NIGHTINGALE

နိုက်တင်ဂေးလ်

ကျန်းမာရေးဂျာနယ်

အတွဲ-၁၊ အမှတ်-၃၊ ဒီဇင်ဘာလ၊ ၂၀၀၅-ခုနှစ်

လွတ်မြောက်နယ်မြေမှ ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ စုစည်းထုတ်ဝေသည်။

UNSUNG HERO OF COMPASSION ဆုရ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်နဲ့ တွေ့ဆုံခြင်း

ဒေါက်တာလွဏ်းဆွေ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသည်။

မေး ။ ။ အမေရိကန်အခြေစိုက် တိဗက်အဖွဲ့အစည်းဖြစ်တဲ့ Wisdom in Action ကပေးတဲ့ Unsung Hero of Compassion ဆုကိုရရှိခဲ့တဲ့အပေါ်မှာ ဆရာမရင်ထဲဖြစ်ပေါ်ခဲ့တဲ့ ခံစားမှုနဲ့ အခုလိုဆုတွေ ချီးမြှင့်ခံရတဲ့အတွက် ဆရာမအနေနဲ့ လူသားအကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေ ဆောင်ရွက်နေတဲ့အပေါ်မှာ ဘယ်လိုခွန်အားမျိုးတွေ၊ အကျိုးကျေးဇူးတွေ ဖြစ်ပေါ်စေသလဲဆိုတာကို သိပါရစေ။

ဖြေ ။ ။ ဒီဆုအပေါ်မှာပေါ့နော်၊ အခုပေးတာက ဒုတိယအကြိမ်ပေါ့။ ဒုတိယအကြိမ်က ကျမတို့ စုစုပေါင်း ဒီ Wisdom in Action ကနေပြီးတော့ နိုင်ငံအရပ်ရပ်မှာရှိတဲ့ Individual ပုဂ္ဂိုလ် အယောက် (၅၀) ပေါ့၊ အယောက် (၅၀)ကို သူတို့ရွေးချယ်ပြီးတော့ ပေးတာဖြစ်တယ်။ အဲဒီအယောက်(၅၀)နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကျမလည်း လေ့လာကြည့်မိတဲ့အခါကျတော့ အထူးသဖြင့် ကျန်းမာရေးလုပ်သားတွေ လည်း အများကြီးပါတယ်။ နောက်တချို့ကျတော့ ကျောင်းဆရာတွေပေါ့လေ၊ အထူးသဖြင့် မိဘမဲ့ ကလေးတို့၊ မိဘတွေရဲ့ စွန့်ပယ်ခံရတဲ့ လမ်းဘေးကလေးတွေကိုစောင့်ရှောက်တဲ့ ပညာရေးဌာနက လူတွေလည်းပါတယ်။ နောက်တော့ ဒီဆုထဲမှာဆိုရင်လည်း တိဗက်နိုင်ငံ၊ ဘူတန်နိုင်ငံ၊ ဗီယက်နမ် နိုင်ငံ နောက်တခြားနိုင်ငံအရပ်ရပ်ပေါ့လေ၊ အဲဒီကအဖွဲ့တွေလည်း အများကြီးတွေ့ရတယ်ပေါ့နော့။ အဲလို မသန်မစွမ်းဒုက္ခိတတို့ စွန့်ပယ်ခံရတာတို့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုမရတဲ့ အခက်အခဲကြား မှာရှိတဲ့ လူတွေအပေါ်မှာ အာရုံစိုက်ပြီးတော့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ ပညာရေးလုပ်ငန်း၊ ပြန် လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်း လုပ်နေတဲ့လူတွေ၊ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကို ပေးတဲ့အတွက်ကြောင့် အဲဒီဆုအပေါ်မှာ ကျမတို့ကလည်း လုပ်ဖေါ်ကိုင်ဖက်အချင်းချင်းတွေ့ရသလိုပေါ့လေ၊ အများကြီးလည်း ဝမ်းသာဖြစ်ကြ တယ်။ တချိန်တည်းမှာပဲ ဒီဆုကို ဘုန်းတော်ကြီး ဒလိုင်းလားမားကိုယ်တိုင်က ဂုဏ်ပြုပြီးတော့ ပေးတဲ့အတွက်ကြောင့်လည်း အားလုံးကလည်း အများကြီး ဂုဏ်ယူကြတယ်ပေါ့။ တချိန်တည်းမှာပဲ ကျမတို့က ကျမတို့နဲ့ လုပ်ငန်းချင်းတူရာတွေ ဆက်စပ်ဖလှယ်မိကြတဲ့အခါကျတော့ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် ကူညီပံ့ပိုးဖို့ပေါ့နော်၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တချို့

စာမျက်နှာ (၂) သို့ ...

ကမ္ဘာ့အေအိုင်ဒီအက်စ်နေ့ မဲဆောက်မှာကျင်းပ

ဒီဇင်ဘာလ(၁)ရက်နေ့မှာကျရောက်တဲ့ကမ္ဘာ့အေအိုင်ဒီအက်စ်နေ့အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ် မဲဆောက်ဒေသအတွင်းမှာ ရောက်ရှိနေကြတဲ့ မြန်မာနိုင်ငံသား (၅၀၀)ခန့်တို့ဟာ လူထုလှုပ်ရှားမှုအသွင်နဲ့ အိတ်စ်ရောဂါတိုက်ဖျက်ရေး ကြွေးကြော်ချီတက်ပွဲ တရပ်ကို ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့တယ်လို့သိရပါတယ်။ မဲဆောက်ဆေးရုံကြီးမှ မယ်တော်ဆေးခန်းအထိချီတက်ခဲ့ကြပြီး လမ်းတလျှောက်မှာ ကြွေးကြော်သံများ ပညာပေးစာရွက်စာတမ်းများ စာစောင်များကို မြန်မာ၊ အင်္ဂလိပ်၊ ထိုင်းဘာသာများနဲ့ အများပြည်သူတွေကို ဝေငှပေးခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။

စက်ရုံအလုပ်ရုံများမှ မြန်မာအလုပ်သမားများ၊ နယ်စပ်တလျှောက်ရှိ မြန်မာ မူလတန်းကျောင်း၊ အလယ်တန်းကျောင်းနဲ့ အထက်တန်းကျောင်းများမှ ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၊နိုင်ငံရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းအသီးသီးမှ အဖွဲ့ဝင်များစုံညီစွာတက်ရောက်ခဲ့ကြတဲ့ အဆိုပါအခမ်းအနားကို မြန်မာနိုင်ငံဆေးပညာရှင်များအသင်း BMA၊ MAP ဖေါင်ဒေးရှင်း၊ မယ်တော်ဆေးခန်း MTC နဲ့ မဲဆောက် အခြေစိုက် World Vision တို့က ကမကထပြု ကျင်းပခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်းသိရပါတယ်။

ကမ္ဘာ့အေအိုင်ဒီအက်စ်နေ့ အထိမ်းအမှတ် လူထုလှုပ်ရှားမှု အခမ်းအနားမှာမယ်တော်ဆေးခန်း တာဝန်ခံ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်က "အိတ်စ်ရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးမှာ လူတဦးစီရဲ့ အမူအကျင့်ပြောင်းလဲဖို့လိုအပ်သလို ရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးစီမံကိန်းမှာ ဆောင်ရွက်နေကြတဲ့ အဖွဲ့အစည်းတွေမှာရော လူမှုအသိုင်းအဝိုင်း တခုလုံးမှာ ဦးစီးဦးဆောင်ပြုနေကြတဲ့ လူအားလုံးရဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ရှိဖို့လိုတယ်"လို့ ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။

ကမ္ဘာ့အေအိုင်ဒီအက်စ်နေ့ အခမ်းအနားမှာ ကျပန်းစကားပြောပြိုင်ပွဲများ၊ ပညာပေးပြဇာတ်တိုများ၊ စာပေပြိုင်ပွဲများ၊ အားကစားပြိုင်ပွဲများ၊တေးဂီတဖျော်ဖြေပွဲများကို မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ရာမြန်မာနိုင်ငံသားများ တက်ရောက်အားပေးခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။ ■

လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အကူအညီပေးမယ့် အီးယူအဖွဲ့ ဒီမိုကရေစီခေါင်းဆောင်များနဲ့ တွေ့ဆုံညှိနှိုင်း

လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အကူအညီပေးရေးနဲ့ပတ်သက်ပြီးမြန်မာနိုင်ငံကိုရောက်ရှိနေတဲ့ ဥရောပသမဂ္ဂအဖွဲ့ဟာ ဒီမိုကရေစီရေးလှုပ်ရှားမှု အတိုက်အခံခေါင်းဆောင်များနဲ့ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးခဲ့ကြောင်း သိရပါတယ်။ အဖွဲ့ဝင်(၄)ဦးပါတဲ့ အီးယူကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့ဟာ အမျိုးသားဒီမိုကရေစီ အဖွဲ့ချုပ် ကိုယ်စားလှယ်များ၊ တိုင်းရင်းသား နိုင်ငံရေးခေါင်းဆောင်များ၊ကျောင်းသားခေါင်းဆောင်များနဲ့ တသီးပုဂ္ဂလနိုင်ငံရေးသမားများကိုတွေ့ဆုံခဲ့ပြီး မြန်မာနိုင်ငံကို လူသားချင်းစာနာ ထောက်ထားမှု အကူအညီများ ပေးရေးအတွက် နည်းလမ်းများကို ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။

အီးယူအဖွဲ့ဟာမြန်မာနိုင်ငံကို ၂၀၀၆-၀၇ခုနှစ်မှစပြီး ၂၀၁၃-ခုနှစ်အထိ၊ (၆)နှစ်စီမံကိန်းနဲ့လူသားချင်းစာနာထောက်ထားမှု အကူအညီများပေးဖို့စီစဉ်ဆောင်ရွက်နေတယ်လို့ သိရပါတယ်။

မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ အင်္ဂလန်သံအမတ်ကြီးရဲ့နေအိမ်မှာ (၃) နာရီကြာ ကျင်းပပြုလုပ်တဲ့အဆိုပါ ဆွေးနွေးပွဲသို့ အမျိုးသား ဒီမိုကရေစီအဖွဲ့ချုပ်မှ ဦးမြင့်သိန်း၊ ဦးဟန်သာမြင့်၊ ဦးအေးသာအောင်၊ ဗိုမီးအမျိုးသား ကွန်ဂရက်မှ ဦးကျင်ရှင်းထန်၊ ဦးထန်ကိုထန်း၊ ကျောင်းသားခေါင်းဆောင်များဖြစ်ကြတဲ့ ကိုကိုကြီးနဲ့ ကိုဌေးကြွယ်တို့ တက်ရောက်ကြပြီး တသီးပုဂ္ဂလ နိုင်ငံရေးသမားများဖြစ်ကြတဲ့ ဦးသုဝေ၊ အမျိုးသားရေး ဦးဝင်းနိုင်နဲ့ ဒေါ်ချိုချိုကျော်ငြိမ်းတို့ တက်ရောက်ခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

အီးယူကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့ဟာ နိုဝင်ဘာလ(၂၂)ရက်နေ့မှာ NGO ခေါ် အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်များနဲ့ ပြင်ပပညာရှင်များကိုလည်း တွေ့ဆုံဆွေးနွေးခဲ့ကြောင်း သိရပါတယ်။ ■

အယ်ဒီတာချုပ် - ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်

တာဝန်ခံအယ်ဒီတာ - ဒေါက်တာလွှက်းဆွေ

အဖွဲ့ဝင်အယ်ဒီတာ - မန်းမန်းမန်း၊ စွမ်းမြိုင်

စီစဉ်သူ - နိုင်အေးလွင်

Layout & Design - ကျော်အဲနယ်

စာစီစာရိုက် - စောအုန်းမြ၊ ကျော်ဖော့အဲ
စောထွန်းနောင်၊ ခွန်ရဲနိုင်

အ ယ် ဒီ တ ာ့ အ ာ ေ ဘ ာ်

❒ နိုက်တင်ဂေးလ် ကျန်းမာရေးဂျာနယ်ကို ၂၀၀၄ခုနှစ် အတွင်းက ၂ကြိမ် ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဆက်လက် မထုတ်ဝေနိုင်ခဲ့သည့် တနှစ်တာ ကာလအတွင်းမှာလည်း ဆက်လက် ထုတ်ဝေနိုင်ရန် ကြိုးပမ်းခဲ့ပါသည်။ ယခုအခါ နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာ အရသော်လည်းကောင်း၊ ရန်ပုံငွေအရသော်လည်းကောင်း၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအရသော်လည်းကောင်း တစုံတရာ အင်အားဖြည့်ဆည်းနိုင်ခဲ့ပါသဖြင့် ပြန်လည်ထုတ်ဝေနိုင်ခွင့်ရခဲ့ပါပြီ။

ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ၏ လူထုကျန်းမာရေး တိုးမြင့်လာစေရေးအတွက် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်မှုများတွင် အုတ်တချပ်၊ သဲတပွင့်အဖြစ်ပါဝင်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နေကြသော နယ်မြေဒေသအသီးသီးမှ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များအနေနှင့် မိမိ၏အသိပညာလေ့လာထားရှိမှုများ၊ အတွေ့အကြုံများနှင့် ယုံကြည်ချက်များကို နိုက်တင်ဂေးလ်ဂျာနယ်မှတဆင့် မျှဝေကြပါရန် တိုက်တွန်းပါသည်။

အကြမ်းဖက်မှု၊ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများသည်လည်းကောင်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းမှုဆိုင်ရာ အားနည်းချို့ယွင်းချက်များသည်လည်းကောင်း၊ အချို့သော ထုံးတမ်းစဉ်လာများသည်လည်းကောင်း လူသားတို့အပေါ် ဆင်းရဲမွဲတေမှုနှင့် ရုပ်ပိုင်းစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေလျက်ရှိနေကြောင်း သာဓကပေါင်းများစွာ၊ သက်သေများစွာ ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးတိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးလာစေရေးအတွက် တဦးချင်း၏ စွမ်းရည်ကို တိုးမြှင့်ခြင်း၊ တန်းတူရည်တူပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်ခွင့်ရှိခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ မူဝါဒများကို စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ဆက်လက်ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရပါဦးမည်။

လူတိုင်း ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာအခွင့်အရေးများကို ကာကွယ်မြှင့်တင် နိုင်ကြပါစေ။ ■

နိုက်တင်ဂေးလ် ကျန်းမာရေးဂျာနယ် ထုတ်ဝေခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်

၁။ ပြည်သူလူထု၏ကျန်းမာရေးအသိပညာများ မြင့်မားတိုးတက်လာစေရန်။

၂။ ပြည်သူလူထု၏ကျန်းမာရေးအသိအမြင်၊ ဗဟုသုတများကို မြှင့်တင်ပေးပြီး ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်လာစေရန်။

၃။ ပြည်သူလူထုအနေနှင့် ရုပ်ပိုင်း၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လူမှုရေးကိစ္စရပ်များတွင် လုံခြုံမှုရှိစေပြီး အနာဂတ်ဘဝကို ပိုမိုတိုးတက်ကောင်းမွန်အောင် ဖန်တီးလာနိုင်စေရန်။

၄။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာနားလည်တတ်သိမှု၊ ကျွမ်းကျင်မှုနှင့် ဂုဏ်သိက္ခာရှိသည့်ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ မွေးထုတ်ပေးနိုင်ရေးအတွက် အထောက်အကူပြုနိုင်ရန်။

၅။ ကျန်းမာရေးလုပ်သားအချင်းချင်း ကျန်းမာရေးအသိပညာများ၊ သတင်းအချက်အလက်များ ဖလှယ်နိုင်ရန်နှင့် ဝေမျှလက်ဆင့်ကမ်းနိုင်ရန်။

၆။ နယ်စပ်ဒေသတွင် ကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်နေကြသည့် ကျန်းမာရေးလုပ်သားများအနေနှင့် နိုင်ငံတကာတွင် ရောက်ရှိနေသည့် ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ၏ ကျန်းမာရေးအသိအမြင်များနှင့် ချိတ်ဆက်မိစေရန်။

၇။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုရှိစေရေးအတွက် လိုအပ်သည့်ဆန်းစစ်ရှာဖွေဖော်ထုတ်ချက်များကို တင်ပြပေးခြင်းဖြင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုလုပ်ဆောင်ရာတွင် အထောက်အပံ့ ဖြစ်စေရန်။

၈။ လူမှုအဖွဲ့အစည်းအတွင်း တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသည့် ကျန်းမာရေးလုပ်သားများထံသို့ နောက်ဆုံးရရှိသည့် ကျန်းမာရေးသတင်းများနှင့် အသိပညာများကို ဖြန့်ဝေပေးရန်။

၉။ လူ့အခွင့်အရေး၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်များနှင့် ဆက်နွယ်နေသည့် ကျန်းမာရေးဗဟုသုတများကို မြှင့်တင်ပေးရန်။

▶▶▶ မျက်နှာဖုံးမှအဆက်

ဆိုလည်း လုပ်ငန်းပိုင်းဆိုင်ရာအရ ဆက်စပ်ပြီးတော့ ကူညီဖို့ပါ သူတို့အားသန်ကြတာကို တွေ့ရတဲ့အတွက်ကြောင့် ကျမတို့က ကိုယ့်အခက်အခဲတွေ၊ ကိုယ့်နည်းတူပေါ့နော် ဒီလိုအခက်အခဲတွေကြားထဲမှာ အလုပ်လုပ်နေကြတဲ့ လုပ်ဖေါ်ကိုင်ဘက်တွေ၊ နောက်ပြီးတော့ အင်အားအပြည့်နဲ့ တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ပံ့ပိုးမှုတွေ တွေ့ရတဲ့အတွက်ကြောင့် လူသားတွေရဲ့ လုံခြုံရေးအတွက်ပေါ့နော်၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြတဲ့ ဆန္ဒတွေလည်း အများကြီး ပိုပြီးတော့ တိုးပွားလာတယ်ပေါ့။ တချိန်တည်းမှာပဲ ကျမတို့နယ်စပ်မှာရှိတဲ့ ဒီလူမှုဝန်ထမ်းအလုပ်တွေကို ကိုယ်နိုင်ရာကနေ ဆောင်ရွက်နေကြတဲ့ ကျမတို့ရဲ့လုပ်ဖေါ်ကိုင်ဘက်တွေ အားလုံး ဒီလုပ်ငန်းတွေ လုပ်နေကြတဲ့အပေါ်မှာ ကျမတို့ကို နိုင်ငံတကာကလည်း အသိအမှတ်ပြုတာ၊ ဂုဏ်ပြုတာဖြစ်တဲ့အပြင် ကျမတို့နည်းတူအခက်အခဲကြားမှာ အလုပ်လုပ်နေကြတဲ့ လူမှုဝန်ထမ်းလုပ်သားတွေနဲ့လည်း ကျမတို့ပိုပြီးတော့ချိတ်ဆက်ဖို့ အခွင့်အလမ်းရတဲ့အတွက်ကြောင့် ကျမတို့နိုင်ငံအတွက်လည်း အကျိုးရှိတယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

မေး။ ။ ၁၉၈၈ခုနှစ် စက်တင်ဘာလမှာ ဆရာမတို့ မြန်မာပြည်က ထွက်လာကြတော့ တောထဲမှာ တွေ့ကြုံခဲ့ရတဲ့ အခြေအနေတွေ၊ လုပ်ကိုင်ခဲ့ရတဲ့ အခက်အခဲတွေအကြောင်းကို ပြန်ပြောင်း ပြောပြပေးပါဦး။ အဲဒီတုန်းက ကုသပေးခဲ့ရတဲ့ အနေအထားနဲ့ အခုအခြေအနေမှာ ကုသပေးနိုင်တဲ့ အနေအထား ဘယ်လောက် အတိုင်းအတာအထိ တိုးတက်လုပ်ကိုင်နိုင်ခဲ့ပြီလဲ ဆိုတာကိုရောပေါ့။

ဖြေ ။ ။ (၈၈)ခုနှစ် စက်တင်ဘာပေါ့နော်၊ ကျမ ဒီနယ်စပ်ဖက်ကို ထွက်လာတဲ့အချိန်မှာတော့ လမ်းပန်းတလျှောက်မှာ ပြည်တွင်း ဒုက္ခသည်ပေါ့လေ၊ ရွှေ့ပြောင်းနေကြတဲ့ လူထုတွေရဲ့ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ လူမှုဘဝအဆင့်အတန်း နိမ့်ကျမှုတွေကို ကျမတို့ ပိုပြီးတော့ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ပေါ့နော်၊ တွေ့လာရတယ်။ တချိန်တည်းမှာပဲ ထိုင်းနိုင်ငံရောက်လာတဲ့အချိန်မှာလည်း ထိုင်းနိုင်ငံကို တရားမဝင်ပဲဖြစ်ဖြစ် တရားနည်းနဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ်ပေါ့နော်၊ အလုပ်လုပ်လုပ်ဖို့ ရောက်လာကြတဲ့ မြန်မာပြည်သားတွေက တနေ့ထက်တနေ့ ပိုပြီးတိုးများတာပဲ တွေ့ရတယ်ပေါ့နော်။ ရောဂါအရ ကြည့်မယ်ဆိုရင်လည်း သာမန်ရောဂါတွေ မဟုတ်ဘဲနဲ့ အရေးပေါ်အခြေအနေတွေ၊ နာတာရှည်ရောဂါတွေ အဲဒီလို တွေ့လာရတယ်လေ။ အရင်ကတော့ ကျမတို့ ဒီလုပ်ငန်းလေးကို ယာယီအရေးပေါ်အနေနဲ့လို့ပဲ ယူဆခဲ့ပေမယ့် ဒီလုပ်ငန်းဟာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ကျမတို့ ရေရှည်ပြန်လည် ထူထောင်ရေးမှာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ တချိန်တည်းမှာပဲ ကျမတို့ ကျန်းမာရေးလုပ်သားတွေရဲ့ အရည်အသွေး တိုးမြှင့်ရေးလုပ်ငန်းတွေ၊ ကျမတို့ နယ်စပ်ဒေသမှာရှိတဲ့ ကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းတွေ တခုနဲ့တခု ဆက်စပ်လုပ်ကိုင်မှုတွေ အများကြီး အရေးကြီးလာတယ်ဆိုတာလည်း သိလာတယ်။ တချိန်တည်းမှာပဲ ကျမတို့ ပြည်သူလူထုကြားထဲမှာလည်း ကျန်းမာရေးအသိပညာတွေ ပြန့်ပွားလာပြီးတော့ တဦးချင်းစီ ကိုယ်တိုင်ကလည်း မိမိရဲ့ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အရေးတွေအတွက် ကြိုးစားနိုင်ဖို့လည်း ကျမတို့အခွင့်အလမ်းတွေ ရှာဖွေဖေါ်ထုတ် ပေးရတာပေါ့နော်။ အခုလက်ရှိဆိုရင်တော့ ကျမတို့ တနှစ်တနှစ်ကို လူနာအရေ အတွက်ပေါ့နော်၊ လူဦးရေအားဖြင့် ဆိုရင်တော့ (၅၀၀၀၀)လောက်ကတော့ ဒီဆေးရုံကို လက်လှမ်းမီကြတယ်ပေါ့နော်။

မေး။ ။ ဘယ်လို Case မျိုးတွေ ဒီမှာအများဆုံးလာပြီး ကုသကြတာများလဲ ဆရာမ။

ဖြေ ။ ။ ကျမတို့လူနာရဲ့ ဒီအတွင်းလူနာဆိုရင်တော့ (၃၀)ရာခိုင်နှုန်းကတော့ ငှက်ဖျားလူနာတွေဖြစ်တယ်။ အပြင်လူနာဆိုရင်တော့ (၉)ရာခိုင်နှုန်း (၁၀)ရာခိုင်နှုန်းလောက် ရှိတယ်။ ဒါ့အပြင် တခြား ကူးစက်ရောဂါတွေဖြစ်တဲ့ တီဘီရောဂါသည်တွေလည်း ပြည်တွင်းထဲက လာပြီးဆေးကုတာတွေရှိသလို တချို့ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီကြောင့်လည်း အိတ်(စ်)ဖြစ်ပြီး ဆေးရုံလာတက်ကုသနေတဲ့ လူနာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ အထူးသဖြင့်တော့ ကျမတို့ဆီမှာ တဖြည်းဖြည်းနဲ့ ကလေးတွေ၊ လူငယ်အုပ်စုတွေ အရင်ကထက်ပိုပြီးတော့ များလာတယ်။ အရင်က ဆိုရင်တော့ အလုပ်လုပ်နိုင်တဲ့သူတွေက အလုပ်လာလုပ်ပြီးတော့ အိမ်ကို ဝင်ငွေပို့တဲ့ လုပ်ငန်းမျိုးပေါ့။ အခုဆိုရင်တော့ မိသားစုအလိုက် ကိုယ့်ရဲ့ အိမ်တွေယာတွေ စွန့်ခွာပြီးတော့ လာကြတာ တွေ့ရတဲ့အတွက်ကြောင့် ကလေးတွေ နောက် လူငယ်ပိုင်းလေးတွေ အထူးသဖြင့် ဆယ်ကျော်သက် လူငယ်ပိုင်းတွေက အစပေါ့နော်၊ အဲလို များလာတဲ့အခါ ကျတော့ ကလေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ရောဂါမှာ အထူးသဖြင့် အာဟာရချို့တဲ့မှုတွေ၊ ကူးစက်ရောဂါတွေ တွေ့ရသလို လူငယ်လူရွယ်ပိုင်းဆိုလို့ရှိရင်လည်း မျိုးဆက်ပွားဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးပြဿနာတွေကိုလည်း ကျမတို့ အများကြီး ကြုံတွေ့ရတယ်ပေါ့။

မေး။ ။ လက်ရှိအခြေအနေမှာ မယ်တော်ဆေးခန်းအပြင် ဆရာမပါဝင်ဆောင်ရွက်နေတဲ့ တခြား လူသားအကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေ ရဲ့ အနေအထားကိုလည်း သိပါရစေ။

ဖြေ ။ ။ ကျမတို့ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းပေါ့နော်၊ အထူးသဖြင့်တော့ ပြုစုကုသမှုလုပ်ငန်းတွေ၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာသင်တန်းတွေ လုပ်နေရင်းနဲ့ ကျမတို့ နေ့စဉ်နဲ့အမျှ ပြည်သူလူထုတွေကြားထဲမှာ တွေ့ကြုံရတဲ့ အခက်အခဲက ရောဂါကာကွယ်ရေးကိစ္စတွေကို ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေတွေက မဖန်တီးထားပေးနိုင်တဲ့အခါကျတော့ ရောဂါကာကွယ်ရေး ကိစ္စကိုလည်း ဆောင်ရွက်ဖို့ကို ကျမတို့ ဒီထိုင်းကျန်းမာရေးဌာနနဲ့ဖြစ်စေ၊ ဒီနယ်စပ်မှာရှိနေတဲ့ လူမှုဝန်ထမ်းအဖွဲ့အစည်းပေါ့နော်။ ကျမတို့အနေနဲ့ တိုင်းရင်းသား လူမှုဝန်ထမ်း အဖွဲ့အစည်း အသီးသီးနဲ့လည်း ဆက်စပ်ပြီးတော့ ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းမျိုးဆိုတာတွေ ဆောင်ရွက်တယ်။ လက်ရှိဆိုရင်တော့ ထိုင်းနိုင်ငံထဲမှာ မြန်မာပြည်သား ကလေးတွေအတွက် ဖွင့်ထားတဲ့ မြန်မာကျောင်းလေးတွေပေါ့လေ။ အားလုံး ကျောင်းပေါင်း(၄၀)နီးပါး ရှိတယ်ပေါ့။ ကလေးကတော့ (၄၀၀၀) လောက်ရှိတယ်လေ။ အဲဒီမှာ ကျမတို့က ကျောင်းဆရာ သင်တန်းတွေ ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် ဝိုင်းဝန်းပြီးပံ့ပိုး ကူညီတာတွေရှိသလို တချို့ကျောင်းတွေကိုလည်း ကူညီပံ့ပိုးတဲ့အစီအစဉ်တွေ ရှိတယ်။ တချိန်တည်းမှာပဲ ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းမျိုးတွေကို ကျမတို့ ဆောင်ရွက်တာရှိတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ဒီနယ်စပ်ဒေသမှာဆိုရင်တော့ အထူးသဖြင့် ပြည်တွင်းမှာရှိတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းလူထုတွေအတွက်ကို ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေတဲ့ ဒီနယ်လှည့်ကျောပိုးအိတ် ကျန်းမာရေးလုပ်သားအဖွဲ့နဲ့ နီးနီးကပ်ကပ် ဆောင်ရွက်ပေးတယ်။ အထူးသဖြင့် သင်ရိုး

ညွှန်းတန်းပိုင်းတွေ၊ လုပ်ငန်းဆောင်တာတွေထဲမှာ စာရင်းဇယားပြုစုတဲ့ စနစ်တွေ၊ နည်းပညာပိုင်း ဖလှယ်မှုတွေပေါ့နော်၊ အများကြီး ဆက်စပ်ဆောင်ရွက်မှုတွေ ရှိတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ကျမတို့မြန်မာနိုင်ငံ ဆေးပညာရှင်များအသင်း အနေနဲ့လည်း မိခင်နဲ့ကလေး ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းကို ပြည်တွင်းထဲမှာရှိ ဆေးရုံဆေးခန်းတချို့မှာ စပြီးဆောင်ရွက်နေတာ ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကျမတို့ မယ်တော်ဆေးခန်းမှာရှိတဲ့ သားဖွားဆောင်နဲ့ တွဲဖက်ပြီးတော့ အရည်အသွေး တိုးမြှင့်မှုသင်တန်းတွေ ဆောင်ရွက်တာရှိသလို ပြည်တွင်းထဲမှာလည်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လက်လှမ်းမမှီတဲ့ နေရာတွေမှာ လက်သည်တွေကို သင်တန်းပေးပြီးတော့ ဆေးရုံဆေးခန်းတွေနဲ့၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းတွေနဲ့ ပိုပြီးနီးစပ်လာအောင် ကျမတို့ ဆောင်ရွက်ပေးနေတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။

မေး။ ။ လက်ရှိ ဆရာမလုပ်ဆောင်နေတဲ့ ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်း၊ လူမှုရေးလုပ်ငန်းတွေအတွက် ပံ့ပိုးမှုတွေအနေနဲ့ကော လုံလုံလောက်လောက် ရပါသလား။

ဖြေ ။ ။ ကျမတို့ဆီမှာတော့ အကန့်အသတ်တွေတော့ အများကြီး ရှိတယ်ပေါ့။ အကန့်အသတ်ဆိုတာကတော့ နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာတွေလည်း အကန့်အသတ်ရှိတယ်။ နေရာထိုင်ခင်းအရလည်း အကန့်အသတ်တွေရှိတယ်။ လူအရေအတွက်အရဖြင့်လည်း အကန့်အသတ်တွေရှိတယ်ပေါ့။ နောက်တချက်ကလည်း လုံခြုံရေးတို့ တရားဝင်ရပ်တည်တာတို့လိုမျိုး အကန့်အသတ်တွေ အများကြီး ရှိတဲ့အပေါ်မှာတော့ ကျမတို့ ကိုယ်တတ်နိုင်တဲ့ ကဏ္ဍထဲမှာတော့ ရှိလာတဲ့ Funding အပေါ်မှာ ကျမတို့ အကောင်းဆုံး ဆောင်ရွက်ဖို့ ကြိုးစားရတာပေါ့။ လိုအပ်ချက်ကတော့ အပြည့်အဝမရနိုင်ဘူးပေါ့။ ကန့်သတ်ချက်တွေကလည်း အများကြီးရှိတော့ အဲဒီအကန့်အသတ်တွေအပေါ်မှာပဲ အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်တာပေါ့။

မေး။ ။လက်ရှိအခြေအနေမှာ မြန်မာ့နိုင်ငံရေး အကြပ်အတည်း ဖြစ်နေတဲ့အပေါ် အမျိုးသားပြန်လည် ရင်ကြားစေ့ရေးလို လုပ်ငန်းမျိုးတွေမှာပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးဖို့တောင်းဆိုလာရင်ကော ဆရာမအနေနဲ့ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးချင်တဲ့ ဆန္ဒရှိပါသလား။

ဖြေ ။ ။ အခုကျမတို့ဆောင်ရွက်နေတဲ့ ဒီကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းပေါ့နော်၊ ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းဆိုတာမှာ ကျန်းမာရေးလုပ်သားတွေ အားလုံးကလည်း တိုင်းရင်းသားအဖွဲ့အစည်း အသီးသီးက လာကြတာဖြစ်တယ်၊ နိုင်ငံရေးအဖွဲ့အစည်း အသီးသီးက လာကြတာဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့် လူငယ်လူရွယ်တွေအနေနဲ့ ပညာအတူသင်ကြားရင်းနဲ့ သူတို့ရဲ့နိုင်ငံရေး ယဉ်ကျေးမှု ထုံးတမ်းစဉ်လာတွေ သူတို့ရဲ့ အခက်အခဲတွေကို အချင်းချင်း ဖလှယ်နိုင်ကြတဲ့အပေါ်မှာ တစ်စုံတစ်ရာ နားလည်မှုတွေ တည်ဆောက် လာနိုင်တယ်လို့ ယုံကြည်တယ်။ နောက် တချိန်တည်းမှာပဲ သင်တန်းပြီးသွားတဲ့အခါမှာကျတော့လည်း လုပ်ငန်းတစ်ခုကို ရည်မှန်းချက် အတူတူနဲ့ပေါ့နော်။ ဥပမာ – မိခင်သေနှုန်းကျဆင်းရေး၊ ၅နှစ်အောက်ကလေး အာဟာရချို့တဲ့မှု ကျဆင်းရေးပေါ့ အဲလိုမျိုး လုပ်ငန်းတွေကို ဆောက်ရွက်ကြတဲ့ အချိန်ကျတော့ ကိုယ့်ဒေသအလိုက် အခက်အခဲတွေနဲ့ ကိုယ့်ဒေသအလိုက်လုပ်ဆောင်နိုင်တဲ့လုပ်ငန်းတွေ၊ ကိုယ့်ဒေသအလိုက် ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ နိုင်ငံရေးပြဿနာတွေကိုလည်း ဆွေးနွေးကြရင်းနဲ့ ဒီလူငယ်လူရွယ်တွေကြားထဲမှာ ကျန်းမာရေးကို အခြေပြုပြီးတော့ လူ့အခွင့်အရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စတွေ မူဝါဒပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲတိုးတက်မှု ကိစ္စမျိုးတွေ အားလုံး ဆွေးနွေးနိုင်တဲ့အတွက်ကြောင့် ကျမတို့အနေနဲ့ ဒီလက်ရှိဆောင်ရွက်နေတဲ့ ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းဟာ ရောဂါပြုစုကုသပေးတာတင် မကပါဘူး၊ ရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်း၊ တချိန်တည်းမှာပဲ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး ကိစ္စမျိုးတွေကိုရောရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး ကိစ္စတွေမှာပါ ကျမတို့အနေနဲ့ တတပ်တအား ပံ့ပိုးနိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။

မေး။ ။ နိုင်ငံရေးအကြပ်အတည်းတွေက လွန်မြောက်လို့ ပြည်တွင်းမှာ အပြောင်းအလဲ တစ်စုံတစ်ရာဖြစ်ပြီး တိုင်းပြည်ထဲ ပြန်လည် ရောက်ရှိကြတဲ့အခါ ဆရာမအနေနဲ့ ပထမဦးဆုံး ဘယ်လို လုပ်ငန်းမျိုးကို စတင်ဆောင်ရွက်ချင်ပါသလဲ။

ဖြေ ။ ။ ကျမတို့က ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းမှာပဲ တလျှောက်လုံး အသားကျနေတယ်ပေါ့နော်။ ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းမှာပဲ အားသန်တယ်ဆိုတော့ ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းကိုပဲ ဆက်လုပ်မှာဖြစ်ပါတယ်။ တချိန်တည်းမှာပဲ အထူးသဖြင့်တော့ ဒီကလေးသူငယ်တွေ စစ်ကြောင့် လူမှုဘဝတွေ ပျက်စီးခဲ့ကြတဲ့အခါကျတော့ ကလေးငယ်တွေဖြစ်စေ၊ တချို့အကြောင်းအမျိုးအမျိုးကြောင့် စစ်တပ်ထဲ ရောက်ရှိသွားကြတဲ့ လူတွေမှာ စစ်ရဲ့ဖိစီးမှုကြောင့် ဖြစ်လာရတဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဝေဒနာတွေပေါ့လေ၊ စစ်ကြောင့်လူထုချည်းပဲ မဟုတ်ပါဘူး။ စစ်သားတွေ ရဲဘော်တွေလည်း ဒီပြဿနာတွေ အများကြီးကြုံရတယ်။ အဲဒီအခါကျတော့ ကလေးတွေ လူငယ်လူရွယ်တွေ အမျိုးသမီးတွေကို အသက်အရွယ်တခုချင်းစီအလိုက် ဒါမှမဟုတ် ကိုယ်ဖြတ်သန်းရတဲ့ လုပ်ငန်းတာဝန်တွေအလိုက်ပေါ့လေ၊ တွေ့ကြုံခဲ့ရတဲ့အခက်အခဲတွေ ဖိစီးမှုတွေကြားထဲမှာ ကျမတို့က ပြန်လည်ထူထောင်ရေးကို ဘယ်လို ပြန်ဆောင်ရွက်နိုင်မလဲဆိုတာကိုလည်း နည်းပညာအဖွဲ့အစည်းတွေနဲ့ ဖြစ်စေ၊ ဒီလုပ်ငန်းထဲမှာ ကျွမ်းကျင်တဲ့ အတွေ့အကြုံရှိတဲ့ အဖွဲ့တွေနဲ့ ဖြစ်စေ၊ ကျမတို့ ဆက်စပ်ပြီးတော့ ပြန်လည်ဆောင်ရွက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး။ ။ နောက်ဆုံးတစ်ခုမေးချင်တာက ဒီဘက်ကိုရောက်ရှိလာတဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားတွေ၊ IDPs တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီးတော့ သူတို့အပေါ် ဆရာမအနေနဲ့ ဘယ်လိုမျိုး အားပေးစကားတွေ ပြောချင်ပါသလဲ။

ဖြေ ။ ။ ကျမတို့အနေနဲ့ အပြောင်းအလဲကတော့ အားလုံးကလည်း လိုလားကြတယ်။ ဒါပေမယ့်လို့ အပြောင်းအလဲဆိုတာကလည်း စောင့်လို့လည်း မရဘူးပေါ့။ တစ်ဦးချင်းစီမှာလည်း တာဝန်ရှိတယ်။ တစ်ဦးချင်းစီ တာဝန်ရှိတဲ့အပေါ်မှာလည်း တစ်ဦးချင်းစီရဲ့ အရည်အသွေး တိုးလာဖို့ဆိုတာကတော့ တခြားလူတွေရဲ့ ပံ့ပိုးမှုလိုသလို ကိုယ်ကိုယ်တိုင်ကလည်း အခွင့်အလမ်းရှာယူပြီးတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို တိုးတက်အောင် လုပ်ရမှာပေါ့နော်။ နောက်တခုကတော့ ဒီလုပ်ငန်းဆောင်တာတွေ တိုးတက်အောင်မြင်ဖို့ဆိုတာက ကျမတို့ တဦးနဲ့တဦး နားလည်မှု၊ ယုံကြည်မှုနဲ့ တည်ဆောက်ဖို့ဆိုတာ အချိန်တွေအများကြီး ယူကြရမယ်။ အဲဒီအပေါ်မှာလည်း တစုတစည်း တည်ဆောက်နိုင်တဲ့ အရာတွေကို ကျမတို့ ကြိုးစားရှာဖွေရမှာပေါ့နော်။ တစုတစည်းတည်း မဟုတ်သည့်တိုင်အောင်မှ တဖွဲ့နဲ့တဖွဲ့ နားလည်မှု အပြန်အလှန်ဖလှယ်ပြီးတော့ ကျမတို့လိုရာ ရည်မှန်းချက်ကို ဘယ်လိုသွားကြမလဲဆိုတာ အားလုံး ဝိုင်းကြိုးစားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ■

အဝါရောင်

သစ်ကောင်းအိမ်

ကမ္ဘာမြေကို
ကျေးဇူးဆပ်ခြင်းလည်းပဲဖြစ်တယ်
သစ်ပင်တွေကိုချစ်ပါ ...

တူရွင်းငန်းပြားတလက်နဲ့
ပန်းအိုးထဲ
ကျောက်စရစ်တချို့နဲ့
မြေဆွေးတွေကို စိုက်ပျိုးလိုက်မိရဲ့။

ရူးသွပ်မှုတခုပဲတဲ့လား ဒါဟာ
ညမှာ ဘယ်သူမှ သစ်ပင်မစိုက်ရတော့ဘူးတဲ့လား
ညမှာ

အနောက်လေရဲ့တမ်းချင်းတပုဒ်ထဲမှာ
ဘယ်ဥယျာဉ်နဲ့မှ မိတ်ဆွေမဖွဲ့တဲ့
ပန်းတွေမပွင့်ဘူးတဲ့လား ညမှာ
ခြံစိုက်သမားတယောက်
တောင်ကုန်းပေါ်မှာ ရပ်နေခဲ့တယ်။ ။

(၁၉၉၇)

ကျန်းမာရေးဂျာနယ်သို့ စာမူပေးပို့လိုလျှင် ...

အယ်ဒီတာအဖွဲ့
နိုက်တင်ဂေးလ်ကျန်းမာရေးဂျာနယ်
စာကြည့်တိုက်၊ မယ်တော်ဆေးခန်း
မဲဆောက်မြို့။

P.O.Box (21), Mae Sot, 63110
Tak Province, Thailand

E-mail : ntg05journal@yahoo.com
doctorlunswe@yahoo.com
sorpdb@yahoo.com

Ph : BMA Office - 055544495
Dr Lun Swe - 012841418
Nai Aye Lwin - 078458939

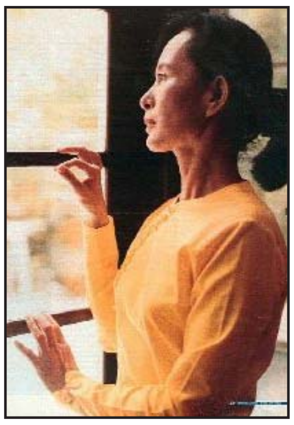
စာမူဖိတ်ခေါ်ခြင်း

- လစဉ်ထုတ်ဝေမည့် နိုက်တင်ဂေးလ်ကျန်းမာရေးဂျာနယ်အတွက် စာမူများရေးသားပေးပို့ကြပါရန် လေးစားစွာဖိတ်ခေါ်အပ်ပါသည်။
- အခက်အခဲအမျိုးမျိုးကြောင့် ပြည်တွင်းမှ စာမူရှင်များထံ ခွင့်ပြုချက် မတောင်းခံနိုင်သည့်အပေါ် နားလည်ခွင့်လွှတ်ပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံ ပန်ကြားအပ်ပါသည်။

အယ်ဒီတာအဖွဲ့
နိုက်တင်ဂေးလ်ကျန်းမာရေးဂျာနယ်

ပန်းချီပညာရှင်များ – တင်ကိုကိုဦး၊ SKB
သတင်းဓာတ်ပုံ – မန်းမျိုးမြင့်၊ နိုင်အေးလွင်၊ စွမ်းမြိုင်

မြန်မာ့ဒီမိုကရေစီခေါင်းဆောင် ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို နအဖစစ်အစိုးရက နေအိမ်အကျယ်ချုပ်သက်တမ်း (၆)လထပ်မံတိုးမြှင့်



မြန်မာ့ဒီမိုကရေစီခေါင်းဆောင် ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို ချက်ချင်းလွှတ်ပေးဖို့ နိုင်ငံတကာက တောင်းဆိုနေတဲ့အချိန်မှာပဲ နအဖစစ်အစိုးရက နေအိမ်အကျယ်ချုပ် သက်တမ်းကို နောက်ထက်(၆)လ ထပ်မံတိုးမြှင့်လိုက်ကြောင်း နိုဝင်ဘာလ (၂၈)ရက်နေ့က အေအက်ဖ်ပီသတင်းမှာ ဖော်ပြခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။

နအဖစစ်အာဏာပိုင်တွေက (၂၇.၁၁.၂၀၀၅) နေ့မှာ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ရဲ့ နေအိမ်ကို သွားရောက်ပြီး နေအိမ်အကျယ်ချုပ် သက်တမ်းတိုးတာကို အသိပေးခဲ့တယ်လို့ သတင်းရရှိပါတယ်။ နအဖစစ်အစိုးရက ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို ၂၀၀၃ ခုနှစ် မေလ(၃၀)ရက် ဒီပဲယင်းအကြမ်းဖက်မှုကြီး ဖြစ်ပြီးကတည်းက နိုင်ငံတော်အား နှောက်ယှက်ဖျက်ဆီးလိုသူများ ဘေးအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်တဲ့ ဥပဒေပုဒ်မ (၁၀-ခ)နဲ့ နေအိမ်မှာ အကျယ်ချုပ်ထားခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။

အဆိုပါဥပဒေအရ နေအိမ်အကျယ်ချုပ်ချထားခံရသူအား အများဆုံး(၅)နှစ်အထိ သက်တမ်းတိုးနိုင်ပြီး တကြိမ်ကို (၁)နှစ်သာ အကျယ်ချုပ်ချထားခွင့်ရှိတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို ၂၀၀၄ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလကတကြိမ် သက်တမ်းတိုးခဲ့ပြီးဖြစ်ပါတယ်။

နအဖစစ်အစိုးရဟာ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို ၁၉၈၉ ခုနှစ်မှ ၁၉၉၅ခုနှစ်အထိတကြိမ်၊ ၂၀၀၀ခုနှစ်မှ ၂၀၀၂ခုနှစ်အထိ တကြိမ်နဲ့ အခုတကြိမ် ပေါင်း(၃)ကြိမ် နေအိမ်အကျယ်ချုပ်ချခဲ့ပြီး စုစုပေါင်း နေအိမ်အကျယ်ချုပ်နဲ့ နေခဲ့ရတဲ့ကာလ (၁၀)နှစ်ကျော်ခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါတယ်။

အခုလို မြန်မာ့ဒီမိုကရေစီခေါင်းဆောင် ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို နေအိမ်အကျယ်ချုပ် သက်တမ်း ထပ်မံတိုးမြှင့်တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ကုလသမဂ္ဂ အထွေထွေ အတွင်းရေးမှူးချုပ် ကိုဖီအာနန်၊ အမေရိကန်၊ အီးယူ-ဥရောပသမဂ္ဂအဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများနဲ့ ဂျပန်နိုင်ငံမှ ခေါင်းဆောင်တွေက ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကန့်ကွက်ရှုတ်ချခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။ ■

သတင်းစာဆရာ၊ စာရေးဆရာမကြီး လူထုဒေါ်အမာရဲ့ အသက်(၉၀)ပြည့်မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်အခမ်းအနားများ စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာကျင်းပ

မန္တလေးမြို့နေ သတင်းစာဆရာ၊ စာရေးဆရာမကြီး လူထုဒေါ်အမာရဲ့ အသက်(၉၀)ပြည့် မွေးနေ့ အခမ်းအနားများကို အမရပူရမြို့ရှိ တောင်လေးလုံးကျောင်းတိုက်၊ ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ်တနေရာနဲ့ အိန္ဒိယနိုင်ငံ နယူးဒေလီမြို့တို့မှာ စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

မန္တလေးတိုင်း၊ အမရပူမြို့၊ တောင်သမန်အင်းစောင်းရှိ ဆရာတော် ဦးပညာ သီတင်းသုံးနေထိုင်ရာ တောင်လေးလုံးကျောင်းတိုက် ဘုရားရင်ပြင်တော်မှာ (၂၉.၁၁.၂၀၀၅) အင်္ဂါနေ့ နံနက်ပိုင်းက ကျင်းပပြုလုပ်တဲ့ မွေးနေ့ပွဲ အခမ်းအနားသို့ စာရေးဆရာကြီးဒဂုန်တာရာ၊ ရှစ်လေးလုံး ကျောင်းသားခေါင်းဆောင်ဟောင်းများဖြစ်ကြတဲ့ မင်းကိုနိုင်၊ ကိုကိုကြီးတို့ အမှူးပြုတဲ့ အနယ်နယ်အရပ်ရပ်မှ ကဗျာဆရာ၊ စာရေးဆရာများ၊ ကျောင်းသားဟောင်းများ၊ ရန်ကုန်မြို့မှ စာရေးဆရာ၊ ကဗျာဆရာများ၊ စာနယ်ဇင်းအသီးသီးမှ အယ်ဒီတာများ စုံညီစွာတက်ရောက် ဂါရဝပြုခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

(၂၈.၁၁.၂၀၀၅) တနင်္လာနေ့ ညနေ(၅)နာရီကလည်း ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ်တနေရာရှိ ဒေါင်းရင်ပြင်မှာ 'စိမ်းလန်းသောကောင်းကင် (သို့) အမေလူထုဒေါ်အမာ' ဆိုတဲ့ခေါင်းစဉ်နဲ့ (၉၀)ပြည့် မွေးနေ့အခမ်းအနားကို ကျင်းပပြုလုပ်ရာ လွတ်မြောက်နယ်မြေမှ ဒီမိုကရေစီ လှုပ်ရှားမှုအင်အားစုများ၊ ကဗျာဆရာ စာရေးဆရာ အယ်ဒီတာများ တက်ရောက် ဂါရဝပြုခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ နယူးဒေလီမြို့မှာလည်း (၂၉.၁၁.၂၀၀၅) အင်္ဂါနေ့ နံနက်ပိုင်းမှာ မြန်မာ့ဒီမိုကရေစီရေး လှုပ်ရှားမှုအင်အားစုများက ဂုဏ်ပြုကျင်းပခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

လူထုဒေါ်အမာဟာ လွတ်လပ်ရေး ကြိုးပမ်းမှု တိုက်ပွဲကာလမှ ဒီကနေ့ တိုက်ပွဲဝင်နေတဲ့ ဒီမိုကရေစီရေး၊ လူ့အခွင့်အရေး လှုပ်ရှားမှုတိုက်ပွဲအထိ ပြည်သူတွေဘက်က အစဉ်အမြဲရပ်တည် ဆောင်ရွက်ခဲ့သူ ဖြစ်ပါတယ်။ ■

ထိုင်း-မြန်မာချစ်ကြည်ရေးတန်ဆောင်တိုင်မီးမျှောပွဲ (လွိုင်းကထုံးပွဲ) မဲဆောက်မှာကျင်းပ

နိုဝင်ဘာလ(၁၆)ရက်နေ့ညက ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ် မဲဆောက်မြို့အနီး နှစ်နိုင်ငံချစ်ကြည်ရေးတံတားထိပ်မှာ ထဲ့စိုင်လို့ဝပ်အပိုင် မြူနီစပယ်အဖွဲ့က ကမကထပြုပြီး တတိယအကြိမ်မြောက် ထိုင်း-မြန်မာချစ်ကြည်ရေး တန်ဆောင်တိုင်မီးမျှောပွဲ (လွိုင်းကထုံးပွဲ)ကို ကျင်းပပြုလုပ်ရာ မဲဆောက်ဒေသအတွင်းမှာရှိတဲ့ ဒေသခံထိုင်းလူမျိုးများနဲ့ မြန်မာနိုင်ငံသားများ စုစုပေါင်း(၅၀၀၀၀)ခန့် တက်ရောက်ဆင်နွှဲခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

ပွဲတော်ကို တာ့ခ်ခရိုင်ရဲ့လက်ထောက်ခရိုင်ဝန် နိုင်းစူလချိုင်းနဲ့ ပွဲတော်ဖြစ်မြောက်ရေးတာဝန်ခံ ထဲ့စိုင်လို့ဝပ်အပိုင် မြူနီစပယ်ဥက္ကဋ္ဌ နိုင်းစံမလုံးဝိရိယတို့က ထိုင်း-မြန်မာချစ်ကြည်ရေးတံတားအောက်မှာ မီးရှူးမီးပန်းများရောင်စုံမီးပဒေသာများ ထွန်းညှိပစ်ဖေါက်ပြီး ဖွင့်လှစ်ပေးခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။

လက်ထောက်ခရိုင်ဝန် နိုင်းစူလချိုင်းက "ဒီပွဲမှာ ထိုင်းနဲ့ မြန်မာလူမျိုးတွေကို ရင်းနှီးချစ်ကြည်စွာ တွေ့ရတဲ့အတွက် ကြည်နူးမှုဖြစ်ရပါတယ်။ နှစ်နိုင်ငံ ချစ်ကြည်ရေး ခိုင်မြဲအောင် ဆောင်ရွက်ကြပါ။ တူညီနီးစပ်မှုရှိတဲ့ ယဉ်ကျေးမှု ရိုးရာဓလေ့တွေကို ထိန်းသိမ်းကြပါ" လို့ ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။

ချစ်ကြည်ရေးတံတားအောက် သောင်ရင်းမြစ်ရဲ့ ထိုင်းနဲ့မြန်မာဘက်ကမ်းတွေမှာ ကမ်းလုံးညွတ်မျှ လာရောက်ကြတဲ့ မီးမျှောသူများနဲ့ ကြိတ်ကြိတ်တိုးစည်ကားပြီး မီးမျှောပွဲကို တပြိုင်နက်တည်း ကျင်းပခဲ့ကြပါတယ်။

ထိုင်းနဲ့မြန်မာအလံများ လွှင့်ထူထားတဲ့ ဖျော်ဖြေရေးစင်မြင့်မှာ ပွဲတော်အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် ထိုင်း-မြန်မာလှယဉ်ကျေးမယ်ရွေးပွဲတစ်ရပ်ကို ကျင်းပခဲ့ရာ နှစ်နိုင်ငံလှယဉ်ကျေးမယ်(၁၇)ဦး ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ကြပါတယ်။ ပြိုင်ပွဲဝင်လှယဉ်ကျေးမယ်များထဲတွင် မယ်တော်ဆေးခန်းကိုယ်စားပြု ဆေးဝန်ထမ်းတစ်ဦးလည်း ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ပြီး ဖျော်ဖြေရေးအစီအစဉ်မှာ မယ်တော်ဆေးခန်းရဲ့ CDC ကျောင်းမှ ကျောင်းသူလေးများက ရှမ်းရိုးရာအကနဲ့ တင်ဆက်ခဲ့ပါတယ်။

ပွဲတော်ရဲ့ ယာယီလက်ဖွေ့ရုံမှာ ချစ်ကြည်ရေးအထိမ်းအမှတ်အဖြစ် ထိုင်း-မြန်မာလက်ဖွေ့ပွဲတရပ်ကိုလည်း ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ပါတယ်။

ယခုနှစ်ပြုလုပ်တဲ့ တတိယအကြိမ်မြောက်ပွဲတော်မှာ အရင်နှစ်များကလို မြန်မာနိုင်ငံမှ အလှပြယာဉ် လာရောက်ယှဉ်ပြိုင်ခြင်းမရှိဘဲ မယ်ရွေးပွဲတခုတည်းသာ လာရောက်ယှဉ်ပြိုင်ကြောင်း၊ မြဝတီခရိုင် အာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းများမှ တာဝန်ရှိသူများကို ဖိတ်ကြားခဲ့သော်လည်း လာရောက်ခြင်းမရှိကြောင်း ပွဲတော်ကျင်းပရေးအဖွဲ့ဝင်တဦးက နိုက်တင်ဂေးလ်ဂျာနယ်ကို ပြောပြခဲ့ပါတယ်။

တန်ဆောင်တိုင်ပွဲတော်အတွင်း မဲဆောက်ဒေသမှာရှိတဲ့ မြန်မာဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများမှာ ဇာတ်ပွဲ၊ အငြိမ့်ပွဲ၊ ခေတ်ပေါ်တေးဂီတဖျော်ဖြေပွဲများနဲ့ ကုသိုလ်ပြုနိဗ္ဗာန်ဈေးများ၊ စတုဒီသာမဏ္ဍပ်များ ခင်းကျင်းခဲ့ပြီး တောရဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းနဲ့ မယ်တော်ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများမှာ မသိုးသင်္ကန်းယက်ပြိုင်ပွဲများကို စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြပါတယ်။ ■

အိပ်ချ်အိုင်ဗွီဝေဒနာသည် မြန်မာနိုင်ငံသားများ ဆေးရဖို့လမ်းစပွင့်

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ နေထိုင်ကြတဲ့ မြန်မာနိုင်ငံသားများထဲမှ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးရှိတဲ့ ဝေဒနာသည်တွေအနေနဲ့ ဆေးဝါးကုသလိုပါက ချင်းမိုင်အခြေစိုက် New Life Friend Centerအဖွဲ့သို့အကူအညီတောင်းခံနိုင်ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

ထိုင်းအစိုးရက အသိအမှတ်ပြုထားတဲ့ အဆိုပါအဖွဲ့ဟာ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးရှိသူတွေကို လူမျိုးဘာသာမခွဲခြားဘဲ ARV ဆေးရရှိရေးအတွက် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးနေပြီး အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပညာပေး၊ ကူညီစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းများကို ပြည်တွင်းပြည်ပအဖွဲ့အစည်းများနဲ့ ဆက်စပ်လုပ်ဆောင်တယ်လို့ သိရပါတယ်။

ARVဆေးဟာ ဆရာဝန်ညွှန်ကြားချက်ဖြင့်သာ နေ့စဉ်စားရတဲ့ဆေးဖြစ်ပြီး တလစာဘတ် (၁၂၀၀)ကျော် ကုန်ကျတဲ့အတွက် ထိုင်းနိုင်ငံမှာ လာရောက်အလုပ်လုပ်ကိုင်နေကြတဲ့ လက်လုပ်လက်စားမြန်မာအလုပ်သမားများအနေနဲ့ ဆေးဝယ်ရန် အခက်အခဲရှိကြောင်း သိရပါတယ်။

ထိုင်းနိုင်ငံမှာ ထိုင်းနိုင်ငံသားများနဲ့ ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားလက်မှတ်ရှိသူများသာ ဘတ်(၃၀)ဆေးကုခွင့်လက်မှတ်နဲ့ ဆေးရုံပြသခွင့်ရှိတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ■

မြန်မာအလုပ်သမားအတွက် လုပ်ငန်းခွင်ထိခိုက်မှု နစ်နာကြေးပေးရန် ထိုင်းရုံးကဆုံးဖြတ်

လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိခဲ့တဲ့ မြန်မာအလုပ်သမားတဦးကို စက်ရုံပိုင်ရှင်မှ နစ်နာကြေးပေးရန် မဲဆောက်ရှိ ထိုင်းအလုပ်သမားကာကွယ်ရေးရုံးမှ နိုဝင်ဘာလ(၂၃)ရက်နေ့မှာ ဆုံးဖြတ်ပေးလိုက်ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ်အနီး မဲဆောက်ဈေးရှိ ပေါ်စီယန် ကုန်တင်ကုန်ချဆိုင်မှာ အလုပ်လုပ်နေတဲ့ ကိုဇော်လင်းဟာ စက်တင်ဘာလ (၁၅)ရက်နေ့ကပစ္စည်းသွားချဖို့ ကားပေါ်မှာလိုက်လာရင်း ခတ်ကြိုးဖြင့်တိုက်မိကာ ကားပေါ်မှ ပြုတ်ကျခဲ့ပါတယ်။ လက်နှစ်ဖက်လုံး အရိုးကျိုးသွားခဲ့တဲ့အတွက် အလုပ်ရှင်ထံမှ နစ်နာကြေးရရှိဖို့ အလုပ်သမားရေးရာအဖွဲ့အစည်းများရဲ့ အကူအညီနဲ့ ထိုင်းအလုပ်သမား ကာကွယ်ရေးရုံးသို့ တိုင်ကြားခဲ့ရာ တရားရုံးက အခုလို ဆုံးဖြတ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

ကိုဇော်လင်းက ဇာတိဖြစ်တဲ့ မိတ္ထီလာမြို့ကိုပြန်ပြီး ကုသမှုခံယူဖို့ အလုပ်ရှင်ထံလုပ်ခတောင်းရာ ပုံမှန်တလ ဘတ်(၂၀၀၀)ပေးရမယ့်အစား ဘတ်(၁၅၀၀)သာ ပေးတဲ့အတွက် မကျေမနပ်ဖြစ်ပြီး ဂျေအေစီခေါ် မြန်မာပြည်သားများအရေး ပူးတွဲလှုပ်ရှားမှု ကော်မတီထံ အကူအညီတောင်းခံခဲ့ပါတယ်။ ဂျေအေစီနဲ့ ထိုင်းရှေ့နေအဖွဲ့ (Labor Law Clinic)တို့က ဆဝါဒီကန်ခေါ် ထိုင်းအလုပ်သမား ကာကွယ်ရေးရုံးသို့ အောက်တိုဘာလ(၁၈)ရက်နေ့က တိုင်ကြားပေးခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရပါတယ်။ ကိုဇော်လင်းဟာ ရရှိလာတဲ့ နစ်နာကြေးနဲ့ ဇာတိဖြစ်တဲ့ မိတ္ထီလာမြို့သို့ပြန်ပြီး ဒဏ်ရာကိုကုသမယ်လို့ ပြောပါတယ်။

လွန်ခဲ့တဲ့သီတင်းပတ်အတွင်းကလည်း မြန်မာအိမ်ဖော်တဦး အိမ်တွင်းရိုက်နှက်ခံရမှုနဲ့ အလုပ်သမားရုံးကို တိုင်ကြားခဲ့ရာ အိမ်ရှင်က တလစာလုပ်ခ (၅၀၀) ဘတ်နဲ့ ဂရုဏာကြေးဘတ် (၂၀၀) ပေးဆောင်ဖို့ အလုပ်သမားရုံးက ဆုံးဖြတ်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။ ■

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များအတွက် အရေးပေါ်စောင့်ရှောက်မှုသင်တန်း မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ ဖွင့်လှစ်သင်ကြား

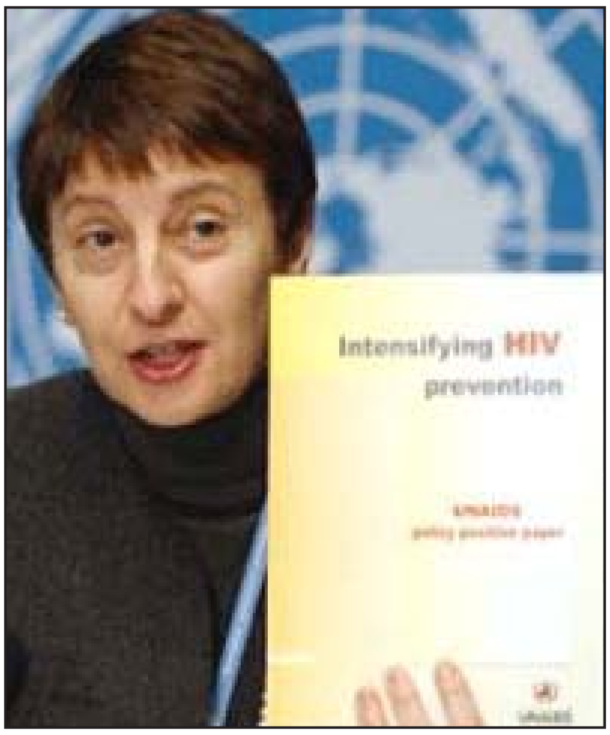
ကရင်ပြည်နယ်မှ မိခင်နဲ့ကလေးကျန်းမာရေးဌာန (၃)ခု၊ ကရင်နီဒေသမှ မိခင်နဲ့ကလေးကျန်းမာရေးဌာန (၁)ခု၊ မွန်ပြည်နယ်မှ မိခင်နဲ့ကလေးကျန်းမာရေးဌာန (၁)ခု၊ ရှမ်းပြည်နယ်မှ မိခင်နဲ့ကလေးကျန်းမာရေးဌာန (၁)ခုနဲ့ မယ်တော်ဆေးခန်းတို့မှ ကျန်းမာရေးလုပ်သား (၄၃)ဦးကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များအတွက် အရေးပေါ်စောင့်ရှောက်မှုသင်တန်း ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။ ဒေါက်တာဝင်းမြင့်သန်းနဲ့ ဆရာမနော်အဲ့ဖို့တို့ ဦးစီးသင်ကြားပေးတဲ့ အဆိုပါသင်တန်းကို အောက်တိုဘာလ (၁၇)ရက်နေ့မှ စတင်ခဲ့ပြီး သင်တန်းကာလ (၆)လကြာမြင့်မှာဖြစ်ကြောင်း၊ စာတွေ့ လက်တွေ့ နှစ်ရပ်စလုံး သင်ကြားပေးမှာဖြစ်ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။ ■

ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်ရဲ့ (၄၆)နှစ်မြောက် မွေးနေ့အခမ်းအနား မယ်တော်ဆေးခန်းမှာကျင်းပ

၂၀၀၅ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ(၆)ရက်နေ့က အသက်(၄၆)နှစ်ပြည့်ခဲ့တဲ့ ဆရာမဒေါက်တာစင်သီယာမောင်ရဲ့ မွေးနေ့အခမ်းအနားကို မယ်တော်ဆေးခန်းမှာ ကျင်းပပြုလုပ်ရာ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုများ၊ အဖွဲ့အစည်းအသီးသီးမှ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ စုံညီစွာတက်ရောက်အားပေးခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။ မွေးနေ့အခမ်းအနားကို တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုများရဲ့မွေးနေ့ဆုတောင်းအစီအစဉ်၊ မဲဆောက်ဒေသအတွင်းရှိ မြန်မာကျောင်းများမှ ကလေးငယ်များရဲ့ သရုပ်ပြ အစီအစဉ်၊ ပဟေဠိပြိုင်ပွဲ၊ သီချင်းဆိုပြိုင်ပွဲ၊ ပြဇာတ်တို ပြိုင်ပွဲများနဲ့ စည်းကားသိုက်မြိုက်စွာ ကျင်းပ ပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

မွေးနေ့အခမ်းအနားမှာ ဆရာမ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်၊ ဒေါက်တာဝင်းမြင့်သန်းနဲ့ ဆရာမနော်ဆိုဖီယာတို့က သူတို့ကို နိုင်ငံတကာက ချီးမြှင့်ခဲ့တဲ့ ဆုများနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အမှတ်တရ ရှင်းလင်းပြောကြားပေးခဲ့ကြောင်း သိရပါတယ်။ မွေးနေ့အခမ်းအနားကို တက်ရောက်လာတဲ့ အဖွဲ့အစည်းအသီးသီးမှ ဧည့်ပရိတ်သတ်များက ဆရာမ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်ကို မွေးနေ့လက်ဆောင်များ အမှတ်တရ ပေးအပ်ခဲ့ကြကြောင်းလည်းသိရပါတယ်။ ■

မြန်မာနိုင်ငံမှာ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါဖြစ်ပွားမှု အခြေအနေဆိုးဝါး

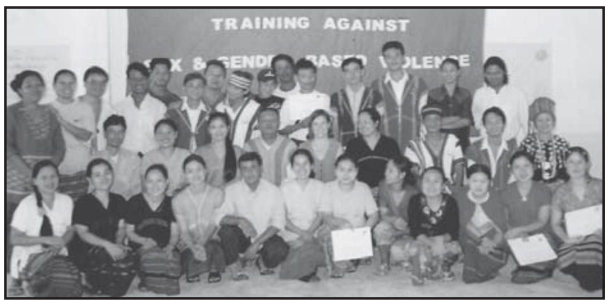


မြန်မာနိုင်ငံမှာ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါလွယ်ကူစွာ ပြန့်ပွားနေပြီး ဒေသအတွင်းမှာ ရောဂါဆိုးဆိုးဝါးဝါး ခံစားနေရတယ်လို့ ကုလသမဂ္ဂက သတင်းထုတ်ပြန်ပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာ မူးယစ်ဆေးထိုးသူများအကြား အိပ်ချ်အိုင်ဗွီရောဂါပိုး ကူးစက်နှုန်း လွန်စွာ မြင့်မားနေကြောင်းလည်း ၂၀၀၅ခု ကုလသမဂ္ဂ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ/အေအိုင်ဒီအက်စ် အစီရင်ခံစာမှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

တနိုင်ငံလုံးမှာ မူးယစ်ဆေးထိုးသွင်းသူဦးရေရဲ့ (၃၄)ရာခိုင်နှုန်း အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ကူးစက်နေပြီး ၂၀၀၄ခုနှစ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်ပါက ကူးစက်မှုနှုန်းကျဆင်းတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံနဲ့ နယ်နိမိတ်ချင်းထိစပ်နေတဲ့ တရုတ်နိုင်ငံ ယူနန်၊ ဟီနန်၊ ဂွမ်ဇီဒေသများနဲ့ အိန္ဒိယနယ်စပ် အာသံ၊ မဏိပူရနဲ့ မီဇိုရမ်၊ နာဂလန်းပြည်နယ်များ အပါအဝင် ပြည်နယ်ခုနှစ်ခုမှာလည်း ရောဂါပြန့်ပွားမှုနှုန်း တိုးနေတယ်လို့ အစီရင်ခံစာက ဆိုပါတယ်။

မြန်မာစစ်တပ်အတွင်း တပ်သားသစ် (၁၀၀၀)မှာ (၁၆)ယောက်နှုန်း အိပ်ချ်အိုင်ဗွီရောဂါပိုး ကူးစက်ခံထားရကြောင်း မြန်မာကျန်းမာရေးဌာနရဲ့ ၂၀၀၄ခုနှစ် စာရင်းဇယားကို ကိုးကားပြီး ထိုအစီရင်ခံစာမှာ ဖော်ပြထားတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ■

အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု ပပျောက်ရေး သင်တန်းဆင်းပွဲကျင်းပ



အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှု ပပျောက်ရေးသင်တန်းကို ၃-၁၀-၂၀၀၅ နေ့မှ ၈-၁၀-၂၀၀၅ နေ့ထိ ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ်တနေရာမှာ ဖွင့်လှစ်ခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်မှ စီစဉ်ပေးပြီး သင်တန်းဆရာများအဖြစ် ဦးမောင်မောင်ကြီး၊ ဆရာမ နန်းမြတ်ထွေးသိန်း၊ ဆရာခွန်ထီးနဲ့ ဆရာမလီဇာတို့က သင်ကြားပို့ချခဲ့ကြောင်း သိရပါတယ်။ သင်တန်းသူ/သင်တန်းသား (၄၀)တက်ရောက်ခဲ့ပြီး သင်တန်းဆင်းပွဲမှာ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်မှ သင်တန်းသားများကို သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်များ အသီးသီးပေးအပ်ခဲ့ပါတယ်။ သင်တန်းဆင်းပွဲမှာ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်က နိဂုံးချုပ်စကားပြောကြားရာမှာ အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုနဲ့ပတ်သက်ပြီး အဲဒီကိစ္စတွေကို ကျန်းမာရေးလုပ်သားများသာမကဘဲ ဥပဒေပိုင်းဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်များကပါ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ဖို့လိုအပ်ကြောင်း၊ အထူးသဖြင့် စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးကိစ္စများ မပြေလည်လို့ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ အဲဒါကြောင့်မို့ ဒီသင်တန်းကို ဖွင့်လှစ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။

ဆက်လက်ပြီး မိမိတို့ ဒေသရှိလူထုအတွင်းမှာပါ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လုပ်ဆောင်သွားရမှာဖြစ်ကြောင်း၊ လက်ရှိထိုင်းနိုင်ငံမှာရှိတဲ့ KWO, BWU, MAP, SAW နဲ့ နိုင်ငံရေးအဖွဲ့အစည်း အားလုံးကလည်း လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ စော်ကားမှု၊ ကလေးအခွင့်အရေးချိုးဖောက်မှုတွေကို ထိုင်းအဖွဲ့အစည်းများနဲ့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရမှာဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ ■

> “ ကျမ တို့ မြန်မာနိုင်ငံရုပ်မြင်သံကြားမှာ မြင်နေရတာက ရိုးရိုးဆားပုံထဲကို အိုင်အိုဒင်းဓာတ် အတိုင်းအဆမရှိ မှန်းဆထည့်ပြီး လူ ၃ - ၄ဦးက ဂေါ်ပြားများနဲ့ ရောနှော မွှေနှောက်နေတာကို တွေ့ရပါတယ်။ ဒီတော့ အိုင်အိုဒင်းဓာတ်ဟာ မနှံ့ဘဲ များတဲ့နေရာကများ၊ နည်းတဲ့နေရာက နည်းဖြစ်ပြီး မဖြစ်သင့်တဲ့ရောဂါတွေ ဖြစ်လာတာဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ ”

အိုင်အိုဒင်းလွန်ဝေဒနာ

ကိုယ်တွေ့ဝေဒနာခံစားရသူတဦး

❒ ကျမတို့မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ မြန်မာ့ရုပ်မြင်သံကြားနဲ့ မြဝတီရုပ်မြင်သံကြား အစီအစဉ်တို့မှာ နေ့စဉ်လိုလိုလာနေတဲ့ ပညာပေးအစီအစဉ်များထဲက ပြည်သူတွေ အိုင်အိုဒင်းဆားကိုစားစေဖို့ လိုအပ်ကြောင်းကို လွန်ခဲ့တဲ့(၁၀)နှစ်ကျော်ကစပြီး ထုတ်လွှင့်နေတာကို အမြဲမြင်တွေ့နေရပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြန်မာပြည်သူပြည်သားတွေက အိုင်အိုဒင်းဆားကိုစားလာကြတာတွေ့ရပါတယ်။ ဈေးတွေမှာလည်း ရိုးရိုးဆားကို မရောင်းစေဘဲ အိုင်အိုဒင်းဆားကိုသာရောင်းစေပါတယ်။ အိုင်အိုဒင်းဆားကိုစားတဲ့ ပြည်သူထဲမှာ ကျမတို့မိသားစုလည်း ပါတာပေါ့ရှင်။

၁၉၉၅ခုနှစ်မှာ ကျမကိုယ်ဝန်ဆောင်တော့ အိုင်အိုဒင်းဆားဟာ ကလေးများသန္ဓေသားဘဝမှာ ရှိစဉ်ကတည်းက လိုအပ်တယ်ဆိုတာ သိထားတဲ့ကျမဟာ သမီးကိုယ်ဝန်ရှိစဉ်ကတည်းက အိုင်အိုဒင်းဆားကိုစားခဲ့ပါတယ်။ ၁၉၉၆ ခုနှစ်မှာ သမီးကိုမွေးပြီးတော့လည်း စားလက်စနဲ့ အိုင်အိုဒင်းဆားကိုပဲ ဆက်ပြီးသုံးစွဲခဲ့ပါတယ်။ သမီးမွေးပြီးတနှစ်လောက်မှာတော့ ကျမတနေ့တခြားပိန်လာပါတယ်။ သမီးကိုနို့တိုက်ရလို့ လို့ပဲထင်ခဲ့ပါတယ်။ နောက်ပိုင်း ကိုယ်ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းလေးလံလာပြီး ခြေထောက်တွေမသယ်ချင်အောင် ဖြစ်လာပါတယ်။ ကားပေါ်တက်ရင် ကားပေါ်ကတယောက်ယောက် လှမ်းဆွဲတင်မှ တက်နိုင်ပါတယ်။ နှလုံးတွေလည်း အရမ်းအခုန်မြန်လာပြီး နှလုံးခုန်နေတာကို အပေါ်ကဝတ်ထားတဲ့အင်္ကျီပါ လှုပ်နေတာကိုမြင်ရပါတယ်။ အလွန်လည်းမောပန်းလွယ်လာတယ်။ ကျမမိသားစုက နှလုံးရောဂါဖြစ်နေတယ်လို့ထင်ကြပါတယ်။ သူငယ်ချင်းတွေက နင့်မျက်လုံးတွေ ပိုပြူးလာတယ်၊ လည်ပင်းလည်း နည်းနည်းကြီးနေသလိုပဲ၊ ဒေါသလည်း ပိုပြီးကြီးလာတယ်လို့ ပြောကြပါတယ်။ ညဆို အသက်ရှူမဝလို့ ထထိုင်နေရတာမျိုးလည်း ဖြစ်လာပါတယ်။

ကျမလည်း နှလုံးရောဂါဆရာဝန်နဲ့ပဲ ပြရမလို၊ ကိုယ်အလေးချိန်ကျပြီး ပိန်ပိန်လာလို့ အဆုတ်ရောဂါဆရာဝန်နဲ့ပဲပြရမလို၊ လည်ပင်းကြီးလာလို့ လည်ချောင်းဆရာဝန်နဲ့ပဲပြရမလို၊ အမျိုးသမီးရောဂါများလားလို့ ဗမာဆရာနဲ့ပဲပြရမလို ဖြစ်နေပါရတယ်။ ဒါနဲ့ အမျိုးသားကိုတိုင်ပင်ပြီး အထွေထွေ သမားတော်နှင့်ပဲ ပြကြည့်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။ အထွေထွေသမားတော်ကြီးဆီရောက်တော့ ဆရာဝန်ကြီးက ကျမကိုမတ် တတ်ရပ်ပြီး လက်နှစ်ဖက်ကို ရှေ့ကိုဆန့်တန်းခိုင်းပါတယ်။ ကျမရဲ့လက်တွေဟာ တဆတ်ဆတ်တုန်နေတာကို တွေ့ရပါတယ်။ (ဒါကြောင့် ကျမထမင်းစားလို့ ဟင်းရည်သောက်ရင် ဇွန်းကို ငြိမ်အောင်မကိုင်နိုင်ဘဲ ဟင်းရည်ဖိတ်တာ၊ ပန်းကန်ခွက်ယောက်တွေလည်း မကြာခဏလွတ်ကျတာတွေ ကြုံရတာကို သတိပြုမိပါတယ်။) ဆရာဝန်ကြီးက ဒီအခြေအနေဖြစ်မှုလာရလားလို့ ဂရုဏာဒေါသောနဲ့ဆူပါတယ်။ ဘာဖြစ်တာလဲသိလား။ အိုင်အိုဒင်းလွန်ရောဂါဖြစ်တာလို့ ပြောတော့မှ ကျမအံ့အားသင့်မိပါတယ်။

ဒါနဲ့ ဆရာဝန်ကြီးက ဆေးစစ်ရန်နဲ့ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုရာခိုင်နှုန်းကို စစ်ဖို့အတွက် ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး အဏုမြူရောင်ခြည်ဌာနကို လွှတ်ပါတယ်။ (အဏုမြူရောင်ခြည်သည် ဓာတ်ရောင်ခြည်နဲ့မတူပါဘူး၊ ဓာတ်ရောင်ခြည်ကကင်ဆာရောဂါသည်တွေ ဓာတ်ကင်တာပါ။ အဏုမြူရောင်ခြည်က အရည်ပါ၊ သောက်ရတာဖြစ်တယ်။) အဏုမြူရောင်ခြည်ဌာနကိုရောက်တော့ ကျမလိုဝေဒနာသည်(၁၀၀)ကျော်ခန့်ကို တွေ့ရပါတယ်။ ဌာနရဲ့အဝင်ပေါက်က ဆိုင်းဘုတ်ကိုဖတ်မိတော့ ကျမတော်တော်တုန်လှုပ်သွားပါတယ်။ အိုင်အိုဒင်းရောဂါသည်“လည်ပင်းအနည်းငယ်ကြီးခြင်း၊ မောပန်းလွယ်ခြင်း၊ မျက်လုံးပြူးလာခြင်း၊ ကိုယ်အလေးချိန်ကျခြင်း၊ လက်တုန်ခြင်း၊ ခြေထောက်များ မသယ်ချင်အောင်လေးလံခြင်း၊ နှလုံးအလွန်တုန်ခြင်း၊ ချွေးအလွန်ထွက်ခြင်း”စတဲ့ ကျမခံစားရတဲ့ဝေဒနာအတိုင်း ဖြစ်နေပါတယ်။

ဒီရောဂါအကြောင်းကို ကျမရောဂါမဖြစ်ခင်(၁၉၉၇-၉၈)ခုနှစ်က တခါမှ မကြားဖူးခဲ့ပါဘူး။ ကျမလိုဘဲ လူ(၁၀၀၀၀)မှာ(၁)ယောက်မှ ကြားဖူးကြမှာမဟုတ်ပါဘူး။ အဏုမြူ ရောင်ခြည်ဌာနမှ ဆရာဝန်ကြီးများက အလွန်စိတ်ရှည်သဘောကောင်းကြပါတယ်။ လူနာတွေကို သေချာရှင်းပြပါတယ်။ အိုင်အိုဒင်းဆားကို မလိုအပ်ဘဲ စားတဲ့အတွက် ကိုယ်ခန္ဓာမှာ အိုင်အိုဒင်းဓာတ်ပိုလာပြီး ပိုလာတဲ့အိုင်အိုဒင်းဓာတ်ကြောင့် လည်ပင်းမှာ အဆိပ်အိတ်ဖြစ်လာပါတယ်။ အဲဒီလည်ပင်းအဆိပ်အိတ်က ထုတ်လိုက်တဲ့အဆိပ်တွေက နှလုံးကိုထိတဲ့အတွက် နှလုံးကအဆမတန်ခုန်ပြီး ကြာရင် နှလုံးပျက်စီးသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ခန္ဓာကိုယ်က ဟော်မုန်းဓာတ်တွေကို ထုတ်ပစ်လိုက်တဲ့အတွက် ခန္ဓာကိုယ်က ခန်းခြောက်ပြီး အကြောတွေအား နည်းလာတာဖြစ်တယ်လို့ ရှင်းပြပါတယ်။ ကျမတို့လိုဝေဒနာသည်တွေရဲ့ရန်သူဟာ အိုင်အိုဒင်းဆားဖြစ်တယ်လို့ ရှင်းပြပါတယ်။ ဒါနဲ့ ကျမအိုင်အိုဒင်းလွန်ရောဂါကို(၁၉၉၈)ခုနှစ်လောက်ကစပြီး စားဆေးနဲ့ကုသခဲ့ပါတယ်။ သုံးနှစ်ခန့်ကြာခဲ့ပေမယ့် ရောဂါအရှင်းမပျောက်ခဲ့ပါဘူး။ ဒါနဲ့ပဲ ဆရာဝန်ကြီးက ကျမတို့ ဇနီးမောင်နှံနှစ်ဦးစလုံးနဲ့တွေ့ပြီး စားဆေးနဲ့ မသက်သာတော့တဲ့အတွက် အဏုမြူရောင်ခြည်ရည်ကို ဆေးရုံတက်ပြီး သောက်စေလိုကြောင်း၊ သို့သော်လည်း ဒီဆေးသောက်ပြီးပါက သားသမီးမရနိုင်တော့ကြောင်း၊ ယူလည်းမယူသင့်တော့ကြောင်း၊ ဆေးရည်ဟာ အလွန်ပြင်းထန်ကြောင်းကို စဉ်းစားစေလိုကြောင်း၊ ဒါပေမဲ့ အဏုမြူရောင်ခြည်ရည်ကိုသောက်ရင်တော့ ရောဂါအမြစ်ပြတ်ပျောက်ကင်းမှာဖြစ်ကြောင်း ပြောပြပါတယ်။ ကျမတို့လည်း အဏုမြူရောင်ခြည်ရည်ကိုသောက်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။

ဒါနဲ့ ကျမ (၂၀၀၃)ခုနှစ်မှာ ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး အနောက်ဘက် ကင်ဆာအဆောင်ရဲ့ အပေါ်ထပ်ရှိ အဏုမြူရောင်ခြည်လူနာဆောင်မှာ ဆေးရုံ(၅)ရက်တက်ပြီး ရောင်ခြည်ရည်ကို ပင်နယ်စလင်ပုလင်း (၁)ပုလင်းစာခန့် သောက်ရပါတယ်။ အရသာက မိုးရေသောက်ရသလိုပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ဆေးရဲ့အာနိသင်က အလွန်ပြင်းထန်တဲ့အတွက် ဆေးရုံမှာ ခေါ်ထားတာဖြစ်ပါတယ်။ အဏုမြူရောင်ခြည်ရည် သောက်ထားတဲ့အတွက် ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးတွေနဲ့ နီးကပ်စွာမနေရ၊ ကလေးငယ်များနဲ့ (၆)လခန့် တခြင်ထောင်ထဲမအိပ်ရ၊ ဆေးရုံမှာ သုံးခဲ့တဲ့ အသုံးအဆောင်တွေကို ပြန်မသုံးစွဲဖို့နဲ့ မဖြစ်မနေပြန်သုံးရပါက ရေနွေးပွက်ပွက်ဆူထဲမှာ ပြုတ်ပြီးမှ သုံးဖို့တို့ကို ဆရာဝန်ကြီးများက သေချာမှာကြားပါတယ်။ ဆေးရုံအဆောင်မှာလည်း “အန္တရာယ်ရှိသည်၊ ဖြတ်သန်းသွားလာခြင်း မပြုရ” လို့ ဆိုင်းဘုတ်ထောင်ထားပါတယ်။

အဏုမြူရောင်ခြည်ရည်သောက်ပြီးနောက်မှာတော့ ကျမကိုယ်အလေးချိန်လည်း ပြန်တက်လာပါတယ်။ မျက်စိလည်း မပြူးတော့ပါဘူး။ ခြေထောက်တွေလည်း မလေးလံတော့ပါဘူး။ လက်တွေလည်း မတုန်တော့ပါဘူး။ ရောဂါသိသာစွာကောင်းမွန် ပျောက်ကင်းသွားပါတယ်။ ကျမဟာ ဝေဒနာကို မသေရုံတမယ် ကိုယ်တိုင်ခံစားရသူဖြစ်တဲ့အတွက် ဒီရောဂါကို အလွန်ပဲ ကြောက်ရွံ့မိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ရုပ်မြင်သံကြားကတော့ ကလေးများ ဉာဏ်ရည်ကောင်းမွန်စေဖို့အတွက် အိုင်အိုဒင်းဆားကို စားသင့်ကြောင်း ကြော်ငြာနေဆဲပါပဲ။ ဈေးထဲမှာလည်း ရိုးရိုးဆားကိုမရောင်းစေဘဲ အိုင်အိုဒင်းဆားသာကို ရောင်းနေစေဆဲပါပဲ။ ကြော်ငြာဆိုင်းဘုတ်တွေလည်းထောင်ပြီး ကြော်ငြာနေဆဲပါပဲ။ အိုင်အိုဒင်းလွန်ရောဂါသည်တွေလည်းနေ့စဉ်တိုးပွားလာနေပါတယ်။ အသေအပျောက်လည်း ပိုများလာပါတယ်။

အခြားနိုင်ငံများမှာလည်း အိုင်အိုဒင်းဆားကိုစားကြကြောင်း ဆရာဝန်ကြီးများကပြောပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ခေတ်မီတဲ့စက်ကရိယာများနဲ့ အိုင်အိုဒင်းဓာတ်ကို လိုအပ်သလောက် အချိုးကျကျရောစပ်ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျမတို့ မြန်မာနိုင်ငံရုပ်မြင်သံကြားမှာ မြင်နေရတာက ရိုးရိုးဆားပုံထဲကို အိုင်အိုဒင်းဓာတ် အတိုင်းအဆမရှိ မှန်းဆထည့်ပြီး လူ ၃-၄ဦးက ဂေါ်ပြားများနဲ့ရောနှော မွှေနှောက်နေတာကို တွေ့ရပါတယ်။ ဒီတော့ အိုင်အိုဒင်းဓာတ်ဟာ မနှံ့ဘဲ များတဲ့နေရာကများ၊ နည်းတဲ့နေရာက နည်းဖြစ်ပြီး မဖြစ်သင့်တဲ့ရောဂါတွေ ဖြစ်လာတာ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ အရင် ကျမကြားဖူးတာက တောင်ပေါ်ဒေသနေသူတွေသာ အိုင်အိုဒင်းဓာတ်လိုအပ်ကြောင်း၊ မြေပြန့်မှာမွေးပြီးမြေပြန့်မှာကြီးခဲ့တဲ့ ကျမတို့အတွက်တော့ အိုင်အိုဒင်းဓာတ် မလိုဘူးလို့ သိထားပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ယခုတိုးတက်တဲ့ခေတ်မှာ နိုင်ငံတော်အစိုးရက “ကလေးများ ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးစေဖို့အတွက် အိုင်အိုဒင်းဆားကို စားသင့်ကြောင်း”တိုက်တွန်းတဲ့အတွက် ကျမတို့အမျိုးသမီးတွေ ဒီရောဂါအဖြစ်များတာကို တွေ့ရပါတယ်။ ကျမတို့နိုင်ငံမှာ တနေ့တခြား အိုင်အိုဒင်းလွန်ရောဂါသည်တွေ များလာသလို ကျမလည်းသောက်ထားရတဲ့ အဏုမြူရောင်ခြည်ရည်ကြောင့် နောက်ထပ်ဘယ်လိုရောဂါဆန်းအဖြစ်ဆိုးမျိုးများ ကြုံရဦးမလဲဆိုတာကို ရင်တမမနဲ့ ....။

■

ကိုယ်တွေ့ဝေဒနာခံစားရသူတဦး

(ကျမလိုဝေဒနာဆိုးမျိုးကို မခံစားရစေလိုတဲ့ မေတ္တာစေတနာဖြင့် ...)

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဟာ လူ့အခွင့်အရေးတဲ့

ရေးသားတင်ဆက်သူ - ဒေါက်တာ ခင်စောဝင်း

❒ မဲဆောက်မြို့ရှိ မယ်တော်ဆေးခန်းက အင်မတန်စကားပြောဝါသနာပါပြီး စပ်စုရာတွင် ချန်ပီယံဘွဲ့ရထားသူ တယောက်အကြောင်း ပြောပြချင်ပါတယ်။ ဒီလူက အသက်သိပ်မကြီးသေးပါဘူး။ လူကလည်း ခပ်ဖြောင့်ဖြောင့်ပါပဲ။ တခါတလေ စပို့ရှပ်အနီရောင်လေးများဝတ်ထားရင် မိုက်သလားမမေးနဲ့၊ အိမ်ထောင်လည်းမရှိသေးတဲ့ လူပျိုလူလွတ်မို့ အပျိုလေးတွေဝိုင်းနေမယ်လို့ ထင်စရာရှိမယ်။ အဲသလိုထင်ရင်တော့ မှားမယ်ဗျို့။ အဲဒီလူကိုတွေ့တာနဲ့ အပျိုလေးရော၊ အပျိုကြီးရော၊ အိမ်ထောင်နဲ့ရော အားလုံးက ဝေးဝေးကရှောင်ကြရတယ်။ ဘာလို့လဲသိလား။ သူ့'လေ'ကို မခံနိုင်လို့ပေါ့။ အင်မတန်မှ လေကြောရှည်တဲ့သူ။ ဒါကြောင့် ဒီလူ့မှာ နာမည်လှလှလေး ရှိရက်သားနဲ့ ဘယ်သူမှ သူ့နာမည်ကိုမခေါ်ဘူး။ လေပေါလွန်းလို့ဆိုပြီး ***ဆရာလောပေ***တဲ့။ အဲ...ဆရာလောပေက စိတ်ရင်းတော့ကောင်းရှာသား။ သူ့ကို ဆရာလောပေလို့ခေါ်လည်း သူစိတ်မဆိုးဘူးဗျ။ အဲ...ဒီကနေ့လည်း ကြည့်ပါဦး၊ ဆရာလောပေရယ်လေ...မဲဆောက်ဈေးထဲက လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ။ သူ့ဘေးမှာလည်းအဖော်နှစ်ယောက်ဗျ။ ဘယ်သူတွေလဲ... အော်... ***နော်ဖောလူ*** နဲ့ ***မိုးမိုးထွန်း*** တို့ပါလား။ သူတို့ ဘာတွေပြောနေကြပါလိမ့်။

ဆရာလောပေ ။ ။ ဟဲ့...ဖောလူနဲ့မိုးမိုး... နင်တို့သိလား၊ ကျန်းမာရေးဟာ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးတဲ့နော်။

နော်ဖောလူ ။ ။ လုပ်ပြီ၊ ဆရာလောပေကလဲ... အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးဆိုတာ လွတ်လပ်စွာသွားလာခွင့်တို့၊ လွတ်လွတ်လပ်လပ် စကားပြောခွင့်တို့၊ ရေးသားခွင့်တို့...အဲဒါတွေကို ပြောတာမို့လား။

မိုးမိုးထွန်း ။ ။ ဟုတ်တယ်လေ...နောက်ပြီး၊ မတရားသဖြင့် နှိပ်စက်၊ ညှဉ်းပမ်း၊ ချုပ်နှောင်ခွင့် မရှိဘူး။ ပြီးတော့ လူတိုင်းလူတိုင်း လွတ်လပ်စွာ စည်းရုံးခွင့်ရှိတယ်၊ ပညာသင်ကြားခွင့်ရှိတယ်၊ အဲဒါတွေလည်းပါတယ်။

ဆရာလောပေ ။ ။ အေး...နင်တို့နှစ်ယောက်လုံးတော်တယ်။ အဲဒီအခြေခံလူ့အခွင့်အရေးမှာ ဥပဒေအချက်ပေါင်း ဘယ်နှစ်ခုပါသလဲသိလား။

နှစ်ယောက်လုံး ။ ။ သုံးဆယ်လေ။

ဆရာလောပေ ။ ။ ဒီလိုဆိုတော့လည်း တော်ပြန်ရော... အဲဒီအချက်ပေါင်း သုံးဆယ်ထဲမှာ အမှတ်စဉ် (၂၅)က ဘာတဲ့လဲ။

နော်ဖောလူ ။ ။ သိတော့သိတယ်၊ မေ့နေတယ်။

မိုးမိုးထွန်း ။ ။ ကျမက ဆရာအောင်မျိုးမင်းမှ မဟုတ်တာ၊ ဘယ်လိုလုပ်အကုန်မှတ်မိပါ့မလဲ။

ဆရာလောပေ ။ ။ *(မသိရင်မသိဘူး ဝန်မခံဘူးဟဲ့...ငါ့ကိုများပြန် ရန်တွေ့နေသေးတယ်)* အေး...အစက မမှတ်မိရင် အခုမှတ်ထား။ အမှတ်စဉ်(၂၅)မှာ လူတိုင်းလူတိုင်းဟာ ကျန်းမာရေးနဲ့ပြည့်စုံဖို့ အဆင့်အတန်းမီတဲ့ လူနေမှုစနစ်ကို ခံစားခွင့်ရှိရမယ်။ ကျန်းမာရေးနဲ့ပြည့်စုံဖို့ အခြေခံလိုအပ်ချက်ဖြစ်တဲ့ အစားအစာ၊ အဝတ်အထည်၊ အိုးအိမ်တင်မကဘူး၊ ကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနဲ့ လူမှုဖူလုံရေးစနစ်ကို လက်လှမ်းမီရမယ်။ တကယ်လို့များ အလုပ်အကိုင်မရှိတဲ့အခါ သက်ကြီးရွယ်အိုဖြစ်တဲ့အခါတွေမှာလည်း ဘဝလုံ□ခံမှု၊ ကျန်းမာရေးပြုစုစောင့်ရှောက်မှုခံစားရတဲ့ အခွင့်အရေးရှိရမယ်လို့ပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ငါပြောတာက...ကျန်းမာရေးဟာ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးတရပ်ပဲလို့ ဆိုတာ နားလည်ပြီလား။

သဘောကတော့ ကမ္ဘာပေါ်မှာရှိတဲ့ လူတိုင်းလူတိုင်း ဆင်းရဲချမ်းသာမရွေး၊ အဖြူအမဲမရွေး၊ ကျန်းမာရေးနဲ့ပြည့်စုံဖို့အတွက် လိုအပ်တဲ့ ခုနကပြောတဲ့အချက်တွေအားလုံးကို ခံစားပိုင်ခွင့်ရှိတယ်။ ဒါဟာ အထူးအခွင့်အရေးမဟုတ်ဘူး။ တကယ့်ကို အခြေခံကျတဲ့ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေး အချက်ပေါင်းသုံးဆယ်ထဲက တချက်အပါအဝင်ပဲ။

နော်ဖောလူ ။ ။ ဟုတ်ကဲ့...ဆရာလောပေရေ...အခုလို ရှင်းပြတော့မှ နားလည်သွားပြီ၊ ဈေးဝယ်စရာရှိလို့ သွားလိုက်အုံးမယ်နော်။

ဆရာလောပေ ။ ။ နေဦး၊နေဦး...နင်တို့မသွားခင် တခုထပ်ပြောလိုက်ဦးမယ်။ ကျန်းမာရေးနဲ့လူ့အခွင့်အရေး ဆက်စပ်ပုံတွေပြောရရင် အများကြီးပဲ။ အဲဒီတော့...ခုနကပြောတဲ့ခံစားခွင့်တွေတင် မဟုတ်သေးဘူး။ လူ့အခွင့်အရေးထဲမှာ ခွဲခြားဆက်ဆံမှုဆိုတာ ပါသေးတယ်။ အမျိုးသားမို့လို့၊ အမျိုးသမီးမို့လို့ဆိုတဲ့ ကျားမ ခွဲခြားဆက်ဆံတာ၊ အသားရောင်နဲ့ ခွဲခြားဆက်ဆံတာ မရှိရဘူး။ လူတိုင်းဟာ ညီမျှတဲ့ခံစားခွင့်ရှိရမယ်တဲ့။ နောက်အရေးကြီးတဲ့ အချက်တခုက "the Right to Privacy" ဆိုတာ လူတယောက်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်ကိစ္စကို လျှို့ဝှက်ထားပေးရတယ်။ လျှောက်မပြောရဘူး။

မိုးမိုးထွန်း ။ ။ အဲ...အဲဒါတော့ ထောက်ခံရမယ်။ ဟိုတနေ့ကပဲ သူများတွေပြောတာ နားစွန်နားဖျားကြားတယ်။ အဲဒီတယောက်မှာ တီဘီရောဂါရှိတယ်ဆိုပြီး လျှောက်ပြောနေတာလေ။ အဲဒါဘယ်ကောင်းမလဲ။

နော်ဖောလူ ။ ။ အမလေး...ဒါကဘယ်ဟုတ်ဦးမလဲ။ သွေးထဲမှာ HIV ပိုးတွေ့တယ်ဆိုတာ လျှောက်ပြောနေတာက ပိုဆိုးသေးတယ်။ ဒါလူ့အခွင့်အရေးကို မလေးစားတာပေါ့နော်။

ဆရာလောပေ ။ ။ အေး...အဲဒါပဲပေါ့။ ဒါကြောင့်မို့ ပြည်သူလူထုအတွက် အခြေခံလူ့အခွင့်အရေး အပြည့်အဝခံစားရဖို့ဟာ အဓိကတာဝန်ရှိတာက အစိုးရဖြစ်တယ်။ ဒါ့အပြင် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းတွေအနေနဲ့လည်း လူ့အခွင့်အရေးဆိုင်ရာဥပဒေကို နားလည်သဘောပေါက်ဖို့၊ လက်တွေ့ကျင့်သုံးကြဖို့လိုတယ်။ ပြည်သူထုထုကလည်း လူတဦးနဲ့တဦး အပြန်အလှန်လေးစားတန်ဖိုးထားခြင်းဟာ အခြေခံလူ့အခွင့်အရေးကို လေးစားလိုက်နာတာပဲဟ။ လူတယောက်နဲ့တယောက် မလေးစားလို့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဂရုမစိုက်ဘဲ ထင်ရာလုပ်ရင် ကျန်းမာရေးနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘယ်လိုဆိုးကျိုးဖြစ်နိုင်တယ်ဆိုတာ ငါပြောပြအုံးမယ်။

မိုးမိုးထွန်း ။ ။ ကျမတို့ ဈေးဝယ်စရာရှိသေးလို့ နောက် တခါဆုံတော့မှ ဆက်ပြောပါဆရာလောပေရယ်...နော်...နော်။

မိုးမိုးထွန်းနဲ့နော်ဖောလူတို့နှစ်ယောက်သား လက်ဖက်ရည်ဆိုင်ထဲက ခပ်သုတ်သုတ်ထွက်သွားတာကို ဆရာလောပေက ကြည့်ရင်း တယောက်ထဲ ပြုံးနေတာတွေ့ရပါတယ်။ ■

ဒေါက်တာခင်စောဝင်း

သန့်(၄)သန့်

သက်အောင်နိုင်

ကျန်းမာရေးပညာပေးဆောင်ပုဒ်များ

❒ ပြည်သူလူထုအခြေပြုတဲ့ သန့်(၄)သန့် ကျန်းမာရေးပညာပေး စီမံချက်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နေတာ အခုအခါ ကျေးလက်ဒေသအထိရောက်ရှိနေပြီဖြစ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးအခြေခံအစ သန့်ရှင်းရေးက ဆိုတဲ့အတိုင်း သန့်ရှင်းမှုဟာ ကျန်းမာမှုအထောက်အကူပြုသလို အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ရေး နည်းလမ်းတစ်သွယ်ပဲဖြစ်ပါတယ်။ သန့်ရှင်းရေးဆိုတဲ့ မဏ္ဍိုင်မြဲခိုင်ဖို့အတွက် အခြေခံအုတ်မြစ် အသွယ်သွယ်ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအထဲမှာ အစာသန့်၊ ရေသန့်၊ လက်သန့်၊ အိမ်သာသန့် ဆိုတဲ့ သန့်(၄)သန့်လည်း အပါအဝင်ပါပဲ။

အပြုအမူပြောင်းလဲရေးအတွက် ဆက်သွယ်ပညာပေးခြင်း (Behaviour Change Communication-BCC)မှ သတင်းအချက်အလက် (Information) ဖြန့်ဝေခြင်းဟာ အထူးပဲ အရေးကြီးပါတယ်။ ဦးတည်သတ်မှတ်ထားတဲ့အုပ်စုဆီကို ဖိဖိစီးစီး၊ ပီပီပြင်ပြင်ရောက်ဖို့လိုပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်းပဲ လိုရင်းတိုရှင်းနဲ့ အောင်အောင်မြင်မြင် ကျန်းမာရေးပညာပေးနိုင်ဖို့အတွက် ဆောင်ပုဒ်ကလေးတွေကို ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းတွေက ဝိုင်းဝန်းပြုစုထားပါတယ်။ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသလို ဆွဲဆောင်မှုအားလည်း ကောင်းပါတယ်။

အစာသန့်

(က) အစာသန့်လျှင် ရောဂါစင်၊ ပျော်ရွှင်ကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာ
(ခ) အစာသန့်ရှင်း ရောဂါကင်း
(ဂ) အစာယင်နား တို့မစား
(ဃ) ယင်နားအစာ မစားစေရာ၊ အမေ့တာဝန်ပါ
(င) ယင်ကောင်ကင်းဝေး ကျန်းမာရေး။

ရေသန့်

(က) ရေကောင်းမှနေကောင်းမယ်
(ခ) အသက်သခင်ရေစွမ်းအင်၊ ရေနှင့်ဝန်းကျင် ကျေးဇူးရှင်
(ဂ) ရေထွက်ပင်ရင်း ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ ရောဂါကင်းကွာ တို့ကျန်းမာ

လက်သန့်

(က) သန့်ရှင်းသောလက်၊ ဆေးတစ်ခွက်
(ခ) စင်ကြယ်သောလက်၊ ဝမ်းမပျက်၊ တစ်သက်ပျော်ရွှင်မှာ
(ဂ) လက်သည်းခြေသည်း မှန်မှန်ညှပ်၊ သန်ကောင်ရောဂါ လုံးဝမကပ်
(ဃ) အစာစားပြီးတိုင်း၊ အိမ်သာမှဆင်းပြီးတိုင်း၊ အညစ်အကြေးတစ်ခုခုကိုင်ပြီးတိုင်း၊ လက်ကိုစင်ကြယ်စွာဆေးကြောပါ။
(င) သင့်လက်သည် သင့်ကျန်းမာရေး
(စ) သင့်လက်သည်သချိုင်းတံခါးနှင့် ကျန်းမာရေးတံခါးကိုဖွင့်နိုင်၊ ပိတ်နိုင်သည့် တစ်ချောင်းတည်းသော သော့ဖြစ်သည်။

အိမ်သာသန့်

(က) ကျန်းမာရေးနှင့်ညီသောအိမ်သာသည် ယင်လုံ၊ အနံ့လုံ၊ အရှက်လုံ၊ လုံ(၃)လုံနှင့်ကိုက်ညီရမည်။
(ခ) ယင်လုံအိမ်သာ ဆောက်လုပ်သုံးစွဲပါ။
(ဂ) အိမ်သာပက်လက်၊ ယင်ကောင်တက်။
(ဃ) အိမ်သာဖြင့် မိသားစုကမ္ဘာကို သာယာစေမည်။
(င) သောက်သုံးသန့်ပြင် ဤလေးအင် လူတွေကျန်းမာရေး။

(အိမ်သာဆောက်လုပ်ပါ၊ သန့်ရှင်းစွာထားပါ၊ လိုအပ်ပါကပြုပြင်ပါ)

သန့်(၄)သန့်ကလေးတွေကို ကျောင်းစာကြည့်တိုက်၊ ဈေး၊ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာ၊ လမ်း အစရှိတာတွေမှာ ချိတ်ဆွဲထားကာ အမြဲသတိပေးခြင်း၊ စာရွက်များတွင် ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ဝေနှီးဆော်ခြင်း စသည်တို့ ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြင့် ကျန်းမာရေးပညာပေး လုပ်ငန်းများ အောင်မြင်မှုရရှိစေရန် စုပေါင်းဆောင်ရွက်ကြရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ■

သက်အောင်နိုင်

(Health Digest အတွဲ-၃၊ အမှတ်-၃)

မာသာထရီဆာ

လင်းယုန်မောင်မောင်

အခန်း (၁)

ပရဟိတ၏မူလအာ

❒ ၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၆ ရက်နေ့တွင် မာသာထရီဆာ ကွယ်လွန်အနိစ္စ ရောက်သွားခဲ့ခြင်းသည် နိုင်ငံတကာမှ သန်းပေါင်းများစွာသော ပြည်သူပြည်သားများအတွက် ၂၀ ရာစုနှစ်အတွင်း ဘယ်အကြောင်းခြင်းရာ၊ ဘယ်ဖြစ်ရပ်နှင့်မျှ မတူလောက်အောင် အတိုင်းအဆပမာဏအားဖြင့် တုနှိုင်းမရသည့် အကြီးမားဆုံးသော ဆုံးရှုံးမှုကြီး ဖြစ်ခဲ့သည်။ ဤဆုံးရှုံးမှုကြီးသည် သာမန်လုပ်စားကိုင်စားပြည်သူများ၊ ပညာတတ်များ၊ လူလတ်တန်းစားများနှင့် အထက်တန်းလွှာ လူတန်းစားများထက် လူ့လောက၏ အောက်ဆုံးအလွှာမှ ဆင်းရဲသားနင်းပြားများ၊ အစာရေစာ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါး နေကြရသူများ၊ ကျန်းမာရေးထိခိုက်၍ ရောဂါဝေဒနာ ခံစားနေကြရသူများ၊ အရေပြားရောဂါသည်များ၊ ခြေပြတ်လက်ပြတ် ဒုက္ခိတဘဝသို့ ကျရောက်နေကြသူများနှင့် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်အသိုင်းအဝိုင်း၏ စွန့်ပယ်ခြင်းခံနေကြရသည့် အပယ်ခံလူတန်းစားများအတွက် မှီခိုအားထားရာ မျှော်လင့်ချက်တောင်ကြီး ပြိုလဲသွားသလို ပို၍ ထိခိုက်ခံစားခဲ့ကြရသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မာသာထရီဆာသည် နိုင်ငံတကာမှ မရေမတွက်နိုင်အောင် များပြားလှစွာသော အဆိုပါ အပယ်ခံလူတန်းစားများအတွက် အစစအရာရာ နှစ်ပေါင်းများစွာ ကိုယ်ဖိရင်ဖိ စောင့်ရှောက်၍ တတ်နိုင်သမျှ အစွမ်းကုန် ထောက်ပံ့ လာခဲ့ သောကြောင့်တည်း။

မာသာထရီဆာအား သန်းပေါင်းများစွာသော ကမ္ဘာ့ပြည်သူလူထုကြီးက "မာသာထရီဆာ" (မယ်တော်ထရီဆာ)ဟူ၍ ချစ်ခင်မြတ်နိုး ယုံကြည်ကိုးစားစွာ ရိုးရိုးကလေး ခေါ်ဝေါ်ခဲ့ကြသော်လည်း ကမ္ဘာ့ကုလသမဂ္ဂကြီး အပါအဝင် နိုင်ငံတကာမှ အစိုးရများ၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် လူမှုရေး၊ ဘာသာရေး၊ အဖွဲ့ချုပ်များကမူ "ကလကတ္တားမှ မာသာထရီဆာ" (Mother Teresa of Calcutta)ဟူ၍ ကလကတ္တားမြို့ အမည်ဖြင့် ယှဉ်တွဲ၍ တရားဝင် ခေါ်ဝေါ်ခဲ့ကြသည်။ ဤသည်မှာလည်း သူမသည် လွန်ခဲ့သောနှစ်ပေါင်း ၅၀တိုင်တိုင် ကလကတ္တားမြို့တွင် နေထိုင်ခဲ့ပြီး ကမ္ဘာအရပ်ရပ် နိုင်ငံပေါင်း ၁၀၀ ကျော်မှ ဒုက္ခသည်များ ခိုကိုးရာစခန်းပေါင်း ၅၀၀ ခန့်ကို စီမံအုပ်ချုပ်၍ ကယ်ဆယ်စောင့်ရှောက်ရေး ပရဟိတလုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်လာခဲ့သောကြောင့် ဒေသစွဲဖြင့် "ကလကတ္တားမှ မာသာထရီဆာ" ဟု အမည်တွင်ကာ ခေါ်ဝေါ်လာခဲ့ကြခြင်းဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍လည်း မာသာထရီဆာအကြောင်း ကောင်းစွာမလေ့လာမသိရှိသူများက မာသာထရီဆာအား ကလကတ္တားမြို့တွင် မွေးဖွားခဲ့သည်ဟု အမှတ်မထင် နားလည်နေခဲ့ကြသည်။

အမှန်စင်စစ် မာသာထရီဆာသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ ကလကတ္တားမြို့တွင် မွေးဖွားခဲ့သည့် အိန္ဒိယတိုင်းရင်းသူ တစ်ယောက်မဟုတ်ဘဲ ဥရောပတိုက်တွင် မွေးဖွားခဲ့သည့် ဥရောပတိုက်သူအမျိုးသမီးတစ်ဦးသာ ဖြစ်ပေသည်။

မာသာထရီဆာ၏ မိဘနှစ်ပါးမှာ အယ်ဘေးနီးယားမျိုးနွယ်များဖြစ်၍ ယူဂိုဆလပ်နိုင်ငံ စကော့ပ်ယီမြို့တွင် ၁၉၁၀ ပြည့်နှစ် ဩဂုတ်လ၂၇ရက်နေ့တွင် ဖွားမြင်ခဲ့သည်။ သူမ၏ အမည်ရင်းမှာ အဂ္ဂနက်စ်ဖြစ်၍ ငယ်နာမည် အပြည့်အစုံမှာ (Agnes Gouxha Bojaxhiu)ဖြစ်သည်။ မာသာထရီဆာခေါ် အဂ္ဂနက်စ်၏ မိဘများမှာ ကုန်စိမ်းသည်များဖြစ်၍ သမီးနှစ်ယောက်နှင့် သားတစ်ယောက် မွေးဖွားခဲ့ကြသည်။

မာသာထရီဆာသည် ကိုယ်ခန္ဓာ သေးသေးသွယ်သွယ်ဖြင့် နက်မှောင်သော မျက်လုံးအစုံ ရှိသူ့လေးဖြစ်သည်။ သို့သော် ခန္ဓာကိုယ် သေးငယ်သလောက် စိတ်ဓါတ်မှာ ကြံ့ခိုင်ကြီးမား၍ ဖွဲ့လုံ့လ ပြည့်စုံသည်။ သူမ၏ နက်မှောင်သော မျက်လုံးအစုံမှာလည်း အရာရာကို လေးနက်စွာ ဆင်ခြင်စဉ်းစားပြီး အနာဂတ်ကို ရှုမျှော်သုံးသပ်ကာ မျှော်လင့်ချက်ကြီးမားသူကလေး ဖြစ်ခဲ့သည်။ သူမ၏ ပါးလွှာသော နှုတ်ခမ်းအစုံမှာ ယုံကြည်မှုကို အပြည့်အဝ ဖော်ပြနေ၍ စကားပြောရာတွင် လေးနက်သည့် ယုံကြည်ချက်ဖြင့်သာ ပြောဆိုလေ့ရှိခဲ့သည်။ မိဘနှစ်ပါးသည် ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်ဖြင့် စကားကြီး စကားကျယ်များကို လူကြီးပမာ ပြောတတ်ဆိုတတ်သည့် သမီးလေးအဂ္ဂနက်စ်ကို ထိုစဉ်ကပင် သတိပြုမိခဲ့ကြသည်။

အဂ္ဂနက်စ်သည် ကျောင်းနေချိန်ရောက်လာသောအခါ ရပ်ကွက်တွင်းရှိ အစိုးရမူလတန်းကျောင်းမှာပင် ပညာသင်ယူခဲ့သည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် အဂ္ဂနက်စ်သည် မူလတန်းကျောင်း ပညာသင်ကြားရင်း ကျောင်းသူကျောင်းသား ကလေးသူငယ်များအတွက် ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ထားသော ကက်သလစ်ဘာသာရေးအရ "မယ်တော်ထရီဝတ်အသင်း" တွင် ပါဝင်ခဲ့သည်။ သို့ဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်၁၂နှစ်သမီးဘဝတွင် အဂ္ဂနက်စ်သည် ဘာသာရေးဘက်တွင် စိတ်အားထက်သန်လာခဲ့ပြီး သူမဘဝကို ဘာသာရေးလုပ်ငန်းများဖြင့် တည်ဆောက်သွားရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ ထိုမှတဆင့် ခရစ်တော်၏ ဘာသာရေး အဆုံးအမများကို အစွမ်းကုန်လိုက်နာ၍ သာသနာပြုအဖွဲ့အစည်းများ၏ လုပ်ဆောင်ချက်များကို အစွမ်းကုန်စိတ်ပါဝင်စားလာခဲ့သည်။

ထိုအချိန်မှာပင် ယူဂိုဆလပ်ဘုန်းတော်ကြီးများသည် ကလကတ္တားမြို့ ခရစ်ယာန်ဂိုဏ်းများ တည်ထောင်ဖွင့်လှစ်ထားသည့် သာသနာပြုကျောင်းများတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရန် သွားရောက်ခဲ့ကြသည်။ အဆိုပါဘုန်းကြီးများသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ ကလကတ္တားမြို့တွင် သာသနာပြုလုပ်ငန်းများကိုဆောင်ရွက်ရင်း ဆင်းရဲနွမ်းပါးလှသည့် အိန္ဒိယလူမျိုးများနှင့် ရောဂါ ဝေဒနာခံစားနေကြရသည့် အိန္ဒိယလူမျိုးများအား မည်သို့မည်ပုံ ကူညီစောင့်ရှောက် ပြုစုထောက်ပံ့ခဲ့ရသည့် အတွေ့အကြုံများကို စာဖြင့်ရေးသား၍ ယူဂိုဆလပ်နိုင်ငံသို့ ပေးပို့ခဲ့ကြသည်။ စကော့ပ်ယီမြို့မှ ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် အပျိုဖြန်းကလေးဘဝသို့ ရောက်နေသော အဂ္ဂနက်စ်သည် ကလကတ္တားမြို့မှ ဘုန်းတော်ကြီးများ ရေးသားပေးပို့လိုက်သည့် စာများကိုဖတ်ရှု၍ အထူးပင်အားကျနေခဲ့ပြီးမိမိကိုယ်တိုင်ကလကတ္တားမြို့သို့ သွားရောက်ကာ သာသနာပြုလုပ်ငန်းများကို ဇောက်ချလုပ်ကိုင်သွားရန် စိတ်အားထက်သန်နေခဲ့သည်။

နောက်ဆုံး အဂ္ဂနက်စ်သည် ၁၈နှစ်သမီးအရွယ်၌ အိုင်ယာလန်နိုင်ငံ ဒဗ္ဗလင်မြို့တွင် ဖွင့်လှစ်ထားသော သီလရှင်ကျောင်းသို့ တက်ရောက်ခွင့် ရခဲ့သည်။ ထိုကျောင်းတွင် အင်္ဂလိပ်ဘာသာကို ပထမဆုံး သင်ကြားခဲ့ရသည်။ အင်္ဂလိပ် စကားမပြောတတ်သော အဂ္ဂနက်စ်မှာ ကျောင်းသို့ရောက်စက ထမင်းစားခန်းထဲတွင် ဆင်းဆင်းရဲရဲဖြင့် ဖြစ်သလိုနေခဲ့ရသည်။ သို့သော် ဘာသာရေးကို ယုံကြည်ချက်နှင့် သာသနာပြုလုပ်ငန်းတွင် စိတ်အားထက်သန်နေသော အဂ္ဂနက်စ်သည် ဆင်းရဲသည့်ဒဏ်ကို ကြံ့ကြံ့ခံ၍ ပညာကို ဆည်းပူးခဲ့သည်။

ကံအားလျော်စွာ အဂ္ဂနက်စ်သည် ဒဗ္ဗလင်သီလရှင်ကျောင်းမှ အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဒါဂျီလင်မြို့သို့ သီလရှင်ဘဝကူးပြောင်းရန် ရောက်ရှိသွားခဲ့သည်။ သူမအဖို့ ဟိမဝန္တာတောင်တန်းပေါ်မှ ဒါဂျီလင်မြို့ကလေးသည် တောတောင်သဘာဝအလှအပများဖြင့် နှလုံးစိတ်ဝမ်း ချမ်းမြေ့ဖွယ်ကောင်းလှသည်။ ဒါဂျီလင်မြို့တွင် အဂ္ဂနက်စ်သည် ရုတ်တရက် သီလရှင်ဘဝသို့ မခံယူရသေးဘဲ သာသနာပြုကျောင်းတွင် အင်္ဂလိပ်နှင့် အိန္ဒိယကလေးငယ်များအား အင်္ဂလိပ်စာ ရက်တိုသင်တန်း သင်ကြားပေးခဲ့ရသည်။ ထိုသို့ သီလရှင်အဖြစ်ရုတ်တရက် လက်မခံဘဲ အချိန်ကြံ့ကြာနေခဲ့သော်လည်း အဂ္ဂနက်စ်သည် စိတ်ဓါတ်မပျက်လက်မလျှော့ဘဲ 'ကျမအိမ်က ထွက်လာတာကိုက သီလရှင်ဘဝကို ကူးပြောင်းဖို့ ဆုံးဖြတ်ပြီး ထွက်လာခဲ့တာပဲ။ ကျမလုပ်ခဲ့တာ မှန်ပါတယ်။ ဘုရားသခင်ရဲ့ အလိုတော်အရ ဖြစ်လာမှာပဲ' ဟူ၍ အားတင်းထားခဲ့သည်။

သို့ဖြင့် ၁၉၃၁ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၂၄ ရက်နေ့တွင် အဂ္ဂနက်စ်သည် သီလရှင်ဘဝသို့ တရားဝင်ရောက်ရှိသွားခဲ့သည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ သူမ၏ သီလရှင်ဘွဲ့ကို "ထရီဆာ" ဟု ခံယူခဲ့သည်။ "ထရီဆာ" ဟူသောအမည်မှာ ပြင်သစ်သီလရှင်ကြီး သူတော်စင် စိန့်သာရက်စီကို အစွဲပြုမှည့်ခေါ်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ စိန့်သာရက်စီသည် ပြင်သစ်နိုင်ငံ သာသနာပြုလုပ်ငန်းများတွင် အထူးပင် ထင်ရှားကျော်ကြားခဲ့၍ ထိုအမည်၏ အဓိပ္ပါယ်မှာ "ဘုရားသခင်၏ ပန်းပွင့်ကလေး" ဟူ၍ ဖြစ်သည်။ ခရစ်ယာန်သာသနာကို အစွမ်းကုန်ပွင့်လန်းအောင် ကြိုးပမ်းမည်ဟု အဓိဋ္ဌာန်ချမှတ်ထားသော ထရီဆာသည် ထိုအမည်ကို အထူးပင်နှစ်ခြိုက်ခဲ့လေသည်။

ထရီဆာသည် မျှော်မှန်းတောင့်တခဲ့သည့် သီလရှင်ဘဝသို့ လုံးလုံးလျားလျား ရောက်ခဲ့ပြီးနောက် ကလကတ္တားမြို့ အင်တယ်လီရပ်ကွက်တွင် သီလရှင်များ စုပေါင်းဖွင့်လှစ်ထားသည့် လိုရက်ကို အထက်တန်းကျောင်းတွင် စာသင်ပေးခဲ့ရသည်။ သီလရှင်ဆရာလေး ထရီဆာသည် ထိုကျောင်းတွင် သမိုင်းနှင့် ပထဝီဝင်ဘာသာကို (၁၇)နှစ်တိုင်တိုင်သင်ကြားပြသခဲ့ရသည်။ သီလရှင်များကို ဦးစီးအုပ်ချုပ်ခဲ့သော အဆိုပါ အထက်တန်းကျောင်းသည် ကျယ်ဝန်းကြီးမားလှ၍ မိန်းကလေးများသာ နေထိုင်ခွင့်ရသည့် အင်္ဂလိပ်ဘာသာသင်ကျောင်းဖြစ်သည်။ ကျောင်းစည်းကမ်းနှင့် အသင်အပြကောင်းမွန်မှုကြောင့် အရှိန်အဝါကြီးမား၍ အများက လေးစားခြင်းခံရသည်။ ကျောင်းတွင် တက်ရောက်သင်ကြားနေကြသည့် မိန်းကလေး ၅၀၀အနက်အရေအတွက်အတော်များများမှာ ကျောင်းလခမပေးနိုင်သည့် မိဘမဲ့ကျောင်းသူများ ဖြစ်ကြသည်။ ကြီးမားကျယ်ပြန့်လှသည့် ထိုကျောင်းဝန်းကြီး အတွင်းမှာပင် စိန့်မေရီ သာသနာပြုကျောင်းတကျောင်း သီးခြားရှိနေခဲ့ပြီး ထိုကျောင်းမှာ ဘင်္ဂါလီဘာသာဖြင့် သင်ကြား၍ ဘင်္ဂါလီကျောင်းသူကလေးများသာ တက်ရောက်သင်ကြားခွင့် ပြုခဲ့သည်။

သီလရှင်ဆရာလေး ထရီဆာသည် အဆိုပါအထက်တန်းကျောင်းတွင် ဆရာမအဖြစ်သင်ပြနေခဲ့ရာမှ ၁၉၃၇ ခုနှစ်၊ မတ်လ၂၄ ရက်နေ့တွင် ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီးအဖြစ် တာဝန်ပေးအပ်ခြင်းခံခဲ့ရသည်။ ထို့ပြင် သူမသည် အိန္ဒိယအမျိုးသမီး သီလရှင်များ အုပ်ချုပ်သော စိန့်အင်နီ မိန်းကလေးကျောင်းကိုလည်း တွဲဖက်အုပ်ချုပ်ခဲ့ရသည်။

သီလရှင်ဆရာလေး ထရီဆာ အုပ်ချုပ်သော အဆိုပါမိန်းကလေးကျောင်းမှ ကျောင်းသူကလေးများသည် ကျောင်းအုပ်ကြီး၏ စည်းရုံးဟောပြောမှုများကို လက်ခံလိုက်နာ၍ ကျောင်းနှင့် မနီးမဝေးမှ ဆက်ကာဆေးရုံသို့ ကျောင်းပိတ်ရက်များတွင် ပုံမှန်သွားရောက်ကာ လူနာများအား ကူညီစောင့်ရှောက်ခဲ့ကြသည်။ ထို့ပြင် အနီးအနားမှ ဆင်းရဲသားရပ်ကွက်များသို့လည်း မကြာခဏ သွားရောက်ကာ ဆင်းရဲသားနင်းပြားများအားလိုအပ်သည့်ထောက်ပံ့မှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ကြသည်။ ထိုသို့ ဆေးရုံမှလူနာများနှင့် ဆင်းရဲသားရပ်ကွက်မှငတ်မွတ်ခေါင်းပါးဒုက္ခခံစားနေကြရသူများ၏ အဖြစ်ကို ကိုယ်တိုင်မြင်တွေ့ရ၍ စေတနာ့ဝန်ထမ်း ပရဟိတလုပ်ငန်းများကို

ပိုမိုလုပ်ကိုင်ရန် ယခင်ကထက် စိတ်အားထက်သန်လာခဲ့သည်။

"အဲဒီလို ရောဂါဝေဒနာ ခံစားနေရတဲ့လူနာတွေနဲ့ အတိဒုက္ခရောက်နေကြတဲ့ ဆင်းရဲသားတွေရဲ့ဘဝကို ကြည့်ပြီး ကျမဘယ်နေရာ သွားရမယ်ဆိုတာ သိခဲ့ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီနေရာကို ဘယ်လိုရောက်အောင် သွားရမယ်ဆိုတာ မသိသေးပါဘူး"ဟူ၍ သီလရှင်ဆရာလေး ထရီဆာက ရေးဖြစ်ဟောင်းကို ပြန်ပြောင်းအောက်မေ့ကာ အမှတ်တရပြောကြားခဲ့သည်။

ထိုအချိန် ထိုအခါက ကလကတ္တားမြို့ကြီးမှာ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးနေမှုများနှင့် ဆင်းရဲမွဲတေနေသူများဖြင့် ပြည့်ကျပ်နေခဲ့ရုံမျှမက လွပ်လပ်ရေးမရမီ အချိန်ကလေးအတွင်း ဟိန္ဒူနှင့်မူဆလင်ဘာသာရေး အယူသီးသူများ၏ ပဋိပက္ခ အဓိကရုဏ်းများကြောင့် ကြောက်

မက်ဖွယ်ရာ အနိဋ္ဌာရုံများ စုပေါင်းဆုံစည်းရာ မြို့ကြီးတစ်မြို့ ဖြစ်နေခဲ့သည်။ ၁၉၄၆–ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လတွင် ပုံမှန်ထောက်ပံ့နေသော ရိက္ခာများ မရောက်လာဘဲ ပြတ်လပ်သွားခဲ့ရာ သီလရှင်ဆရာလေး ထရီဆာကိုယ်တိုင် စားသောက်ဖွယ်ရာများဝယ်ရန် ကလကတ္တားမြို့တွင်းသို့ ထွက်လာခဲ့သည်။ ဤတွင် မြို့ကြီးအတွင်းရှိ လမ်းမကြီးများပေါ်တွင် ဘာသာရေးအဓိကရုဏ်းများကြောင့် သေဆုံးနေကြရသည့် အလောင်းများနှင့် သွေးသံရဲရဲဖြင့် ဒဏ်ရာရနေသူများကို မြင်မကောင်း ရှုမကောင်းအောင် မြင်တွေ့ခဲ့ရသည်။ ထိုအနိဋ္ဌာရုံ မြင်ကွင်းများကြောင့် ထရီဆာသည် စိတ်ပျက်အားငယ်သွားခြင်း စည်းရုံးဟောပြောနေရုံမျှဖြင့်မလုံလောက်ဘဲ ဆင်းရဲသားများအနက်မှ အဆင်းရဲဆုံး အတိဒုက္ခရောက်နေသူများအား လက်တွေ့ ကိုယ်ထိလက်ရောက် အတတ်နိုင်ဆုံး ကူညီထောက်ပံ့စောင့်ရှောက်ပြုစုသွားရန် လိုအပ်နေကြောင်း ပိုမိုသဘောပေါက်လာခဲ့သည်။ 'ငါဟာ သာသနာပြုကျောင်း အဆောက်အအုံတွေကို စွန့်ခွာပြီး ဆင်းရဲသားနင်းပြားတွေကြားမှ အတူနေထိုင်သွားလာလှုပ်ရှားရင်း ကူညီစောင့်ရှောက်ဖို့ လိုလာပြီ၊ ဒါဟာ ဘုရားသခင်ရဲ့ ဗျာဒိတ်တော်ပဲ။ ဒီဗျာဒိတ်တော်အတိုင်း မလိုက်နာနိုင်ရင် ဘုရားသခင်အပေါ်မှာယုံကြည့်တဲ့စိတ်ဓါတ်ကို ဖောက်ဖျက်ရာကျတော့မှာပဲ' ဟူ၍ သူမစိတ်ထဲကဆန္ဒကိုပိုပြင်းပြလာစေခဲ့သည်။

'တကယ်တော့ ဘုရားသခင်ဟာ ကျွန်မအတွက် လျှို့ဝှက်တဲ့ ရတနာသိုက်ကို ညွှန်ပြလိုက်တာပါပဲ။ ဒီလျှို့ဝှက်တဲ့ ရတနာသိုက်ကတော့ တခြားမဟုတ်ပါဘူး၊ ကုသိုလ်ဖြစ် ပရဟိတ သာသနာပြုလုပ်ငန်းတွေကို လက်တွေ့ကျကျ ဆောင်ရွက်သွားဖို့ပါပဲ'ဟူ၍ သီလရှင်ဆရာလေး ထရီဆာက ပြန်ပြောပြခဲ့သည်။

သို့ဖြင့် သူမ၏ အကြံအစည်နှင့် လုပ်ဆောင်လိုသော ပရဟိတ သာသနာပြုလုပ်ငန်းများကို ဂိုဏ်းချုပ်ဘုန်းတော်ကြီးထံ တင်ပြခွင့်ပန်ခဲ့ရာ ဂိုဏ်းချုပ်ဘုန်းတော်ကြီးက သူမ၏ ခွင့်ပန်ချက်ကို ၁၉၄၈ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီလတွင် ခွင့်ပြုလက်ခံခဲ့သည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ကလကတ္တားမြို့ ဆင်းရဲသားများရပ်ကွက်သို့ လှည့်လည်သွားလာ၍ ကူညီစောင့်ရှောက်ထောက်ပံ့ပေးကမ်းမှုများကို ဘုရားရှိခိုးကျောင်းပရိဝုဏ်များ၏ အပြင်ဘက်သို့ထွက်၍ ဆောင်ရွက်ရန် သူမ၏ အကြံအစည်ကို လက်တွေ့ အကောင်အထည်ဖော်ခွင့်ရလာခဲ့သည်။ ■

(ဆက်လက်ဖတ်ရှုပါရန်)

နှင်လားပဲ့ အေအိုင်ဒီအက်စ်

ဆန်တာကလော့(စ်)

❒ အာယိုးယိုး.... ဘုရားဗိုး....၊ အားယိုးယိုး...ဘုရားဗိုး....၊ အားယိုးယိုး....ဘုရားဗိုး.... သွားကြားထိုးတံကြော်ငြာနေတာ မဟုတ်ပါ။ ထိုင်းနိုင်ငံ မဲဆောက်မြို့ရှိ စာပေဗဟုသုတအရာတွင် မာစတာတဆူပါရဂူဖြစ်သော ဂုရုကြီး ဆန်တာကလော့စ်နှင့် သူ့မိတ်ဆွေတသိုက် အေ့စ်ကိုက် (အဲလေ) ဇာတ်တိုက်ရင်း သဘောတွေ့ မနောခွေ့ကာ လက်ခမောင်းခတ်ကြခြင်းဖြစ်သည်။ တော်လိုက်တဲ့ ကလေးတွေ...၊ မြန်မာပြည်မှာနေ မြန်မာပြည်မှာစာသင်ရင်း ကြီးပြင်းကြရမယ်ဆိုရင် သင်းကလေးတွေ တိုးတက်ကြမှာ၊ ကြီးပွားကြမှာ၊ ထူးချွန်ကြမှာကဇကန်ပေပ ...။ အဲ...အဲ...ခြွင်းချက်တော့ရှိသဗျ။ နအဖလက်ထက်တော့ မဟုတ်ရဘူးနော့ ...။ စစ်အုပ်ချုပ်ရေးတို့ တပါတီအုပ်ချုပ်ရေးတို့တော့ မဖြစ်ရဘူးပေါ့ ...။ သဟာတွေက ဂုရုဆန်နှင့် ဘော်ဒါတွေ တသိုက်ချီးကျူးလိုက်မိသော ထိုင်းနိုင်ငံရောက် ရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများ၊ အဝေးရောက် ရွှေမြန်မာမိသားစုများ၏ ပူတူးတူးလေးများဆီက ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေးထက်မြက်သည့်၊ သင်တိုင်းရသည့် ကျေနပ်စရာအနေအထားများဖြစ်သည်။ "အောင်မငေး ... မေးရဦးမယ် ဂုရုဆန်ရေ...၊ ဘာတွေကိုကျေနပ်အားရလို့ ဘယ်အပိုင်းမှာ ဝမ်းသာအယ်လဲ ဖြစ်နေရတာတုန်း..."ဟု မေးစရာရှိသည်။

"ကြည့်ကြလေဗျာ...အဖေတော် အမေချွန်တွေရဲ့ သားကျော် သမီးဖော်လေးတွေရဲ့ အေအိုင်ဒီအက်စ် ကဗျာတွေ၊ သံချပ်တွေ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်နေကြပုံများ၊ ဘယ့်ကလောက်ကောင်းထားတုန်း၊ ကျုပ်ပြောတာ မယုံရင် ဟိုမှာကြည့်၊ မြင်တယ်လား၊ ကိုင်း...ကြားချင်လှရင် နားဆင်သဗျာ ..."

ဂုရုဆန်က သို့ဂလို ညွှန်းဆိုပြီး လက်ညှိုးထိုးပြရာ ရှုလိုက်ပြန်တော့ အားပါးပါး ထိုင်းနိုင်ငံရောက် ရွှေမြန်မာမျိုးဆက်သစ် တသိုက် အေ့စ်ကဗျာတွေ၊ အေ့စ်သံချပ်တွေ၊ ဇာတ်တိုက်ရာဆီက ဟောဒီလို ထွက်ကျလာတဲ့ စကားလုံးတွေက ဒီလိုဗျ ... ဒီလို။

"ယနေ့ကြွလာ မိတ်သဟာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ ... ယနေ့ရောက်လာ များသူငှါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ ... တနေ့တာဝမ်းစာရှာဖွေရာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ ... ဘေးဘယာဝေးကွာ အစဉ်သာ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ..."

တယ်ဟုတ်ပါကလား ... မင်္ဂလာစကားတွေနဲ့ အဲသလိုနိဒါန်းချီပြီး သကာလ ဆက်လက်ထွက်ကျလာတဲ့စကားတွေက စီစီလှလှလေးတွေဗျ...။ ကြည့်...။

မေး ။ ။ (ကုရာနတ္ထိ ဆေးမရှိတာ အဲဒါဘာလဲ၊ ပြောပါ.. ကဲ)၂

ဖြေ ။ ။ (ရောဂါသိလျက်၊ ဆေးရှာခက် အေအိုင်ဒီအက်စ်၊ အေအိုင်ဒီအက်စ်)၂

မေး ။ ။ (အေအိုင်ဒီအက်စ် ဟုတ်ပါစ၊ အဲဒါဘယ်ကစ)၂

ဖြေ ။ ။ (တထောင့်ကိုးရာ ရှစ်ဆယ့်တစ်၊ စဖြစ်သက္ကရာဇ်)၂

မေး ။ ။ (ဘယ်နိုင်ငံမှာစဖြစ်တာ၊ ဘယ်သူကနေစဖြစ်တာ၊ ဒို့ကိုပြောစမ်းပါ)၂

ဖြေ ။ ။ (ရော့(စ်)ဟတ်ဆန် ဆိုတဲ့ ရုပ်ရှင်စတား၊ အဲဒါအမေရိကန်သား)၂

မေး ။ ။ (မြန်မာနိုင်ငံမှာ စဖြစ်တာ၊ ဆက်ပြောပါဦးကွာ)၂

ဖြေ ။ ။ (တထောင့်ကိုးရာ ကိုးဆယ့်တစ်၊ အဲဒါမြန်မာဖြစ်)၂

မေး ။ ။ (အေအိုင်ဒီအက်စ် ရောဂါဟာ၊ ဘာကိုရွေးသလဲကွာ)၂

ဖြေ ။ ။ လူမျိုးဘာသာမရွေးပါ အားလုံးဖြစ်နိုင်တာ...။ နိုင်ငံဒေသမရွေးပါ အားလုံးဖြစ်နိုင်တာ...။ ဆင်းရဲချမ်းသာ မရွေးပါ အားလုံးဖြစ်နိုင်တာ...။

မေး ။ ။ (ဒီနေ့ကမ္ဘာမှာ သေဆုံးတာ၊ ဘယ်လောက်ရှိပလဲ ကွာ)၂

ဖြေ ။ ။ (ဒဗလျူအိပ်(ချ်)အို ကြေညာတာ၊ (၁၇)သန်းရှိပြီ ကွာ)၂

"အောင်းမြတ်လေး"ဟု သွားလေသူမင်းသား(ဦး)မြတ်လေးကို မှန်းဆတမ်းတရလောက်သည်။ အရွယ်နှင့်မမျှအောင် သင်တိုင်းတတ်သည့် အနီအကောင်းစားလေးတွေကို ခေတ်ပြောင်း စနစ်ပြောင်းမှာ အားကောင်းမောင်းသန်များအဖြစ် မြန်မာပြည်မှာ မြင်ရလောက်သည်ထင်၏။ အခုတော့ သူတောင်းစားများခေတ်မှာ အကောင်းစားတွေ နိုင်ငံပြင်ပ ရောက်နေရသည်။ ထိုသို့ထိုပုံ အတွေးဝင်နေခိုက် အကောင်းစားတသိုက်ထံမှ ကြော်ငြာသံက အခုလို ဝင်လာပြန်သည်။ ကြည့်ဗျာ...။

" ကွန်ဒုံးသုံးတာ၊ မရှက်ရာ
သုံးပါမိတ်ဆွေရာ....။
အကာအကွယ်မဲ့ ရောဂါဖွဲ့
သင့်ရဲ့ဘဝနာ....။
အဲဒါကြောင့်သာ ကွန်ဒုံးဟာ
သုံးကိုသုံးရမှာ......။

သံပြိုင်။ ။သင့်ဘဝမတုံးအောင် ကွန်ဒုံးကိုသုံးပါ။

(ဝမ်းစမိုး)[၃] (ဘုရားဗိုး)[၃]ဟု ဂုရုဆန်နှင့်ဘော်ဒါတသိုက် ဩဘာတွေ ပေးလိုက်မိကြသည်။ အခြားပရိတ်သတ်များဆီကလည်း လက်ခုပ်သံတွေ သောသောညံသွားတာ ကြားကြရသည်။ ဒီဇင်ဘာ(၁)ရက်နေ့ ဆိုတာက "ကမ္ဘာ့ အေအိုင်ဒီအက်စ်တိုက်ဖျက်ရေးနေ့"မဟုတ်ပါလား...။

အေ့စ်ဆို၍ တောင်အေ့စ်နှင့် လိုက်အေ့စ်တို့ကို သွားပြီးမြင်ယောင်မိသည်။ ကဇော်သမားများ ပါးစပ်မှ ယိမ်းယိမ်းထိုးထိုး ကိုယ်ဟန်နှင့်အတူ နှုတ်ဖျားမှထွက်ကျလာသော "အေ့၊ အေ့"ဆိုတာကိုလည်း မျက်လုံးထဲ ပေါ်လာမိသည်။ ဘယ်လို အနေအထားနှင့်ပင် အေ့အေ့... အေ့စ်ဆိုလျှင် လူသားမျိုးနွယ်တရပ်လုံးလူညွန့်တုံးကြရမည့် ကြောက်ခမန်းလိလိ ဒုက္ခကြီးပင် ဖြစ်သည်။ ဒုက္ခကိုသုခထင်လျှင် ပြင်မရအောင် အမှားကြီးမှားကြရမည့်ကိန်းဖြစ်သည်။ ဤဒုက္ခဘေးဆိုးကြီးအတွက် (၁) လိင်ကိစ္စကို ဆင်ခြင်လိုက်မယ်၊ မိမိအိမ်ထောင်ဘက်အပေါ် သစ္စာရှိလိုက်မယ်ဆိုရင်၊ (၂) အကြောင်း သေသေချာချာမသိသူနဲ့ လိင်ဆက်ဆံတိုင်း ကွန်ဒုံး(condom) အစွပ်ကို နည်းမှန်စွာသုံးမယ်ဆိုရင်၊ (၃) အန္တရာယ်ကင်းတဲ့ လိင်ဆက်ဆံမှု (ဝါ) လိင်စိတ်ဖြေမှုကို ကျင့်သုံးမယ်ဆိုရင်၊ (၄) မူးယစ်ဆေး(ဘိန်းဖြူ) ထိုးတာကို လုံးဝရှောင်ကြဉ်မယ်ဆိုရင်၊ (၅) မရှောင်နိုင်လို့ မူးယစ်ဆေး(ဘိန်းဖြူ) ထိုးရင်လည်း ဆေးထိုးပြွန် (ဝါ) အပ်တခုတည်း လူအများနဲ့ရောနှောမသုံးဘူးဆိုရင်...၊(၆) မလိုအပ်ဘဲ ဆေးမထိုးဘူးဆိုရင်၊ ထိုးရရင်လည်းတခါသုံး (သို့) စနစ်တကျ ပိုးသန့်စင်ပြီးတဲ့ ဆေးထိုးကရိယာများနဲ့သာ ထိုးမယ်/အထိုးခံမယ်ဆိုရင်....။ (၇) အခြားသူသုံးပြီးသား ခွဲစိတ်ကရိယာတွေ၊ သွားဆရာဝန်သုံး ကရိယာတွေ (စနစ်တကျလုံလောက်စွာ ပိုးမသန့်စင်ရသေးဘူးဆိုရင်) မုတ်ဆိတ်ရိတ်ဓား၊ ဆံပင်ညှပ်ဆိုင်သုံး သင်တုန်းဓား၊ နားထွင်းနားဖောက်အပ်၊ တရုတ်အပ်စိုက်အပ်၊ စုတ်ထိုးအပ်တွေ၊ သွားပွတ်တံ၊ သွားကြားထိုးတံ၊ ဇာဂနာ၊ လက်သည်းညှပ်၊ နားကလော်တံ(သို့) အခြားအရေပြား ဖောက်ထွင်းပွန်းပဲ့နိုင်တဲ့ ပစ္စည်းအားလုံးကို မသုံးမိဖို့ ဂရုစိုက်မယ်။ သတိပေးမယ်ဆိုရင်...။ (၈) အိမ်ထောင်မပြုမီ အမျိုးသားရော အမျိုးသမီးပါ အိတ်(ချ်)အိုင်ဗွီပိုး ရှိ/မရှိ သွေးစစ်မယ်ဆိုရင်.... အေ့စ်ရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်ပြီပေါ့ဗျာ...။ ဂုရုဆန်တို့ဘော်ဒါတသိုက် အများခိုက်မဲ့ ဇယားအမိုက်ကို ချိန်သားကိုက် ဒီလိုကြေညာချလိုက်တယ်။ "နှင်လားပဲ့ အေအိုင်ဒီအက်စ်"ဟု ... ။ ■

ဆန်တာကလော့(စ်)

အေအိုင်ဒီအက်စ်သတိ

လိင်ဆက်ဆံသည့်အခါတိုင်း ကွန်ဒုံးသုံးပါ။

လူနာကုတင်အမှတ်(၁၃)

မင်းဟန်

(က)

❐ အခေါက်ရေမည်မျှရှိပြီဟူ၍ မမှတ်မိတော့။ ရင်ခွဲရုံနှင့် ကူးစက်ရောဂါ ကုသဆောင်အကြား သွားလိုက်ပြန်လိုက်ဖြင့် လွန်းထိုးသကဲ့သို့ ညသည်တဖြည်းဖြည်း မဲမှောင်၍လာသည်။ အအေးဓါတ်ကလည်း ညအားခိုစီး၍ ထပ်ချပ်မခွာ လိုက်ပါ၍လာသည်။

နီကျင်ကျင်မီးရောင်က လမ်းကျဉ်းကျဉ်းလေးအတွင်း ညအားအံတု၍ နေသည်။ သွေးထုတ်ပေးသည့်ဌာနအတွင်းမှ အလင်းရောင်သည် တရုတ်ကပ်မှန်ကြားမှ ဖိတ်လျှံ၍ အံထွက်နေသဖြင့် လမ်းကျဉ်းလေးအတွင်း မြင်သာထင်သာရှိသည်။ သွေးထုတ်ပေးသည့်ဌာနအား လွန်သည်နှင့် တဖန်မဲမှောင်၍ သွားပြန်သည်။

ကွန်ကရစ်လမ်းနှင့် လူသေအလောင်းတင် လက်တွန်းလှည်း၏ဘီးတို့ ပွတ်တိုက်၍ ထွက်ပေါ်နေသည့်အသံက လမ်းကျဉ်းလေးအတွင်း တစ္ဆေတကောင်၏ အံကြိတ်နေသည့် အသံအလား။ ကူးစက်ရောဂါဆောင်အတွင်းရှိ လူနာကုတင်များက အပြောင်းအလဲ မြန်လွန်းလှသည်။ ခဏငယ်အတွင်း လွတ်သွားလိုက်၊ ခဏငယ်အတွင်း ပြန်၍ပြည့်သွားလိုက်နှင့်ပင်။ ဖြစ်ချင်တိုင်း ဖြစ်နေကြသည်။ ကုတင်နံပါတ် (၁၃) ကား သူ့အား အလုပ်အပေးဆုံး ဖြစ်သည်။ ခဏငယ်အတွင်း ကုတင်နံပါတ်(၁၃)ပေါ်၌ လူနာ။ ခဏငယ်အတွင်း သူ၏လက်တွန်းလှည်းပေါ်၌ လူသေ။ ဒုက္ခနှင့် အနိစ္စပြောင်းလဲမှုက လျင်မြန်လှသည်။ ယခု သူ့လက်တွန်းလှည်းပေါ်မှာ ဒီလူအပါအဝင် (၁၁)လောင်းရှိပြီ။ နှစ်ယောက်တွန်းရသည့် လက်တွန်းလှည်းက သူ့တစ်ယောက်တည်း တွန်းရသည့်အတွက် ပျင်းရိလေးတွဲ့စွာဖြင့် သွားနေသည်။ ဆေးရုံအဆောက်အဦးမှ ထွက်လိုက်သည်နှင့် ကွန်ကရစ်လမ်းငယ်သည် မချောမောတော့။ ချိုင့်များ ထစ်များထူပြစ်လာသည်။ တွန်းလှည်းပေါ်မှ အလောင်းကောင်သည်လည်း ငြိမ်သက်စွာဖြင့် လိုက်ပါ၍ မလာတော့။ ချိုင့်များအတွင်းသို့ တွန်းလှည်း၏ ညာဘက်မှ ဘီးများ ကျဆင်းသွားပါက အလောင်း ကောင်သည် ညာဘက်သို့ယိမ်းမည်။ တွန်းလှည်း၏ ဘယ်ဘက်ဘီး ချိုင့်အတွင်းသို့ ကျဆင်းသွားပါက အလောင်းကောင်သည် ဘယ်ဘက်သို့ စောင်းပြန်သည်။ ဘယ်ညာ ဘယ်ညာဖြင့် လိုက်ပါ၍နေတော့သည်။

ရေခဲတိုက်(ရင်ခွဲရုံ) အရှေ့အဝင်လမ်း၏ဝဲယာတွင် တန်းစီ၍ စိုက်ထားသော ယူကလစ်ပင်များက ခါးညွတ်ပြီး နောက်လာသည့်လူအား ငုံ့၍ဝိုင်းကြည့်ကြသည်။ ပြီးလျှင် ပြန်၍မတ်ကြပြီး ဘယ်ယာယိမ်း၍ ကခုန်ကြသည်။ ပြီးလျှင် ရှီးရှီးနှင့် လေချွန်ကြတော့သည်။ ရင်ခွဲရုံအတွင်း၌ကား လူသေအလောင်းများနှင့် ပြည့်သိပ်၍ နေသည်။ တချို့က ရင်ခွဲသည့် အုတ်ခုံပေါ်မှာ။ တချို့က ရင်ခွဲရုံ၏ ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာ။ အရင်ရောက်သည့်သူများက အုတ်ခုံပေါ်တွင် အိပ်နေရရဖြင့် နေရာရကြပြီး နောက်ကျသည့် သူများက ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာ နေရာရကြသည်။ မောက်သူမောက်၊ လှန်သူလှန်နှင့် တုံးလုံးပက်လက်။ အမျိုးသားများလည်းပါသည်။ အမျိုးသမီးများလည်းပါသည်။ မခွဲခြား။ တန်းတူငယ်။

လက်တွန်းလှည်းပေါ်မှ လူသေအား ရင်ခွဲရုံအတွင်း၌ သူနေရာချပေးရမည်။ လွတ်နေသည့် ကျောတခင်းစာ နေရာအား သူရှာကြည့်သည်။ ရင်ခွဲရုံ၏ အစွန်းထောင့်၌ (၃)နှစ်အရွယ် ကလေးငယ်တဦး၏ဘေးမှာ ကိုယ်တစောင်းစာ နေရာလွတ်နေသည်။ လက်တွန်းလှည်းပေါ်မှအလောင်းကောင်ကို မ၍ ကလေး၏ဘေးတွင် ကိုယ်တစောင်းစာ ချပေးလိုက်သည်။ မိခင်၏ ရင်ခွင်အတွင်း ကလေးငယ်သည် ဝင်တိုး၍ နှစ်ခြိုက်စွာ အိပ်နေကြသကဲ့သို့။ ရင်ခွဲရုံအတွင်းမှ လက်တွန်းလှည်းအား ဆွဲထုတ်၍ ထွက်ခဲ့ကြသည်။ အပြင်ရောက်သည်နှင့် အေးစိမ့်သည့်အအေးဓါတ်က သူ့အား ဝင်၍လုံးတော့သည်။ ကျောထဲမှ စိမ့်၍လာသည်။ နှုတ်ခမ်းများက တုန်နေသည်။

သူ၏နံဘေးတွင် အသံများကို တိုးညင်းစွာကြားနေရသည်။ စကားသံများဖြစ်သည်ဟူ၍တော့ သူသိသည်။ မည်သည့်ဘာသာစကားသံဟူ၍မူ သူမခွဲခြားနိုင်သေး။ မျက်လုံးအတွင်း၌ ရိပ်ရိပ်ရိပ်ရိပ်နှင့် လှုပ်ရှားနေကြသည့် ပုံရိပ်များအား မသဲမကွဲတွေ့နေရသည်။ အသံများက တဖြည်းဖြည်းနှင့် ကျယ်လာသည်။ သဲကွဲလာသည်က ပုံရိပ်များသည် ဝေဝါးရာမှ ထင်ရှားလာသည်။ သူ့တကိုယ်လုံး ချွေးသီး ချွေးပေါက်များဖြင့် ရွှဲရွှဲစိုနေသည်။ သူ့ခြေလှမ်းသည် လှမ်းနေသည်လား သူမသိ။ လက်တွန်းလှည်းအား ဆုပ်ကိုင်ထားသည့် သူ၏လက်သည် အေးစက်လာသော လက်တွန်းလှည်း၏ သံလက်တန်းအား တင်းကြပ်စွာ ဆုပ်ကိုင်ထားသည်လား၊ လွှတ်လိုက်မိသည်လား သူမသိ။ ယူကလစ်ပင်များအကြား တိုးဝှေ့ဖြတ်တိုက်လာသည့် လေအေးက သူ၏ကိုယ်အား တိုးဝှေ့၍လာသည်။ လေနုအေးအား ခွစီး၍ သူ၏ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းအတွင်း ပြေးဝင်ရန် ချဉ်းကပ်သည့် သဏ္ဍာန်များ ... ။ သူ၏မျက်လုံးအား အလန့်တကြား ပိတ်ပစ်လိုက်သည်။

(ခ)

မြေကမ္ဘာ၊ ရေကမ္ဘာ၊ လေကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ပိုးမွှားများ၏ ရန်ကုန်အကြော့ ဆွေးနွေးပွဲခန်းမတွင် ကိုယ်စားလှယ်များသည် မျိုးစိတ်များအလိုက် သူ့နေရာနှင့်သူ ရှိနေသည်။

အလှည့်ကျသဘာပတိဖြစ်သူ ဗိုင်းရပ်မျိုးစိတ်ဝင် အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ (HIV) ဗိုင်းရပ်၏ သဘာပတိ အဖွင့်မိန့်ခွန်းက ခန်းမအတွင်း ဟိန်း၍နေသည်။ အားမာန်ပါပြီး အောင်မြင်မှုအတွက် ဂုဏ်ယူကျေနပ်မှုက သူ့အသံ၌ စွဲကပ်၍နေသည်။

၂၁ရာစု လူသားမျိုးနွယ်စုတခုလုံး အမြစ်ပြတ်သုတ်သင်ချေမှုန်းရေး စီမံကိန်း(၂၆)နှင့်ပတ်သက်၍ အားသာချက်တချို့အား ထောက်ပြပြီး စီမံချက်ကာလကို သတ်မှတ်ထားသည့် နှစ်ကာလထက် ပိုမို၍ စောလျင်စွာ ပြီးမြောက်နိုင်သည့် အခြေအနေများအား မီးမောင်းထိုး ထောက်ပြ၍ နေသည်။

"လူသားတွေဟာ ၁၈ရာစု အတွင်းမှာ စက်မှုတော်လှန်ရေးကြီး အောင်မြင်ခဲ့ကြတယ်။ အဲဒီကစပြီး စက်ရုံအလုပ်ရုံတွေ တည်ကြ၊ ယာဉ်ရထားတွေ အသုံးပြုကြနဲ့ အပြိုင်အဆိုင်တွေ လုပ်လာကြတယ်။ အဲဒီစက်ရုံတွေ အလုပ်ရုံတွေ၊ ယာဉ်ရထားတွေက ကမ္ဘာကြီးကို ပူနွေးမှုဖြစ်စေတဲ့ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်နဲ့ မီသိန်းဓါတ်တွေကို ထုတ်လွှတ်လိုက်ကြတာ ဒီနေ့ထိပါပဲ။ တဖက်ကလည်း သစ်တောတွေကို ပရမ်းပတာ ခုတ်လှဲနေကြပြီး၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကိုဖျက်ဆီးကြပြန်တယ်။ တခါ နျူးကလီးယား စမ်းသပ်မှုတွေကိုလည်း ကမ္ဘာမြေပေါ်မှာ စမ်းသပ်ဖေါက်ခွဲလိုက်၊ ရေကမ္ဘာထဲမှာ စမ်းသပ်ဖေါက်ခွဲလိုက်နဲ့ ထင်တိုင်းကြဲနေခဲ့ကြတယ်။ ဒီအကျိုးဆက်တွေကြောင့် ကမ္ဘာတဝှမ်းလုံးက အပူချိန်ဟာ (5°C)ထိ တိုးလာခဲ့ပြီးဖြစ်တယ်။ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ်ကြီး အားကောင်းမောင်းသန်လာခဲ့တဲ့ ၁၉၉၀ ပြည့်လွန်နှစ်တွေကစပြီး ကမ္ဘာရဲ့ အပူလှိုင်းကို ဖြစ်စေတဲ့ ဓါတ်ငွေ့တွေ ထုတ်လုပ်မှုဟာ စက်မှုမထွန်းကားခင် ကာလကထက် (၃၀)ရာခိုင်နှုန်း ကနေ (၅၀) ရာခိုင်နှုန်းထိ ပိုပြီး ထုတ်လုပ်လာနေတယ်။ ဒီတော့ အကျိုးဆက်က ဘာဖြစ်လဲဆိုတော့ ပရမ်းပတာ ဒီလိုထုတ်လုပ်မှု များလာလေလေ ကမ္ဘာကြီးရဲ့ အပူချိန်ကလည်း တက်လာလေလေပဲ။ ကျနော်တို့ရဲ့ စီမံချက် (၂၆) အတွင်းမှာ ပျမ်းမျှအပူချိန်ဟာ (1.4°C) ကနေ (5.8°C)ထိ ရောက်လာနိုင်တယ်။"

သဘာပတိကြီးသည် သူ၏ မိန့်ခွန်းအား ခေတ္တရပ်လိုက်ပြီး ခန်းမအတွင်းရှိ ပိုးမွှားအပေါင်းတို့အား ဝေ့ဝိုက်၍ ကြည့်လိုက်သည်။ ကိုယ်စားလှယ်များ အားလုံးသည် စိတ်အားထက်သန်စွာဖြင့် ငြိမ်သက်၍ နားထောင်နေကြသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် သူ၏ မိန့်ခွန်းအား ဆက်၍ပြောလေသည်။

"ညီနောင်ရဲဘော်ပိုးမွှားအပေါင်းတို့ ဒီလိုကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာတော့ ဘာတွေဖြစ်လာမလဲ။" "ပထမချက်က လူသားတွေအတွက် လိုအပ်တဲ့ သောက်သုံးရေနဲ့ ရေကောင်းရေသန့် ရှားပါးမှုတွေ ဖြစ်လာမယ်။ ဒုတိယအချက်က "ပူနွေးမှုဟာ (1.5°C) ထက်ပိုပြီး ပူလာတာနဲ့ အေးတဲ့ဒေသတွေ ဖြစ်တဲ့ အမေရိကတိုက်တို့လို ဒေသမှာ သီးနှံထွက်နှုန်းချက်ချင်း ကျဆင်းစေမှာဖြစ်တယ်။ သမပိုင်းဒေသတွေနဲ့ အပူပိုင်းဒေသမှာ ဆိုရင်တော့ သီးနှံထွက် ကျဆင်းမှုဟာ အဆိုးဝါးဆုံး ကျဆင်းမှာဖြစ်တယ်။ ဒီနှစ်ချက်ကြောင့် လူသားကမ္ဘာကြီးဟာ အစာရေစာငတ်မွတ်ခေါင်းပါးပြီး အင်အားချိနဲ့ ဆုတ်ယုတ်နေမှာ ဖြစ်တယ်။" "တတိယအချက်က လူသားတွေပြောပြောနေတဲ့ ဂလိုဘယ်လိုက်ဇေးရှင်း ကမ္ဘာ့ရွာ။ ကမ္ဘာကြီးဟာ ကျဉ်းသွားပြီး နယ်စပ်မျဉ်းတွေ မရှိတော့ဘူး။ ကူးလူးဆက်သွယ်မှုတွေက လျင်မြန်လာပြီး စတဲ့ နည်းပညာ တိုးတက်ထွန်းကားမှုကို ဂုဏ်ယူပြီး လူသားတွေဟာ နေရာတိုင်းမှာ ပြောနေကြတယ်။ အဲဒီလိုလူသားတွေရဲ့ ဆက်သွယ်ရေးနည်းပညာကို ကျုပ်တို့ပိုးမွှားတွေက ကောင်းကောင်းအသုံးချရတယ်။ (ဥပမာ)ကျုပ်ကိုကြည့်ပါ။ ကျုပ်ရဲ့အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ (HIV) ဗိုင်းရပ်ဟာ အာဖရိကတောနက်ကြီးထဲမှာ သန္ဓေတည်ခဲ့တာပါ။ အခုတော့ အမေရိကတိုက်လည်း ရောက်ပြီ၊ ဥရောပလည်း ရောက်ပြီ၊ အာရှလည်းရောက်ပြီ။ ကမ္ဘာနေရာတိုင်းကို ကျုပ်တို့ ဖြန့်ကျက်နိုင်ခဲ့ပြီ။ လူသားတွေသန်း (၄၀) ကို ကျုပ်တို့စီးထားပြီးပြီ။ တရုတ်ပြည်တောင်ပိုင်းမှာ သန္ဓေတည်ခဲ့တဲ့ ဆားစ်ရောဂါကို ဖြစ်စေတဲ့ ကိုရိုနာ ဗိုင်းရပ်စ်က အချိန်တိုတိုအတွင်းမှာပဲ အာရှနဲ့ ဥရောပကို ဖြန့်ကျက်နိုင်ခဲ့တယ်။ ဒါဟာ လူသားတွေရဲ့ ဆက်သွယ်ရေးနည်းပညာ တိုးတက်မှုအပေါ် ထိထိရောက်ရောက် အသုံးချတာပဲဖြစ်တယ်။ စတုတ္ထအချက်အနေနဲ့က လူသားတွေကို ထိုးစစ်ဆင်တိုက်တဲ့အခါမှာ အပျော့ဆုံးနေရာတွေကို စတင်ပြီး ဦးတည်တိုက်သွားမယ်။ အပျော့ဆုံး နေရာဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ရှင်းပြရရင် "အာဏာရှင်အုပ်စိုးတဲ့ လူအဖွဲ့အစည်းတွေပဲဖြစ်တယ်။ အာဏာပိုင်တွေဟာ သူ့အာဏာတည်မြဲရေးအတွက်သာ ဆောင်ရွက်ကြပြီး သူ့နိုင်ငံ၊ သူ့နိုင်ငံသားတွေရဲ့ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းတွေမှာတော့ မဆောင်ရွက်သလောက်ပါပဲ။ ဒါဟာ ကျုပ်တို့ပိုးမွှားတွေထိုးစစ်ဆင်ရာမှာ အန္တရာယ်အမျိုးမျိုးနဲ့ စိတ်တိုင်းကျ စစ်ဆင်နိုင်စေတယ်။ နောက်ပြီး အာဏာရှင်တွေဟာ သတင်းမှန်သမျှ အမှောင်ချတတ်ကြတယ်။ ဒါဟာ ကျုပ်တို့ပိုးမွှားတွေအတွက် လူသားတွေကို ဖြန့်ကျဲကူးစက်နိုင်စေဖို့ အချိန်ပိုရစေတယ်။ ဒါတွေကြောင့် အာဏာရှင်အုပ်စိုး

> ❝ ရေခဲတိုက်(ရင်ခွဲရုံ) အရှေ့အဝင်လမ်း၏ဝဲယာတွင် တန်းစီ၍ စိုက်ထားသော ယူကလစ်ပင်များက ခါးညွတ်ပြီး နောက်လာသည့်လူအား ငုံ့၍ဝိုင်းကြည့်ကြသည်။ ပြီးလျှင် ပြန်၍မတ် ကြပြီး ဘယ်ယာယိမ်း၍ ကခုန်ကြသည်။ ပြီးလျှင် ရှီးရှီးနှင့် လေချွန်ကြတော့သည်။ ရင်ခွဲရုံအတွင်း၌ကား လူသေအလောင်းများနှင့် ပြည့်သိပ်၍ နေသည်။ တချို့က ရင်ခွဲသည့် အုတ်ခုံပေါ်မှာ၊ တချို့က ရင်ခွဲရုံ၏ ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာ ❞

“ သူ့မျက်လုံးအား ပိတ်ပစ်လိုက်သည်။ အောက်စီဂျင် ပေးထားသည့်ကြားမှပင် အသက်ရှူရသည်မှာ မွန်းကျပ်လွန်းလှသည်။ သူ့တကိုယ်လုံးက မီးကျီမီးခဲကြီးများ ခြစ်ခြစ်တောက်ပူနေသကဲ့သို့ ခံစားရသည်။ နားအတွင်း အသံများက ဆူညံစွာ ကြားလာရပြန်သည်။ မှိတ်ထားသည့် မျက်ဝန်း အတွင်း၌ အရိပ်သဏ္ဍာန်များ လှုပ်ရှားနေကြသည်ကို မြင်နေရသည်။ ”

တဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းတွေဟာ ကျုပ်တို့ပိုးမွှားတွေရဲ့ ထိုးစစ်ဆင်နွှဲရာမှာ အပျော့ဆုံး၊ အားနည်းချက်အများဆုံးနေရာတွေပဲ ဖြစ်တယ်။ ဒီနေရာတွေကို ပထမဦးဆုံး ပိုးမွှားအလုံးအရင်းနဲ့ ဦးတည်ပြီး ချေမှုန်းသွားရမှာ ဖြစ်တယ်။ ရဲဘော်ပိုးမွှားအပေါင်းတို့”

တင်ပြခဲ့တဲ့အခြေအနေအရအင်အားချိနဲ့နေတဲ့ လူသားကမ္ဘာကြီးကို ကျုပ်တို့ရဲ့ အထွေထွေ ပိုးမွှားစစ်ဆင်ရေးကြီး ဆင်နွှဲသွားကြမှာဖြစ်တယ်။ ပထမအဆင့် အာဏာရှင်အုပ်စိုးတဲ့ လူသားနိုင်ငံတွေကို ဦးတည်တိုက်ခိုက်ချေမှုန်းသွားပြီး တကမ္ဘာလုံးလူသားမျိုးနွယ်တုံးရေး အထွေထွေစစ်ဆင်ရေးကြီးကို အရှိန်မြင့်တိုက်ခိုက်သွားရမှာ ဖြစ်တယ်။ နည်းနာအနေနဲ့ကတော့ လူသားတွေကို အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနဲ့ဆိုင်တဲ့ ဝေဒနာ၊ ဒုက္ခတွေ ခံစားရအောင် ဗိုင်းရပ်မျိုးစိတ်ဝင် ရဲဘော်ပိုးမွှားများက အတင်းဝင်ရောက်တိုက်ခိုက်ကြမယ်။ တပြိုင်တည်းမှာပဲ အင်းဆက်မျိုးစိတ်ဝင် ရဲဘော်များဖြစ်တဲ့ ရဲဘော်ကြီးခြင်၊ ရဲဘော်ကြီးယင်နဲ့ ရဲဘော်ကြီးကြမ်းပိုးတို့ကလည်း လူသားတွေကို သွေးလွန်တုပ်ကွေးဝေဒနာ၊ ဦးနှောက်အမြှေးရောင်ဝေဒနာ၊ ဝမ်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ဝေဒနာ၊ အသည်းရောင်အသားဝါဝေဒနာတွေ ခံစားကြရအောင် ဟန်ချက်ညီညီ တိုက်ခိုက်သွားကြမယ်ဆိုရင် လူသားမျိုးနွယ်စုကြီးဟာ အစာအဟာရချို့တဲ့မှု၊ ငတ်မွတ် ခေါင်ပါးမှု၊ ရေရှားပါးမှုတွေနဲ့ အခက်ကြုံနေတဲ့အတွက် ပိုးမွှားမျိုးနွယ်စုကြီးရဲ့ အထွေထွေစစ်ကြီးကို ရင်ဆိုင်နိုင်မှာ မဟုတ်ဘူးလို့ ကျနော် ဒီနေရာက ရဲရဲကြီး ပြောလိုပါတယ်။ ဒီအခါမှာ ကျနော့်ရဲ့ အန္တိမ ရည်မှန်းချက်ဖြစ်တဲ့ ၂၂ ရာစု ပိုးမွှားကမ္ဘာတည်ဆောက်ရေး ရည်မှန်းချက်ဟာ ပီပီပြင်ပြင်နဲ့ ရုပ်လုံးပေါ်လာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

နိဂုံးချုပ်အနေနဲ့ ရဲဘော်ပိုးမွှားများအပေါင်းကို မှာကြားလိုပါတယ်။ ဗိုင်းရပ်မျိုးနွယ်စုများ၊ ဘက်တီးရီးယားမျိုးနွယ်စုများ၊ အင်းဆက်မျိုးနွယ်စုများရဲ့ ညီညွတ်ရေးကို မျိုးစိတ်ဝင် အားလုံးက မျက်လုံးအိမ်သဖွယ် စောင့်ရှောက်ကြပါ။ လူသားမျိုးနွယ်စုဝင်များနဲ့ မစေ့စပ်စတမ်း တိုက်ခိုက်သွားကြပါ။

Day One လုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်တဲ့ စီမံချက် (၂၆) တခုတည်းကိုသာ အဓိက ဦးတည်ထားကြပါ။ လူသားမျိုးနွယ်စုတခုလုံး ချေဖျက်ပြီးတဲ့နောက်မှသာ Day Two လုပ်ငန်းစဉ်ကို စဉ်းစားကြပါလို့ … မှာကြားရင်း နိဂုံးချုပ်ပါတယ်။

ခန်းမတစ်ခုလုံး ဩဘာသံများ ဆူညံ၍သွားသည်။

(ဂ)

နားအတွင်း၌ ဩဘာသံများ ဆူညံ၍နေရာမှ တဖြည်းဖြည်းတိုး၍သွားသည်။ သူ၏မျက်လုံးအား အားယူ၍ ဖွင့်ကြည့်မိသည်။ အမြင်အာရုံက မကြည်လင်သေး။ ဝေဝါးနေဆဲ။ သူ့လက်များက သူ၏လက်တွန်းလှည်း လက်တန်းအား လှမ်း၍ဆုပ်ကိုင်လိုက်သည်။ အမြင်က တဖြည်းဖြည်း ပီပြင်၍လာသည်။ သူ့အားဝိုင်း၍ ငုံ့ကြည့်နေကြသည့် ကူးစက်ရောဂါ ကုသဆောင်မှ ဆရာမများ၏ မျက်နှာများ၊ သူဆုပ်ကိုင်ထားသည့် သူ့လက်အား ယောင်ရမ်း၍ ကြည့်လိုက်မိသည်။ သူဆုပ်ကိုင်ထားသည်က လူသေအလောင်းတင်သည့် လက်တွန်းလှည်း၏ လက်ကိုင်များမဟုတ်။ လူနာကုတင်၏ ကုတင်သံတိုင်များ။ သူ့မျက်လုံးအားလှန်၍ သူ့ခေါင်းရင်းရှိ ကုတင်နံပါတ်အား လှမ်း၍ကြည့်လိုက်သည်။ ကုတင်နံပါတ်(၁၃)။

သူ့မျက်လုံးအား ပိတ်ပစ်လိုက်သည်။ အောက်စီဂျင်ပေးထားသည့်ကြားမှပင် အသက်ရှူရသည်မှာ မွန်းကျပ်လွန်းလှသည်။ သူ့တကိုယ်လုံးက မီးကျီမီးခဲကြီးများ ခြစ်ခြစ်တောက်ပူနေသကဲ့သို့ ခံစားရသည်။ နားအတွင်း အသံများက ဆူညံစွာကြားလာရပြန်သည်။ မှိတ်ထားသည့် မျက်ဝန်းအတွင်း၌ အရိပ်သဏ္ဍာန်များ လှုပ်ရှားနေကြသည်ကို မြင်နေရသည်။

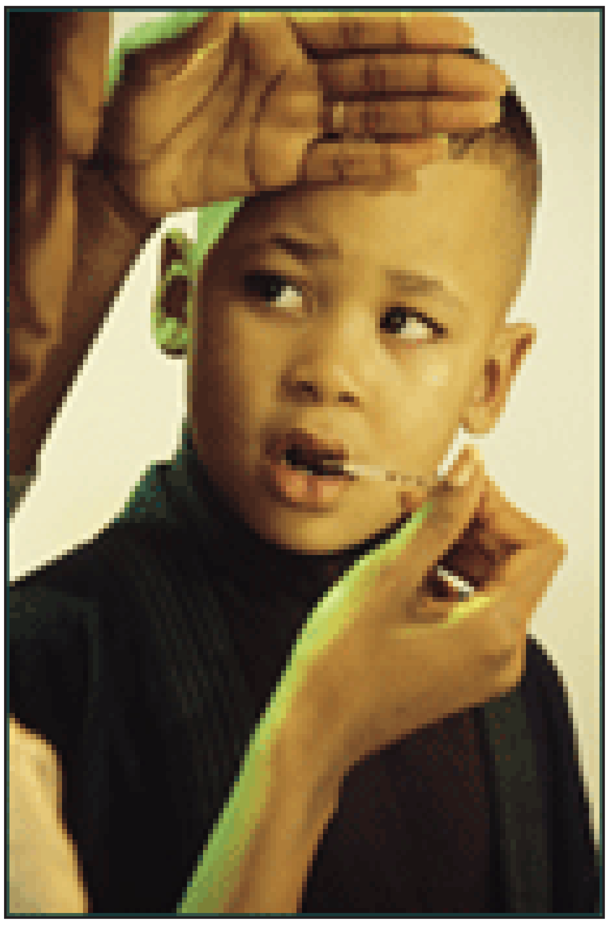
“ငါတို့ရှုံးပြီ..ငါတို့ချေမှုန်းခြင်းခံရတော့မယ်…”

အာခေါင်ခြစ်၍ သူအော်ဟစ်လိုက်မိသည်။ သို့သော် အသံက ထွက်၍မလာ။ ပြီးနောက် … … … ။ ■

မင်းဟန်

သွေးလွန်တုပ်ကွေး နောက်ဆက်တွဲနဲ့ သေတဲ့ကလေး

မြတ်ထွဋ်ညွှန့် (ဆေး - ၂)



❒ သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါသည်တနှစ်ခြား၊ နှစ်နှစ်ခြားတကြိမ် ဆိုသလို သိသိသာသာအဖြစ်များသည်။ တကယ်ဖြစ်ပြီးဟော့ဆိုလျှင် ဆေးရုံသို့ နာရီပိုင်းအတွင်းမှာပင် ရာဂဏန်းထိရောက်လာနိုင်သည်။ ဒီအခါမျိုးတွင် ဆရာဝန်အင်အား၊ ဆေးရုံတွင်ထားပေးနိုင်သည့် အင်အားပင် မနိုင်မနင်းဖြစ်သွားတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် သွေးလွန်တုပ်ကွေးရာသီကို ကလေးဆောင်မှဆရာဝန်များလန့်သည်။ ထိုအထဲတွင် ကျနော်လည်းပါသည်။ ဖြစ်ချင်တော့ မိုးတွင်းကာလ သွေးလွန်တုပ်ကွေးအဖြစ်များစဉ်တွင် ကလေးဆောင်၌ တာဝန်ကျသည်။ နံနက်ထမင်းကို နေ့လည် ၁နာရီ ၂နာရီမှ စားဖြစ်သောနေ့များ၊ ညဂျူတီကျလျှင်လည်း ညစာကို ၉နာရီ ၁၀နာရီမှ စားဖြစ်သောညများ၊ တစ်ညလုံး လုံးဝမအိပ်ရဘဲ ခဏတဖြုတ်ပင် ထိုင်ချိန်မရခဲ့သောညများ၊ မိုးလင်းကမိုးချုပ် တင်ပါးနှင့်ခုံ ထိတွေ့ခွင့်မရသောနေ့များရှိခဲ့သည်။

“လူနာပြချင်လို့ ဆရာ။ အခုမှရောက်တာ …”

ရှစ်နှစ်အရွယ်ကလေးနဲ့အတူရောက်လာကြသူများကား လေးငါးယောက်တောင်။ သူတို့ပုံစံကတော့ ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်ပင်။

“ဆေးခန်းမှာပြတော့ သွေးလွန်တုပ်ကွေးတဲ့ဆရာ။ ဆေးရုံချက်ချင်းလာပါဆိုလို့”

ကလေးအမေဖြစ်သူကပြောသည်။ ကလေးကို စမ်းကြည့်မည်ပြုတော့ ခြေလက်တွေအေးစက်နေသည်ကို သတိပြုမိသည်။ သွေးဖိအားတိုင်းကြည့်တော့ သွေးလန့်ခြင်း (Shock) ပြင်းပြင်းထန်ထန်ဖြစ်နေသည့်သဘော။ ရောဂါရာဇဝင်ကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံမမေးအားဘဲ သွေးကြောရှာ၊ ဆေးသွင်း၊ သွေးဖောက် ဆက်တိုက်လုပ်ရသည်။ ဆရာဝန်တွေက ပျာယာခတ် လုပ်နေသလောက်လူနာရှင်က ခပ်အေးအေးပင်။

“ကဲ လူနာရှင်တွေ ခပ်အေးအေးလုပ်မနေနဲ့။ သွေးလှူရှင် ရှာ။ တယောက်ကို ချက်ချင်းထုတ်ပြီး သွေးရည်ကြည်ထည့်ထား။ ရတာနဲ့ သွင်းမယ်။ နောက်သုံးယောက်ကို သွေးလှူဖို့ အသင့်ပြင်ခိုင်းထား။ သွေးလွန်တုပ်ကွေးမှာက သွေးတွေအပြင်ကိုထွက်တာမဟုတ်လို့ သွေးရည်ကြည်ကိုပဲ ထည့်ရတယ်။ သွေးရည်ကြည်လည်း လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်မှ ကောင်းတယ်။ ဒါကြောင့်လိုတဲ့အချိန် ချက်ချင်းဖေါက်ယူလို့ရအောင် လုပ်ခိုင်းတာ”

ကလေး၏အခြေအနေမှာအားရဖွယ်သိပ်မရှိ။ အိမ်တွင် သုံးရက်ဖျားသည်။ သာမန်တုပ်ကွေးဘဲထင်၍ ဂရုမစိုက်။ ပေါ့ပေါ့ဆဆနေသည်။ ဆေးရုံမလာခင်နံနက်ရောက်တော့ ခြေလက်တွေ အရမ်းအေးစက်လာပြီး လူနာကလေးမှာ အရမ်းဂျီကျတတ်လာသည်။ မှိန်းလည်းမှိန်းသည်။ ထိုစဉ်မှာပင် သွေးဝမ်းတွေသွားသည်။ ညိုညိုတွေလည်းပါသည်။ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်သွေးတွေလည်းပါသည်။ သို့နှင့်ဆေးခန်းပြ၊ ဆေးခန်းက ဆေးရုံတက်ခိုင်း။ သို့နှင့်ပင် ဆေးရုံရောက်လာကြောင်း သိရသည်။ သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါပြင်းထန်လျှင် အစာလမ်းကြောင်းအတွင်း သွေးယိုစီးမှုများ၊ သွားဖုံးသွေးထွက်ခြင်း၊ နှာခေါင်းသွေးယိုခြင်းတွေဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ဤကလေးတွင် ကော်ဖီနှစ်ရောင်အန်ခြင်းမျိုးတော့ မရှိချေ။ သို့သော်သွေးဝမ်းတော့သွားသည်။ သွေးလွန်တုတ်ကွေးတွင် ဖြစ်လေ့ရှိသည်က ကတ္တရာကဲ့သို့ ဝမ်းမည်းမည်းသွားရမှာဖြစ်သည်။ ဤကလေးတွင်တော့ သွေးနီနီပါ သွားနေသည်။ ဒီအချက်က ထူးခြားသည်။ “သူ့အမေကလက်ကုတ်ပြီးတားလို့ဆရာ။ သူတို့မနေ့က ဆေးဆိုင်က စပ်ပေးလိုက်တဲ့ဆေးတွေ ကလေးကို တိုက်သေးတယ်။ ဘာဆေးတွေလည်းတော့မသိဘူး။ အဲဒါတွေကိုတိုက်ပြီး နံနက်ကျတော့ သွေးဝမ်းသွားတယ်ထင်တာပဲ။ ဆိုင်မဆိုင်တော့မသိဘူး။ အတတ်နိုင်ဆုံး ကုပေးပါဆရာ။ ကျမက အိမ်နီးချင်းပါ။ ကလေးက စကားသိပ်တတ်တာ။ ကျမက ကလေးမရှိတော့ သူ့ကိုပဲချစ်နေရတာ။”

အိမ်နီးချင်းတဦးသတင်းပေးကာမှ လူနာရှင်ပေးသော ရောဂါရာဇဝင်မှ မြုပ်ကွက်ကို သိတော့သည်။ ကျနော်တို့ဆီမှ လူများသည် ဆေးဆိုင်မှ စပ်ပေးသောဆေးကို ရဲရဲဝံ့ဝံ့သောက်ရဲသည့်နေရာတွင် နှစ်ယောက်မရှိ။ ဘာဖြစ်နေလို့ဟု ပြောပြကာ ဆေးဆိုင်က ထင်သလိုပေးသောဆေးကို သောက်တတ်ကြသည်။ ဘာမှမဖြစ်တော့လည်း ဘာမှမဖြစ်။ ဖြစ်သည့်အခါတွင်လည်း … ယခုကဲ့သို့ … ။

ဆေးရုံရောက်ပြီးနောက် နှစ်ကြိမ် သွေးဝမ်းဆက်သွားသည်။ အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားသော်လည်း အခြေအနေ့ ဆိုးသထက်ဆိုးလာသည်။ နံနက်တစ်နာရီတွင်ဆုံးသည်။ ကလေးတွေ ဖျားရင် ကိုယ့်ဖာသာ ဆေးတိုက်သူများအတွက် သင်ခန်းစာဟုဆိုနိုင်သည်။

သွေးလွန်တုပ်ကွေးဖြစ်ပါက ရောဂါ၏သဘောအရ အစာလမ်းကြောင်းတွင် သွေးယိုနိုင်သည်။ ထိုအချိန်တွင်အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး၊ ၎င်းနှင့်အာနိသင်ဆင်သော တိုင်းရင်းဆေးများ၊ အခိုးပွင့်ဆေးများ၊ ငန်းဆေးများသောက်လျှင် မြေနိမ့်ရာလှံစိုက်သကဲ့သို့ဖြစ်ကာ နဂိုသွေးစိမ့်နေရာမှ ဒလဟော အတားအဆီးမဲ့ ထွက်လာနိုင်သည်။ ဒီအခြေအနေ ကို ကလေးမိဘတိုင်း ကောင်းကောင်းသိသင့်သည်။

ဤဖြစ်ရပ်တွင် ဆုံးပါးရသောကလေးကို ရင်ခွဲလေ့လာသောအခါ ထင်ထားသည့်အတိုင်း အဆုတ်ရောင်ခြင်း၊ ရေဖျဉ်းဆွဲခြင်း၊ အသည်းကြီးခြင်း၊ သွေးယိုထွက်ခြင်း၊ ကျောက်ကပ်ပျက်ခြင်း၊ အူလမ်းကြောင်း တလျှောက် အူသိမ်မှ အူမကြီးအထိ သွေးယိုထွက်နေခြင်းတို့ကို တွေ့လိုက်ရသည်။ ထိုနေ့ညဂျူတီက လုံးဝမအိပ်လိုက်ရသည့်အပြင် ရင်ခွဲရုံတွင် ရင်ခွဲစစ်ဆေးနေရသည့်အတွက် နေ့လယ် ၁၁ နာရီမှ အိမ်ပြန်ခဲ့ရသော်လည်း အိပ်ချင်စိတ်မရှိ။ မိဘတွေအချစ်မတတ်သောကြောင့်၊ ကျန်းမာရေး အသိနိမ့်သောကြောင့် ကလေးတွေဒုက္ခမရောက်ပါစေနဲ့ဟူ၍သာ … ။ ■

မြတ်ထွဋ်ညွှန့် (ဆေး–၂)

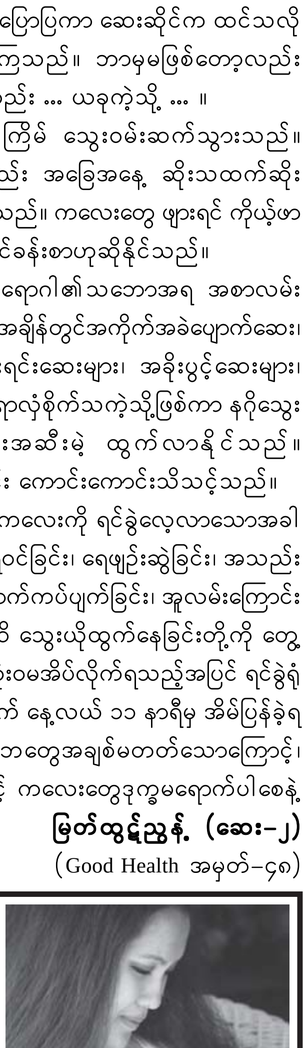
(Good Health အမှတ်–၄၈)

မိခင်နို့ချိုတိုက်ကျွေးခြင်းဟာ မိခင်အတွက်လည်းကောင်းကျိုးရှိနေ

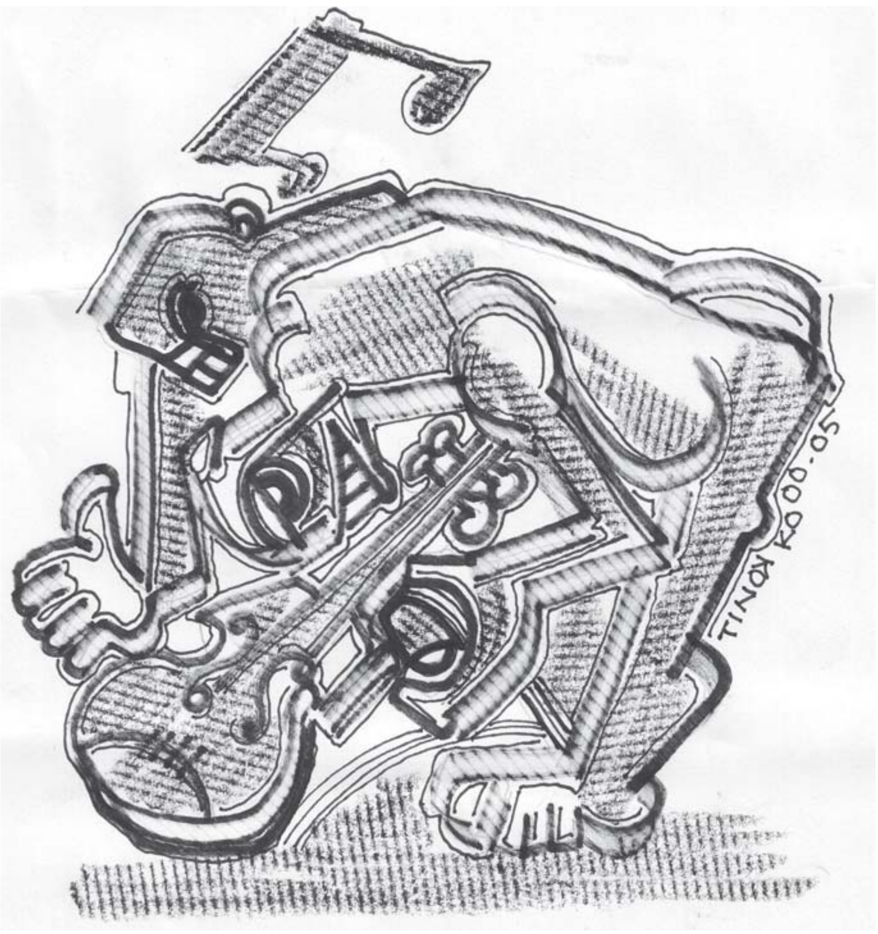
အမေရိကန်နိုင်ငံ ဟားဗတ် ဆေးပညာကျောင်းမှ သုတေသီတဖွဲ့ရဲ့လေ့လာချက်အရ မိခင်က နို့ချိုတိုက်ကျွေးခြင်းဟာ ကလေးရော မိခင်အတွက်ပါ ကောင်းကျိုးရှိနေပြီး တနှစ်ကြာ နို့တိုက်ပါက အမျိုးအစား–၂ ဆီးချိုရောဂါ အလားအလာကို မိခင်မှာ ၁၅ ရာခိုင်နှုန်း လျှော့ချပေးတယ်လို့ သိရပါတယ်။

နို့တိုက်ခြင်းရဲ့ အာနိသင်ဟာ နောက်ဆုံးကလေးမွေးဖွားပြီး ၁၅ နှစ် ကြာတဲ့အထိ ကာကွယ်မှု ပေးနေတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ သုတေသနရလဒ်ရဲ့အဆိုမှာ ကလေး ၂ ဦး ရယူပြီး တဦးစီကို တနှစ်ကြာ နို့တိုက်ခဲ့ပါက ဆီးချိုအလားအလာကို သုံးပုံတပုံအထိ လျှော့ချပေးတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ယခင်လေ့လာချက်များအရ နို့ချိုတိုက်ကျွေးခြင်းဟာ အင်ဆူလင်ဓာတ်အထိအတွေ့ကောင်းခြင်းနဲ့ အချိုဓာတ်ပြီးခြင်း သတ္တိတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ထိုအချက် ၂ခုစလုံးက ဆီးချိုကိုဟန့်တားပေးပါတယ်။ နို့တိုက်မိခင်များ အဆီကျ ကျန်းမာကြခြင်းမှာ နို့တိုက်ဖို့အတွက် မိခင်ရဲ့ခန္ဓာကိုယ်မှ တရက်ကိုပျမ်းမျှ ကယ်လိုရီ ၅၀၀ခန့်အသုံးပြုရတဲ့အတွက် ၎င်းပမာဏဟာ ၄မိုင်မှ ၅မိုင်အထိ ပြေးရခြင်းနဲ့ တူညီတဲ့အတွက်ကြောင့်လို့ ဆိုပါတယ်။

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီးက မိခင်တွေဟာ မွေးကင်းစကလေးကို ၆လခန့် နို့ရည်သက်သက်



တိုက်ကျွေးသင့်ပြီး နောက်ပိုင်းမှာ အခြားအစားအစာနဲ့အတူ ၂နှစ်ခန့်ဆက်လက်နို့တိုက်သင့်တယ်လို့ တိုက်တွန်းထားပါတယ်။ ■



မျောလွင့်နေတဲ့ဆန္ဒများရဲ့ ပွဲတင်သံ (သို့ မ ဟု တ်) ကြိုးမညှိရသေးတဲ့ဘဝများရဲ့ ဂီတသံစဉ်

မန်းလေပြေညှင်း (ဖွဲ့ကပင်)

❒ "ဆေးရုံကဆင်းဖို့ ဆရာဝန်ကို ပြောပေးပါ။ ဦးလေးရဲ့ဘဝ နောက်ဆုံးနေ့ဝင်ချိန်မှာ ရွာမှာပဲ ပြန်ပြီးခေါင်းချချင်တယ်၊ ဆရာရဲ့ ကျေးဇူးကိုမမေ့ပါဘူး"ဆိုပြီး မျက်ရည်ဖြိုင်ဖြိုင်ကျကာ ပြောဆိုခဲ့သည့် စကားသံများကို ကျနော့်ရင်ထဲမှာ ဘယ်တော့မှ မမေ့ပျောက်နိုင်ဘဲ ယနေ့ထက်ထိတိုင် အမှတ်ရနေဆဲပါ။

မိုးကောင်းကင်မှာ တိမ်မည်းကင်းစင်ပြီး နေသာတဲ့နေ့တနေ့မှာ ကျနော်သည် မယ်တော်ဆေးခန်း၏ အတွင်းလူနာဌာနသို့ အလုပ်သင် သူနာပြုတစ်ဦးအဖြစ် စတင်ရောက်ရှိခဲ့ပါသည်။ ဌာနတွင်းရှိ ကုတင်များပေါ်တွင် ဝေဒနာကို ကြိတ်မှိတ်ခံစားနေသူ၊ သတိလစ် မေ့မျောနေသူ၊ ဂယောင်ချောက်ချား ဖြစ်နေသူများနှင့် ပြည့်နှက်နေ၏။ ပြည်တွင်းမှ အားကိုးကြီးစွာဖြင့် လာရောက်ဆေးကုသမှု ခံယူကြသော သူတို့၏သွင်ပြင်၌ ဝေဒနာပျောက်ကင်းရန် ယုံကြည်ချက် မျှော်လင့်ချက်အပြည့်နှင့် ...။ အချို့မှာ ဝေဒနာမှသက်သာလာပြီး ဌာနေပြန်ရန် အထုပ်အပိုးပြင်သူကပြင်နေကြသည်။ ဌာနတွင်းရှိ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ အင်အားမှာလည်း ဆယ်ဦးထက် ကျော်မည်မထင်ပါ။ ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းဦးရေနှင့် လူနာဦးရေမှာ ကွာဟလွန်းလှသည်။ အို ယခုမှပင် သတိထားမိသည်။ အချို့သော ကုတင် တစ်လုံးနှင့် တစ်လုံးကြား၌ ဖျာများခင်းထားကာ နေရာချထားပေးသော လူနာများလည်း ရှိနေသေးသည်။ ဤလောက်များပြားသော လူနာဦးရေကို နေ့စဉ်ကြည့်ရှုရသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုကို ကျနော် ကိုယ်ချင်းစာနာမိသည်။ သို့သော်လည်း ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ မျက်နှာရိပ်တွင် ပင်ပန်းဟန်မပြ။ အစဉ်အမြဲ ပြုံးရွှင်နေသည်။ လူနာများအပေါ် စေတနာအပြည့်၊ မေတ္တာရေ့ထားကာ မိမိတို့၏ သွေးသားရင်းချာပမာ ပြုစုစောင့်ရှောက်နေကြသည်။ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ လူနာအပေါ်ထားရှိသော မွန်မြတ်သည့် စေတနာ၊ မေတ္တာစိတ်ကို ကျနော့်ရင်ထဲမှ ကြိတ်ကာ ချီးမွမ်းနေမိတော့သည်။

ဒီလိုနှင့်ပင် ကျနော်လည်း သူနာပြုတစ်ဦး၏ နေ့စဉ်ထမ်းဆောင်ရသော လုပ်ငန်းများအရ လူနာများ၏အခြေအနေကို လှည့်လည်ကြည့်ရှုရန်နှင့် ဆေးဝါးတိုက်ကျွေးရန် စတင်လုပ်ဆောင်ရတော့သည်။ လူနာတစ်ဦးစီ၏ ရောဂါအခြေအနေ တိုးတက်မှု၊ ဆုတ်ယုတ်မှုတို့ကို သေချာဂရုစိုက်ကာ မှတ်သားပြီး လိုအပ်သော ဆေးဝါးများကို တိုက်ကျွေးလေသည်။ တစ်နေရာအရောက်မှာတော့ ပါးရိုးများ ငေါထွက်ကာ နွမ်းနယ်နေသော မျက်နှာသွင်ပြင်၊ မှုန်မှိုင်းနေသော မျက်ဝန်းနှစ်စုံ၊ ခြောက်သွေ့နေသော နှုတ်ခမ်းဖျား၊ နံရိုးပဒေသာနှင့် ဗိုက်အနည်းငယ်ဖေါင်းကာ အရိုးပေါ်အရေတင်ပြီး အရောင်လွင့်နေသည့် အဝတ်အစားကို ဝတ်ဆင်ထားသော လူနာတစ်ဦးကို တွေ့လိုက်ရလေသည်။ ထိုလူနာ၏ ကုတင်နံပါတ်ကို ကြည့်ရှုလိုက်ရာ အောက်ခံအဖြူ စာရွက်အပေါ်၌ အနက်ရောင်စာလုံးဖြင့် (၁၆)ဟူသော ဂဏန်းကို ပလပ်စတစ်လောင်းကာ ကုတင်ဘေးရှိတိုင်၌ ချိတ်ဆွဲထားသည်ကို တွေ့လိုက်ရသည်။ နံဘေးရှိ ပစ္စည်းများထားသည့် ဗီဒိုပေါ်၌ ရေသန့်ဗူး၊ အချိုရည်ဗူး အနည်းငယ်နှင့် အင်မတိအင်မတန်မှ ဟောင်းနွမ်းနေသော အရောင်အဆင်းမရှိသည့် လွယ်အိတ်တစ်လုံးကိုပါ တင်ထားသည်။ ညာဘက်လက်တွင်လည်း ဆားရည်သွင်းကာ အလွန်တရာမှ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်နေသောဟန်ဖြင့် လဲ့လျောင်းနေလေသည်။ ကျနော်လည်း ထိုသူကို ဆေးဝါးတိုက်ကျွေးရန်အတွက် ထထိုင်ရန် ခွန်အားရှိမရှိကို အသာအယာပင် မေးမြန်းလိုက်သည်။ ထိုသူက မိမိအား ကူညီဖေးမလျှင် ထနိုင်ပါကြောင်း ဖျော့တော့သော လေသံဖြင့် ပြောဆိုလာရာ ကျွန်ုပ်လည်း အသာအယာပွေ့ထူပေးလိုက်သည်။ "ဟင်"ဆိုသည့် အာမေဋိတ်သံနှင့်အတူ ကျနော်အလွန်ပင် အံ့အားသင့်သွားမိသည်။ ထိုသူ၏ လည်ပင်း၌ရှိသော အကျိတ်ကြီးများမှာ အလွန်ပင်ကြီးမားလွန်းနေသည်။ လည်ပင်း၏ ဘယ်ဘက်ရော ညာဘက်တွင်ပါ ထွက်ပေါ်နေသော လင့်ကျိတ်ကြီးများမှာ အလွန်အံ့သြထိတ်လန့်ဖွယ်ရာပင် ...။ လဲလျောင်းနေစဉ်က ဂရုမပြုမိဘဲ၊ ယခုထိုင်လျက်အနေထားသို့ ရောက်မှပင် ဂရုပြုမိလေသည်။ ဆေးသောက်ရန် ဆေးလုံးများကို ပေးလိုက်ပြန်တော့ ကျနော်၏ လက်ဖဝါးပြင်ပေါ်မှ ဆေးလုံးများကို ညှိုးငယ်သော မျက်နှာဖြင့်ကြည့်ပြီး တစ်လုံးချင်းစီကို ပင်ပန်းကြီးစွာနှင့် အားယူကာ သောက်ချလေတော့သည်။ ဤကဲ့သို့ ပြုမူလိုက်ရသည်ကိုပင် ထိုလူမှာ အလွန်ပင်ပန်းသော အလုပ်တစ်ခုကို ပြုလုပ်လိုက်ရသည့်နှယ် ... ...။ ကျနော်လည်း လူနာကို ပြန်လည်လှဲလျောင်းစေပြီး ၎င်း၏အပါးမှ ထွက်ခွါလာစဉ် ထိုလူနာ၏ ကုတင်နံပါတ်ကို တစ်ခေါက်ပြန်လည် ကြည့်ရှုမိ၏။ ကုတင်နံပါတ်(၁၆) ...။

နှစ်ပါတ်ခန့် လွန်မြောက်လာသော ကာလတွင်း၌ ထိုလူနာမှာ ပို၍ပင် အားအင်ချိနဲ့လာသော သွင်ပြင်ကို တွေ့လိုက်ရသည်။ ဆီး၊ ဝမ်းကအစ မိမိကိုယ်တိုင် မလုပ်နိုင်တော့သော အခြေအနေသို့ပင် ရောက်ရှိနေလေပြီ။ ထိုလူနာကို လာရောက်ကြည့်ရှုသော ဆွေမျိုးသားချင်းဟူ၍လည်း မတွေ့ရ၊ အသိမိတ်ဆွေဟူ၍လည်း နတ္ထိ ...။ ထိုလူနာ နေထိုင်ရာဒေသကို မေးမြန်းပြန်တော့လည်း အလွန်ပင် ဝေးလံလွန်းလှပေသည်။ ထိုလူနာ၏ ရောဂါသတ်မှတ်ချက်မှာ လင့်အကျိတ်နှင့်ဆိုင်သော တီဘီဟု သိရသည်။ ခွန်အားမဲ့နေသော လူနာကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန်နှင့် သန့်ရှင်းမှု ပြုရန်အတွက် သီးသန့်ခန်းတွင်း၌ ရွှေ့ပြောင်းပေးလိုက်လေသည်။ ထိုအခန်းတွင်း၌ အခြား အသက်ရွယ်ကြီးရင့်သော လူနာတစ်ဦးလည်း ရှိနေသည်။ ထိုလူမှာလည်း ခွန်အားမဲ့ကာ ဆုတ်ယုတ်နေပြီး မလှုပ်မယှက် လဲလျောင်းနေရှာသည်။ ဆိတ်ငြိမ်နေသော သီးသန့်ခန်းလေးအတွင်းမှ မလှုပ်မယှက်ငြိမ်သက်နေသော လူနာနှစ်ဦး ...။ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများက ဆေးလာတိုက်လျှင် သောက်လိုက်သည်။ ရေချိုးပေးလျှင် ချိုးလိုက်သည်။ ထမင်းကိုတော့ တစ်ခါတစ်ရံတွင်မှ အနည်းငယ်သာ စားနိုင်ကြရှာသည်။

တစ်နေ့၌ အသက်ရွယ်ကြီးရင့်သောလူနာကို အပြင်သို့ ထုတ်လိုက်သည့်အတွက် ထိုလူသည် အခန်းတွင်း၌ ဘဝမျှော်လင့်ချက်အလင်းအရောင်များ မှုန်မှိုင်းနေသော မျက်နှာ အရိုးပေါ်တွင် အရေတင်နေသည့် ခန္ဓာကိုယ်ဖြင့် ဆိတ်ငြိမ်စွာ တစ်ဦးတည်း ကျန်နေခဲ့လေသည်။ မီးစာကုန်၊ ဆီခမ်းကာ ဘဝ၏ နောက်ဆုံးနေ့ဝင်ချိန်ကို စောင့်မျှော်နေရှာ သည်။ သို့သော်လည်း ထိုသူ၏ မျက်ဝန်းများတွင်းမှ "ဆန္ဒ"တစုံတရာကို ကျနော်တွေ့မိသွားသည်။ ဟုတ်သည် ... ဤအရာသည် ထိုလူနာအဖြစ်ချင်ဆုံးသော အရာတစ်ခုပင်။ သို့သော်လည်း လူနာသည် ၎င်း၏ဆန္ဒ တစ်စုံတရာကို နှုတ်ဖျားမှ တစ်လုံးတပါဒမှ မပြောဆိုသေးသဖြင့် ကျွန်ုပ်လည်း ထိုလူနာ၏ အဖြစ်ချင်ဆုံးသော ဆန္ဒကို သေချာစွာ မသိရှိနိုင်ခဲ့သေးပါ။ ဖြစ်နိုင်လျှင် ထိုလူနာကို သူ၏ဆန္ဒအား ထုတ်ဖေါ်ဖွင့်ဟပြောဆိုစေပြီး ကျနော်တတ်နိုင်သည့် အကူအညီအားလုံးကို ဖြည့်ဆည်းပေး လိုက်ချင်သည်။

တစ်ခုသောမနက်ခင်းကာလ၌ ကျနော်နှင့်အတူ အခြားသော ဆရာတစ်ဦးသည် ထိုလူနာကို ဆေးဝါးတိုက်ကျွေးရန် ရောက်ရှိလာသည်။ ဤတစ်ကြိမ်တွင် လူနာက သူ၏ရင်ထဲမှ ဆန္ဒကို ဖွင့်ဟ ပြောဆိုလိုက်သည်။ "အိမ်ပြန်ချင်တယ်" လို့ပြောတော့ ကျနော်တို့ တယောက်မျက်နှာတယောက် တိုင်ပင်မထားဘဲနှင့် အလိုလိုကြည့်လိုက်မိသည်။ "ရောဂါမပျောက်သေးဘဲနဲ့ အိမ်ကိုပြန်လို့ ဘယ်ရမှာလဲ ဦးလေးရယ်" "ရောဂါပျောက်အောင် ဆေးကိုပုံမှန်သောက်၊ အစားပုံမှန်စားပါ။ စိတ်ဓါတ်မကျပါနဲ့"....။ ဒီလောက်ပဲ ကျနော်ပြောနိုင်မည်ပေါ့။ ဒီထက်ပို၍လည်း ကျနော်ဘာများ တတ်နိုင်ပါ့မည်နည်း .....။

ထိုလူနာသောက်သုံးနေသော ဆေးဝါးမှာ လပေါင်းများစွာ သောက်သုံးရမည့်အပြင် ဆေး၏ဘေးထွက် ဆိုးကျိုးလည်း များသဖြင့် လူနာ၏စိတ်ဓါတ်ရေးရာကို များစွာကျဆင်းစေသည်။ ထို့အပြင် ထိုလူနာမှာ သီးသန့်ခန်းတွင်း၌ တစ်ဦးတည်းရှိနေခြင်း၊ လာရောက်ကြည့်ရှုသူ ဆွေမျိုး တစ်ဦးမှ မရှိခြင်းတို့ကြောင့်လည်း ပို၍ပင် ဆုတ်ယုတ်သွားလေသည်။ ထိုသူက ကျနော့်လက်ကိုဆွဲကာ သူဖြစ်ချင်သောဆန္ဒများကို ထုတ်ဖေါ်ပြောဆိုလာသောအခါ ......။

ခွန်အားမဲ့နေသည့်ကြားမှ နှုတ်ခမ်းမှထွက်လာသော စကားလုံးများ၊ အားကိုးတကြီးဖြင့် ကျနော့်လက်ကို ဆုပ်ကိုင်ကာ တောင်းပန်လာသော စကားလုံးများ၊ အမှန်တကယ်ဖြစ်ချင်နေသော သူ့မျက်ဝန်းတွင်းမှ "ဆန္ဒ"များ ... များပေါင်းများစွာနှင့်။ "ဟား ..."ဟု ကျနော်သက်ပြင်းချမိသည်။ ကျနော့်ရင်တွင်း၌ လုံးဝမချိပါချေ။ သို့သော်လည်း ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေတစ်ဦးမှ ရောက်မလာသောလူနာ၊ ခွန်အားဆုတ်ယုတ်နေသူ၊ ဝေးလံသောဒေသ၊ ရောဂါအတွက် ဆေးပတ်လည်အောင် သောက်ရန် လိုအပ်နေသူ။ ထိုလူနာကို ဆေးရုံမှ ဆင်းခွင့်ပြုရန်မှာ မဖြစ်နိုင်ပါ။ ဘယ်နည်းနှင့်မျှမဖြစ်နိုင်။ သို့သော်လည်း ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ ကျင့်ဝတ်အရ လူနာစိတ်ချမ်းသာစေရန် ဆရာဝန်ကို ပြောပေးပါမည့်အကြောင်း ကတိခံကာ ဆေးပုံမှန်သောက်ရန် အစားပုံမှန်စားရန် ပြောပြီး စိတ်မကောင်းခြင်းကြီးစွာဖြင့် အခန်းတွင်းမှ တစ်လှမ်းချင်း ထွက်လာလိုက်တော့သည်။

ထိုကိစ္စကို ကျနော်၏ အထက်ဆေးမှူးများထံ တင်ပြပြီးသောအခါ ထိုလူနာကို သေချာစွာ နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးပြီး အခန်းအတွင်းမှ ထုတ်ကာ နေရာတစ်နေရာ စီစဉ်ပေးလိုက်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှု၊ အစားသောက် မမှန်သည့်အတွက် အဟာရချို့တဲ့ကာ အားအင် ပြတ်လပ်ခြင်းတို့ကြောင့် ဆေးဝါးတစ်ခုတည်းဖြင့် မည်သို့မျှမရနိုင်ဘဲ တစ်ခုသောမနက်ခင်းအစောပိုင်း နေရောင်မပွင့်သေးသော အချိန်ကာလ၌ ထိုလူနာသည် ဆုံးပါးသွားရှာ၏။ ထိုလူနာအတွက် ကျနော်တို့အားလုံး စိတ်မကောင်းဖြစ်ကြရသည်။ မိမိ၏ဆန္ဒများ မပြည့်ဝဘဲ တိုင်းတပါးပြည်၌ ဆွေမသိ၊ မျိုးမသိ သေဆုံးသွားရရှာသည်။

သူ့ကဲ့သို့ပင် အမိမြေ၌ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်ချက် မပြည့်စုံ၍ တိုင်းတပါးသို့ လာရောက် ဆေးကုသရင်း အသက်သေဆုံးသွားရသောသူများ၊ တိုင်းတပါး၌ စီးပွားရှာပြီး ကျန်းမာရေးချို့တဲ့ကာ ဆွေမသိ မျိုးမသိ သေဆုံးသွားရသည့် လူနာများ မည်မျှရှိဦးမည်နည်း။

ကျနော်တို့ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ အနေဖြင့် လူနာများ၏ဝေဒနာကို ပျောက်ကင်းစေရန် တတ်နိုင်သမျှ ကုသပေးနိုင်သော်လည်း စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်မှု ပြဿနာများကိုတော့ လုံးဝ ပျောက်ကင်းရန်မှာ မတတ်သာပါ။ တစိတ်တဒေသလောက်သာလျှင် ပျောက်ကင်းရန် တတ်နိုင်ပေသည်။

ဤသို့ဆိုလျှင် ..... ကုတင်နံပါတ်(၁၆)မှ လူနာဖြစ်ချင်သော ဆန္ဒမျိုးသည် အခြားသောလူနာများတွင်လည်း ရှိနေနိုင်သည်။ မည်သူမဆို အိမ်ကိုတော့ ပြန်ချင်ကြသည်ပေါ့ ..။ ကျနော်တို့မှာလည်း .....။

"ဆေးရုံကဆင်းဖို့ ဆရာဝန်ကိုပြောပေးပါ ... ဦးလေးရဲ့ဘဝ နောက်ဆုံးနေ့ဝင်ချိန်မှာ ရွာမှာပဲ ခေါင်းချချင်တယ်။ ဆရာရဲ့ကျေးဇူးကို မမေ့ပါဘူး" အားကိုးတကြီး ဝမ်းနည်းစွာပြောဆိုလာတဲ့ အသံတွေ ... ဒီအသံတွေ ... ဒီအသံတွေကို ကျနော့်တစ်သက် မေ့ပျောက်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး ... ။■

(မယ်တော်ဆေးခန်း အတွင်းလူနာဆောင်မှ အမှန်တကယ် ဖြစ်ပျက်ခဲ့သော အကြောင်းအရာ တခု ဖြစ်ပါသည်။)

မန်းလေပြေညှင်း(ဖွဲ့ကပင်)

ဆက်လျှောက်

မြင့်အောင်သန့်

(၁)

❐ ငယ်ငယ်တုန်းက ရှစ်လနဲ့ စကား စပြောတယ်လို့ မိဘတွေက ပြောဖူးတယ်။ ဘယ်အရွယ်မှာ လမ်းစလျှောက်တယ် ပြောတာတော့ မကြားမိ။ တခြားကလေးတွေထက် လမ်းလျှောက်စောတာ သေချာမယ်ထင်တယ်။ လမ်းလျှောက်တာ အထုံပါလာသလား မပြောတတ်။ ခြေထောက်မှာ ဖွေ့မပါတာတော့ သေချာတယ်။

အရွယ်ရောက်တော့ ဟိုနားဒီနား လိုင်းကားမစီး၊ ဆိုက်ကားစီးတာ အကျင့်မလုပ်၊ လမ်းပဲလျှောက်တယ်။ တဦးဦးက ကိုယ့်ကိုကျော်တက်ရင် ပြန်ကျော်ပစ်လိုက်တယ်။ ကားမှတ်တိုင်မှာ စောင့်ရတာ စိတ်မရှည်။ စောင့်လေ့မရှိ၊ ခဏစောင့်လို့မှ ကားမလာရင် မစောင့်ဘဲ လမ်းလျှောက်တယ်။ လမ်းမှာကားလာရင် လက်တားပြီးစီးတယ်။ ရပ်မပေးမချင်း လမ်းလျှောက်တယ်။ နှစ်မှတ်တိုင် သုံးမှတ်တိုင်လျှောက်လို့ ကားမလာရင်တော့ မှတ်တိုင်မှာပဲ ကျောက်ချနေလိုက်တယ်။

(၂)

မြို့ထဲသွားရင် ပန်းဆိုးတန်းမှတ်တိုင်မှာ အမြဲဆင်းတယ်။ ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းလမ်းမှာ ဆင်းရင် ကမ်းနားလမ်းရောက်အောင် လျှောက်တယ်။ ကမ်းနားလမ်းမှာဆင်းရင် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းလမ်းထိအောင်လျှောက်တယ်။ တခါတလေ နှစ်ကြောင်းဖြစ်သွားတယ်။ စာအုပ်အဟောင်းတန်းရောက်တယ်။ စာအုပ်ဆိုင်တွေဝင်တယ်။ ဝယ်တဲ့အခါလည်းဝယ်တယ်။ မဝယ်ဖြစ်ရင်လည်း ဘယ်စာအုပ်က ဘယ်မှာရှိတယ်ဆိုတာ ကြည့်ထားတယ်။ ညောင်းရင် လက်ဖက်ရည်ဆိုင် ဝင်တယ်။ ရပ်ကွက်ဆိုင်လို လက်ဖက်ရည်မမှာဘဲ ထိုင်လို့မရ။ ဒါနဲ့ လက်ဖက်ရည်သောက်ရင်း အမောဖြေတယ်။

လမ်းလျှောက်တာနဲ့ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်ထိုင်တာ ဘယ်လိုဆက်စပ်သလဲဆိုတာ ဆရာဝန်ထက် ယုတ္တိဗေဒကျောင်းသားကပိုပြီးရှင်းပြနိုင်မယ် ထင်တယ်။

(၃)

ခင်ဗျားရော အသည်းကွဲပြီး မိုးရေထဲလမ်းလျှောက်ဖူးလား။ လျှောက်ဖူးရင် ပြောစရာမရှိတော့ပါ။

(၄)

ခြောက်တန်း ခုနစ်တန်းလောက်က ဒီဇင်ဘာအားကစားလဆို မနက်စောစော သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ထပြီးပြေးကြတယ်။ ပြေးလို့မောရင် လမ်းလျှောက်တယ်။ ခုခေတ်လို နာရီနှိုးစက်တွေ ဘာတွေမရှိ။ စောစောနိုးတဲ့သူက နှိုးကြေး။ ရပ်ကွက်ထဲမှာ အသုဘရှိရင် လာနှိုးမယ့်သူ မရှိတော့။ ပြေးရင်းလျှောက်ရင်း ကောင်မလေးတွေနဲ့ အဖွဲ့ကျလာပြီဆိုရင်တော့ ပျက်ရက်မရှိ။ သူရဲလည်းမကြောက်တော့။

တက္ကသိုလ်လေ့ကျင့်ရေးတပ်ဝင်တော့ ခရီးရှည်ထွက်ရတယ်။ တပ်ရင်းမှူးဆိုသူက မြေပုံအကြည့်မှားလို့ (၁၃)မိုင်လျှောက်ရမှာကို (၂၃)မိုင်လျှောက်လိုက်ရတယ်။ သေချင်စော်နံရော။ စခန်းချတဲ့ ဂျိုးဖြူကနေ တိုက်ကြီးကို (၇)မိုင်ဝေးတယ်။ ကျောင်းသားတွေ စစ်တပ်ထမင်းဟင်းစားတာ မ'ထိ'ဘူး။ တပတ်တခါတိုက်ကြီးကို လမ်းလျှောက်ပြီး ထမင်းသွားစားကြတယ်။ အသွားအပြန်ဆို (၁၄)မိုင်။ လမ်းလျှောက်ရတာ ခြေထောက်ညောင်းတယ်လို့ ညည်းညူမယ့်သူမရှိ။

(၅)တန်းစာမေးပွဲဖြေအပြီး အမေ့ရွာ ကျနော့်ဇာတိကို ဘကြီးနဲ့အလည်သွားတယ်။ ရွာကိုသွားမယ့်မြည်းလှည်းတွေက နေ့လည်(၂)နာရီဆို ဂိတ်သိမ်းပြီး။ ကားက ညနေ(၅)နာရီကျမှ ဆိုက်တယ်။ မြင်းလှည်းမရှိ။ ခရီးကမနီး(၇)မိုင်လောက်ရှိတယ်။ လမ်းလျှောက်တာကလွဲပြီး ရွေးစရာ မရှိတာမို့ လမ်းလျှောက်ကြတယ်။

(၅)

၁၉၈၈ ဒီမိုကရေစီအရေးတော်ပုံတုန်းက တနေ့(၁၁)မိုင်လောက်လမ်းလျှောက်ပြီး ဆန္ဒပြတယ်။ တပတ်လောက် ဆက်တိုက်ဖြစ်သွားတယ်။ ခံယူချက်တွေ ခံစားချက်တွေနဲ့ မောပန်းရမှန်းမသိ။ လမ်းလျှောက်ဆန္ဒပြတာ တခုတည်းတော့မဖြစ်နိုင်။ ကိုယ့်အကြောင်းနဲ့ကိုယ် အင်းစိန်တွဲဘက်ထောင် အဆောင်(၂)၊ အခန်း(၁၁)၊ ၈ပေ× ၁၁ပေ အခန်းထဲရောက်သွားတယ်။ တခန်းမှာ (၅)ယောက်ထားတယ်။ တယောက်လမ်းလျှောက်ရင် လေးယောက်က အခန်းအလယ်မှာစုပြီး ထိုင်ရတယ်။ တယောက်နားရင် တယောက်ပြောင်းပြီးလျှောက်တယ်။ ထောင်အာဏာပိုင်တွေ လျှောက်ခိုင်းလို့ လျှောက်တာမဟုတ်ဘူး။

သာယာဝတီထောင်ရောက်တော့လည်း အဆောင်ပတ်ပြီး လမ်းလျှောက်ကြတယ်။ နှစ်ယောက်တတွဲ သုံးယောက်တတွဲ လမ်းလျှောက်ရင်း စကားပြောရတာ ခေါင်းစဉ်မကျန်လောက်အောင်ပါပဲ။ ပြောစရာခေါင်းစဉ်မရှိတာနဲ့မသက်ဆိုင်ပါ။ ၁၉၉၄ အောက်တိုဘာ(၁၃)မှာ လွတ်ရက်စေ့လို့ ပြန်လွှတ်ပေးလိုက်တယ်။

(၆)

လမ်းချည်းလျှောက်နေရတာဆိုပြီး မဲဆောက်မြို့ကို တံတားအောက်က ကူးလာခြင်းမျိုးမဟုတ်။ ထိုင်းတွေက လမ်းမလျှောက်ဘူး။ လမ်းလျှောက်တာဗမာဆိုပြီး ရဲကဖမ်းတယ်တဲ့။ စက်ဘီးဝယ်တယ်။ စက်ဘီးနဲ့လည်း ဘယ်မှသိပ်ပြီး မသွားလာရဲ။ အိမ်ထဲမှာပဲ ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် လျှောက်နေရတယ်။ ဝပ်ထုံချိုင်းဘက် အိမ်ပြောင်းလိုက်တော့ ဒီကိစ္စ အဆင်ပြေသွားတယ်။ အဲဒီဘက်ကို ရဲတွေသိပ်မလာဘူး။

(၇)

သက်ရှည်ကျန်းမာတဲ့ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား အားကစားတွေထဲမှာ နှစ်ဆယ်ရာစု နှောင်းပိုင်းမတိုင်မီထိ အနှေးပြေး(Jogging)ကို လက်ခံကြတယ်။ နှစ်ဆယ်ရာစုနှောင်းပိုင်းမှာ လမ်းလျှောက်ခြင်းဟာ ကျန်းမာရေးနဲ့ အညီညွတ်ဆုံးလို့ ပြောင်းလဲလက်ခံလာကြတယ်။

လမ်းလျှောက်ခြင်းဟာ နှင်းလျှောစီးတာ၊ ကားပြိုင်မောင်းတာ၊ ဆိုင်ကယ်ပြိုင်မောင်းတာ၊ မြင်းစီးပြိုင်တာ၊ လက်ဝှေ့ထိုးတာ၊ စက်ဘီးစီးပြိုင်တာတွေလောက် အန္တရာယ်မများဘူး။ ကျန်းမာတယ်။ ဒါတွေကိုလည်း ဇနီးကို ရှင်းပြပြီးစည်းရုံးရတယ်။ သမီးကိုတော့ လမ်းလျှောက်ထွက်တိုင်း ငါးဘတ်တန် အအေးတဘူးနဲ့ မက်လုံးပေးတယ်။

(၈)

နေ့တိုင်းမဟုတ်တောင် တရက်ခြားလောက် မိသားစုတွေ လမ်းလျှောက်ဖြစ်ကြတယ်။ ဟုန်ဖွိုင်လမ်းကထွက်ရင် ဘတ်နှစ်ရာရှေ့လမ်းကပြန်ဝင်၊ ဘတ်နှစ်ရာရှေ့လမ်းကထွက်ရင် ဟုန်ဖွိုင်လမ်းက ပြန်ဝင်တယ်။ တပတ်လောက်ပတ်မိဖို့ တနာရီလောက်အချိန်ယူရတယ်။

တနေ့လုံးအညောင်းထိုင်ထားသမျှ အညောင်းအညာလည်းပြေတယ်။ စိတ်ဖိစီးမှုတွေလည်းလျော့တယ်။ ကိုယ်လက်ပေါ့ပါးတယ်။ စားဝင်အိပ်ပျော်တယ်။ စိတ်လွတ်လပ်တယ်။ လေကောင်းလေသန့်ရှူရှိုက်ရတယ်။ လမ်းလျှောက်ထွက်တိုင်း ဇနီးကိုသတိပေးသလို ဇနီးကလည်း သတိပေးတယ် စတုတ္ထတန်းတက်နေတဲ့ သမီးကတောင် သတိပေးတတ်နေပြီ။ UN လက်မှတ်ပါလား၊ ဖုန်းပါလား၊ ပါရင် ... ဆက်လျှောက်။ ■

မြင့်အောင်သန့်

နယ်စပ်ဒေသကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု

ကိုယ်ဝန်ဆောင်နဲ့သားဖွားပြီးစ အမျိုးသမီးများ သွေးခဲခြင်းအန္တရာယ်နဲ့ရင်ဆိုင်နေရ

ကိုယ်ဝန်ဆောင် မိခင်တွေဟာ သေစေနိုင်တဲ့ သွေးခဲခြင်းအန္တရာယ်ကို ကာကွယ်နိုင်ဖို့အတွက် အိပ်ရာမှထကာ လမ်းလျှောက်ပေးရမည်ဖြစ်ကြောင်း ဆရာဝန်များက အကြံပြု ပြောကြားပါတယ်။ သွေးခဲခြင်းဟာ လေးကြိမ်အထက် မီးဖွားဖူးတဲ့ ကိုယ်ဝန်ဆောင်တွေနဲ့ သားဦးကိုယ်ဝန်ဆောင်တွေမှာ အဖြစ်များကြောင်း နှစ်သုံးဆယ်ကြာ လေ့လာမှုအရ သိရပါတယ်။

မာရိုဆေးခန်းမှ သုတေသီတွေက ၁၉၆၆ခုနှစ်မှ ၁၉၉၅ ခုနှစ်အတွင်း အော်မ်စတက်နိုင်ငံမှာ နေထိုင်တဲ့ ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီး ၅၀၀၀၀ရဲ့ မှတ်တမ်းတွေကို လေ့လာကြည့်ရှုခဲ့ကြပါတယ်။ သုတေသီတွေက ခြေထောက်သွေးကြောတွေမှာ သွေးခဲခြင်းနဲ့ အဆုတ်သွေးကြောတွေမှာ သွေးခဲခြင်းတွေကို အာရုံစိုက် လေ့လာခဲ့ကြကြောင်း သိရပါတယ်။ သုတေသီတွေက အသက်အရွယ်တူအုပ်စုခွဲပြီး နှိုင်းယှဉ်လေ့လာကြည့်ရာမှာ လွန်ခဲ့တဲ့သုံးလက မွေးဖွားခဲ့တဲ့သူဟာ ကိုယ်ဝန်မဆောင်ဖူးတဲ့သူထက် သွေးခဲခြင်း အန္တရာယ် လေးဆခန့် ပိုမိုဖြစ်ပွားနိုင်ကြောင်း သိရပါတယ်။

သားဖွားပြီးစမိခင်သစ်များဟာ ဖြစ်နိုင်ရင်အိပ်ရာထဲမှာမနေဘဲ လမ်းများများလျှောက်ပေးရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အိပ်ရာပေါ်မှာနားနေရပါက သွေးလည်ပတ်မှုရှိစေဖို့အတွက် ခြေထောက်နှိပ်နယ်တဲ့ ကရိယာတွေထားရှိ ပေးရမှာဖြစ်ကြောင်း ဆရာဝန်တွေက အကြံပြု ပြောကြားပါတယ်။ အထူးသဖြင့်အဝလွန်ကဲသူများ၊ သွေးခဲတဲ့မျိုးရိုးရှိသူများ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် ကြာမြင့်စွာ အိပ်စက်အနားယူသူများမှာ ပိုပြီးအန္တရာယ်ရှိကြောင်း သိရပါတယ်။

ခြေထောက်သွေးခဲတာဟာ လေယာဉ်အကြာကြီးစီးတဲ့အတွက် ဖြစ်ပွားတဲ့ရောဂါလို့အသိများကြပြီး တနှစ်ကို အမေရိကန်လူမျိုး (၂) သန်းခန့် အဖြစ်များကြပြီး အမေရိကန်လူမျိုး(၂)သိန်းခန့်ဟာ နှစ်စဉ် အဆုတ်ဆိုင်ရာရောဂါများကြောင့် သေဆုံးရကြောင်းသိရပါတယ်။ ■

Ref: AP

ငှက်ဖျားဆေးအတုကြောင့် ငှက်ဖျားရောဂါထိန်းချုပ်မှုကျဆင်းနိုင်

ဆေးဝါးအတုထုတ်လုပ်တဲ့ နည်းပညာအသစ်တွေကြောင့် နှစ်စဉ်လူ့အသက်ထောင်ပေါင်းများစွာကို ကယ်တင်နေတဲ့ ငှက်ဖျားတိုက်ဖျက်ရေးဆေးတွေဟာ အသုံးမဝင်တော့တဲ့အဖြစ်ကို ရောက်ရှိလာနေပြီလို့ သိရပါတယ်။ ဆေးဝါးအတု ထုတ်လုပ်သူတွေဟာ ငှက်ဖျားရောဂါကို ခုခံကာကွယ်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်ကျဆင်းစေတဲ့ ဆေးဝါးအတုတွေကို အရှေ့တောင်အာရှမှာ ပုံစံအမျိုးမျိုးနဲ့ ထုတ်လုပ်နေကြတာကို ကျွမ်းကျင်သူတွေက တွေ့ရှိခဲ့ကြပါတယ်။

ငှက်ဖျားရောဂါဆေးတွေကို အာတီမီဆီနင် (Artemesinin) ခေါ် တရုတ်ပရဆေးပင်တပင်ရဲ့ ဒြပ်ပေါင်းတွေအပေါ် အခြေခံပြီး ထုတ်လုပ်တာဖြစ်ပါတယ်။ ယင်းငှက်ဖျားဆေးတွေဟာ လူ့အသက်ကို အန္တရာယ်အပြုနိုင်ဆုံးဖြစ်တဲ့ ငှက်ဖျားပိုးတွေကိုပင် ခုခံနိုင်စွမ်းမရှိအောင်နှိမ်နင်းနိုင်တဲ့ ဈေးနှုန်းသက်သာတဲ့ ဆေးတွေပဲဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီဆေးတွေဟာ ကမ္ဘာမှာ နှစ်စဉ်လူတသန်းကျော်ကို သေစေတဲ့ ငှက်ဖျားရောဂါကို တိုက်ဖျက်ရာမှာ အရေးပါတဲ့ ဆေးဝါးဖြစ်နေပါတယ်။

ဆေးအတုထုတ်လုပ်သူတွေ ထုတ်တဲ့ ဆေးဝါးအတုတွေမှာတော့ ဖါလ်စီပါရမ်ခေါ် ငှက်ဖျားပိုးကို သေစေနိုင်တဲ့ ထိရောက်တဲ့ ဆေးအမယ် လုံလုံလောက်လောက် မပါရှိပါဘူး။ အဲဒါကြောင့် အဆိုပါ ဆေးတွေကိုစားသုံးခြင်းဖြင့် ငှက်ဖျားရောဂါ ပိုးတွေကို ပိုမိုကြီးထွားလာစေပါတယ်။

အရှေ့တောင်အာရှမှာ အခြေစိုက်တဲ့ အောက်စဖို့ဒ်တက္ကသိုလ်က ငှက်ဖျားရောဂါကျွမ်းကျင်သူတဦးဖြစ်သူ ပေါလ်နယူတန်က “ဒီအဖြစ်ဟာ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ငှက်ဖျားရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးအတွက် အန္တရာယ်ဆိုးတခုပါပဲ” လို့ပြောဆိုခဲ့ပါတယ်။ ဆက်လက်ပြီး ပေါလ်နယူတန်က “ကျနော်တို့ဟာ ဘယ်လိုနည်းနဲ့မှ ကုသလို့ မရနိုင်တဲ့ ငှက်ဖျားရောဂါမျိုးတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်လာရနိုင်တယ်” လို့ပြောဆိုပါတယ်။

မကြာသေးမီကပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ လေ့လာမှုတခုအရ လာအို၊ ကမ္ဘောဒီးယားနဲ့ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတွေမှာ ရောင်းချနေတဲ့ အာတီဆူနိတ် (Artesunate) ငှက်ဖျားတိုက်ဖျက်ရေး ဆေးဝါးတွေရဲ့ ထက်ဝက်ဟာ ဆေးအတုတွေဖြစ်နေတာကို တွေ့ခဲ့ရတယ်။ ဆေးအတုလုပ်သူတွေဟာ အာတီဆူနိတ်ဆေးရဲ့ မှန်ကန်မှုကို စစ်ဆေးတဲ့အခါမှာ ဆေးအတုမှန်းမသိရှိအောင် ထုတ်လုပ်တဲ့ ဆေးအတုတွေထဲမှာ ဆေးရဲ့ သတ္တိကိုပြတဲ့ အမယ်အနည်းငယ်ကိုသာ ထည့်သွင်းထားတတ်ကြတယ်လို့သိရပါတယ်။

သိပ္ပံပညာရှင်တွေက ငှက်ဖျားရောဂါပိုးတွေဟာ အရှေ့တောင်အာရှမှာ ထုတ်လုပ်တဲ့ အာတီမီဆီနင် အခြေခံဆေးတွေရဲ့ အာနိသင်ကိုတွန်းလှန်နိုင်ခဲ့လို့ရှိရင် ကမ္ဘာ့အခြားဒေသတွေမှာပါ အဲဒီလို ဖြစ်လာမှာကို စိုးရိမ်နေကြတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ■

Ref: BBC

တရုတ်နိုင်ငံက လူကိုကူးစက်စေတဲ့ ကြက်၊ ငှက်တုပ်ကွေးရောဂါ ဆေးဝါးတမျိုးကိုထုတ်လုပ်နိုင်ပြီဖြစ်ကြောင်းပြောကြား

တရုတ်နိုင်ငံကျန်းမာရေး သုတေသနပညာရှင်များက လူကို ကူးစက်ဖြစ်ပွားတဲ့ ကြက်၊ ငှက်တုပ်ကွေးရောဂါအတွက် Tamiflu ဆေးဝါးသစ်တမျိုးကို ပြည်တွင်းမှာ ထုတ်လုပ်နိုင်ပြီဖြစ်ကြောင်းနဲ့

ထိုဆေးဝါးအတွက် လက်တွေ့စမ်းသပ်မှု ပြုလုပ်ရန်သာ လိုတော့ကြောင်း ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ အဆိုပါ ကြက်၊ ငှက်တုပ်ကွေးဆေးဝါးအတွက် စမ်းသပ်မှုများကို ၂၀၀၄ခုနှစ် က စတင် ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး ယခုအခါ တရုတ်နိုင်ငံ အစားအစာနဲ့ ဆေးဝါးစီမံကွပ်ကဲမှုရဲ့ အတည်ပြုချက်ရရှိခဲ့ပါက လူတွေမှာလက်တွေ့စမ်းသပ်ကုသပေးတော့မှာ ဖြစ်ကြောင်း တရုတ်နိုင်ငံရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနဲ့ကာကွယ်ရေးဌာန (CC CDCP)မှ ညွှန်ကြားရေးမှူးဝန်ယုက ပြောကြားပါတယ်။

မစ္စတာဝန်ယုက “ကျနော့်အနေနဲ့ ဒီဆေးကိုလူတွေဆီမှာ စမ်းသပ်တဲ့အခါ ရောဂါကို ကာကွယ်ဖို့နဲ့ ရောဂါဆက်လက်မပြန့်ပွားအောင် ထိန်းချုပ်နိုင်ဖို့အတွက် အကျိုးသက်ရောက်မှုတွေ အများကြီးရှိနိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်”လို့ တရုတ်၊ ထိုင်း၊ ဗီယက်နမ် သုံးနိုင်ငံ အလုပ်ရုံ ဆွေးနွေးပွဲတခုမှာ ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ ■

Ref: Xinhua

တီဘီရောဂါရှိ/မရှိစစ်ဆေးမှု လူ့အသက်များစွာကို ကယ်တင်နိုင်

တီဘီရောဂါဟာ ကမ္ဘာပေါ်မှာ လူအများဆုံးသေစေတဲ့ရောဂါတခုဖြစ်တယ်။ အခုအသစ်ထွက်ပေါ်လာတဲ့ ရောဂါအမျိုးအစားခွဲခြားနည်းဟာ ကူးစက်ခံထားရတဲ့ အဆုတ်တီဘီရောဂါကို ဖော်ထုတ်စစ်ဆေးနိုင်ပြီး လူ့အသက်သန်းပေါင်းများစွာကို ကယ်တင်နိုင်ပြီဖြစ်ပါတယ်။ ဒီစမ်းသပ်ခွဲခြားနည်းသစ်ကို လန်ဒန်အင်ပီးရီးယဲကောလိပ်မှာ စမ်းသပ်ပြုလုပ်ခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။

ရောဂါပိုးအမျိုးအစား ခွဲခြားနည်းသစ်ကတော့ ရောဂါပိုး နမူနာကို အထူးပြုလုပ်ထားတဲ့ ဆေးရည်ထဲမှာ ပွားများစေပြီး ၎င်းပိုးတွေကို ခေတ်မီဆန်းသစ်တဲ့ အဏုကြည့် မှန်ပြောင်းနဲ့ သရုပ်ခွဲ လေ့လာပါတယ်။ တီဘီရောဂါပိုးကို ရက်ပိုင်းအတွင်းမှာပဲ ခွဲခြားသိရှိနိုင်ပြီး တခါတရံမှာသာ ရက်သတ္တပတ်အထိ ကြာမြင့်တတ်ပါတယ်။

ဒီစစ်ဆေးစမ်းသပ်နည်းဟာ တီဘီရောဂါပိုးကို ပိုပြီးမြန်ဆန်စွာရှာတွေ့စေနိုင်တဲ့အပြင် လေ့လာသူ ဆရာဝန်များအနေနဲ့ ရောဂါ

ပိုးများ မွေးမြူပွားများထားရာ ကြားခံဆေးရည်ထဲကို ဆေးမျိုးစုံထည့်ပြီး ဘယ်ဆေးအမျိုးအစားက ရောဂါပိုးကို ထိထိရောက်ရောက် သတ်ဖြတ်နှိမ်နင်းစေတယ် ဆိုတာကိုပါ လေ့လာနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနည်းဟာ တီဘီရောဂါပိုးက ဆေးကို ယဉ်ပါးတဲ့ ပြဿနာကိုလည်း ဖြေရှင်းပေးနိုင်မယ့် အရေးကြီးတဲ့နည်းဖြစ်ပါတယ်။

ကမ္ဘာပေါ်မှာ နှစ်စဉ် လူ(၂) သန်းလောက်ဟာ တီဘီရောဂါဖြစ်ပွားနေပြီး ရောဂါရှာဖွေမတွေ့ရှိခြင်းကြောင့် မသေဆုံးသင့်ဘဲ သေဆုံးနေကြရတယ်။ ဒါဟာ ဝမ်းနည်းစရာကောင်းတဲ့ကိစ္စတခုဖြစ်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ တီဘီရောဂါဆိုတာ လုံးဝပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်တဲ့ ရောဂါတခုဖြစ်ပါတယ်။ ပီရူးနိုင်ငံ၊ လီမာမြို့မှာစတင်ပြုလုပ်ခဲ့တဲ့ ဒီစမ်းသပ်မှုဟာ အခြားသော စမ်းသပ်မှု(၁၂၀၀)နဲ့အတူ ဆေးပညာတီထွင်မှုဆု(၂၀၀၅)ခုနှစ်ကို ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတွေ့ရှိမှုဟာ ၁၉၂၈ခုနှစ်က ပင်နီဆလင်ကို အလက်ဇန္ဒားဖလဲမင်း စတင်တွေ့ရှိခဲ့သလို အလားတူတွေ့ရှိမှုပါပဲ။ တီဘီရောဂါ ကုသတဲ့ဆေးတွေဟာ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း(၄၀)တုန်းက ဖော်ထုတ်ခဲ့တဲ့ ဆေးဝါးတွေဖြစ်ပြီး တီဘီရောဂါအတွက် စမ်းသပ်ရှာဖွေနည်းမှာလည်း ၁၈၈၀ပြည့်လွန်နှစ်များက ဖော်ထုတ်ခဲ့တဲ့နည်းကို ကျင့်သုံးနေရတုန်းဖြစ်ပါတယ်။ ■

Ref: Health Digest

လမ်းလျှောက်ခြင်းမှာ ဘ၀ (၃) နှစ် ဘ၀သက်တမ်းကို (၃) နှစ်ပိုရှည်စေနိုင်

လမ်းလျှောက်ခြင်းလုပ်တဲ့လူတွေဟာ ၎င်းတို့ရဲ့ဘ၀သက်တမ်းကို (၃) နှစ် ပိုရှည်စေမှာဖြစ်ပြီး နေ့စဉ် နာရီဝက်ခန့် လမ်းလျှောက်ခြင်းက နှလုံးကိုပိုမိုအားကောင်းစေနိုင်တယ်လို့ လေ့လာမှုတရပ်က ဖော်ထုတ်တင်ပြထားကြောင်း သိရပါတယ်။ "လေ့ကျင့်ခန်းပုံမှန် ပြုလုပ်ခြင်းက ဘ၀သက်တမ်းကို (၃)နှစ်ပိုရှည်စေနိုင်ပါတယ်။ လေ့ကျင့်ခန်းက သိပ်ခက်ခက်ခဲခဲတော့မဟုတ်ပါဘူး။လမ်းလျှောက်ရုံပါပဲ။"ဟု ဒေါက်တာအော်စကာ ဖရန်ကိုက ပြောကြားပါတယ်။

သုတေသီများဟာ ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းပုံ နိမ့်၊ မြင့်၊ အလယ်ဆိုပြီး သုံးမျိုးခွဲခြားကာ လူ(၄၁၂၀)ဦးကို လေ့လာခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရပါတယ်။ စစ်တမ်းမှာအပျော်တမ်း ပါဝင်သူများဟာ နေ့စဉ်ကိုယ်လက် လေ့ကျင့်ခန်းမျိုးစုံကို ပြုလုပ်ကြပြီး ၎င်းတို့ရဲ့နှလုံးမှ ပုံမှန်တုန့်ပြန်ပုံတွေကို သုတေသီတွေက မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ကြတယ်လို့ သိရပါတယ်။ လေ့ကျင့်ခန်းကောင်းစွာပြုလုပ်သူတွေဟာ လေ့ကျင့်ခန်း မလုပ်သူတွေထက် ဘ၀သက်တမ်း (၅၀)မှာ ၁.၅နှစ် ပိုရှည်လာကြောင်း တွေ့ရပါတယ်။ လေ့ကျင့်ခန်း ပြင်းပြင်းထန်ထန် ပြုလုပ်သူတွေဟာ သက်တမ်း ၃.၅နှစ် ပိုရှည်လာတာကို တွေ့ရပါတယ်။

လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်သူတွေဟာ နှလုံးရောဂါ ဖိစီးမှုမှ ကင်းဝေးစေမှာဖြစ်ကြောင်း သိရပါတယ်။ အဓိကကျတဲ့ လေ့ကျင့်ခန်း ကတော့ တပတ်ကို အနည်းဆုံး(၅)ရက်၊ တနေ့ကိုအနည်းဆုံး နာရီဝက်ခန့်လမ်းလျှောက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရပါတယ်။ ■

Ref: 7 Days News

တုပ်ကွေးရောဂါကိုအိမ်ထောင်ရေးအဆင်ပြေသူများပိုခံနိုင်ရည်ရှိ

ကမ္ဘာပေါ်မှာအဖြစ်အများဆုံး ယာယီရောဂါဖြစ်ပြီး အအေးမိခြင်းကြောင့်ဖြစ်တဲ့ တုပ်ကွေးအဖျားရောဂါကို အိမ်ထောင်ရေး အဆင်မပြေသူ၊ ကွာရှင်းပြတ်စဲထားသူများထက်စာရင် သာယာပျော်ရွှင်တဲ့ အိမ်ထောင်ရေးအဆင်ပြေသူများက ပိုပြီး ခံနိုင်ရည်ရှိကြောင်း ဗြိတိန်နိုင်ငံ ဘာမင်ဂန်တက္ကသိုလ်က ပြုလုပ်တဲ့ သုတေသနတရပ်မှာ ရှာဖွေတွေ့ရှိတယ်လို့သိရပါတယ်။

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းကိုဝင်ရောက်လာတဲ့ အအေးမိရောဂါ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကို တန်ပြန်ခုခံကာကွယ်နိုင်တဲ့ သွေးကြောများ အတွင်းမှ ရောဂါချေဖျက်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်ကို တိုင်းတာတဲ့အခါ ပျော်ရွှင်တဲ့အိမ်ထောင်ရေးကို ပိုင်ဆိုင်သူတွေမှာ ထိုစွမ်းရည်ပိုပြီး မြင့်မားတဲ့ အကြောင်း သုတေသနပညာရှင်တွေက တွေ့ရှိခဲ့ကြပါတယ်။

တကိုယ်ရေသမားများ၊ အိမ်ထောင်ကွဲများနဲ့ မုဆိုးဖို၊ မုဆိုးမတွေမှာ တုပ်ကွေးရောဂါကို တန်ပြန် ခုခံကာကွယ်နိုင်တဲ့ဓာတ်တွေ ပိုပြီးနည်းပါးတယ်လို့ အဆိုပါသုတေသန အဖွဲ့ရဲ့ ဥက္ကဋ္ဌဖြစ်သူ ဒေါက်တာအန်နာဖိလစ်က ဆိုပါတယ်။

ဗြိတိန်နိုင်ငံမှာ နှစ်စဉ် တုပ်ကွေးအဖျားရောဂါကြောင့် လူထောင်ပေါင်းများစွာသေဆုံးလျက်ရှိပြီး ဗြိတိန်လူဦးရေရဲ့ ၁၀ရာခိုင်နှုန်းမှ ၁၅ရာခိုင်နှုန်းဟာ နှစ်စဉ်တုပ်ကွေးမိလျက်ရှိပါတယ်။ တုပ်ကွေးကူးစက်တဲ့နှုန်းဟာ အလွန်လျင်မြန်ပြီး တုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားစေတဲ့ ဗိုင်းရပ်စ်တွေဟာ ၁၂ နာရီအတွင်း နှာခေါင်းနဲ့ လည်ချောင်းမှာရှိတဲ့ ဆဲလ်ပေါင်း (၁) သန်းအထိ ပျံ့နှံ့နိုင်တယ်လို့ သိရပါတယ်။ နှာတချက်ချေလိုက်ရင်ပဲ တုပ်ကွေးရောဂါပိုး(၁)သန်းခန့် လေထုထဲကိုပျံ့နှံ့သွားတတ်ကြောင်း ယင်းသုတေသနပညာရှင်တွေက ဆိုပါတယ်။ ■

Ref: BBC

ဘလိတ်ဓားမှတဆင့် အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ/အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါပိုး ကူးစက်မှုနှုန်းနည်းပါး

အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ/ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါပိုးဟာ ဘလိတ်ဓားက တဆင့် ကူးစက်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့ ထင်မြင် ယူဆချက်ဟာ များစွာ မှားယွင်းကြောင်း UNAIDS မှ အစီအစဉ် အကြံပေးအရာရှိ ဒေါက်တာစစ်နိုင်ကပြောကြားပါတယ်။ အခုနောက်ပိုင်း ဆံပင်ညှပ်ရာမှာ တခါသုံးဘလိတ်ဓား အသုံးပြုတဲ့ ဆိုင်တွေမှာသာ ဆံပင်ညှပ်ကြပြီး အခြားသူညှပ်ရာမှာ အသုံးပြုပြီးသား ဘလိတ်ဓားနဲ့ ဆံပင်ညှပ်ပါက ရောဂါပိုးကူးစက်နိုင်တယ်ဆိုပြီး လက်ခံကျင့်သုံးနေကြတာကို တွေ့ရတယ်လို့ဆိုပါတယ်။

"ဘလိတ်ဓားကတဆင့် ကူးစက်တာမျိုး မရှိပါဘူး၊ ဖြစ်နိုင်ဖို့ရာခိုင်နှုန်း အလွန်နည်းပါးပါတယ်။ လူ့အရေပြား ပွန်းရုံလောက်နဲ့ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး မကူးစက်နိုင်ပါဘူး"လို့ ဒေါက်တာစစ်နိုင်က ရှင်းပြပါတယ်။ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးဟာ လူ့အရေပြားကို ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်နိုင်စွမ်းမရှိတဲ့ အပြင်ပြင်ပမှာ အချိန်ကြာမြင့်စွာ မနေနိုင်ဘဲ သေဆုံးကြောင်း သိရှိရပြီး ဆံပင်ညှပ်ရာမှာ ဘလိတ်ဓားမှတဆင့် ကူးစက်တဲ့နှုန်းဟာ (၁) ရာခိုင်နှုန်း ခန့်သာရှိတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

အဆိုပါရောဂါပိုးဟာ လိင်အပျော်အပါးလိုက်စားခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါး သုံးစွဲခြင်းနဲ့ လိင်တူဆက်ဆံခြင်းတွေက တဆင့် အများဆုံးကူးစက်နိုင်ပြီး သွေးသွင်းခြင်းတွေကတဆင့်လည်း ကူးစက်နိုင်သေးကြောင်း ဒေါက်တာစစ်နိုင်ကထပ်မံရှင်းပြပါတယ်။

ဆံသဆိုင်တွေဟာ အခုနောက်ပိုင်း သူတို့ရဲ့ဆိုင်တွေကို လူတွေ ဆံပင်လာညှပ်တဲ့အခါမှာ အဆင်ပြေစေဖို့ တခါသုံး ဘလိတ်ဓားတွေကိုသာ အသုံးပြုကြပြီး ဆိုင်အဝင်တံခါးဝတွေမှာလည်း ကြော်ငြာတွေ ကပ်ထားတာကို တွေ့ရပါတယ်။ ■

Ref: The Flower News

မြန်မာကလေးငယ်များရဲ့ကျန်းမာရေးအတွက် ဂျပန်အစိုးရက ဒေါ်လာ ၃၈သိန်း လှူဒါန်း

၂၀၀၆ခုနှစ်မှာ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ/အေအိုင်ဒီအက်စ်၊ ငှက်ဖျားရောဂါကာကွယ်တားဆီးရေးလုပ်ငန်းများနဲ့ ကလေးသူငယ်များကို ကာကွယ်ဆေးတိုက်ကျွေး ထိုးနှံရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ဖို့အတွက် အမေရိကန်ဒေါ်လာ (၃၈)သိန်းကို ဂျပန်အစိုးရက မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ ကလေးများရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (ယူနီဆက်)သို့ ပေးအပ်လှူဒါန်းခဲ့ကြောင်း သိရပါတယ်။

အဆိုပါ အလှူငွေပေးအပ်ခြင်း သဘောတူစာချုပ်ကို မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ ဂျပန်သံအမတ်ကြီး မစ္စတာနော်ဘူတာကဲအိုဒါနိုးနဲ့ မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ ယူနီဆက် ဌာနေကိုယ်စားလှယ် မစ္စကယ်ရော်စီလောင်းက ဆီဒိုးနားဟိုတယ်မှာ နိုဝင်ဘာလ (၉)ရက်

နေ့က လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ကြကြောင်း သိရပါတယ်။

"မြန်မာကလေးသူငယ်တွေရဲ့ အသက်အန္တရာယ်ကို ခြိမ်းခြောက်နေတဲ့ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ၊ ငှက်ဖျားရောဂါ၊ ဝက်သက်ရောဂါနဲ့ အခြားရောဂါတွေ၊ ပြီးတော့ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး ကာကွယ်နိုင်တဲ့ ရောဂါတွေအတွက် အခုရရှိတဲ့ အလှူငွေတွေကများစွာ အထောက်အကူဖြစ်စေမှာ ဖြစ်ပါတယ်"လို့ ယူနီဆက် ဌာနေကိုယ်စားလှယ် မစ္စလောင်းက ပြောကြားပါတယ်။

အဆိုပါပံ့ပိုးမှုနဲ့ ကလေးသူငယ် (သို့) ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်တွေရှိတဲ့ အိမ်ထောင်စုတွေကို ဆေးစိမ်ခြင်ထောင် (၇၀,၀၀၀)ကို ဖြန့်ဝေခြင်းဖြင့် ကလေးသူငယ်တွေကို ငှက်ဖျားရောဂါကာကွယ်မှု ရရှိစေပြီး လူဦးရေ(၁)သိန်း အတွက် ငှက်ဖျားရောဂါ ကာကွယ်ဆေးတွေနဲ့ စမ်းသပ်ကိရိယာတွေ ဖြန့်ဝေပေးသွားမှာဖြစ်ကြောင်း မစ္စလောင်းက ပြောကြားပါတယ်။ ဆက်လက်ပြီး မစ္စလောင်းက မိခင်မှတဆင့် ရင်သွေးသို့ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ကူးစက်ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးနိုင်ဖို့နဲ့ အခြားဆေးဝါးတွေကို အဆိုပါလှူဒါန်းငွေနဲ့ ပံ့ပိုးဆောင်ရွက်ပေးသွားမှာ ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားပါတယ်။

မိမိဆန္ဒအလျောက် နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေး အကြံပေးမှုခံယူပြီး အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးခြင်းလုပ်ငန်းများနဲ့ လူငယ်များ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီ၊ အေ့စ်အကြောင်း အလွယ်တကူသိရှိနိုင်စေဖို့ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းလုပ်ငန်းတွေကိုလည်း အဆိုပါ လှူဒါန်းငွေနဲ့ ပြုလုပ်ပေးသွားမှာဖြစ်တယ်လို့ မစ္စလောင်းက ပြောကြားပါတယ်။

တနှစ်အောက် ကလေးအားလုံးကို ဝက်သက်ရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်အရွယ် အမျိုးသမီး (၅) သိန်းခန့်ကို မေးခိုင်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်းဖြင့် မွေးဖွား လာမယ့်ရင်သွေးတွေအတွက် ကာကွယ်မှုကို တချိန်တည်း ရရှိစေပြီး ကလေးသူငယ်တွေကို အသက်အန္တရာယ်ဖြစ်စေတဲ့ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါ၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာနဲ့ ကပ်ပါးရောဂါတွေက ကာကွယ်မှု ရရှိစေဖို့ အခြေခံဆေးဝါး ပံ့ပိုးခြင်း အတွက် ဂျပန်အစိုးရရဲ့ ကူညီမှုဟာ များစွာအရေးပါကြောင်း ၎င်းက ဆက်လက်ပြောကြားပါတယ်။

မိခင်နဲ့ကလေးတွေအတွက် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်တဲ့ အစီအစဉ်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်ရာမှာ အလိုအပ်ဆုံး မိသားစုတွေဆီကို ရောက်ရှိဖို့အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ် အနီးကပ် စောင့်ကြည့်တဲ့လုပ်ငန်းတွေကိုလည်း အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်သွားမယ်လို့ သိရပါတယ်။

ကလေးတွေကို ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်းမှကာကွယ်ဖို့နဲ့ အသက်မဆုံးရှုံးသင့်ဘဲ ဆုံးရှုံးနေခြင်းမှကာကွယ်ဖို့ အကူအညီ အထောက်အပံ့တွေ ပိုမိုလိုအပ်လျက်ရှိတယ်လို့ မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ ကုလသမဂ္ဂ ကလေးများ ရန်ပုံငွေအဖွဲ့ ကျန်းမာရေးနဲ့အာဟာရဌာနမှ ဌာနကြီးမှူး မစ္စအန်းဗင်းဆန့်က ပြောကြားသွားပါတယ်။ ■

Ref: The Myanmar Times

သကြားဓာတ်ဟာ ကင်ဆာရောဂါကိုခုခံရာမှာ အထောက်အကူဖြစ်နေ

ဗြိတိန်နိုင်ငံ မန်ချက်စတာမြို့ ခရစ္စတီးဆေးရုံမှ သုတေသီတို့က သဘာဝသကြားဓာတ်တမျိုးဖြစ်တဲ့ 'ဟက်ပါရင်' ဟာ ကြွက်တွေမှာရှိတဲ့ ကင်ဆာအကျိတ်ကို တိုးပွားမလာအောင် ဟန့်တားပေးကြောင်း တွေ့ရှိရပါတယ်။

ကင်ဆာရောဂါဟာ သူ့အကျိတ်တွေ ရှင်သန်ဖို့ သွေးလိုအပ်တဲ့အတွက် သွေးကြောတွေကို ဖွံ့ဖြိုးအောင် ဟော်မုန်းဓာတ်တမျိုးကို ထုတ်လုပ်ပါတယ်။ ဟက်ပါရင်သကြားဓာတ်က ထိုဟော်မုန်းဓာတ် ကြွမလာအောင် ဖိနှိပ်ပေးတယ်လို့ သိရပါတယ်။

ကြွက်များနဲ့ စမ်းသပ်ရာမှာ ထိုဟက်ပါရင်သကြားမော်လီကျူးတွေကို သီးသန့်ဖယ်ထုတ်သန့်စင်ပြီးမှ ထိုးဆေးအဖြစ်သုံးခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။ ဒီနည်းစနစ်ဟာ ဟန့်တားရေးကုထုံးသာဖြစ်တဲ့အတွက် စောစီးစွာတွေ့ရတဲ့ ကင်ဆာရောဂါကို ထပ်ပြီးမပွားအောင် ဟန့်တားထားနိုင်ပါတယ်။ အမြစ်ပြတ်အောင်တော့ ကုသနိုင်စွမ်း မရှိဘူးလို့ သိရပါတယ်။ စောလျင်စွာတွေ့ရတဲ့ ကင်ဆာအကျိတ်ကို ဖယ်ရှားပြီးတဲ့နောက် ဒီကုထုံးနဲ့ ထပ်ပြီးမဖြစ်အောင်၊ မပွားအောင် ဟန့်တားနိုင်ဖွယ်ရာရှိတယ်လို့ သိရပါတယ်။

သုတေသီ ခေါင်းဆောင် ပါမောက္ခ ဂေါ်ဒန်ဂျေဆန်က "ဒီရလဒ်ဟာ စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ရာဖြစ်ပါတယ်။ ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် သကြားဓာတ်က ကင်ဆာရောဂါကို ဟန့်တားနိုင်ကြောင်း တွေ့ရတာပါ"လို့ ပြောကြားပါတယ်။ လူများနဲ့လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုကို ရှေ့နှစ်အတွင်းမှာ ပြုလုပ်မယ်လို့ သိရပါတယ်။ ■

Ref: BBC

အမေရိကန်အခြေစိုက် တိဗက်အဖွဲ့အစည်းဖြစ်တဲ့ Wisdom in Action က ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်ကို Unsung Hero of Compassion ဆုချီးမြှင့်

ထိုင်းနိုင်ငံ၊ မဲဆောက်မြို့မှာ မယ်တော်ဆေးခန်းဖွင့်လှစ်ပြီး မြန်မာပြည်တွင်းကလာတဲ့ ပြောင်းရွှေ့ အလုပ်သမားတွေ၊ ထိုင်း-မြန်မာနယ်စပ်မှာရှိတဲ့ IDPs တွေနဲ့ ပြည်တွင်းကလာတဲ့ ဆင်းရဲသားလူနာတွေကို အခမဲ့ဆေးကုသပေးခြင်းအပြင် အခြား လူသားအကျိုးပြုလုပ်ငန်းတွေ တစိုက်မတ်မတ် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေတဲ့ ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်ကို အမေရိကန် အခြေစိုက် တိဗက်အဖွဲ့အစည်းဖြစ်တဲ့ Wisdom in Action က Unsung Hero of Compassion ဆုကို ဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်ခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိပါတယ်။

ဒေါက်တာစင်သီယာမောင်နဲ့အတူ နိုင်ငံအသီးသီးမှ လူသားအကျိုးပြုလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေသူ (၄၉)ဦးကိုလည်း ဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်ခဲ့ကြောင်းသိရပါတယ်။ (၆.၁၁.၂၀၀၅) တနင်္ဂနွေနေ့က အမေရိကန်နိုင်ငံ၊ ဆန်ဖရန်စစ္စကိုမြို့မှာကျင်းပတဲ့ ဆုချီးမြှင့်ပွဲ အခမ်းအနားသို့ နိုဗယ်လ်ငြိမ်းချမ်းရေးဆုရှင် တိဗက်ဘုန်းတော်ကြီး ဒလိုင်းလားမား ကိုယ်တိုင်တက်ရောက်ပြီး ဆုချီးမြှင့်ပေးခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။ ■

အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာ ဆေးရုံတက်တဲ့အမျိုးသမီးလူနာ မျက်လုံးကို ပုရွက်ဆိတ်အစားခံရ

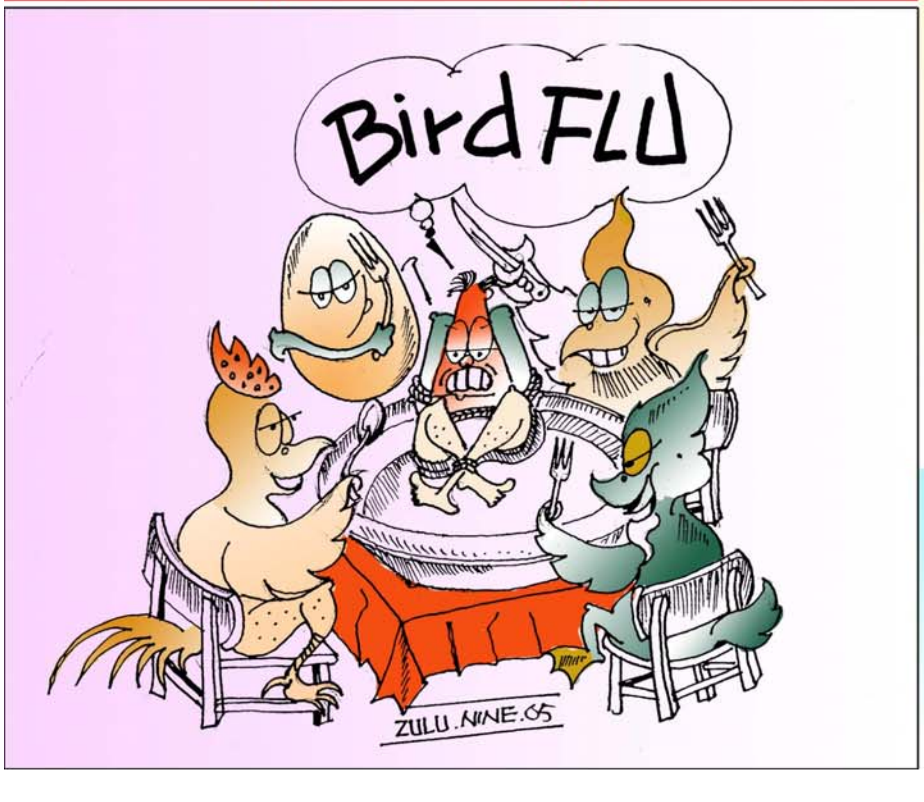
အိန္ဒိယနိုင်ငံအရှေ့ပိုင်း ဆေးရုံတရုံမှာ ဆီးချိုရောဂါ တက်ရောက် ကုသနေတဲ့ အမျိုးသမီးတဦးရဲ့ ဘယ်ဘက်မျက်လုံး တခုလုံးကို ပုရွက်ဆိတ်တွေက စားသွားတယ်လို့ သတင်းရရှိပါတယ်။

ကိုးလ်ကတ္တား ဆေးရုံမှာ ခွဲစိတ်ကုသမှု ခံယူပြီး (၂၀.၁၁.၂၀၀၅) တနင်္ဂနွေနေ့ ညနက်ပိုင်းမှာ သတိပြန်လည်လာတဲ့ အမျိုးသမီးကနာကျင်တဲ့အတွက် အော်ဟစ်အကူအညီတောင်းရာ သူနာပြုဆရာမများက ခွဲစိတ်အပြီးမှာ ထိုသို့ နာကျင်တတ်ကြောင်းသာ နှစ်သိမ့်ကြပြီး အကူအညီ မပေးခဲ့ဘူးလို့ သိရပါတယ်။ နောက်နေ့နံနက် အိမ်သားတွေ ရောက်လာတဲ့အခါမှ စစ်ဆေးခိုင်းတဲ့အခါပုရွက်ဆိတ်တွေတွေ့ရပြီး ပတ်တီးဖြေကာ ဂွမ်းတွေကို ဖယ်လိုက်တဲ့အခါ ဘယ်ဘက် မျက်လုံးနေရာမှာ ပုရွက်ဆိတ်တွေဝင်နေတဲ့ အခေါင်းပေါက်ကြီးကိုသာ မြင်ရတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

တာဝန်ရှိသူတွေက ကော်မတီဖွဲ့ပြီး စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုပြုလုပ်နေပြီလို့ သိရပါတယ်။ အိန္ဒိယမှာရှိတဲ့ အစိုးရဆေးရုံတွေဟာ လူမွဲတွေနဲ့ လူလတ်တန်းစားပုဂ္ဂိုလ်တွေသာ တက်ရောက်ကုသမှုခံယူတဲ့နေရာဖြစ်ပြီး လူနာတွေဟာ ကြွက်တွေ၊ ခွေးလေခွေးလွင့်တွေ၊ လေလွင့်ကြောင်တွေနဲ့ အတူနေကြရတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ■

Ref: Reuters

နိုက်တင်ဂေးလ်ကာတွန်း



အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးရှိတယ်လို့ ဆေးစစ်ချက်ထွက်ထားတဲ့ ဗြိတိန်အမျိုးသားတဦး အံ့သြစရာကောင်းစွာ ရောဂါပိုးမရှိတော့ဟုဆို

အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးရှိတယ်လို့ တချိန်က ဆေးစစ်ချက် ထွက်ထားတဲ့ အမျိုးသားတဦးဟာ ယခုအခါ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးမရှိတော့ဘဲ ပကတိ လူကောင်းအတိုင်း ပြန်ဖြစ်သွားကြောင်း၊ ထိုသူကို ထပ်မံ စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ဖို့ ဗြိတိန်အထူးကုဆရာဝန်များက မေတ္တာရပ်ခံထားကြောင်း အေအက်ဖ်ပီမှ လာတဲ့သတင်းတရပ်က ဆိုပါတယ်။

အသက်(၂၅)နှစ် အရွယ်ရှိ စကော့လူမျိုး အင်ဒရူးစတင်ဆန်ဆိုသူက သူဟာ ကံကောင်းတဲ့ သူတယောက်ဖြစ်ကြောင်း၊ သူ့မှာ အခုအိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး မရှိတော့ကြောင်း၊ ဆရာဝန်များက စစ်ဆေးစမ်းသပ်ပြီးဖြစ်ကြောင်း လှိုက်လှဲဝမ်းသာစွာ ပြောကြားခဲ့တယ်လို့ သိရပါတယ်။ ၂၀၀၂ ခုနှစ် ဆေးစစ်စဉ်က စတင်ဆန်မှာ အိပ်အိုင်ဗွီပိုး ရှိနေတယ်လို့ တွေ့ခဲ့ရပြီး ၂၀၀၃ခုနှစ် အောက်တိုဘာလမှာ လန်ဒန်ရှိ Chelsea & Westminster Healthcare Trust ရဲ့ဆေးစစ်ချက်အရ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ကင်းရှင်းကြောင်း အဖြေ ထွက်လာတယ်လို့ သိရပါတယ်။

အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးရှိတယ်ဆိုတဲ့ ပထမဆေးစစ်ချက်အတွက် သူက လျော်ကြေးငွေတောင်းခံခဲ့ပေမယ့် ဆေးစစ်ရာမှာ မှားယွင်းမှု တစုံတရာမရှိကြောင်း သက်ဆိုင်ရာက ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ ထိုသူဟာ ကြားကာလတွေမှာ ဆေးကုသစစ်ဆေးမှု ခံယူဖို့ ပြန်လာခြင်း မရှိကြောင်း၊ အဲဒါကြောင့် မည်သို့မည်ပုံဖြစ်ပျက်သွားတယ် ဆိုတာကို သိလိုကြောင်း ပြောခွင့်ရ ပုဂ္ဂိုလ်က ပြောကြား ခဲ့ပါတယ်။ အရင် ပထမ ဆေးစစ်ချက်ကပဲ မှားယွင်းနေတာလားလို့ ဆေးရုံမှ ပြောခွင့်ရပုဂ္ဂိုလ်က ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။

အဆိုပါ ဖြစ်ရပ်ဟာ အမှန်တကယ် ဖြစ်ခဲ့တဲ့ဖြစ်ရပ်ပင် ဖြစ်ကြောင်း၊ ဆေးမစစ်ဘဲ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုးရှိတယ်လို့ ပြောဖို့မဖြစ်နိုင်ကြောင်း National Aids Trust အမှုဆောင် အရာရှိချုပ် ဒီဘိုရာဂျက်က ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ အိပ်ချ်အိုင်ဗွီပိုး ဘယ်လိုအလုပ်လုပ်တယ်၊ လူ့ခန္ဓာကိုယ်က ဘယ်လိုတုန့်ပြန်တယ် ဆိုတဲ့အချက်တွေကို မသိနိုင်သေးပါဘူးလို့ သူက ဆက်လက်ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ ■

Ref: AFP

ငှက်ဖျားရောဂါကိုတိုက်ဖျက်ရာမှာ မှိုဟာလက်နက်တခုဖြစ်လာ

နယ်သာလန်၊ တန်ဇန်းနီးယားနဲ့ ဗြိတိန်နိုင်ငံတွေရဲ့ ပူးပေါင်းလေ့လာမှုအရ ခြင်တွေကို အရှေ့အာဖရိကမှာဖြစ်ပွားတဲ့ မှိုရောဂါတမျိုးကူးစက်စေပါက ခြင်တွေဟာအသက်တိုသွားပြီး ငှက်ဖျားရောဂါပိုးကိုမဖြန့်ချိနိုင်တော့တာကို တွေ့ရတယ်လို့ သတင်းရရှိပါတယ်။

အရှေ့အာဖရိက မှိုရောဂါ ကူးစက်ခံရတဲ့ ဘယ်လိုခြင်မျိုးပဲဖြစ်ပစေ သက်တမ်း သုံးပုံနှစ်ပုံတိုသွားပြီး ခုနှစ်ရက်ခန့်သာ အသက်ရှည်တော့တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ နယ်သာလန်နိုင်ငံ ဝေဂျန်နင်တက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခဝီလမ်တက္ကင်က ‘မှိုရောဂါ ကူးစက် ခံရတဲ့ခြင်တွေဟာ ရေနဲ့ အရည်တမျိုးမျိုးကို စုပ်ကြပေမယ့်လည်း သွေးကို မစုပ်ကြတော့ပါဘူး။ ပြီးတော့ ငှက်ဖျားပိုးကလည်း ခြင်တွေရဲ့ ကိုယ်ထဲမှာ အရင်လို ဖွံ့ဖြိုးမလာနိုင်ကြတော့ပါဘူး’လို့ တင်ပြပါတယ်။

တန်ဇန်းနီးယားမှာ စမ်းသပ်ကြည့်တဲ့အခါ ခြင်တွေနားနေတတ်တဲ့နေရာတွေမှာ မှိုရောဂါပိုး သုတ်ထားတဲ့ ပိတ်ပါးတွေ ခင်းထားရာ အဲဒီဒေသမှာ ငှက်ဖျားရောဂါကူးစက်မှု ၇၆ရာခိုင်နှုန်း ကျဆင်းသွားကြောင်း တွေ့ရပါတယ်။ အဲဒါကြောင့်မို့ မှိုရောဂါဖြန့် ပိတ်စိမ်းပါး ထုတ်လုပ်မှုဟာ အခုအခါမှာ အိမ်တွင်းစက်မှုလုပ်ငန်းတခုအနေနဲ့ ကြီးထွားလာနေတယ်လို့ သိရပါတယ်။

မှိုရောဂါ ကူးစက်ခြင်းရဲ့ အားသာချက်ကတော့ ဒီမှိုရောဂါဟာ ခြင်ရဲ့ ဇီဇပွင့်အမျိုးမျိုးကို ပစ်မှတ်ထားတာဖြစ်တဲ့အတွက် ခြင်တွေမှာ ရောဂါပြီးခြင်း၊ အာနိသင်ဖြစ်ထွန်း မလာနိုင်ခြင်းတွေကို ဖြစ်စေပါတယ်။ လက်ရှိ ခြင်နှိမ်နင်းရေး ပိုးသတ်ဆေးတွေကို ခြင်တွေက ခုခံနိုင်တဲ့အတွက် ၂၀ရာခိုင်နှုန်းခန့်သာ ထိရောက်တဲ့ အနေအထားကို ရောက်နေပြီလို့လည်းသိရပါတယ်။ ■

Ref: BBC,Nov-24

NIGHTINGALE နိုက်တင်ဂေးလ်
ကျန်းမာရေးဂျာနယ်သို့ ဝေဖန်အကြံပြုစာများ ပေးပို့လိုလျှင်...
အယ်ဒီတာအဖွဲ့
နိုက်တင်ဂေးလ်ကျန်းမာရေးဂျာနယ်
စာကြည့်တိုက်၊ မယ်တော်ဆေးခန်း
မဲဆောက်မြို့။
P.O.Box (21) , Mae Sot , 63110
Tak Province , Thailand
E-mail : ntg05journal@yahoo.com
doctorlunswe@yahoo.com
sorpdb@yahoo.com
Ph : BMA Office - 055544495
Dr Lun Swe - 012841418
Nai Aye Lwin - 078458939