





မြန်မာနိုင်ငံ မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးအသင်းသို့


တင်သွင်းသည့်

ကွမ်းစားခြင်းနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေး

သုတေသနစာတမ်း

၂၀၁၆ - ခုနှစ်

နေပြည်တော် မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့



နိဒါန်း

# နောက်ခံအခြေအနေ

တစ်ကမ္ဘာလုံးခန့်မှန်းလူဦးရေ သန်း(၆၀၀)ကျော်ရှိသည့် အနက် (၁၀%) သည် ကွမ်းစားသူများဖြစ်ကြောင်း သိရှိရပါသည်။ ကွမ်းစားသုံးခြင်း အလေ့အထသည် မြန်မာ နိုင်ငံအပါအဝင် တောင်နှင့် အရှေ့တောင်အာရှ၊ အာရှပစိဖိတ်ဒေသများတွင် အများဆုံးတွေ့ရှိ ရပါသည်။ ကွမ်းစားသုံးမှု နှုန်းကို လေ့လာချက်များအရ ပါကစ္စတန်နိုင်ငံတွင် (၅%)၊ အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ တွင် (၄၀%)နှင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် (၈၀%)နှုန်းအထိ ရှိကြောင်း တွေ့ရှိရ ပါသည်။

•<https://en.m.wikipedia.org/wiki/paan>

တွင်ဖော်ပြထားသော


အချက်အလက်များအရ ၁၉၆၀ခုနှစ်မတိုင်မီကတည်းက အမျိုးသား၊  
အမျိုးသမီးများသည် ကွမ်းယာစားသုံးခြင်းကို ကြိုက်နှစ်သက်ကြပြီး  
အိမ်တွင်ကွမ်းအစ်ဖြင့် စားသုံးသည့် အလေ့အထများရှိပါသည်။  
အိမ်သို့လာရောက်သည့် ဧည့်သည်များကို ကွမ်း(သို့) ဆေးလိပ် (သို့)  
လက်ဖက်ရည်ကြမ်းများဖြင့် တည်ခင်းဧည့်ခံလေ့ ရှိကြသည်။  
စစ်တမ်းကောက်ယူချက်အရ ကွမ်းစားသုံးခြင်းကို အမျိုးသားများတွင်  
(၉၀%)နှင့် အမျိုးသမီး များတွင် (၁၀%)စားသုံးကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

<https://en.m.wikipedia.org/wiki/Areca> တွင် ကွမ်းယာထဲ၌ ထုံး၊  
ကွမ်းသီး၊အုန်းသီး၊ဆေးရွက်ကြီး၊နှပ်ဆေးစသည်ဖြင့် အများဆုံးထည့်စားလေ့  
ရှိကြောင်းတွေ့ရှိရပါသည်။ ကွမ်းသီးသည် ခံတွင်းကင်ဆာဖြစ်စေနိုင်သော  
ဆိုးကျိုးအာနိသင်ရှိကြောင်းသိရပါသည်။ ကွမ်းသီးသည် ကိုယ်ခန္ဓာ  
တစ်ခုလုံး (ဦးနှောက်၊ နှလုံး၊ အဆုတ်၊ အစာအိမ်၊အူလမ်းကြောင်းနှင့်  
မျိုးပွားအင်္ဂါအစရှိသည့်) သို့ဆိုးကျိုးပေးနိုင်ကြောင်းကိုလည်း သိရှိရပါသည်။  
ထို့အပြင် နှလုံးသွေးကြောပိတ်ရောဂါ၊ ဦးနှောက် ထိခိုက်နာ၊ အသည်း  
အဆိပ်အတောက်ဖြစ်ခြင်း၊ အဝလွန်ခြင်း၊ သွေးအတွင်းအဆီများ ခြင်းနှင့်  
ဆီးချို သွေးချိုရောဂါတို့ဖြစ်နိုင်ကြောင်းကိုလည်း သိရှိရပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ တွင် ၂၀၀၉ခုနှစ်စာရင်းအရ အရွယ် ရောက်ပြီး ဆေးလိပ်  
မသောက်သူ၏ (၃၀%)သည် ကွမ်းစားသုံးရာတွင် အများဆုံးဖြစ်သည်။  
“ဆေးလိပ်မသောက်ရ”ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ဆေးလိပ် သောက်သုံးမှု (၂၂%)  
လျော့ကျသွားသော်လည်း ဆေးလိပ်မသောက်သူ၏ (၃%) သည် ကွမ်းစားသူ  
အများဆုံး ဖြစ်နေကြောင်းသိရှိရပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဆေးလိပ်  
မသောက်သူများသည် ကွမ်းစားသုံးမှု ပိုမိုမြင့်တက်လာသည်ကိုလည်း  
တွေ့ရှိရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ၊ နေပြည်တော်၊ လယ်ဝေးမြို့နယ်ရှိ  
မြို့ပေါ်ရပ်ကွက် (၃)ရပ်ကွက် နှင့် ကျေးရွာ(၇)ရွာအတွင်း နေထိုင်ကြသော  
အသက်(၁၈)နှစ်နှင့်အထက် ရှိသူများကို ကွမ်းစားခြင်းနှင့် ခံတွင်း  
ကျန်းမာရေးအလေ့အထများကိုကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ကွမ်းစားခြင်း  
ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာမည့်ခံတွင်းရောဂါများကို ကြိုတင်ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပြီး  
စောလျှင်စွာ ကုသနိုင်ရန်အတွက် သုတေသနပြုလေ့လာခဲ့ပါသည်။





ရည်ရွယ်ချက်

## ယေဘုယျရည်ရွယ်ချက် (General Objective)

လယ်ဝေးမြို့နယ်ရှိမြို့ပေါ်ရပ်ကွက်များနှင့် ကျေးရွာများမှ အရွယ်ရောက်ပြီး သူများ၏ ကွမ်းစားခြင်းနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေးအလေ့အကျင့်ကိုဖော်ထုတ်ရန်။

## ဝိသေသရည်ရွယ်ချက်များ (Specific Objectives)

- (၁) ကွမ်းစားသုံးမှုနှုန်းကိုရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန်။
- (၂) ခံတွင်းသန့်ရှင်းမှုနှင့် ကျန်းမာရေးအပြုအမူများကိုဖော်ထုတ်ရန်။
- (၃) ကွမ်းစားခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သောဗဟုသုတများ ရှိ/မရှိမေးမြန်း ဖော်ထုတ်ရန်။
- (၄) ကွမ်းစားသူများ၏ ကွမ်းစားမှုဆိုင်ရာအပြုအမူများကိုဖော်ထုတ်ရန်။
- (၅) ကွမ်းစားသူများ၏ ပါးစောင်အမြွှေးပါးပြောင်းလဲမှုများကိုလေ့လာရန်။



သုတေသနဆောင်ရွက်ခြင်း

ဤသုတေသနသည် ကွမ်းစားခြင်းနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးအလေ့အကျင့် အခြေအနေကို ဖော်ပြသော သုတေသနဒီဇိုင်း (Descriptive Study) နှင့် ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ၊နေပြည်တော်လယ်ဝေးမြို့ရှိမြို့ပေါ်ရပ်ကွက် (၃)ရပ်ကွက် ရှိ ရပ်ကွက်သူ/ ရပ်ကွက်သားများနှင့် ကျေးရွာ(၇)ရွာရှိ ကျေးရွာသူ/ ကျေးရွာသားများ၏ ကွမ်းစားသုံးမှု ဆိုင်ရာအကြောင်းအရာ အခြေအနေများနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုခံယူခြင်းရှိ/မရှိကို လူမှုစီးပွားရေး ဆိုင်ရာအချက်အလက်များ အပေါ် ခြုံငုံလေ့လာသည့် သုတေသနဒီဇိုင်း (Cross Sectional Survey)ဖြင့် လေ့လာ ခဲ့ပါသည်။ အချက်အလက်များ ကိုအရေ အတွက် ဆိုင်ရာအချက်အလက်ကောက်ယူသည့်နည်းလမ်း (Quantitative Data Collection Techniques) ဖြင့် စုဆောင်းခဲ့ပါသည်။

## လေ့လာသည့်ဧရိယာ (Study Area)

ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ၊ နေပြည်တော် လယ်ဝေးမြို့နယ်ရှိမြို့ပေါ် ရပ်ကွက်(၃) ရပ်ကွက်နှင့် ကျေးရွာ (၇)ရွာတို့တွင် သုတေသနပြု လေ့လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

## လေ့လာသည့်လူဦးရေ (Study Population)

နမူနာအိမ်ခြေအတွက် အောက်ဖော်ပြပါ နမူနာအိမ်ခြေပုံသေနည်း (Sample size Formula) ကိုအသုံးပြု၍ နမူနာအိမ်ခြေ(၄၆၂)အိမ်ကို တွက်ချက်ရရှိ ခဲ့ပါသည်။

$$\text{Sample size} = n = (1.96 \times 1.96 \times pq) / d^2$$

(Confidence Level is 95% and absolute Precision of 5% with 20% non-Response Rate, Sample size will be 462)

p (Estimated prevalence of proportion of betel quid chewing of community

in laeway township) = 50% = 0.5

P = 50% = 0.5

q (1-p) = (1- 0.5) = 0.5

d = 5% = 0.05 (5% absolute precision)

n =  $(1.96 \times 1.96 \times pq) / d^2$

n =  $(1.96 \times 1.96 \times 0.5 \times 0.5) / (0.05)^2$

n = 384



## အချက်အလက်များစုဆောင်းခြင်းနည်းစနစ် (Data Collection Method)

- ❖ အချက်အလက်များကို အရေအတွက်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်ကောက်ယူ သည့် နည်းလမ်း (Quantitative Data Collection Technique) ဖြင့် စုဆောင်းခဲ့ပါသည်။
- ❖ ဖြေဆိုသူများ၏ အသိပညာဆိုင်ရာ သဘောထားခံယူချက်ဆိုင်ရာ ပြုမူဆောင်ရွက်မှုဆိုင်ရာ အခြေအနေများကို Scoring System အမှတ်ပေး စနစ်ဖြင့် သတ်မှတ်ပြီး ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

## သုတေသနကျင့်ဝတ်ကို လိုက်နာခြင်း

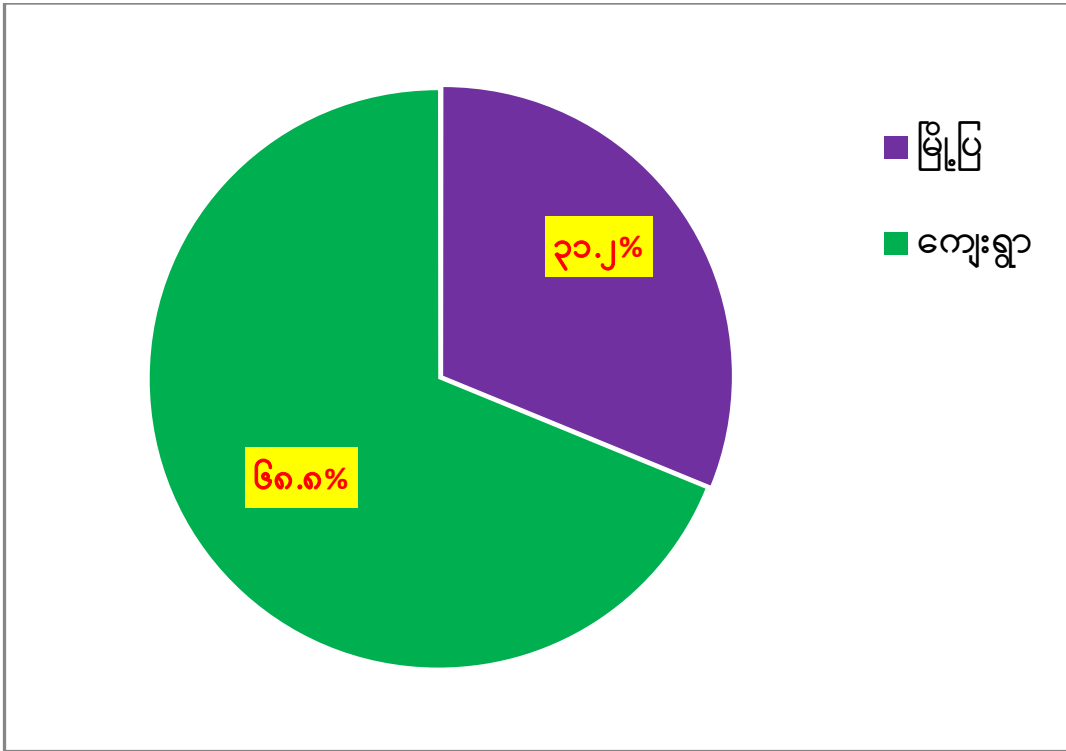
- ❖ လေ့လာမှုလုပ်ငန်းတွင် ပါဝင်ကြမည့်သူများအား သုတေသနအကြောင်း ကြိုတင်အသိပေးရှင်းလင်းပြောကြားခြင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုင်ရာအချက်အလက်များကို သုတေသနလုပ်ငန်းမှလွဲ၍ အခြားကိစ္စများတွင် သုံးစွဲမည်မဟုတ်ကြောင်း၊ ဖြေဆိုသူများအမည်ကို ဖော်ပြမှတ်တမ်းတင်မည် မဟုတ်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောပြခဲ့ပါသည်။
- ❖ သက်ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ သဘောတူညီချက်ကို သုတေသနစံနှုန်းများအတိုင်း ရယူပြီးမှ ဆောင်ရွက်ပါသည်။





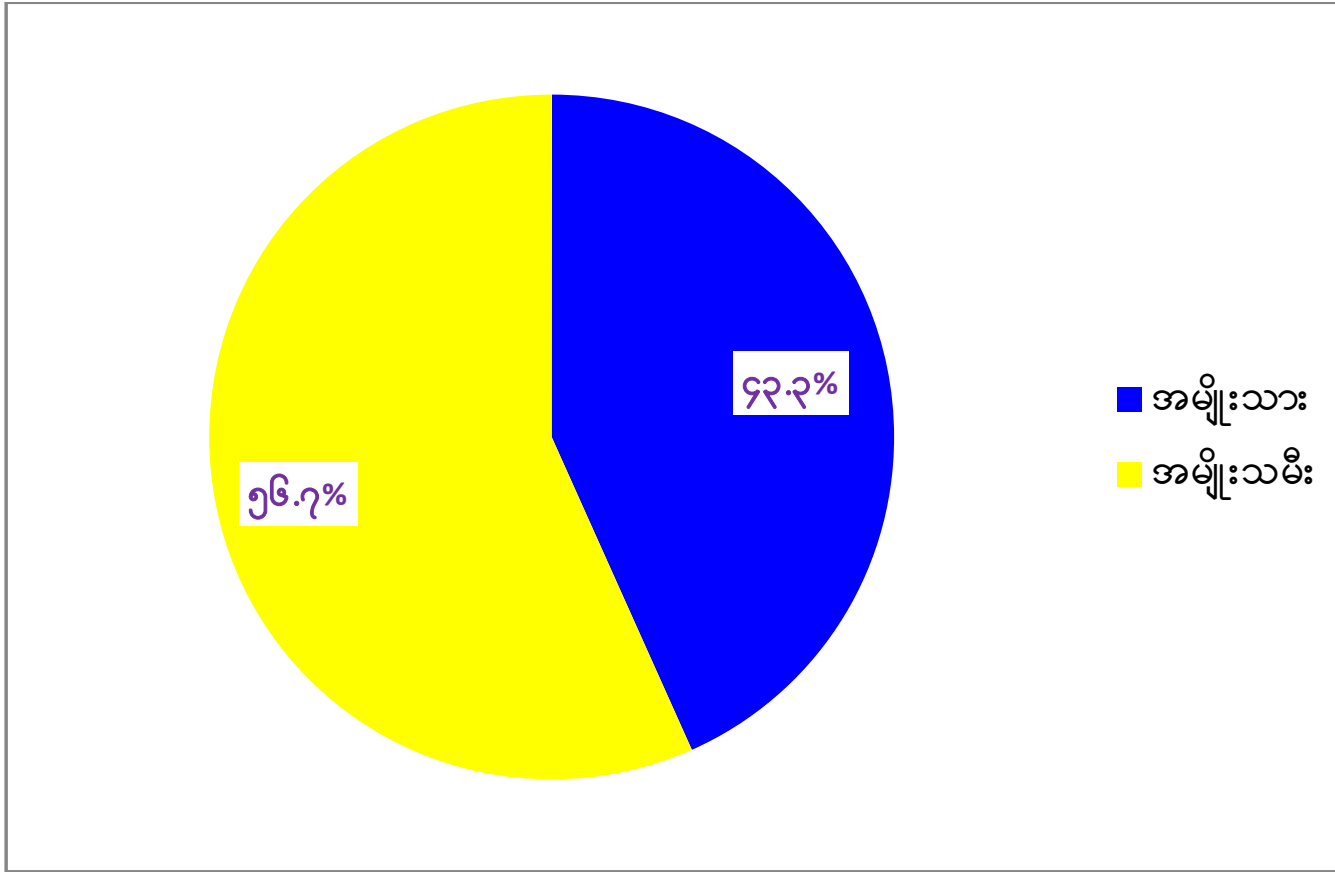
တွေ့ရှိချက်များ

ပုံ(၁)လူ့ လာသူ များ၏ မိပြီးနှင့် ကျ ရွာအလိုက်နထိုင်မှုကိုပုံဖော်ပေးခြင်း



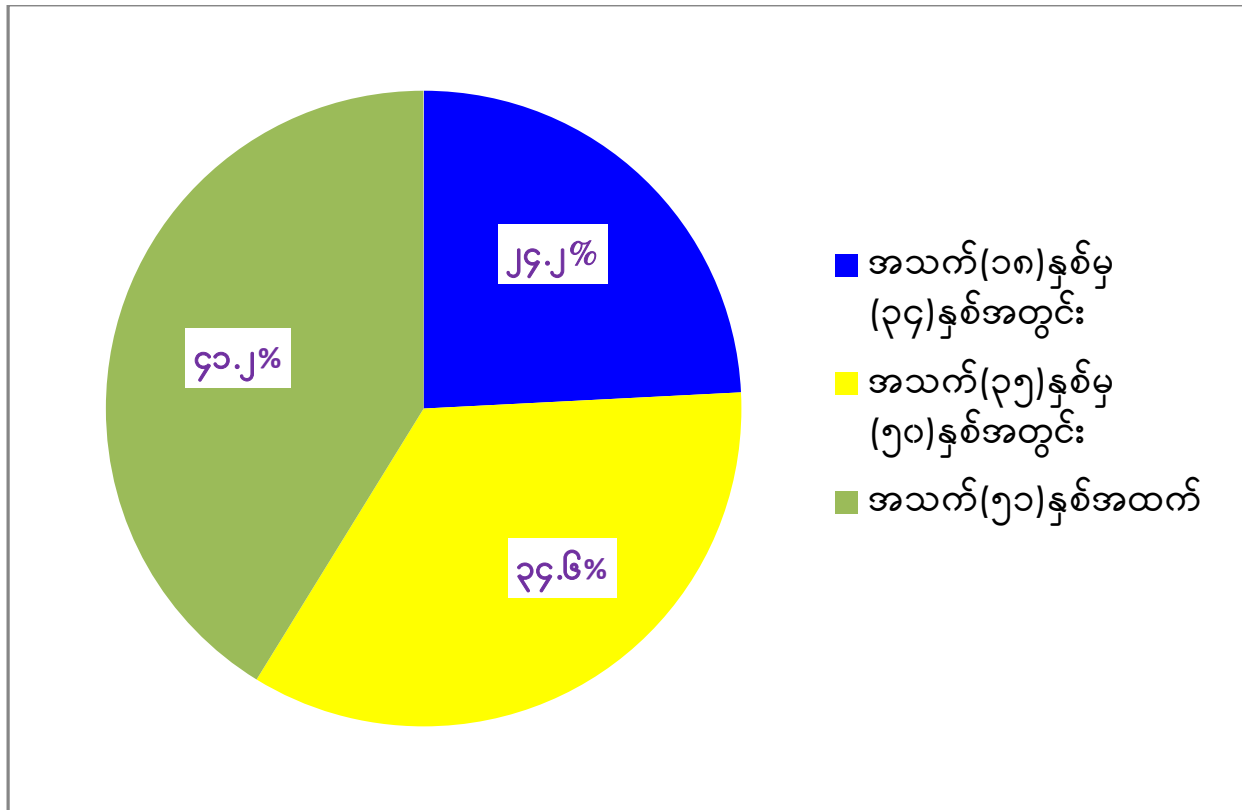
ပညာရေး ဘင်စုနယ်မြေ နပေညာ်း နှင့် လယ်ဝေးမြို့နယ်ရှိမိပြီးရပ်ကွက်(၃)ရပ်ကွက် နှင့်ကျ ရွာ (၇)ရွာ တို့တွင် အသက်(၁၈)နှစ်နှင့် အထက်ရှိသူ (၄၈၀) ဦးကို စစ်တမ်းဆိုင်ရာမေးခွန်းများ မေးမန်းခြင်း နှင့် ခံတွင်းစစ်ဆေးမှုများပြုလုပ်ခဲ့ရာ မိပြီးပါ နလေ့ဦးရေ (၁၅၀)ဦး(၃၁.၂%)၊ ကျေးရွာနေလေ့ဦးရေ (၃၃၀)ဦး (၆၈.၈%) တို့ကို တွာ ဖြစ်ပါသည်။

ပုံ (၂) ၀၈. လာသူများ၏ အမျိုးသား/အမျိုးသမီး ပါဝင်မှုကို ပုံဖော်ဖော်ပြခြင်း



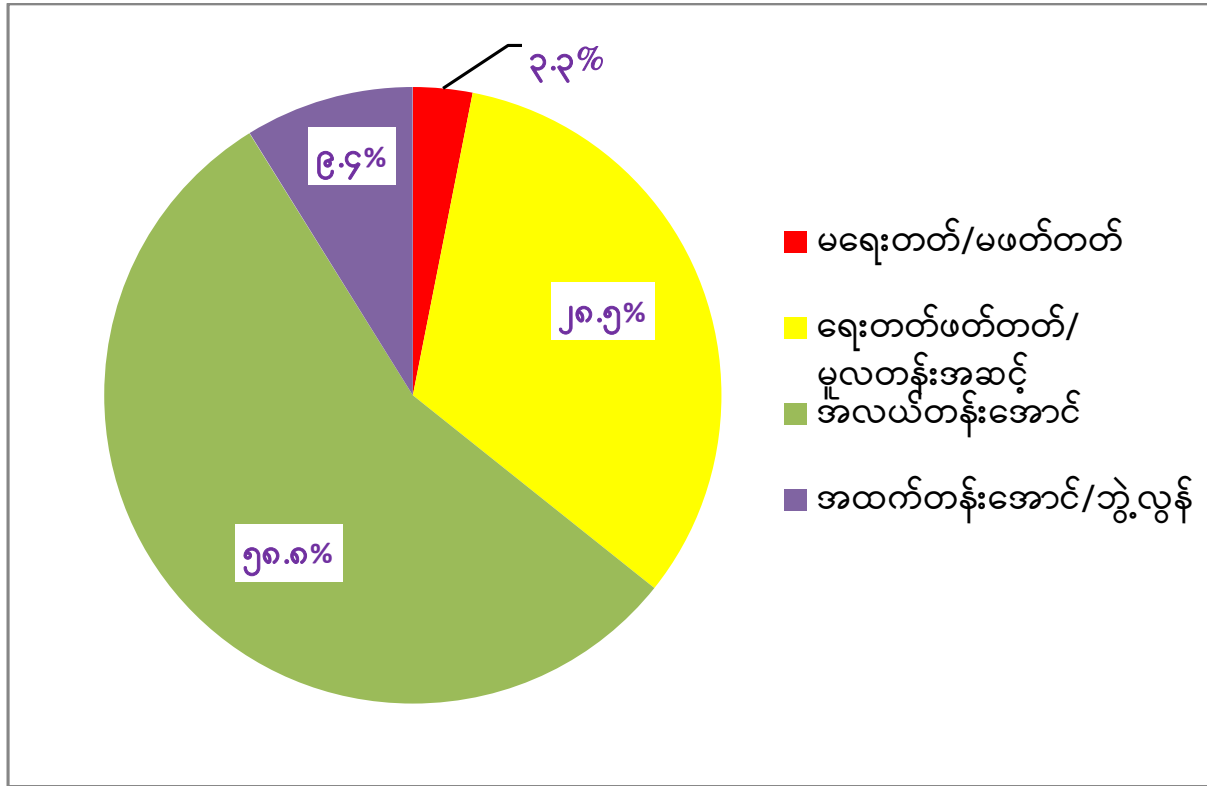
စစ်တမ်းတွင် ပါဝင်ခဲ့သူများအနက် အမျိုးသားဦးရေသည် ၂၀၈ ဦး (၉၂.၂%) ဖြစ်ပြီး အမျိုးသမီးဦးရေသည် ၂၂ ဦး (၇.၇%) ပါဝင်သည့်အတွက် ကျားမ အချိုးအားဖွဲ့ ကွာခြားချက် ( ၀.၇ ) သာရှိပါသည်။

ပုံ (၃) လေ့လာသူများ၏ အသက်အုပ်စုကို ပုံဖော်ဖော်ပြခြင်း



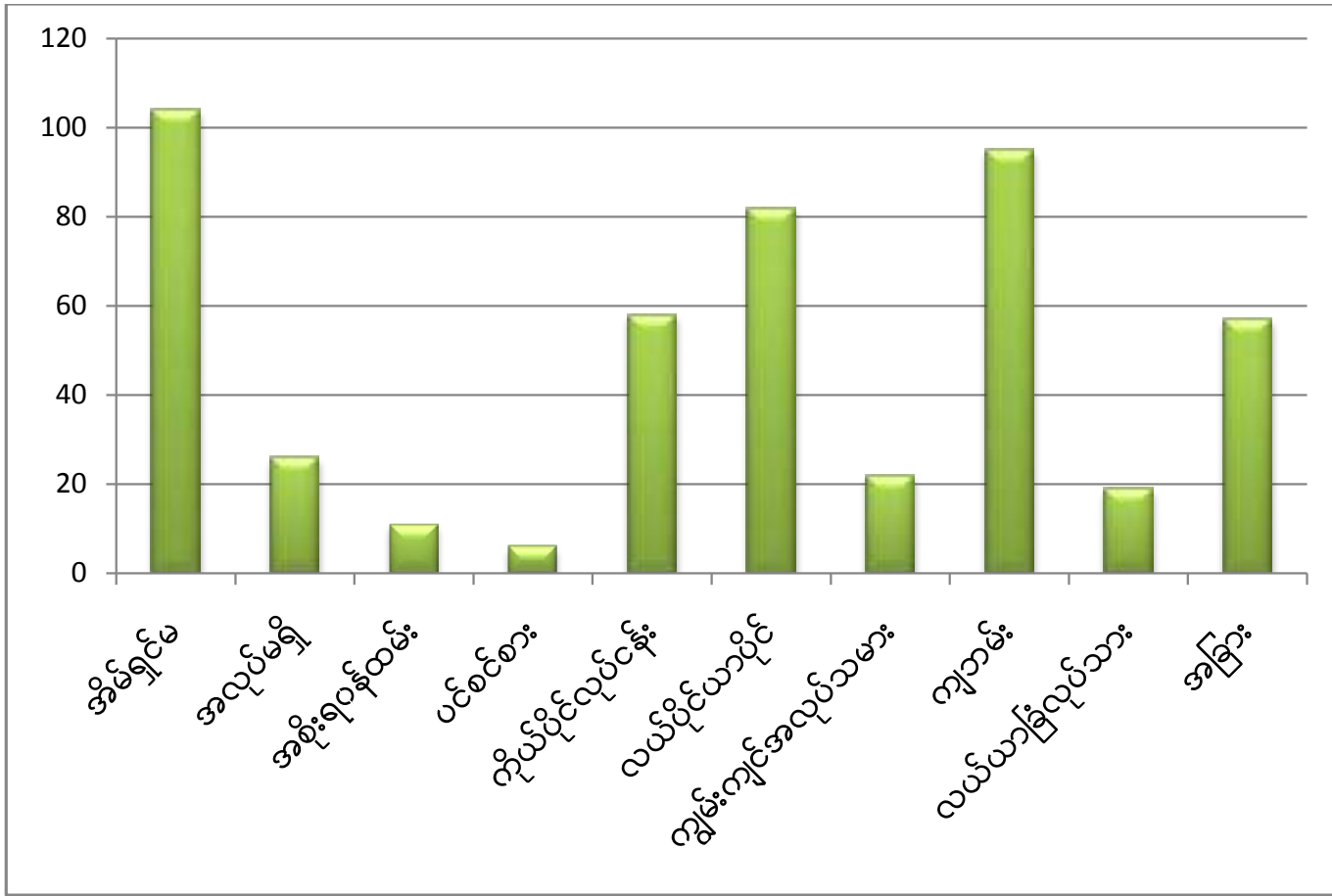
စစ်တမ်းတွင် ပါဝင်ခဲ့သူများအနက် အသက် (၁၈)နှစ်မှ (၂၄)နှစ်အတွင်း ရှိသူ(၁၁၆)ဦး (၂၄.၂%)၊ အသက်(၂၅)နှစ်မှ (၅၀)နှစ်အတွင်းရှိသူ (၁၆၆)ဦး (၃၄.၆%)နှင့် အသက်(၅၁)နှစ်အထက်ရှိသူ (၁၉၈)ဦး (၄၁.၂%) တို့ရှိကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

ပုံ (၄) လေ့လာသူများ၏ ပညာရေးအဆင့်အတန်းအခြေအနေကိုပုံဖော်ခြင်း



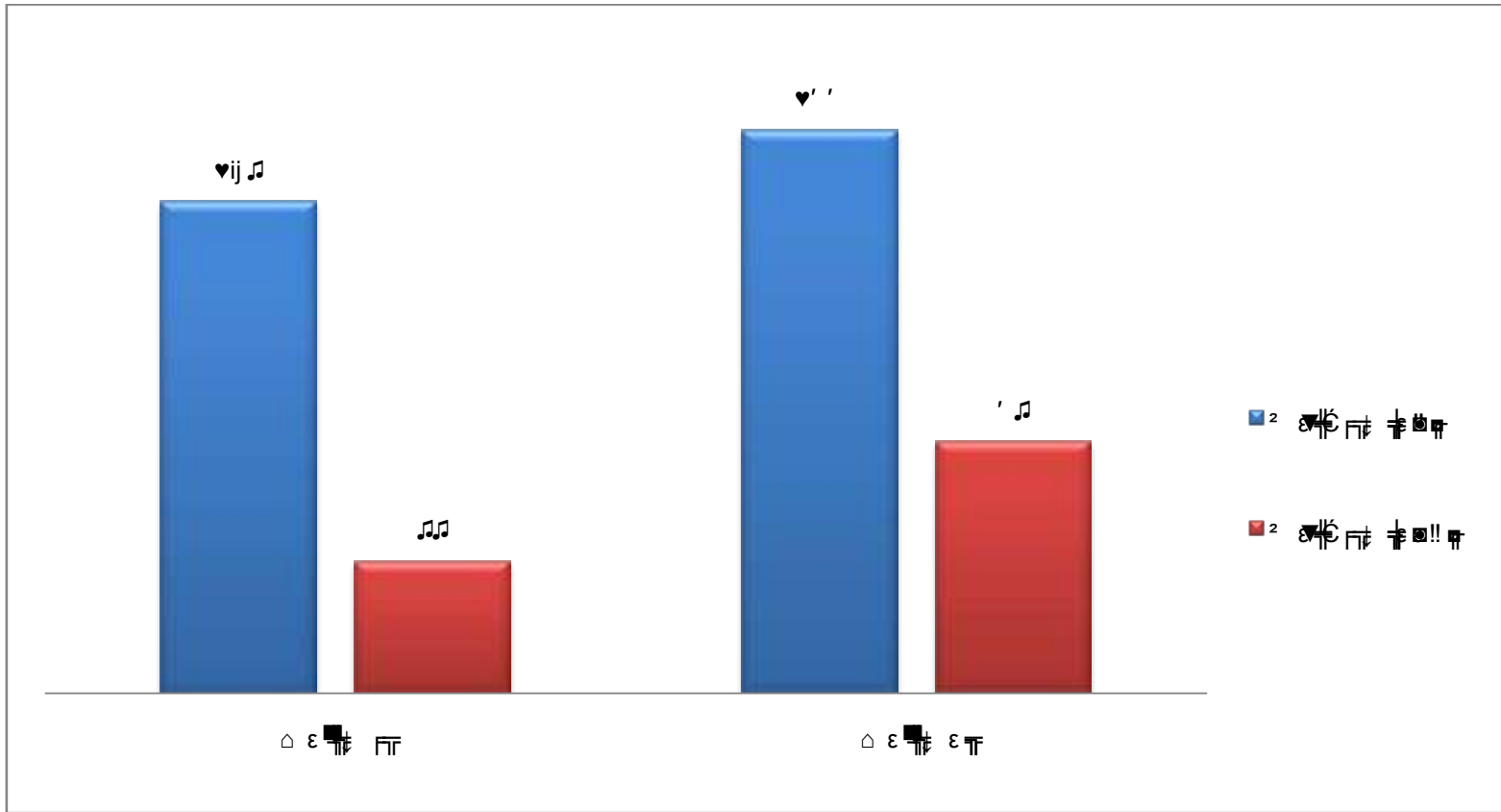
စစ်တမ်းတွင် ပါဝင်ခဲ့သူများအနက် ပညာအရည်အချင်းကို လေ့လာရာတွင် အလယ်တန်း အထက်မရှိသူများ(၂၈၂)ဦး (၅၈.၈%) အများဆုံးဖြစ်ပြီး အနည်းဆုံးမှာ မရေးတတ်မဖတ်တတ် ပညာအရည် အချင်းရှိသူ (၁၆)ဦး၊ (၃.၃%) တို့ရှိကြောင်း ဖော်ပြရပါသည်။

ပုံ (၅) လေ့လာသူများ၏ လွန်ခဲ့သော ၁(၁၂)လအတွင်း လုပ်ကိုင်ခဲ့သော ၁ အလုပ်အကိုင်အခြေအနေကို ပုံဖော်ဖော်ပြခြင်း



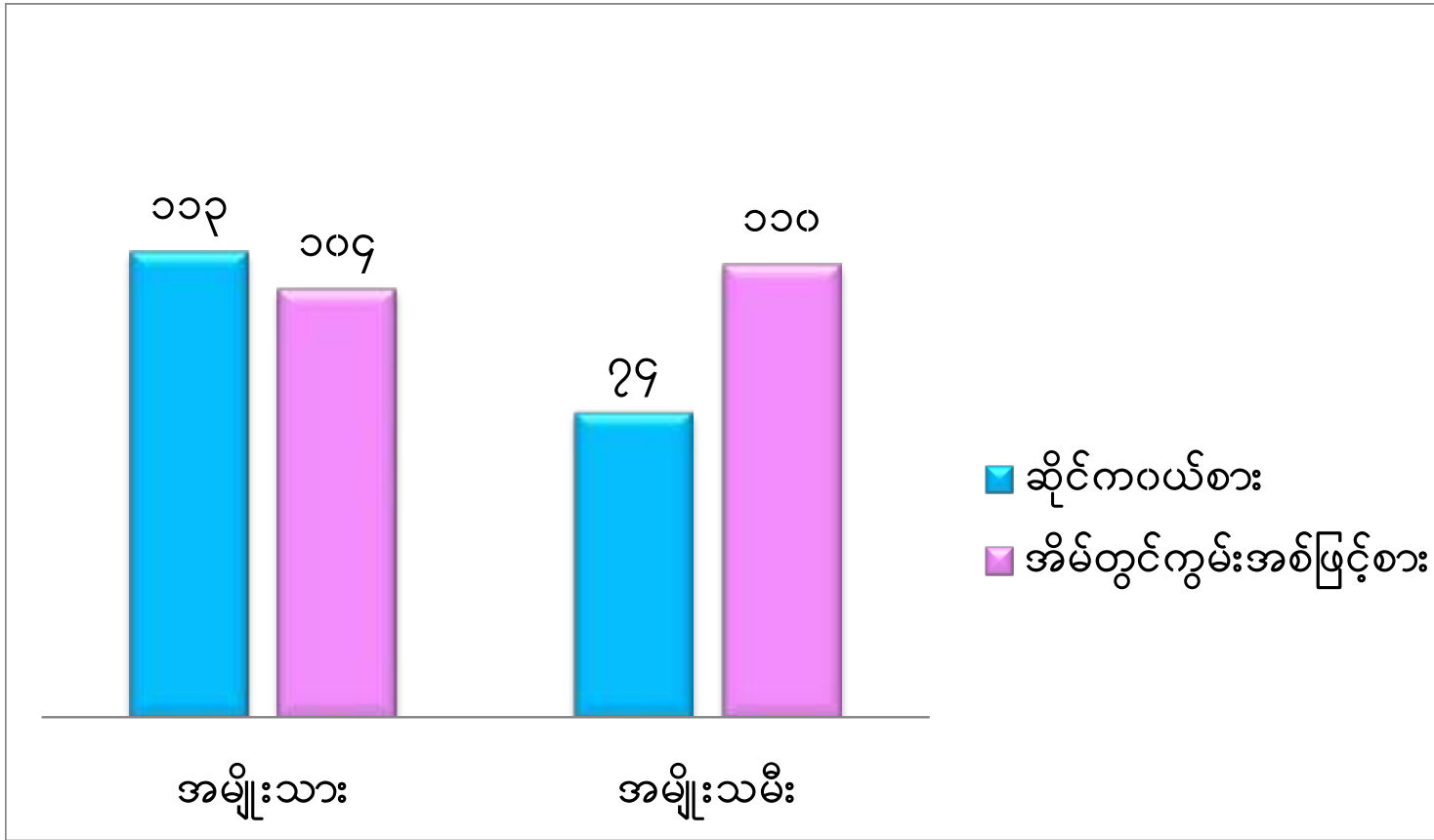
စစ်တမ်းတွင် ပါဝင်ခဲ့သူများအနက် လွန်ခဲ့သော ၁ (၁၂)လအတွင်း လုပ်ကိုင်ခဲ့သော ၁ အလုပ်အကိုင် အခြေအနေကို လေ့လာရာတွင် အများဆုံးမှာ အိမ်ရှင်မများ (၁၀၄)ဦး (၂၀.၈%) ဖြစ်ကြပြီး အနည်းဆုံးမှာ ပင်စင်စား (၆)ဦး (၁.၂%) တို့ ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

ပုံ (၆) လေ့လာသူများ၏ ကွမ်းစားသုံးသူအမျိုးသား/အမျိုးသမီးနှိုင်းယှဉ်မှုအခွဲအနုဇယားဖွင့်ဖော်ပြခြင်း



စစ်တမ်းက ဘက်ယူသည့် (၄၈၀)ဦးအနက် ကွမ်းစားသူမှာ (၃၅၂)ဦးရှိကြောင်း စင်စစ် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ ကွမ်းစားသူများတွင် အမျိုးသားများမှာ (၁၆၉)ဦး၊ (၇၆.၆%) ဖြစ်ပြီး အမျိုးသမီးများ (၁၈၈)ဦးမှာ (၅၃.၄%) ဖြစ်သဖြင့် အမျိုးသမီးများမှာ ကွမ်းကို ပိုမိုစားသုံးကြောင်း စင်စစ် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။

ပုံ (၇) လေ့လာသူများ၏ ကွမ်းရရှိမှုအခါအားအနက်ကို ပုံဖော်ပြခြင်း

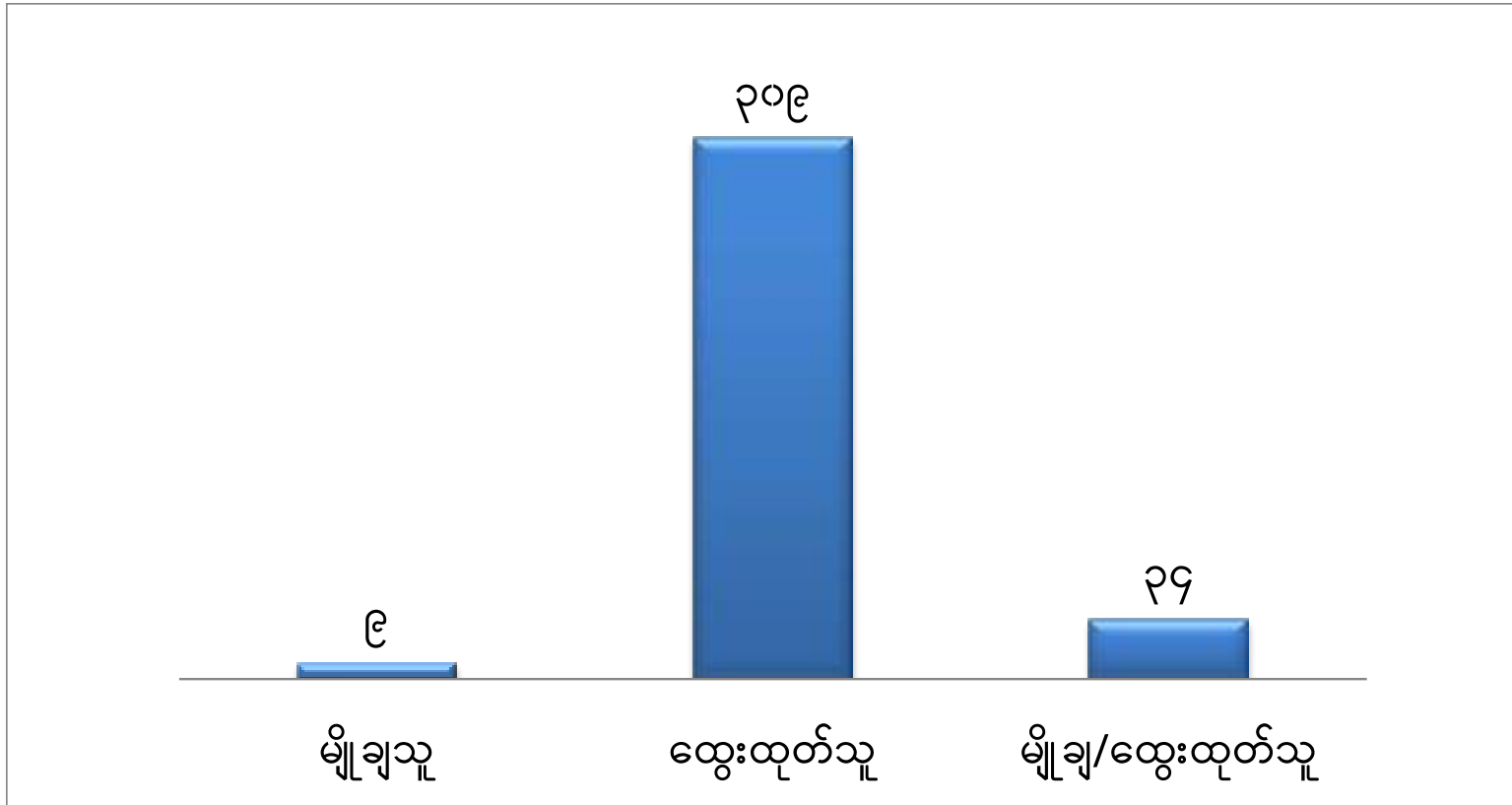


အထက်ပါဇယားအရ ဆိုင်ကဝယ်စားသူများအနက် အမျိုးသား(၁၁၃)ဦး(၅၂.၁%) ပိုမို စားသုံး ကြ စေစွာ ရှိရပြီး အိမ်တွင်ကွမ်းအစ်ဖြင့် စားသုံးသူများအနက်အမျိုးသမီး (၁၁၀)ဦး(၅၉.၈%)ပိုမို စားသုံးကြ စေစွာ ရှိရပါသည်။



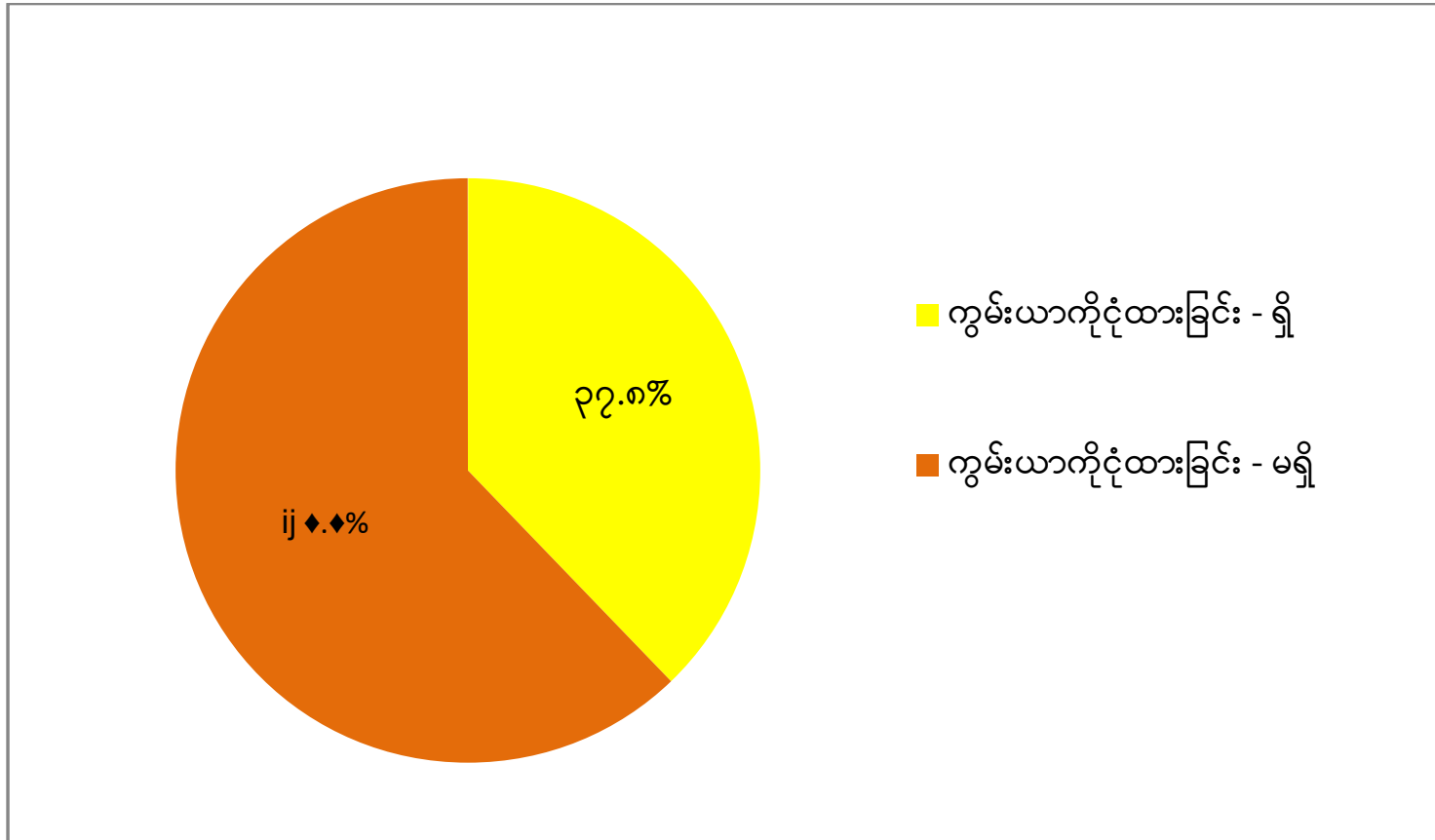
ကွမ်းယာထဲတွင်ထည့်စားသော ဘဝစဉ်းများအုပ်စုအနစ်	ဦးရစ်	%
ကွမ်းသီး	၃၅၁	၉၉.၅
ကွမ်းရွက်	၃၄၆	၉၈.၃
ထုံး	၃၄၃	၉၇.၄
ရှားအစ် :	၁၈၄	၅၂.၃
အစ် :ရွက်ကီြ	၁၈၄	၅၂.၃
နှပ်အစ် :	၁၆၅	၄၆.၉
အစ် :ပေါင်း	၂၁	၆
Signal	၈	၂.၃
ဝုံးခါး	၁၉	၅.၄
ဘုရင်မ	၁၈	၅.၁
၅၇	၂၈	၈
ဖာလာစေ့	၁၆	၄.၅
လစ် ညှင်း	၁၃	၃.၇
အုန်းသီး	၁၃	၃.၇
အာမွှာ	၁၁	၃.၁
နာနတ်ပွင့်	၁၁	၂.၈
စပုံစပါး	၈	၂.၃
သကခြံး	၂	၀.၆
100	၁	၀.၃
45	၁	၀.၃
Star	၁	၀.၃
အသင့်စားကွမ်းယာ(ခဲပတ်)	၁	၀.၃
အခြံး	၂	၀.၆

ပုံ (၈) လူ့လာသူများ၏ ကွမ်းစားပီးလျှင်ကွမ်းတံတွာ ဆွာ ဆုတ်မုအျဲအနကိုပုံဖငြိဖော်ပခြင်း



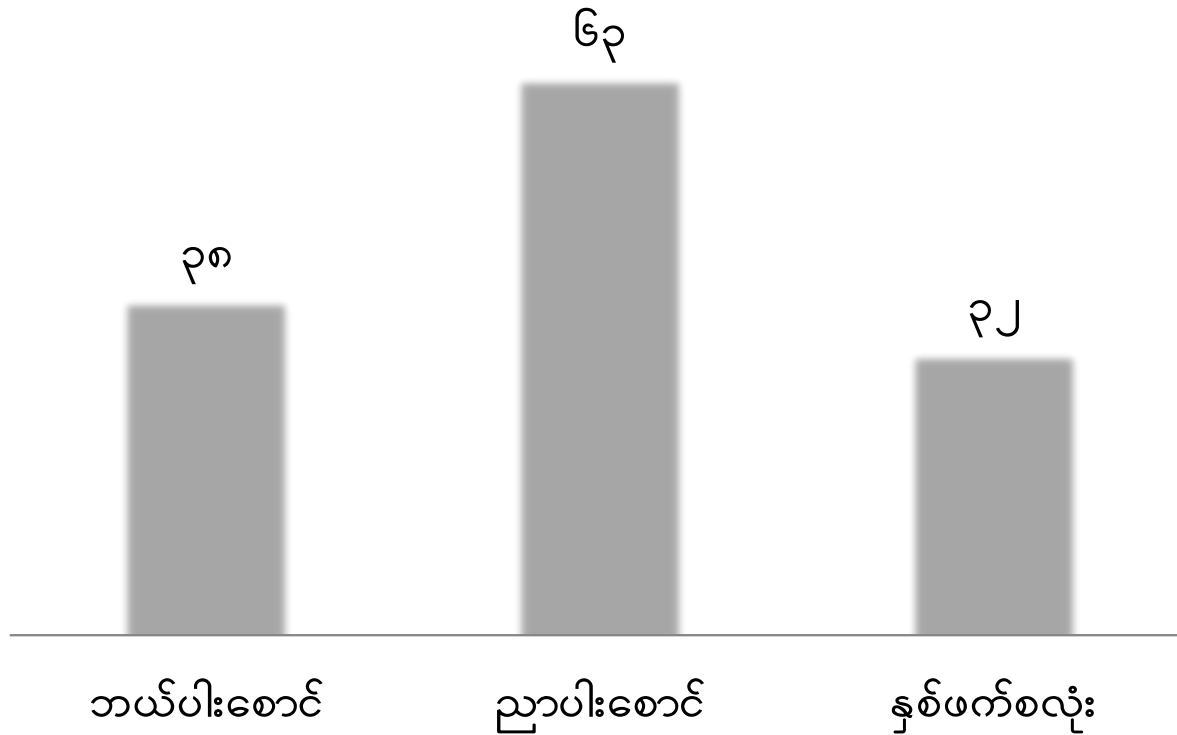
အထက်ပါဇယားအရ စစ်တမ်းကစား ဘက်ယူရာတွင် ကွမ်းယာစားသုံးသူ (၃၅၂)ဦးအနက် ကွမ်းတံတွာ ဆွာ ဆုတ်သူ (၂၀၉)ဦး(၈၇.၈%)မှာ အများဆုံးတွာ .ရှိုရပီး မိူချသူ (၉)ဦး (၂.၆%)နှင့် မိူချ/ထွေးထုတ်သူ (၂၄)ဦး (၉.၆%)တို့ဖဖြိက ဝင်းတွာ .ရှိုရပါသည်။

ပုံ (၉) လေ့လာသူများ၏ ကွမ်းငုံထားမှုအခြေအနေကို ပုံဖော်ပြခြင်း



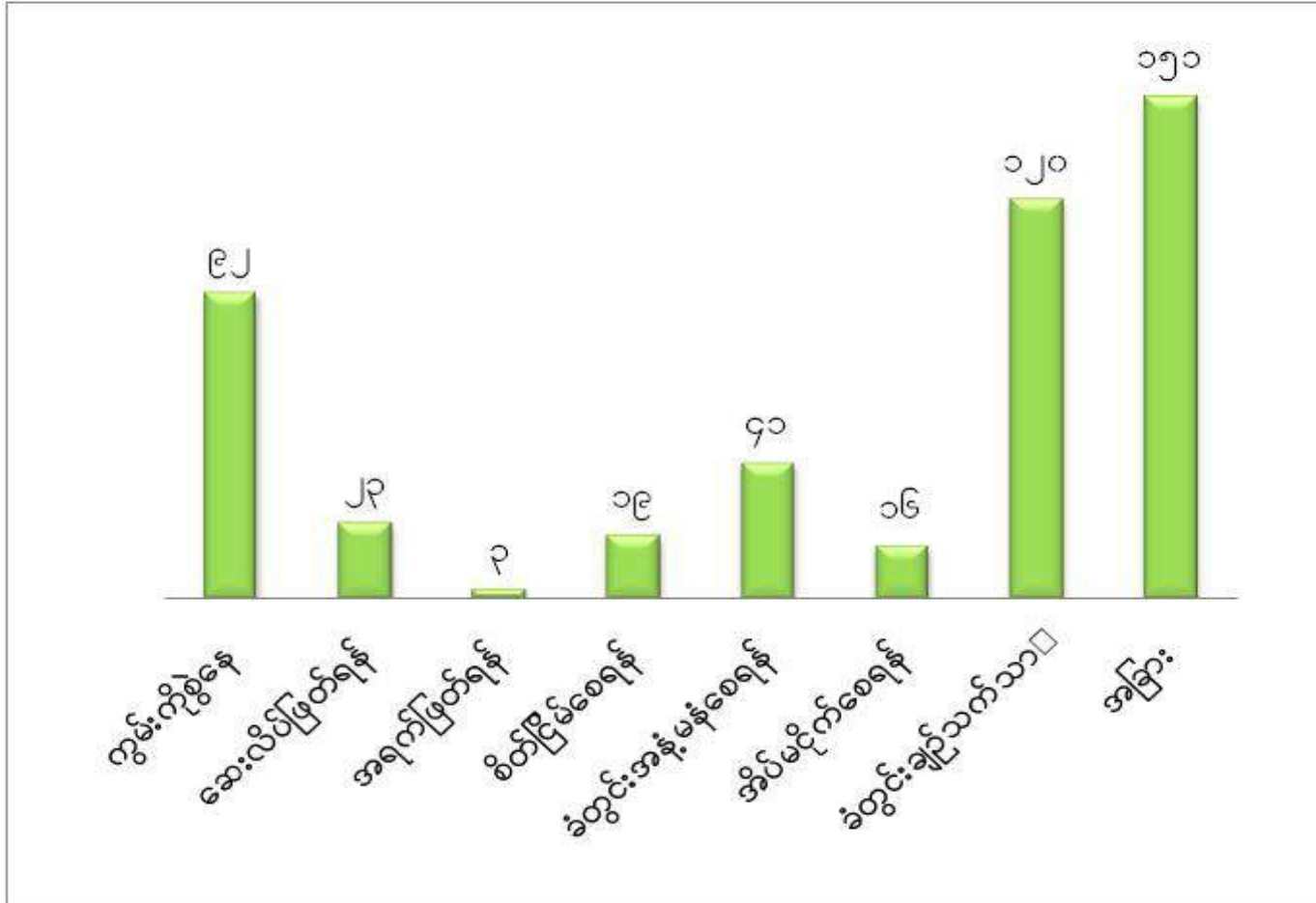
စစ်တမ်းက ဘက်ယူရာတွင် ကွမ်းကို ငုံထားခြင်းမရှိသူမှာ (၂၁၉)ဦး(၆၂.၂%)မှာ အများဆုံးဖြစ်ပြီး ကွမ်းငုံထားခြင်းရှိသူမှာ (၁၃၃)ဦး (၃၇.၈%)တို့ရှိကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

ပုံ (၁၀)၇၈. လာသူများ၏ ကွမ်းယာကို ပါးစောင်တွင်ငုံထားမှုအခမ္ဘာအနက်ပုံဖွဲ့ဖော်ပြခြင်း



စစ်တမ်းက ဘက်ယူရာတွင် ကွမ်းကို ငုံထားသူ (၁၃၃)ဦးအနက် ညှာပါးစောင်တွင်ငုံထားသူ (၆၃)ဦး (၄၇.၄%)မှာ အများဆုံးတွဲ ဖြစ်ပြီး ဘယ်ပါးစောင်တွင် ငုံထားသူ (၃၈)ဦး (၂၈.၆%) နှင့် နှစ်ဖက်စလုံးတွင် ငုံထားသူ (၃၂)ဦး (၂၄%)ရှိကြောင်း ဖော်ပြပါသည်။

ပုံ (၁၁) လေ့လာသူများ၏ ကွမ်းစားရခြင်းအကြောင်းရင်းအခြေအနေကို ပုံဖြင့်ဖော်ပြခြင်း



ကွမ်းစားရခြင်းအကြောင်းရင်းကို လေ့လာရာတွင် ခံတွင်းချဉ်သက်သာစေရန် စားသုံးမှုမှာ (၁၂၀)ဦး (၁၉.၉၉%)၊ ကွမ်းကိုစွဲနေသဖြင့် စားသုံးသူမှာ (၉၂)ဦး(၂၆.၀၆%)ရှိပြီး အများဆုံးမှာ အခြားအကြောင်းရင်း များကြောင့် စားသုံးသူ (၁၅၀)ဦး(၄၂.၉%)ဖြစ်ကြောင်းနှင့် အခြားအကြောင်းရင်းများတွင် အပျင်းပြေစားခြင်း သည် အများဆုံး ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

ဇယား (၁၃) လေ့လာသူများ၏ ကွမ်းစားခင်းဖွံ့ဖြိုးမှုနှုန်းနှင့် ဖြစ်နိုင်သော ဘရောင်ဂါများအကြောင်း ဝမ်း သိရှိမှုအခြေအနေကို ဇယားဖွဲ့ဖော်ပြခြင်း

ကွမ်းစားခင်းဖွံ့ဖြိုးမှုနှုန်းနှင့် ဘရောင်ဂါများ	အလိုအလျှောက် ဖြစ်		ထက်ပေးမှု ဖြစ်		မဟုတ်ပါ		မသိပါ	
	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%
ခံတွင်းကင်ဆာ	၂၃၇	၆၈.၇	၁၆၁	၄၂.၃	၂၀	၁၇.၄	၂၀	၁၇.၄
သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများ	၁၄၉	၄၃.၂	၂၄၃	၆၃.၈	၂၃	၂၀	၂၃	၂၀
အစာပွန်ရောဂါ	၄၁	၁၁.၉	၂၄၈	၆၅.၁	၄၈	၄၁.၇	၄၈	၄၁.၇
ဏှ ဝက်ကပ်ဏှ ဝက်တည်	၁၂၅	၃၆.၂	၂၆၀	၆၈.၂	၂၄	၂၀.၉	၂၄	၂၀.၉
နှလုံးရောဂါ	၄၄	၂၀.၈	၂၀၅	၅၃.၈	၆၃	၅၄.၈	၆၃	၅၄.၈
ညှိ ဆို၊ ဆီးခို	၂၄	၇	၁၉၁	၅၀	၈၃	၇၂.၂	၈၃	၇၂.၂
အခြား	၁၁၆	၃၃.၆	၉	၂.၄	၈	၇	၈	၇

အထက်ပါဇယားအရ ကွမ်းစားခင်းဖွံ့ဖြိုးမှု ခံတွင်းကင်ဆာ၊ သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါများ နှင့် ဏှ ဝက်ကပ် တွင် ဏှ ဝက်တည်ခြင်းတို့ကို အလိုအလျှောက် အများဆုံးသိရှိကြပါသည်။

ဇယား (၁၄) လေ့လာသူများ၏ ကွမ်းယာထဲတွင် ကွမ်းသီးစားခင်းမငြိမီ ဖြစ်နိုင်သော ဘရောင်ဂါများ သိရှိမှု အခြေအနေကို ဇယားဖော်ပြခြင်း

ကွမ်းယာထဲတွင် ကွမ်းသီးထည့်စားခင်းမငြိ ဖြစ်နိုင်သော ဘရောင်ဂါများ	အလိုအလျှောက် ခက် ဖြေ		ထေး ဘက်ပေးမှ ဖြေ		မဟုတ်ပါ		မသိပါ	
	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%
ခံတွင်းကင်ဆာ	၆၀	၁၂.၅	၁၈၀	၃၇.၅	၆၇	၃၆	၁၇၃	၁၄
သွားနှင့်ခံတွင်းရောင်ဂါများ	၃၈	၇.၉	၂၁၇	၄၅.၂	၆၃	၁၃.၁	၁၆၂	၃၃.၈
အစာပွင့်ရောင်ဂါ	၂၆	၅.၂	၁၉၈	၄၁.၂	၆၃	၁၃.၁	၁၉၃	၄၀.၂
ကုတ် ခက်ကပ်ကုတ် ခက်တည်	၄၀	၈.၃	၂၀၁	၄၁.၉	၆၅	၁၃.၅	၁၇၄	၃၆.၂
နှလုံးရောင်ဂါ	၂၁	၄.၄	၁၆၄	၃၄.၂	၈၈	၁၈.၃	၂၀၇	၄၃.၁
ညှစ် ဆီ၊ ဆီဆီ	၁၃	၂.၇	၁၅၇	၃၂.၇	၉၁	၁၉	၂၁၉	၄၇.၆
အခြား	၈၄	၁၇.၅	၆	၁.၂	၁၃	၂.၇	၃၇၇	၇၈.၅

အထက်ပါဇယားအရ ကွမ်းယာထဲတွင်ကွမ်းသီးထည့်စားခင်းမငြိမီ ခံတွင်းကင်ဆာ၊ သွားနှင့်ခံတွင်း  
ရောင်ဂါများအစာပွင့်ရောင်ဂါကုတ် ခက်ကပ်ကုတ် ခက်တည်ရောင်ဂါနှလုံးရောင်ဂါညှစ် ဆီ၊ ဆီဆီ ရောင်ဂါဖြစ်တတ်ကြ ခင်းကို  
ထေး ဘက်ပေးမှ ဖြစ်တတ်ကြ ခင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

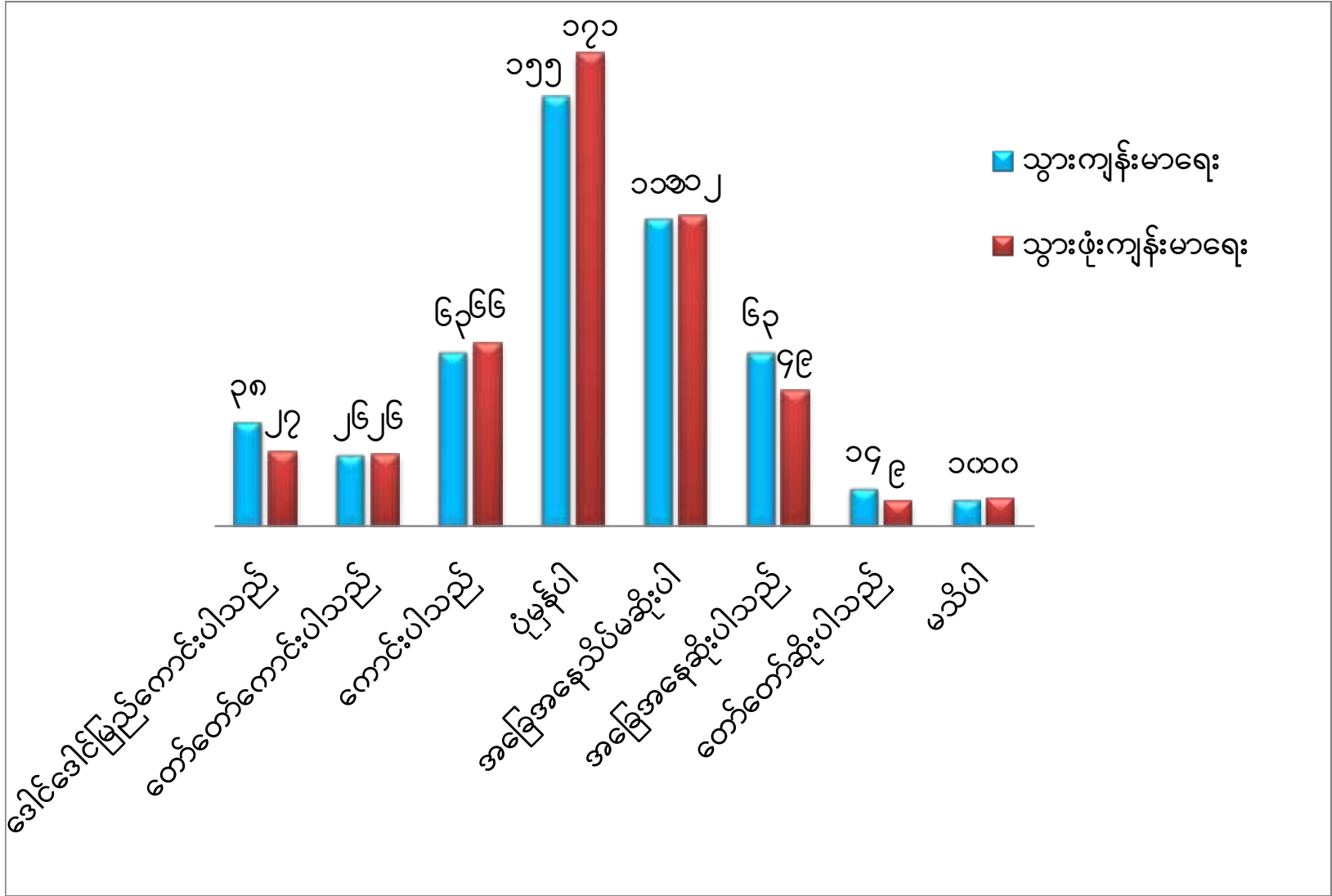
ဇယား (၁၅) လေ့လာသူများ၏ ကွမ်းယာထဲတွင် ဆေးရွက်ကီးပြည့်စားခြင်းဖြင့် ဖြစ်နိုင်သော ရောဂါများ အကျဉ်း ဝမ်း သိရှိမှုအခြေအနေကို ဇယားဖော်ပြခြင်း

ကွမ်းယာထဲတွင် ဆေးရွက်ကီးပြည့်စားခြင်းဖြင့် ဖြစ်နိုင်သော ရောဂါများ	အလိုအလျှောက် ဖြစ်		ထောက်ပေးမှု ဖြစ်		မဟုတ်ပါ		မသိပါ	
	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%
ခံတွင်းကင်ဆာ	၁၀၁	၂၁	၂၀၈	၄၃.၃	၃၁	၆.၅	၁၄၀	၂၉.၂
သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများ	၇၂	၁၅	၂၂၉	၄၇.၇	၃၄	၇.၁	၁၄၅	၃၀.၂
အစာပွန်နီရောဂါ	၃၆	၇.၅	၂၁၁	၄၄	၃၇	၇.၇	၁၉၆	၄၀.၈
ကုတ် ဝက်ကပ်ကုတ် ဝက်တည်	၅၆	၁၁.၇	၂၁၈	၄၅.၄	၄၂	၈.၈	၁၆၄	၃၄.၂
နှလုံးရောဂါ	၅၄	၁၁.၂	၂၀၃	၄၂.၃	၅၀	၁၀.၄	၁၇၃	၃၆
ခွံ၊ ဆီးချို၊ ဆီးချို	၁၆	၃.၃	၁၆၈	၃၅	၇၃	၁၅.၂	၂၂၃	၄၆.၅
အခြား	၈၀	၁၆.၇	၆	၁.၂	၁၁	၂.၃	၃၈၃	၇၉.၈

အထက်ပါဇယားအရ ကွမ်းယာထဲတွင် ဆေးရွက်ကီးပြည့်စားခြင်းဖြင့် ခံတွင်းကင်ဆာ၊ သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများ၊ အစာပွန်နီရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါနှင့် ခွံ၊ ဆီးချို၊ ဆီးချို ရောဂါတို့ကို အလိုအလျှောက် သိရှိမှု အားနည်းပါသည်။ ထောက်ပေးမှု ဖြစ်နိုင်ခြေက ပြားပါသည်။



ပုံ (၁၂) လူ့လာသူများ၏ သွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားဖုံးကျန်းမာရေးအခြေအနေကို ပုံဖော်ပြခြင်း



စစ်တမ်းက ဘက်ယူရာတွင် သွားကျန်းမာရေး(၃၂.၂၃%) နှင့် သွားဖုံးကျန်းမာရေးများ(၃၅.၆%) တို့သာ ပုံမှန်ဖြစ်ကြ စင်းစွာ ရှိရပါသည်။

ဇယား (၁၇) လေ့လာသူများ၏ ခံတွင်းသန့်ရှင်းရေးတွင် အသုံးပြုသည့်ပစ္စည်းများ အခြေအနေကို ဇယားဖော်ပြခြင်း

ခံတွင်းသန့်ရှင်းရေးတွင် အသုံးပြုသည့်အခြေအနေ	သုံးစွဲမှု (ရှိ)		သုံးစွဲမှု (မရှိ)	
	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%
သွားတိုက်တံနှင့်သွားတိုက်ဆေး :	၄၃၇	၉၁.၄	၄၂	၈.၈
သွားကပြဲထိုးတံ	၂၇၅	၅၇.၅	၂၀၄	၄၂.၆
ပလပ်စတစ်သွားကပြဲထိုးတံ	၆	၁.၃	၄၇၂	၉၈.၅
သွားကပြဲပွတ်ကျိး	၅	၁	၄၇၄	၉၉
ဆား	၁၆၃	၃၄.၁	၃၂	၁၅.၁
မီးသွ ဓ	၇၂	၁၅.၁	၄၀၇	၈၅
တံပူ	၂၄	၅	၃၇	၅.၇
အခြား	၃၇	၇.၇	၄၄၂	၉၂.၃

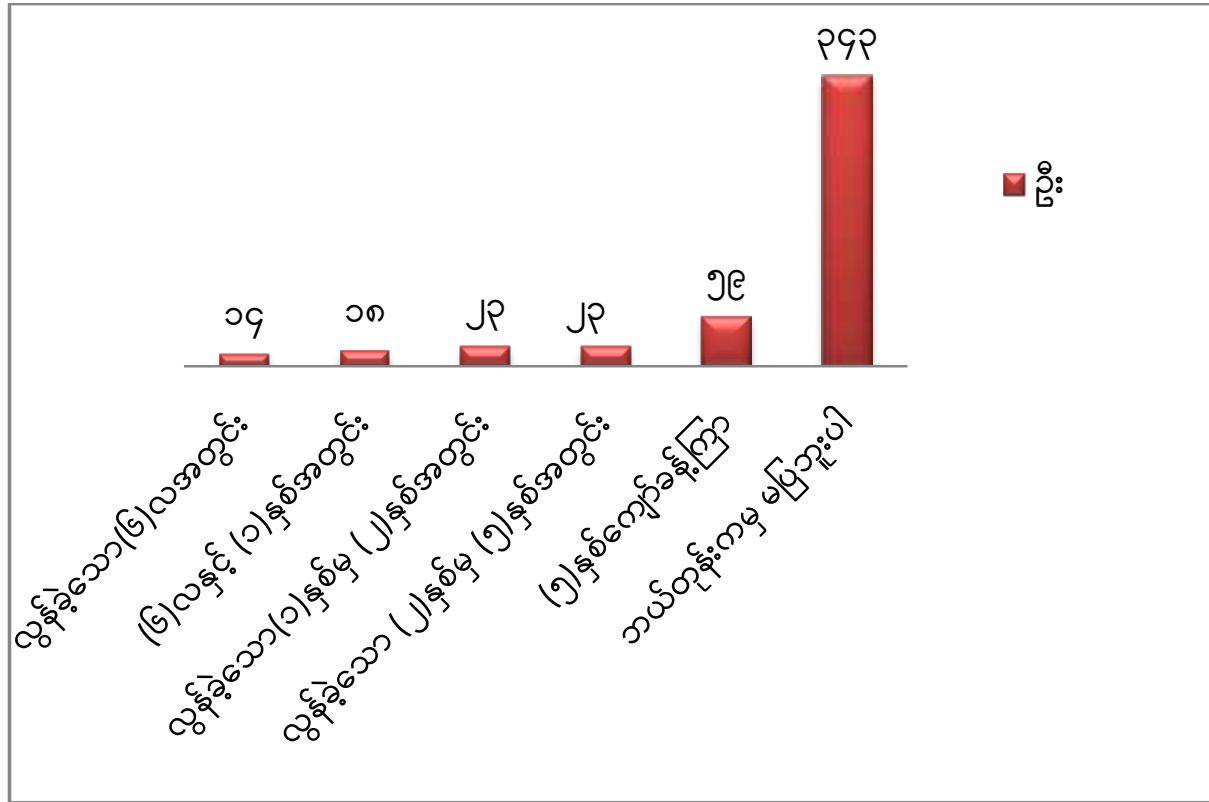
စစ်တမ်းက ဘက်ယူရာတွင် ခံတွင်းသန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရာတွင် သွားတိုက်တံနှင့်သွားတိုက်ဆေး သုံးစွဲမှု (၄၃၇)ဦး (၉၁.၄%)မှာ အများဆုံးတွဲ ဖြစ်ရသော်လည်း ဆားနှင့်မီးသွ ဆေးများကို သုံးစွဲမှုရှိနေသေးကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

ဇယား (၁၈) လူ့လာသူများ၏ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှု ဧကန်မှု ခံယူသူအခကြေးငွေကို ဇယားဖွဲ့ ဖော်ပြခြင်း

သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး စောင့်ရှု ဧကန်မှုခံယူသူ	အမျိုးသား	အမျိုးသမီး	စုစုပေါင်း
ခံယူသူ (ရို)	၅၃	၈၅	၁၃၈
ခံယူသူ (မရို)	၂၃၃	၁၀၉	၃၄၂

စစ်တမ်းက ဘက်ယူရာတွင် သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှု ဧကန်မှုခံယူသူဦးရေ (၁၃၈)ဦးသာ ရှိပြီး အမျိုးသမီးများမှာ အများဆုံး သွားနှင့်ခံတွင်းစောင့်ရှု ဧကန်မှုကိုခံယူကြောင်း စင်းတွဲ ဖော်ပြပါသည်။

ပုံ (၁၃) ဇ. လာသူများ၏ သွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားဖုံးကျန်းမာရေးအခြေအနေကိုပုံဖော်ခြင်း



အထက်ပါဇယားအရ သွားဆရာဝန်နှင့် ပြောရာတွင် လွန်ခဲ့သော ၁(၆)လအတွင်း ပြောသူ (၁၄)ဦး (၂.၉%)ရှိပြီး ဘယ်တုန်းကမှ မပြဋ္ဌာသော လာသူများမှာ (၃၄၃)ဦး (၇၁.၄%)မှာ အများဆုံးဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

ဇယား (၂၁) ဇေ့.လာသူများ၏ကွမ်းစားခင်းနှင့်ခံတွင်းရောဂါတွဲ.ရွှ်ချက်အခဲအနက်ကို ဇယားဖင့်ဖော်ပဲခဲခင်း

ကွမ်းစားခင်း	ခံတွင်းအနာ			
	တွဲ.ေ		မတွဲ.ေ	
	ဦးရေ	%	ဦးရေ	%
ကွမ်းစားခင်းရှိ	၁	၀.၃	၃၄၆	၉၉.၇
ကွမ်းစားခင်းမရှိ	၂	၁.၆	၁၂၄	၉၈.၄

စစ်တမ်းကစဲ ဘက်ယူရာတွင် ကွမ်းစားခင်းကဲ ခင်း ခံတွင်းကင်ဆာအကျဲနာရှိသူ (၁)ဦး (၀.၃%)ရှိပီခဲကွမ်းစားခင်းမရှိသူများမှ ခံတွင်းကင်ဆာအကျဲနာရှိသူ (၂)ဦး (၁.၆%)ရှိကဲ ခင်း တွဲ.ရွှ်ရပါသည်။




ဆွေးနွေးချက်

❖ စစ်တမ်းကောက်ယူရာ ဒေသတွင်းရှိ ပြည်သူများသည် ကွမ်းစားခြင်း  
ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသော ခံတွင်းကျန်းမာရေးပြဿနာများကို နားလည်  
သိရှိမှု အားနည်းနေပါကြောင်း။

❖ စနစ်တကျပုံမှန်သွားတိုက်ခြင်းနှင့် ခံတွင်းပြဿနာများ ကို သေချာ  
သိရှိမှု အားနည်းနေပါကြောင်း။

❖ ကွမ်းစားခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာသော ခံတွင်းရောဂါများ ခံစားရပါက  
မှန်ကန်စွာကုသမှုခံယူရန်အားနည်းနေပါကြောင်း။



သုံးသပ်အကြံပြုချက်



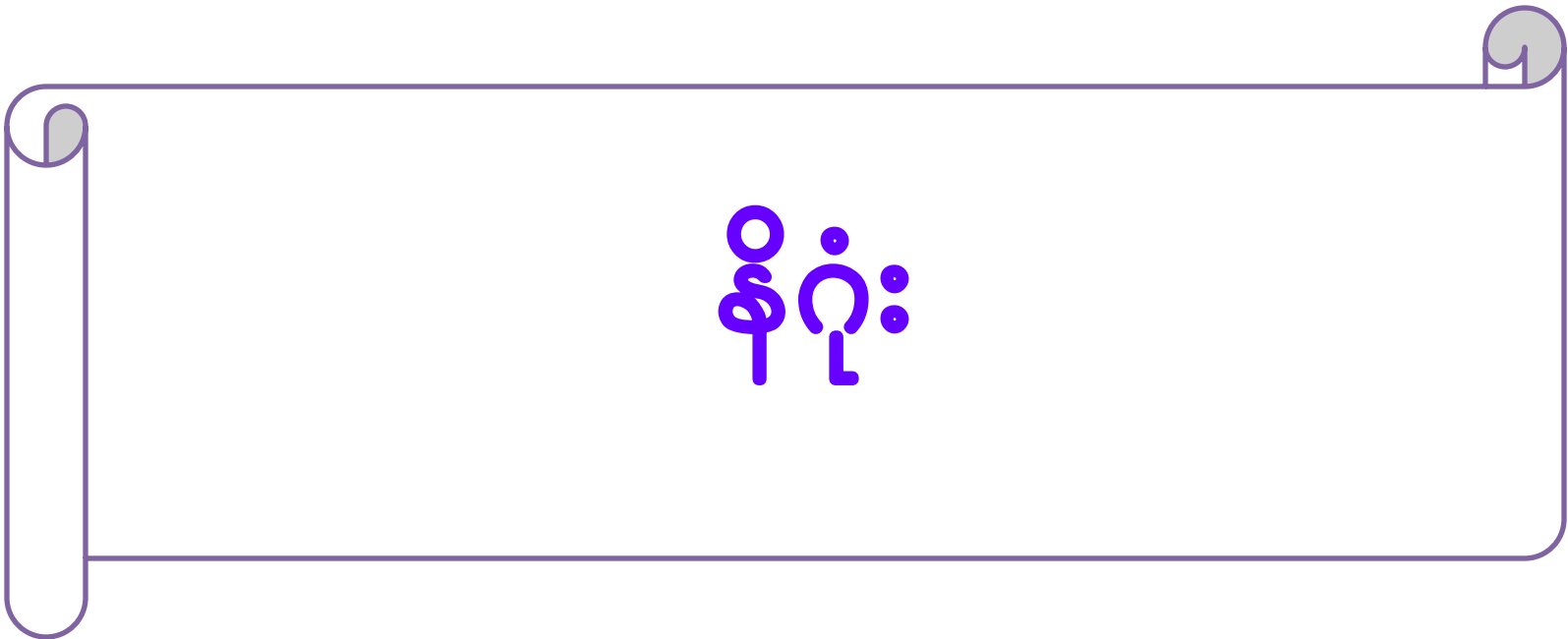
- ❖ ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ၊ နေပြည်တော်၊ လယ်ဝေးမြို့နယ်အတွင်း နေထိုင်သူများအနေဖြင့် ကွမ်းစားသုံးခြင်းအလေ့အထကို အမျိုးသမီးများမှာ အများဆုံးစားသုံးနေကြကြောင်း။
- ❖ ကွမ်းစားရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းကို လေ့လာရာတွင်လည်း အပျင်းပြေစားသုံးသူ မှာ အများဆုံးဖြစ်ကြောင်း။
- ❖ သို့ဖြစ်ပါ၍ အိမ်တွင်းမှုသင်တန်းများဖြစ်သော ဇာထိုး၊ ပန်းထိုးသင်တန်းများ၊ စက်ချုပ်သင်တန်း၊ ချက်ပြုတ်နည်းသင်တန်းနှင့် စာဖတ်ဝိုင်းများတွင် စာဖတ်ခြင်းအလေ့အထတို့အား လေ့ကျင့်ပေးရန် လိုအပ်ပါကြောင်း။

❖ ကွမ်းသီး၊ ဆေးရွက်ကြီးနှင့် နှပ်ဆေး စသည့် ကွမ်းနှင့် ဆက်စပ် ပစ္စည်းတို့၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး သိရှိမှုမှာ အားနည်းနေသေးကြောင်း တွေ့ရှိရသဖြင့် ကွမ်းနှင့်ပါတ်သတ်သော ကျန်းမာရေးပညာပေး လုပ်ငန်းများတိုးမြှင့် လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်ပါကြောင်း။


❖ သို့မှသာ ပြည်သူတို့ကလည်း လိုက်နာကျင့်ကြံပြီး မှန်ကန်သော အလေ့အကျင့်များကို စနစ်တကျဆောင်ရွက်ကြမည်ဟု ယုံကြည် ပါကြောင်း။

❖ သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုခံယူသူဦးရေမှာ လွန်စွာ နည်းနေသေးကြောင်းနေရသဖြင့် သွားနှင့်ခံတွင်း ပြုသနာများ ရှိလာ ပါက ဖြစ်ဖြစ်ချင်းစောလျင်စွာ ဆေးရုံဆေးခန်းသို့ ပြသရန် လိုအပ် ပါကြောင်းနှင့် ပြည်သူများကို သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဗဟုသုတများ ပြောကြား ရန် လိုအပ်နေပါကြောင်း။

❖ ပြည်သူလူထုအနေဖြင့် ကွမ်းစားခြင်းကြောင့် ဖြစ်တတ်သော ခံတွင်း ရောဂါများအကြောင်းကိုမှန်ကန်စွာသိရှိပြီးလိုက်နာဆောင်ရွက်နိုင်စေ ရန် စနစ်တကျ မှန်ကန်သောသွားတိုက်ခြင်းနှင့် ကွမ်းစားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ခံတွင်းရောဂါများ ခံစားရပါက မှန်ကန်စွာ ကုသ နိုင်ရေးအတွက် နေပြည်တော်ပြည့်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနနှင့် ပူးပေါင်း၍ အကြံပေးစကားဝိုင်းများပြုလုပ်ကာ အထူးအလေးပေး ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပါကြောင်း။



မြန်မာနိုင်ငံမိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှုအသင်းဝင်များ၏ ဆောင်ရွက်  
မှုသည် သက်တမ်းစေ့အသက်ရှည်စွာ နေနိုင်ရေးတွင် အထောက်အကူ  
ဖြစ်ပေသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ "ကွမ်းစားခြင်းနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေး"  
စာတမ်းသည် ကွမ်းစားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ခံတွင်းရောဂါများနှင့်  
ပတ်သက်၍ ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးခြင်း၊ ရောဂါရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း၊  
မှန်ကန်စွာကုသမှုခံယူခြင်းစသည့် အသိပညာများတိုးပွားကာ ခံယူချက်  
သဘောထားများ လက်တွေ့ လိုက်နာပြောင်းလဲကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် ကွမ်းစား  
ခြင်းကြောင့် ဖြစ်တတ် သော ခံတွင်းရောဂါများကို လျော့ချနိုင်ရေး အတွက်  
အထောက်အကူပြုနိုင်မည့် အကျိုးပြုစာတမ်းတစ်ခုအဖြစ် တင်ပြ  
အပ်ပါသည်။



မှတ်တမ်းတင်ခါတ်ပုံများ









































































ကျေးဇူးတင်လွှာ

- ❖ ကွမ်းစားခြင်းနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေးသုသေတနစာတမ်းဖြစ်မြောက် စေရန် လမ်းညွှန်မှုပေးခဲ့ပါသော မြန်မာနိုင်ငံ မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး အသင်းမှ တာဝန်ရှိသူများအားလုံး၊
- ❖ နေပြည်တော်မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှုကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့နာယက ဒေါ်ခင်စောမူ
- ❖ နေပြည်တော်မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှုကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ဒေါ်စုစုလွင်
- ❖ သုတေသနစာတမ်းပြုစုပေးခဲ့သည့် ဒေါက်တာကျော်ဦး
- ❖ စာတမ်းဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အစအစအရာရာ ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သည့် နေပြည်တော်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနမှူး ဒေါက်တာလှလှကြည်နှင့် ဝန်ထမ်း များအားလုံးအားလည်းကောင်း၊ အထူးပင်ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းတင် အပ်ပါသည်။





ကျေးဇူးတင်ပါသည်။