုင်းမှာ မိုင်းရှိနိုင်တယ်။

interviews

me informed the villagers, who directly came to take me out. In the village there was no health center, but some people had received first aid training. As it was a conflict area with no hospital near I was sent to the hospital only 1 day and night after the accident.

HM: Can you briefly describe your injuries and the treatment you received?

Musi: My leg was amputated below the knee at the hospital where I stayed for 12 days. Luckily my 8-9 month pregnancy was saved and I had a normal delivery about 2 or 3 weeks after I left the hospital. At that time, I was still suffering from temporary deafness (for 3 months I could not hear well). This injury blurred my eyes as well.

HM: How did you get your prosthesis?

Musi: In1999, I received prosthesis from HI. They have a workshop in Maela camp helping people with disabilities. HI staff taught me how to walk with prosthesis and how to take care of my stump. Last year I changed prosthesis.

HM: What kind of difficulties did you encounter after your injury?

Musi: With prosthesis, I can walk,

but I feel so sad when people look at it. Some people do not even want to invite me for social gatherings. In my family it has created some problems too: I could not help my husband in farming as before. He has been going out a lot and drinking alcohol. As for my children, they sometimes cry seeing me with the prosthesis.

HM: Which message do you want to deliver for the community?

Musi: Please be careful of mines, they can be anywhere!

In my family, it has created some problems too: I could not help my husband in farming as before. He has been going out a lot and drinking alcohol. As for my children, they sometimes cry seeing me with the prosthesis.

အုန်းပြန် ဒုက္ခသည်စခန်းရှိ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ ဝန်ထမ်းတစ်ဦး နှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

မိုင်း အတိခံရဖူးသူ အနေနဲ့ လူတွေကို မိုင်းတွေနဲ့ ၎င်းတို့ရဲ့ အန္တရာယ် အကြောင်း ပြောပြ ရှင်းပြ၊ ဆွေးနွေး ရတာမျိုး လုပ်ရတာ သိပ်စိတ်ပါတယ်။ စိတ်ဝင်စား တယ်။ ဒီ့အပြင် ကျွန်တော် အလုပ် တစ်ခု လုပ်ချင် တယ်။ မိသားစုကို မှီခိုပြီးပဲ မနေချင်ဘူး။

စေတာမာန်။ ။ နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့ မှာ အလုပ်လုပ်တာ ဘယ်လောက်ကြာပြီလဲ။

ထူး။ ။ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ ဝန်ထမ်း အဖြစ် အလုပ်လုပ်တာ ၄လ ရှိပြီ။

စေတာမာန်။ ။ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ ဝန်ထမ်းရဲ့ အဓိက တာဝန်တွေက ဘာလဲ။

ထူး။ ။ ကြီးကြပ်သူတာဝန်ခံရဲ့ စီမံမှုအတိုင်း နေ့စဉ် တစ်အိမ်ပြီး တစ်အိမ် အိမ်တိုင်ရာရောက် သွားလာပြီး ပညာပေး ပြောဆိုပါတယ်။ အဲ့ဒီလုပ်ငန်းမှု တွေထဲမှာ မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြုဆင်ခြင်ရေး အဓိက ပညာပေး အချက် ၈ ချက်ကို အိမ်ရှိ မိသားစုဝင်များနှင့် ရုပ်ပုံကားချပ်ပြ ဆွေးနွေးခြင်း၊ တခါတရံ ကျွန်တော့် ရဲ့ မိုင်းထိခိုက်မှု အတွေ့ အကြုံကို ပြန် ပြောပြခြင်း တို့ ပါဝင်တယ်။

စေတာမာန်။ ။ ဘာကြောင့်၊ ဘယ်လို အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ ဝန်ထမ်း ဖြစ်လာသလဲ ဆိုတာ ပြောပြပေးပါလား။

ထူး။ ။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၃နှစ်ကျော်က မိုင်းထိလို့ ကျွန်တော်ရဲ့ ဘယ်ဘက်လက် (တံတောင်ဆစ် အောက်ကနေ ဖြတ်ခဲ့ရတယ်) နဲ့ ညာဘက် လက်ချောင်း ၄ချောင်း ဆုံးရှုံးခဲ့တယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ အုန်းပြန် ဒုက္ခသည် စခန်းကို ရွှေ့ပြောင်းလာခဲ့တယ်။ စခန်းမှာ နေတဲ့ ကျွန်တော့် ဦးလေးက နိုင်ငံတကာ မသန်စွမ်းသူများ အဖွဲ့ မှာ အလုပ်လုပ်ခဲ့ဖူးတယ်။ သူပြောပြလို့ ဒီမှာ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်း ပညာပေးသူ အလုပ် လာလျှောက်ခဲ့တယ်။ မိုင်း အတိခံရဖူးသူ အနေနဲ့ လူတွေကို မိုင်းတွေနဲ့ ၎င်းတို့ရဲ့ အန္တရာယ် အကြောင်း ပြောပြ ရှင်းပြ၊ ဆွေးနွေး ရတာမျိုး လုပ်ရတာ သိပ်စိတ်ပါတယ်။ စိတ်ဝင်စား တယ်။ ဒီ့အပြင် ကျွန်တော် အလုပ် တစ်ခု လုပ်ချင် တယ်။ မိသားစုကို မှီခိုပြီးပဲ မနေချင်ဘူး။ ဒီလိုနဲ့ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ အလုပ်ကို လုပ်ဖြစ်တာပါ။

စေတာမာန်။ ။ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ

Interview with a MRE Home Visitor (Umpiem Camp)

As a mine victim, I was strongly motivated to educate people about mines and their risks. Moreover, I did not like to depend on my family: I wanted to work.

HM: How long have you been working for Handicap International?
Htoo: I have been working for HI as a home visitor for 4 months.

HM: What are the main responsibilities of a MRE home visitor?
Htoo: Under control of a MRE supervisor I participate in house to house activities on a daily basis - these consist of visiting houses and discussing the 8 MRE key messages with family members, by using flip charts and sometimes in sharing my own mine injury experience.

HM: Can you tell us why you became a MRE home visitor, and how?

Htoo: Three years ago, because of a mine accident, I lost my left hand (below elbow amputation) and four of my right fingers were also lost. After that, I moved to Umpiem camp, where my uncle - a former HI staff - informed me about a job opening in HI: the home visitor position. As a mine victim I was strongly motivated to educate people about mines and their risks. Moreover, I did not like to depend on my family: I wanted to work.

HM: Can you explain about the trainings you received to become a MRE home visitor?
Htoo: First, home visitors receive training lectures about the MRE messages and the best way to approach the community. Then by group, we observe the supervisor's demonstrations about MRE in the field. After that, we start our individual home visits. During the first

When people hear my story and see my injuries, they perceive the mines' dangers.

ဝန်ထမ်း ဖြစ်လာဖို့ တက်ခဲ့ရတဲ့ သင်တန်း အကြောင်း ရှင်းပြနိုင်ပါသလား။

ထူး။ ။ သင်တန်းအစပိုင်းမှာ လူထုကို အကောင်းဆုံး ဘယ်လို ချဉ်းကပ်မလဲ ဆိုတာနဲ့ မိုင်းအန္တရာယ် သတိပြု ဆင်ခြင်ရေး ပညာပေး အချက်တွေကို စာတွေ့ အရင်သင်ရတယ်။ နောက် အုပ်စုလိုက် ကြီးကြပ်သူက လုပ်ငန်းခွင်မှာ လက်တွေ့သရုပ်ဖော် ပြောဆိုပုံကို လေ့လာမှတ်သားရတယ်။ ဒီနောက် ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အိမ်တွေကို သွားရောက်လည် ပတ် ပညာပေး ပြောဆိုရတယ်။ ပထမလမှာ ကြီးကြပ်သူ က အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးသူ ဝန်ထမ်း သွားခဲ့တဲ့ အိမ်အချို့ကို ရှောင်တခွင် သွားရောက်ပြီး မိုင်းပညာပေး အချက်တွေကို မိသားစု ဝင်တွေ ဘယ်လောက်ထိ နားလည်သလဲဆိုတာ ဆန်းစစ် မေးမြန်းခဲ့တယ်။ ထို့နောက် တစ်ဦးချင်း လိုအပ်တာတွေ ပြန်ပြောပြီး လေ့ကျင့်ပေးခဲ့တယ်။

စေတာမာန်။ ။ အိမ်တိုင်ရာရောက် မိုင်းပညာပေးတဲ့ အလုပ်မှာ ဘယ်လို အခက်အခဲတွေ နဲ့ ရင်ဆိုင်ရ ပါသလဲ။

ထူး။ ။ လူတွေရဲ့ အာရုံစိုက်နားထောင်မှုကို ရဖို့ – အထူးသဖြင့် – သူတို့အလုပ်နဲ့ သူတို့ရှုပ်နေတဲ့ အခါ မှာ ခက်လှပါတယ်။ ဥပမာ–အလုပ်လုပ်နေတဲ့ မယောကျ်ားအုပ်စု (သို့) ကလေးငယ်ထိန်းနေရတဲ့ အမေတွေကို ချဉ်းကပ် ပြောဆိုရတဲ့အခါမှာပေါ့။ ဒါပေမဲ့ အများအားဖြင့် ကျွန်တော့်ရဲ့ မိုင်းပုံပြင်ကို ကြားတဲ့အခါ၊ ကျွန်တော့် ဓာတ်ပုံတွေကို မြင်တဲ့ အခါ မိုင်း အန္တရာယ်ကြီးပုံ ကို လူတွေ လက်ခံ သဘောပေါက်ပါတယ်။

စေတာမာန်။ ။ လူထုကို ဘာတွေ မိုင်းဗဟုသုတတွေ ကို ဘာများ ပြောချင်ပါသလဲ။

ထူး။ ။ ဘာတွေ မိုင်း ဗဟုသုတတွေ ကို ပြောချင် တာက မိုင်းထိပြီး ကိုယ်အင်္ဂါချို့ယွင်းလို့ စိတ်ဓါတ် မကျပါနဲ့။ လူတိုင်းမှာ မွေးရာပါ အားသာချက် အရည်အချင်းတွေ ကိန်းဝပ်ရှိကြပါတယ် – အချို့က သီချင်းဆိုတတ်တယ်၊ အချို့ – စာသင်တတ်တယ်၊ အချို့က တရားဟောတတ်ကြတယ်လေ။

လူထုကို အကြံပေးချင်တာက မိုင်းနှင့် ၎င်းတို့ရဲ့ အန္တရာယ်များကို နားလည်ပြီး သင် ကိုယ်တိုင် နဲ့ သင့် မိသားစုကို ကာကွယ်ပါလို့။

interviews

month, supervisors randomly visit families that we have educated to check how much they understood about mines. Then we receive an individual feed back.

HM: What kind of difficulties do you usually meet in your job?

Htoo: It is quite difficult to catch people's attention especially when they are busy. For example, groups of working men or mothers with young children are not easy to approach. But usually when people hear my story and see my injuries, they perceive the

mines' dangers.

HM: Which messages do you want to deliver to your peers and community?

Htoo: Mine survivors - please do not let yourself down! Everybody has a special talent: some can sing, others can teach, or preach.

To the community members, I would like to advise - protect yourself and your families by understanding what mines and their dangers are!

မယ်တော်ဆေးခန်းရှိ လူနာလွှဲပြောင်းရေး ကြီးကြပ်သူနှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

မိုင်းကြောင့် ဒူးဆစ်အောက်ပိုင်း ပြတ်တဲ့ ဒဏ်ရာမျိုး အများဆုံး တွေ့ရပါတယ်။

စေတနာ။ ။ မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ အလုပ်လုပ်တာ ဘယ်လောက်ကြာပြီလဲ။ အလုပ်အကြောင်း ပြောပြ ပေးနိုင်ပါသလား။

ရွှေ။ ။ ဒီမှာ အလုပ်လုပ်တာ ၅နှစ် ရှိပါပြီ။ အစပိုင်း ၆လမှာ ဆေးပညာ ပြင်ပလူနာဌာနမှာ ကျန်းမာရေး မှူးအဖြစ် လုပ်ခဲ့တယ်။ အဲဒီနောက်ပိုင်းမှာ လူနာမျိုးစုံ (ခွဲစိတ်၊ ကလေး၊ သားဖွားမီးယပ် နဲ့ အထွေထွေ ရောဂါဖြစ်သူများ) ကို မဲစောက်၊ ချင်းမိုင် ဆေးရုံသို့ လွှဲပြောင်းပေးရာမှာ ကြီးကြပ်သူ အဖြစ် တာဝန်ယူ လုပ်ကိုင်ပါတယ်။ ခွဲစိတ်လူနာတွေထဲမှာ မြေမြှုပ်မိုင်း ထိသူ တော်တော်များများ ပါတယ်။

စေတနာ။ ။ မိုင်းထိသူ လူနာတွေကို ဘယ်လို ကူညီပါသလဲ (သို့) ဆေးရုံသို့ ဘယ်လို လွှဲပြောင်းပေး သလဲ ဆိုတာ ရှင်းပြပေးနိုင်မလား။

ရွှေ။ ။ မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ ရောက်လာတဲ့ မိုင်းထိသူ လူနာတွေကို ဦးစွာ စမ်းသပ် စစ်ဆေး ပါတယ်။ ဒီနောက် ဒဏ်ရာပြင်းထန်မှု အလိုက် မဲစောက်ဆေးရုံကို ပို့တယ်။ မိုင်းထိသူ လူနာ အသစ် ရောက် တိုင်း အိုင်စီအာစီ (အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကြက်ခြေနီ အသင်း) သို့ လှမ်းအကြောင်းကြား ပါတယ်။ ၎င်းအသင်းက မိုင်းလူနာတွေရဲ့ ဦးဆုံး ဆေးရုံမှာ ကုန်ကျစရိတ် အားလုံးကို တာဝန်ယူတယ်။ သူတို့ ဆေးရုံတက်နေစဉ် ဘယ်လိုကုသမှု ရသလဲ၊ ဘယ်အခါ ဆေးရုံက ဆင်းမလဲ ဆိုတာမျိုး ကျွန်တော်က ပုံမှန် သွားကြည့်ပါတယ်။ အဲဒီ အတောအတွင်း အိုင်စီအာစီက မိုင်းထိလူနာ တွေရဲ့ မိုင်းထိပုံ အကြောင်း အချက်အလက်တွေ (ဘယ်တုန်းက၊ ဘယ်နေရာမှာ၊ ဘယ်လို ဖြစ်သလဲ၊ ဘယ်လို ဒဏ်ရာမျိုးလဲ အစရှိသဖြင့်) ကို မေးမြန်း မှတ်တမ်းပြုစု ပါတယ်။ ဆေးရုံက ဆင်းတဲ့အခါ အချို့လူနာ တွေကို မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ ရှိတဲ့ ခြေတုလုပ်ငန်းရုံ ကို ခေါ်လာတယ်၊ အချို့ကို တော့ ဆေးရုံကို ပြန်လာပြဖို့ ရက်ချိန်းအတွက် ရှင်းပြ စီစဉ်ပေးပါတယ်။

စေတနာ။ ။ ကိုရွှေ အတွေ့အကြုံအရ မြေမြှုပ်မိုင်း ထိသူတွေ ထဲမှာ ဘယ်လို ဒဏ်ရာမျိုးကို အများဆုံး တွေ့ရပါသလဲ။

ရွှေ။ ။ ကျွန်တော့် အတွေ့အကြုံအရ ပြောရရင် မိုင်းကြောင့် ဒူးဆစ်အောက်ပိုင်း ပြတ်တဲ့ ဒဏ်ရာမျိုး

Interview with a Referral Supervisor from Mae Tao Clinic

Below knee amputations are the most common types of landmine injuries.

HM: How long have you been working at Mae Tao clinic? Can you describe your activities?

Shwe: I have been working here for 5 years. First, I was working as a health assistant at the Mae Tao Clinic Out Patient Department (Medical OPD) for 6 months. Then I became a supervisor responsible for referring all kinds of cases (medical, surgical, child, obstetric and gynecological) to Maesot and Chang Mai hospitals. Among the surgical cases there are many landmine injuried victims.

HM: Can you explain how landmine patients are assisted or referred?

Shwe: Landmine patients coming to Mae Tao clinic are first examined, then - depending on the severity of their injuries - they are sent to Maesot

hospital. The new cases are all reported to ICRC who financially supports landmine patients (they take responsibility for the initial hospital-ization costs). Then, I follow up the hospitalized patients to assess how they are treated and when they can be discharged. At the same time, ICRC collects some data about when, where and how they have been injuried, the types of their injuries, etc. After the discharge, I send some patients to the prostheses department at Mae Tao clinic. With others, I arrange regular follow up visits at the hospital.

HM: According to your experience, what are the most common types of landmine injuries?

Shwe: I think that below knee amputations are the most common ones.

HM: How many landmine patients per year do you have to deal with?

Shwe: Landmine injured patients are not as numerous as before: in 2002-2003 and 2003-2004, they were about 2 or 3 per month. In 2004-

တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း

အများဆုံး တွေ့ရပါတယ်။

စေတမာန်။ ။ ဆေးခန်းမှာ တစ်နှစ်ဆိုရင် မိုင်း ဒဏ်ရာရသူ လူနာ ဘယ်နှစ်ယောက်လောက် ကြုံတွေ့ရ ပါသလဲ။

ရွှေ။ ။ မိုင်းဒဏ်ရာရသူ အရေအတွက် ဟာ ၂၀၀၂–၂၀၀၃၊ ၂၀၀၃–၂၀၀၄ ခုနှစ်မှာ တွေ့ရ သလောက် (အဲဒီတုန်းက တစ်လကို ၂–၃ယောက် တွေ့ရတယ်) မများတော့ပါဘူး။ ၂၀၀၄–၂၀၀၅ ခုနှစ်မှာ တစ်လ ၁ယောက် (သို့) နှစ်လ ၁ယောက်လောက်ပဲ တွေ့ကြုံရပါတယ်။

စေတမာန်။ ။ မိုင်း ဒဏ်ရာရသူ လူနာတွေထဲမှာ ယောကျာ်း၊ မိန်းမ ဘယ်သူ ပိုများသလဲ။ ဘယ် အသက်အုပ်စုလောက် ကို အတွေ့များပါသလဲ။

ရွှေ။ ။ ယောကျာ်းလူနာတွေကို အများဆုံး တွေ့ရတယ်။ ကျွန်တော် အလုပ်လုပ်စဉ် တောက်လျှောက်မှာ မိန်းမလူနာ ၃ယောက်ပဲ တွေ့ဖူးတယ်။ မိုင်းထိသူ အများစု ဟာ အသက် ၁၅–၄၀ ကြား ရှိတဲ့ အရွယ်ရောက် ယောကျာ်းအုပ်စုပေါ့။

စေတမာန်။ ။ သင့် အလုပ်မှာ ဘယ်လို အခက်အခဲ မျိုး တွေ့ရပါသလဲ။

ရွှေ။ ။ ရက်ချိန်းအတိုင်း ပြန်မလာကြဘူး။ အချို့ လူနာ တွေဟာ ဆေးရုံက (သို့) မယ်တော် ဆေးခန်းက ချိန်းတဲ့ ရက်ချိန်းမှာ ပြန်မလာပြကြတာ မျိုး တွေ့ကြုံရတယ်။

interviews

2005, there was about one patient per month or one every two months.

HM: Among those patients, which gender/age groups are the most common?

Shwe: It is obvious that men suffer landmine injuries more than women. In my whole experience, I have only seen 3 female victims. Most are adults: men from 15 to 40 years old.

HM: What kinds of difficulties do you usually face in this job?

Shwe: Follow up problems: some patients do not come back to the hospital or Mae Tao clinic for their follow up.

Glossary

UXOs
Unexploded Ordnances

USD
US Dollar

SPDC
State Peace and Development Council

KNLA
Karen National Liberation Army

HI
Handicap International

PWMD
People With Movement Disability

ICBL
International Campaign to Ban Landmines

Prosthesis
A prosthesis is an artificial extension that replaces a missing body part. Prostheses are typically used to replace parts lost by injury (traumatic) or missing from birth (congenital) or to supplement defective body parts

Orthosis
An orthosis is a device that is applied to a part of the body to correct deformity, improve function, or relieve symptoms of a disease.

CPR
Cardio Pulmonary Resuscitation
The medical term for a patient whose heart has stopped is cardiac arrest (also referred to as cardiorespiratory arrest), in which case CPR is used.

Ketamine
Ketamine is a general dissociative anaesthetic for human and veterinary use. It is also a potent analgesic and can be used in sub-anaesthetic doses to relieve acute pain.

Physiotherapy
A branch of treatment that uses physical means to relieve pain, regain range of movement, restore muscle strength and return patients to normal activities of daily living.

ကျန်းမာရေးစေတမန်သည် ကျန်းမာရေးလုပ်သားများနှင့် လူမှုရေးလုပ်သားများကို ၎င်းတို့၏ အသိုင်းအဝိုင်း အတွင်းရှိ ပြည်သူများအတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ရာတွင် အဝေးသင်စနစ်ဖြင့် သင်ယူနိုင်မည့် သုံးလတစ်ကြိမ် ပုံမှန် ထုတ်ဝေလျက်ရှိသော မဂ္ဂဇင်းဖြစ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးစေတမန်သည် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သတင်းများနှင့် ဗဟုသုတများကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု မပြည့်စုံသောဒေသများအတွက် ရည်ရွယ်၍ ထုတ်ဝေဖြန့်ချိပါသည်။ လူတိုင်းသိရှိ ကြပြီးဖြစ်သည့်အတိုင်း သင်ကြားမှုများတွင် လူထုကိုယ်တိုင် ပါဝင်လုပ်ဆောင်ပါက ထိရောက်မှု ရှိမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးမှူးများ၊ သူနာပြုများ၊ ဓါတ်ခွဲခန်း ပညာရှင်များ၊ အိမ်တိုင်ရာရောက် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊ ကျောင်းဆရာများ၊ လူငယ်များ၊ ကျန်းမာရေးအတွက် တာဝန်ရှိသူများအားလုံး ဤလုပ်ငန်းတွင် အတူတကွ ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ကြရန် လိုအပ်ပါသည်။

Health Messenger is a quarterly distance learning magazine directed at health and social workers and their communities. Health Messenger aims to communicate health information and knowledge to those living in areas where resources are limited. Everyone is aware that teaching is more effective if the whole community is involved in the learning process. Medics, nurses, laboratory technicians, home visitors, school teachers should join together in this effort.

AIDE MEDICALE INTERNATIONALE AMI

AUSTCARE

Australian Government AusAID

HANDICAP INTERNATIONAL *Vivre debout*

NOT FOR SALE