ယေဘုယျ လူထုအတွက်

ပဋိဇီဝ ဆေးယဉ်ပါးမှု အဘိဓာန်

AMR dictionary

MOCRU.

GREENPEACE

မသက်ဆိုင်ကြောင်းရှင်းလင်းချက်

The AMR dictionary (as PDF documents and the website www.amrdiciontary.net) is for educational and information purposes about antimicrobial resistance, only. The contents of the AMR dictionary, which include the learning points and the recommended video clips that we compiled, are not intended to be a substitute for professional medical advice, diagnosis, or treatment.

If you get sick, we recommend that you always seek advice from your local doctors or qualified health care providers, with any questions you may have regarding your medical condition. Never disregard seeking medical care advices or delay in seeking health care, because of something you read on the AMR dictionary.

Knowledge, research, and practices in this field are constantly changing. The AMR dictionary will regularly update the contents on both the PDF documents, and the website. Readers must rely on recommendations from health care providers in the country, and official documents about antimicrobial resistance from the government of that country in evaluating the information, and be mindful of their safety of themselves and others.

The AMR dictionary is not sponsored by any private or pharmaceutical organizations, and are not intend to advertise anything. The AMR dictionary is published as open access under a CC BY license (Creative Common Attribution 4.0).

Sincerely,

Working groups for the AMR dictionary

PS. If you were to have any questions, comments, or advice regarding the AMR dictionary, we have multiple channels of communication: [1] www.amrdictionary.net [2] fb.me/amrdictionary [3] https://www.surveymonkey.com/r/amrdictionary or [4] you can also let us know directly via emails (Ravikanya@tropmedres.ac and direk@tropmedres.ac)

မာတိကာ

အခန်း ၁။ ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်းဆိုတာဘာလဲ 1
ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်း (AMR) 1
ပိုးမွှားများ 4
ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး 6
ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မမှန်မကန်အသုံးချခြင်း 8
ပဋိဇီဂပိုးသတ်ဆေး အကြောင်း သိရှိနားလည်မှု 12
အခန်း ၂။ ယဉ်ပါးခြင်း 15
ပဋိဇီဂ ပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးခြင်း 15
ဆေးယဉ်ပါးသော ကူးစက်ရောဂါ 18
စူပါပိုးမွှား 20
ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော 22
အခန်း(၅)။။ ဆေးယဉ်ပါးမှုဖြစ်ခြင်း အပေါ် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ခြင်း။ 25
ကမ္ဘာ့ ပဋိဇီဝဆေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတ ရက်သတ္တပါတ် 25
ပဋိဇီဝဆေး၏ခြေရာ (Antibiotic footprint) 27
ပဋိဇီဝဆေးအား အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုခြင်း (Antibiotic Smart USE) 30
ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှု ကြီးကြပ်ရေး။ (Antibiotic Stewardship) 32
အခန်း(၈) အခြားဆေးဝါးများ 34
ယောင်ရမ်းမှုကို လျော့နည်းစေသည့်ဆေးဝါး 34
ရောဂါပိုးသတ်ဆေး (Antiseptic) 37
ကာကွယ်ဆေး (Vaccine) 40
အသိအမှတ်ပြုဂုဏ်ခံခြင်း 42

အခန်း ၁။ ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်းဆိုတာဘာလဲ

ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်း (AMR)

မိုက်ခရိုစကုပ်ဖြင့်သာမြင်နိုင်သောအကောင်ငယ်များ(ဘက်တီးရီးယားဗိုင်းရပ်စ်၊မှိုရောဂါအမျိုးမျိုး၊ ကပ်ပါးပိုးအမျိုးမျိုး)သည်ပဋိဇီဝဆေးများ၏ပိုးသတ်နိုင်သောစွမ်းအားကို ခံနိုင်ရည်ရှိလာခြင်းကိုဆိုလိုသည်။

လက်ရှိသုံးစွဲနေသောပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအားလုံးနီးပါးကိုခံနိုင်ရည်ရှိသောဘက်တီးရီးယားပိုးကို **စူပါပိုးမွှား** ဟုသတ်မှတ်ကြသည်။

ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်းသည်အဆုံးအစမရှိတိုးပွားလျက်ရှိသောရောဂါပိုးမွှားများအန္တရာယ်မှ
ထိရောက်စွာကာကွယ်ခြင်း၊ကုသခြင်းတို့ကိုခြိမ်းခြောက်လျက်ရှိသည်။

အဓိပ္ပာယ်တူစကားလုံးများ

ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်း|ပဋိဇီဝဆေးမတိုးခြင်း

ဆေးယဉ်ပါးသောပိုးဆိုသည်မှာပဋိဇီဝဆေးဖြင့်

ဆေးမတိုးသောပိုးကူးစက်ခံရခြင်း ဆိုသည်မှာ ပဋိဇီဝဆေးဖြင့် သတ်၍မရသော ရောဂါပိုးကူး စက်ခံရခြင်းကိုဆိုလိုသည်။

ဆေးမတိုးသောပိုးကူးစက်ခံရခြင်းကြောင့် ကမ္ဘာပေါ်တွင် လူ ၇၀၀ ၀၀၀ ထက်မနည်း နှစ်စဉ် အသက်ဆုံးရှုံးလျက်ရှိသည်။

မှတ်သားရန်အချက်

ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်းသည် ကမ္ဘာ့ပြဿနာဖြစ်ပါသလား

ကူးစက်ရောဂါများစွာကိုကုသနိုင်ခဲ့ပြီး လူနာများစွာအသက်ကို ကယ်တင်နိုင်ခဲ့သော အစွမ်းထက် ဆေးဝါးများစွာသည် ဆေးယဉ်ပါးသောပိုးများကြောင့် ဆေးအာနိသင်များ ဆုံးရှုံးလျက်ရှိသည်။[1] [2] ထိုအတွက်ကြောင့် ရောဂါပိုးကူးစက်ခံရသောလူနာများသည် ကြာရှည်စွာ ဖျားနာခြင်း မသန်မစွမ်းဖြစ်ခြင်းတို့အပြင် အသက်သေဆုံးသည်အထိ ထိခိုက်ခံစားကြရသည်။ သင့်တော်သော အစီအမံများ မလုပ်ဆောင်ခဲ့ပါက ရိုးရိုးသာမာန် ပိုးဝင်ခြင်းသည်ပင်လျှင် အသက်အန္တရာယ်ရှိလာနိုင်သောပိုးသတ်ဆေးမပေါ်မီ ကာလသို့ပြန်လည်ရောက်ရှိသွားနိုင်သည်။ အကယ်၍ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကမှ အပြောင်းအလဲ မလုပ်ခဲ့ပါက ခွဲစိတ်ကုသခြင်းအားလုံးနှင့် မီးဖွားခြင်း တို့ပင်လျှင် အလွန်အန္တရာယ်များလာမည်ဖြစ်ပြီးလူနာများစွာနှင့် မွေးကင်းစကလေးငယ်များ၊ မိခင်များသည် ကာကွယ်ကုသ၍ရနိုင်သော ရောဂါပိုးဝင်ခြင်းကြောင့် အသက်သေဆုံး ကြရလိမ့်မည်။[1]

တကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းမှုမရှိခြင်း၊ ကူးစက်ရောဂါထိန်းချုပ်မှုအားနည်းခြင်း ဥပမာ- အစားအသောက်ကိုင်တွယ်ရာတွင် မသန့်ရှင်းခြင်းသို့မဟုတ်လုံလောက်သော သန့်ရှင်းရေးအစီအမံများမရှိခြင်း နှင့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့သည် ဆေးမတိုးသောရောဂါပိုးများ ဖြစ်ပေါ် ပြန့်ပွား စေသည်။

သဘာဝအားဖြင့် ပိုးမွှားများသည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကို ခံနိုင်ရည်ရှိအောင်ယင်းတို့ကိုယ်တွင် ပြုပြင် ပြောင်းလဲမှုများကို အလိုအလျောက်လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိကြသည်။ သို့သော် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး မမှန်မကန်သုံးစွဲခြင်း သို့မဟုတ် အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့သည် ၎င်းပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများကို ပိုမို မြန်ဆန်စွာဖြစ်ပွားစေပြီး ရောဂါပိုးကို ကုသရန်ပိုမိုခက်ခဲစေသည်။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး မမှန်မကန် သုံးစွဲခြင်း သို့မဟုတ် အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့သည် လူတွင်သာမက တိရစ္ဆာန်များတွင်လည်း ရှိသည်။ လူသားများတွင် ဖြစ်ပွားမှုအများဆုံးသော နှာစေးချောင်းဆိုး အအေးမိခြင်းနှင့် တုပ်ကွေးဖျားနာခြင်း တို့သည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့်ဖြစ်ပြီး ၎င်းတို့ကိုကုသရန် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး မလိုအပ်ပါ။ သို့သော် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိလူပေါင်းများစွာတို့သည် နှာစေးချောင်းဆိုး အအေးမိခြင်းနှင့် တုပ်ကွေးဖျားနာခြင်း ခံစားရပါက ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို သောက်လေ့ရှိကြပါသည်။ ထို့အပြင် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိတိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေး လုပ်ငန်းများတွင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို အလွန် အကျွံသုံးစွဲကြသည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် တိရစ္ဆာန်အုပ်များတွင် ရောဂါပိုးကျရောက်သည့် အချိန်မှသာ ပိုးရှိသောအကောင်မှရောဂါမကူးစက်စေရန် ကျန်းမာသောအကောင်ကို ပိုးသတ်ဆေးပေးလေ့ရှိသည်။

လူဖြစ်စေ၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်စေ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကိုအမှန်တကယ် လိုအပ်သူကိုသာပေးရန် နှင့် မလိုအပ်သူများကိုမပေးရန် လွန်စွာအရေးကြီးပါသည်။ ကျွန်တော်တို့သည် ဆေးယဉ်ပါးနေသော

ကူးစက်ရောဂါများကိုကုသရာတွင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအသစ်များကိုသာ မှီခိုနေ၍မရပါ။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး မမှန်မကန်သုံးစွဲခြင်း သို့မဟုတ် အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး ရောဂါပိုးများ ဆေးယဉ်ပါးလာမည့် အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်လျှော့ချရန် လိုအပ်သည်။[3]

ဆက်စပ်သောစကားလုံးများ မိုက်ခရိုစကုပ်ဖြင့်သာမြင်နိုင်သောအကောင်ငယ်များ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး

ကိုးကားချက်များ။

[1] WHO (2018). "Antimicrobial resistance". *WHO*

[2] CDC (2018). "About Antimicrobial Resistance- Antibiotic/Antimicrobial resistance- CDC". *CDC.gov*

[3] O'Niell J. (2016). "Tackling Drug-Resistant Infections Globally: Final Report and Recommendations.- The review on Antimicrobial Resistance." *amr-review.org*

ပိုးမွှားများ

အသက်ရှိပြီး လွန်စွာသေးငယ်သဖြင့် ရိုးရိုးမျက်စိဖြင့်မမြင်နိုင်ပဲ မိုက်ခရိုစကုပ်ဖြင့် ကြည့်မှသာ မြင်နိုင်သော

ပိုးမွှားငယ်များသည် ကျွန်ုပ်တို့ ပတ်ဝန်းကျင် တွင် နေထိုင်ကြပြီး အရေပြားပေါ်တွင်သာမက ကျွန်ုပ်တို့ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌လည်းနေထိုင်ကြသည်။

ကူးစက်ရောဂါများကိုဖြစ်စေသော ပိုးမွှားငယ်များကို ရောဂါပိုးဟုခေါ်သည်။ သို့သောလည်း ပိုးမွှားငယ်တိုင်းသည် ကူးစက်ရောဂါကို မဖြစ်စေပါ။ တချို့သော ပိုးမွှားငယ်များ သည် ကျွန်ုပ်တို့ကို အကူအညီပေးတတ်သည်။

ဆက်စပ်သောစကားလုံးများ

ပိုးမွှားငယ်များ

မိုက်ခရိုစကုပ်ဖြင့် ကြည့်မှသာမြင်နိုင်သောသက်ရှိ

မှတ်သားရန်အချက်

ကမ္ဘာကြီးနှင့် ပိုးမွှားငယ်များ

အကြမ်းအားဖြင့် ပိုးမွှားငယ်များကို ၄ မျိုးခွဲခြားနိုင်သည်။ မှိုရောဂါပိုး ၊ ဘက်တီးရီးယားပိုး ၊ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးနှင့် ကပ်ပါးပိုးတို့ဖြစ်သည်။ မှိုရောဂါပိုးသည်အရွယ်အစားအကြီးဆုံးဖြစ်သည်။

ဘက်တီးရီးယားပိုးများသည် မှိုရောဂါပိုးထက် ပိုမိုသေးငယ်ပြီး နူးကလိယားမရှိကြပါ။ဘက်တီးရီးယား ပိုး တစ်ကောင်ထဲရှိလျှင် ဘက်တီးရီးယန်း ဟုခေါ်သည်။ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများသည် ပိုးမွှား ငယ်များတွင် အရွယ်အသေးဆုံးဖြစ်သည်။နူးကလိယားနှင့် ဆဲလ်နံရံများမရှိကြပေ။ ခြားသက်ရှိ တစ်မျိုးမျိုး သို့မဟုတ် အခြားဆဲလ်တစ်ခုခု အတွင်း၌သာမျိုးပွားနိုင်သည်။မိုက်ခရိုစကုပ်ဖြင့်သာ မြင်နိုင်ပြီး ရောဂါကိုဖြစ်စေသော အတွေ့ရများသည့်ကပ်ပါးပိုးမှာ ငှက်ဖျားပိုး ဖြစ်သည်။ နွားချေးမှိုနှင့် အခြားရိုးတံရှိမှိုများ မှာလည်း မှိုပိုးအုပ်စုဝင်များဖြစ်သည်။ထို့အပြင် သန်ကောင်များမှာလည်း ကပ်ပါးပိုးအုပ်စုဝင်များဖြစ်သည် ။ သို့သော် အရွယ်အစားကြီးမားကြပြီး ဆဲလ်အများအပြားဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားကြသည် ။ ၎င်းတို့သည် ပိုးမွှား ငယ်များမဟုတ်ကြပါ ။

ခန့်မှန်းခြေအရ မြေကြီးတစ်ဂရမ်တွင်ဘက်တီးရီးယားပိုးပေါင်း သန်းပေါင်းတစ်သောင်းအထိ ရှိနိုင်သည်။[1] ပုံမှန်လူတစ်ယောက်အသက်နှစ်ဆယ်မှသုံးဆယ်ကြား အရပ် ၁၇၀စင်တီမီတာ ၊ အလေးချိန် ၇၀ကီလိုဂရမ် ပုံမှန်လူတစ်ယောက်တွင် ပျမ်းမျှအားဖြင့် လူသားဆဲလ်ပေါင်းသန်းပေါင်းသုံးသောင်း ၃၀ ၀၀၀ ၀၀၀ ၀၀၀ ရှိပြီး ဘက်တီးရီးယားဆဲလ်ပေါင်း သန်းပေါင်း သုံးသောင်းကိုးထောင် ၃၉ ၀၀၀ ၀၀၀ ၀၀၀ နေထိုင်လျက်ရှိသည်။[2] ငှက်ဖျားကပ်ပါးပိုး များသည် လူ၏ကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်း ပုန်းအောင်းနေနိုင်ပြီး ၊ သွေးဆဲလ်များအတွင်း ပွားများကာ ခြင်ကိုက်ခြင်းမှတဆင့်အခြားသူများသို့ကူးစက်နိုင်သည်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ ဆေးယဉ်ပါးပိုးမွှားဆိုင်ရာ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုအစီအစဉ် အရ ဆေးယဉ်ပါးလာသော ဘက်တီးရီးယားပိုးနှင့် ငှက်ဖျားပိုးကဲ့သို့သော ပိုးမွှားငယ်များသည် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးကို ခြိမ်းခြောက်လျက်ရှိသည်ဟု သိရသည်။ [3]

ဥပမာ ဘက်တီးရီးယားပိုးသတ်ဆေးများကို လူနှင့်တိရစ္ဆာန်များတွင် မလျော်မကန် သုံးစွဲမှုကြောင့် လူသားတို့ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ဘက်တီးရီးယားပိုးသတ်ဆေးအဆိပ်သင့်လျက်ရှိသည်။ ထိုကဲ့သို့သော ဆေးများဖြင့်ထိတွေ့နေရခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ခန္ဓာကိုယ် ကျွန်ုပ်တို့ပတ်ဝန်းကျင် နှင့် တိရိစ္ဆာန်များတွင် ခိုကပ်နေထိုင်လျက်ရှိသော ဘက်တီးရီးယားပိုးများကို ဆေးယဉ်ပါးမှုဖြစ်စေသည်။ ဤဆေးယဉ်ပါး ဘက်တီးရီးယားပိုးများသည် ပျံ့နှံ့ကူးစက်ပြီး သေစေသောရောဂါများကိုဖြစ်စေနိုင်သည်။ ထိုနည်းတူ ငှက်ဖျားဆေးများကိုလည်း မလျော်မကန်သုံးစွဲမှုရှိပြီး ငှက်ဖျားထိန်းချုပ်ရေးကြိုးပမ်းမှုများသည် လည်း အခက်အခဲရှိသည်။ထို့ကြောင့် ဆေးမတိုးငှက်ဖျားသည်တစ်ကမ္ဘာလုံးပျံ့နှံ့လျက်ရှိသည်။

ဆက်စပ်သောစကားလုံးများ ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးခြင်း ၊ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ၊ **ပိုးမွှားငယ်များ:**

ကိုးကားချက်များ။

[1] Ingham E.R. (2018). "Soil Biology- Chapter 3: Bacteria". *extension.illinois.edu*

[2] Sender R., Milo R., and Fuchs S. (2016). "Revised estimates for the number of human and bacteria cells in the body." *PLOS Biology.* 14(8): e1002533. doi: 10.1371/journal.pbio.1002533

[3] WHO (2015). "Global Action Plan on Antimicrobial Resistance".*wpro.who.int*

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး

ဘက်တီးရီးယားပိုးကိုသတ်နိုင်သော သို့မဟုတ် ပိုးပွားများမှုကို ရပ်တန့်နိုင်သော ဆေး သို့မဟုတ် ဆေးပစ္စည်း ဥပမာ ပင်နီဆလင်

> ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသောက်စရာမလိုဘူးလို့ကျွန်ုပ်ကိုဆရာဝန်ကပြောတယ်။ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကဘက်တီးရီးယားတစ်မျိုးကိုပဲသတ်နိုင်တယ်။

> ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးက နှာစေးချောင်းဆိုးအအေးမိခြင်းနဲ့ တုပ်ကွေးရောဂါမျိုးကိုဖြစ်စေသော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကိုမသတ်နိုင်ဘူး။ သင့်ကို မြန်မြန်နေကောင်းလာအောင် အလုပ်မြန်မြန်ပြန်လုပ်နိုင်အောင် မကုပေးနိုင်ဘူး။

> သူ့မှာပြင်းထန်တဲ့ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်းကို ခံစားနေရတယ်။
> သူ့ကို ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးရက်ရှည်ပေးဖို့လိုတယ်။

မှတ်သားရန်အချက်

ကပ်ဆိုက်လာတော့မည့်အနာဂတ်တစ်ခု

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးမှုသည် အကြီးကျယ်ဆုံးသော ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်ပြီး လူသန်းပေါင်းများစွာကို သေစေနိုင်ကာ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေး ကိုလည်း ဆုတ်ယုတ်စေနိုင်သည်။[1]ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့ကြီးက အရေးကြီး ကြေငြာချက် ထုတ်ပြန် ကာတိုးပွားလာသောဆေးယဉ်ပါး ကူးစက်ရောဂါများ ပြဿနာကို ပါဝင်ဆောင်ရွက်ရန်သံမိဋ္ဌာန်ချထား

ကြောင်းဖော်ပြခဲ့သည်။[2]

အဆုတ်ရောင်ရောဂါ ၊ ဆီးလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ခြင်းနှင့် အရေပြားပြည်တည်နာကဲ့သို့သော အဖြစ် များသည့် ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်းများကို ကုသရန် ကျွန်ုပ်တို့ပုံမှန်အားဖြင့် အသုံးပြုသော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများသည် တဖြည်းဖြည်းအသုံးမဝင်တော့ပါ ဘက်တီးရီးယားပိုးများကို မသတ်နိုင်တော့ပါ။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး၏ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်က မကြာမီ အနာဂတ်တွင်စားသုံးသူများနှင့် ဆေးဝါးထောက်ပံ့သူများအနေနှင့် ရောဂါကုသရန်အတွက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို မှီခိုနေမှုအား လျော့ချရန် မဖြစ်မနေလိုအပ်ကြောင်းပြောကြားသည်။

လက်ရှိအခြေအနေအတိုင်း ရှေ့ဆက်သွားပါက ဂနို၊ဆီးပူညောင်းကျ ရောဂါကဲ့သို့သော အဖြစ်များသည့်ရောဂါမျိုးများသည် ကုရာနတ္ထိ ဆေးမရှိ ဖြစ်သွားနိုင်သည်။ ဆရာဝန်များက လူနာများကို မျက်နှာချင်းဆိုင်ရင်း **"ဝမ်းနည်းပါတယ် ၊ ခင်ဗျားအတွက် ကုပေးစရာဘာဆေးမှမရှိပါဘူး"** ဆို၍ပြောကြရလိမ့်မည် ဟုလည်းယင်းကသတိပေးသည်။

ဤကိစ္စသည် အလွန်အမင်း စိုးရိမ်စရာကောင်းပြီး ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးနှင့် ကျွန်ုပ်တို့မိသားစု များကိုပါ ထိခိုက်စေမည့် ပြဿနာဖြစ်သည်။ အရေးကြီးဥပမာပြရလျှင် ဆေးယဉ်ပါး ဘက်တီးရီးယားပိုး များအကြား ကလေးမီးဖွားရခြင်းသည် အလွန် အန္တရာယ်ရှိပြီး မိခင်ရော မွေးကင်းစကလေးပါ ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်၍ သေဆုံးနိုင်ခြေ မြင့်မားသည်။

ဆက်စပ်သောစကားလုံးများ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ၊ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး **ယဉ်ပါးခြင်း** ၊ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး မမှန်မကန်သုံးစွဲခြင်း နှင့် အလွန်အကျွံစုံးစွဲခြင်း

ကိုးကားချက်များ။

[1] O’Niell J. (2016). “Tackling Drug-Resistant Infections Globally: Final Report and Recommendations.- The review on Antimicrobial Resistance.” *amr-review.org*

[2] The Guardian, UK, 2016 Sep 21, and WHO ‘Birth in a time of antibiotic-resistant bacteria’, 2016 Aug 29

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မမှန်မကန်အသုံးချခြင်း

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို မသင့်တော်သောနေရာများတွင် အသုံးချခြင်း

> ဥပမာအားဖြင့် ဘက်တီးရီးယားပိုးမျိုးစုံသတ်နိုင်သည့် ကျယ်ပြန့်သော အာနိသင်ရှိ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး များကို မလိုအပ်ပဲ သုံးစွဲခြင်း။

> နှာစေးအအေးမိခြင်းကဲ့သို့သော သူ့အလိုလို ပျောက်ကင်းတတ်သော ဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါများအတွက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို လွဲမှားစွာ အသုံးပြုခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့လူမှုအဖွဲ့အစည်းကို ကြီးမားစွာထိခိုက်စေသည်။

ဆက်စပ်သောစကားလုံးများ

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို လွဲမှားစွာ အသုံးပြုခြင်း

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို မသင့်တော်သောနေရာများတွင် အသုံးချခြင်း

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်း

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို လိုအပ်သည်ထက်ပို၍များပြားစွာအသုံးပြုခြင်း သို့မဟုတ် လွန်ကဲစွာ မကြာခဏအသုံးပြုခြင်း

> ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မမှန်မကန်အသုံးချခြင်းနှင့် အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့ကို ထိန်းချုပ်ရန်မလွယ်ကူပါ။

> ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးခြင်းသည် မမှန်မကန်အသုံးချခြင်းနှင့် အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့အပြင်ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်မှုအားနည်းခြင်းတို့ကြောင့် ပိုမိုလျင်မြန်စွာဆိုးရွားလာနေသည်။

မှတ်သားရန်အချက်

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မမှန်မကန်အသုံးချခြင်းဖြင့် သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် လူသားအားလုံးကို ဘေးအန္တရာယ် ဖြစ်နေစေပြီလား

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မမှန်မကန်အသုံးချခြင်း သို့မဟုတ် အလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းတို့သည်

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်စေပါသည်။ နှာစေးချောင်းဆိုးအအေးမိခြင်း နှင့် အခြား ဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါများ အတွက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများသောက်သုံးခြင်းသည် ရောဂါမပျောက်ရုံသာမက သင့်ကိုလည်း မလိုအပ်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများပေးနိုင်သည်။ ထပ်ပြောရလျှင် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ဤကဲ့သို့ ဆေးသုံးစွဲမှုသည် ကုသရပိုမိုခက်ခဲသော ဘက်တီးရီးယားပိုးများကို ဖြစ်လာစေရန် အမှန်တကယ်ပင်အကူအညီပေးသည်။ ဤဘက်တီးရီးယားပိုးများသည် သင်ကိုယ်တိုင်၊ သင့်မိသားစု နှင့် သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ လူအများကိုကူးစက်စေနိုင်သည်။

မည်သည့်အချက်သည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မမှန်မကန်အသုံးချခြင်းတွင်ထည့်သွင်းနိုင်ပါသလဲ

၁။ နှာစေးချောင်းဆိုးအအေးမိခြင်း နှင့်တုပ်ကွေးရောဂါများအတွက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ အသုံးပြုခြင်း
၂။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို ကျွမ်းကျင်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ ညွှန်ကြားမှုမရှိပဲ သို့မဟုတ် ညွှန်ကြားမှုနှင့် ဆန့်ကျင်၍ အသုံးပြုခြင်း
၃။ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဆေးကိုရက်ပြည့်အောင်အကုန်မသောက်ခြင်း
၄။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို အခြားသူများနှင့် မျှဝေသုံးစွဲခြင်း
၅။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးလက်ကျန်များကို အသုံးပြုခြင်း

ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်သင့်သလဲ

၁။ နှာစေးချောင်းဆိုးအအေးမိခြင်း နှင့်တုပ်ကွေးရောဂါများအတွက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ အသုံးမပြုပါနှင့်
၂။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို ကျွမ်းကျင်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၏ ညွှန်ကြားမှုရှိမှသာ သုံးစွဲပါ။ ပိုမိုသေချာစေရန် ကျွန်ုပ်ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး သောက်သုံးရန် သင့်တော်သော ညွှန်ကြားချက်ရှိမရှိ မေးပါ။
၃။ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဆေးကိုရက်ပြည့်အောင်အကုန်သောက်ပါ။ သင့်ရောဂါသက်သာလာသောလည်း ဆေးကိုဆေးပတ်လည်အောင်သောက်ပါ။
၄။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို အခြားသူများနှင့် မျှဝေသုံးစွဲခြင်း မလုပ်ပါနှင့်။

၅။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးလက်ကျန်များကို အသုံးမပြုပါနှင့်။

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မမှန်မကန်အသုံးချခြင်း နှင့် ပတ်သက်သော လွဲမှားလေ့ရှိသည့်အယူအဆများ

၁။ လိုလိုမယ်မယ် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး သောက်ထားချင်တယ်။
အဖြေ။ မှားသည်။ နှာစေးအအေးမိနှင့် တုပ်ကွေးရောဂါများသည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါအများစုသည် ဘက်တီးရီးယားကြောင့် မဟုတ်ပါ။ ကျွမ်းကျင်ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းများ၏ ညွှန်ကြားမှုမရှိပဲ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး သောက်ခြင်းသည် သင်ကိုယ်တိုင်အား ဆေး၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ အန္တရာယ်ရှိစေသည့်အပြင် အခြားသူများကိုလည်း ဆေးယဉ်ပါး ဘက်တီးရီးယားပိုး အန္တရာယ်သို့မလိုအပ်ပဲ ကျရောက်စေသည် ။
၂။ ကျွန်တော် အရင်တစ်ခေါက် နှာစေးအအေးမိတုန်းက ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး သောက်ပြီး မြန်မြန်သက်သာလာတယ်။ အခုတစ်ခေါက် နှာစေးအအေးမိတော့ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးထပ်သောက် ချင်တယ်။
အဖြေ။ မှားသည်။ နှာစေးအအေးမိနှင့် တုပ်ကွေးရောဂါများသည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့်ဖြစ်ပြီး လူနာအများစုသည် ၇ရက်မှ ၁၀ရက်အတွင်း သက်သာလာကြသည်။ သင် ပဋိဇီဝပိုးသတ် ဆေးမသောက်လည်း သက်သာလာမှာပဲ ။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများသည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကိုမသတ်နိုင်ပါ။ သင့်ကို မြန်မြန်နေကောင်းလာအောင် အလုပ်မြန်မြန်ပြန်လုပ်နိုင်အောင် မကူပေးနိုင်ဘူး။
၃။ ကျွန်တော် အရင်တစ်ခေါက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသောက်တုန်းက ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ မခံစားခဲ့ရဘူး ။ ဒါကြောင့်ဒီတစ်ခေါက်လည်း ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများခံစားရမှာမဟုတ်ဘူး။
အဖြေ။ မှားသည်။ အရင်တစ်ခေါက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသောက်တုန်းက ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ မခံစားခဲ့ရသော်လည်း သင်အခုတစ်ခေါက် ခံစားရနိုင်သည် ။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို ထပ်ကာထပ်ကာ အသုံးပြုခြင်းသည် ဝမ်းလျှောခြင်း၊ မှိုစွဲရောဂါများအပါအဝင် အချို့သောဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ပိုမိုဖြစ်ပွားစေသည် ။
၄။ ကျွန်ုပ်၏ခန္ဓာကိုယ်ရှိ ဘက်တီးရီးယားများ ဆေးယဉ်ပါးပြီး ကျွန်ုပ်ကို ရောဂါဖြစ်စေလျှင်လည်း ကျွန်ုပ်သည် ပိုမိုအစွမ်းထက်သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို အမြဲတစေဝယ်ယူနိုင်သည် ။
အဖြေ။ မှားသည်။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများစွာကို ယဉ်ပါးနေသော ဘက်တီးရီးယားပိုးအများအပြား ရှိသည် ။ အချို့မှာ လက်ရှိ ရနိုင်သမျှ သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအားလုံးဖြင့် သတ်လည်းမသေနိုင်ပါ ။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို လွဲမှားစွာအသုံးပြုခြင်းကြောင့် လက်ရှိ ရနိုင်သမျှသော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအားလုံးဖြင့် ကုသမရနိုင်သော ဘက်တီးရီးယားပိုး ကူးစက်ခံရနိုင်သော အခွင့်အလမ်းပိုများသည်။
၅။ ကျွန်ုပ်၏ခန္ဓာကိုယ်ရှိ ဘက်တီးရီးယားများ ဆေးယဉ်ပါးပြီး ကျွန်ုပ်ကို ရောဂါဖြစ်စေလျှင်လည်း ကျွန်ုပ်တစ်ယောက်တည်းသာဖြစ်သည် ။ မည်သူတစ်ဦးတစ်ယောက်ကိုမျှ ကျွန်ုပ် ပြဿနာမပေးပါ ။
အဖြေ။ မှားသည်။ သင့်ခန္ဓာကိုယ်မှပေါက်ဖွားလာသော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးနေသော ဘက်တီးရီးယားပိုးသည် သင့်ကို အန္တရာယ်ပေးရုံသာမက သင့်မိသားစု သင့်ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် သင့်လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းရှိ အခြားသူများကိုလည်း ကူးစက်စေနိုင်သည် ။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို လွဲမှားစွာအသုံးပြုခြင်းသည် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတစ်ခုလုံးကို အန္တရာယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ဆက်စပ်စကားလုံးများ - "ပဋိဇီဂပိုးသတ်ဆေး အကြောင်း သိရှိနားလည်မှု" နှင့် "ပဋိဇီဂပိုးသတ်ဆေး ကွပ်ကဲလမ်းညွှန်မှု"

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အကြောင်း သိရှိနားလည်မှု

သင့်တော်သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အသုံးပြုမှု နှင့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးမှုကို ကာကွယ်ခြင်း များနှင့် သက်ဆိုင်သော သတင်းအချက်အလက်များကို သိရှိနားလည်၊ သုံးသပ်၊ အသုံးချနိုင်သော စွမ်းရည်။

> ကျွန်ုပ်တို့ စစ်တမ်းကောက်ယူထားသော လူနာအရေအတွက်ထက်ဝက်ကျော်သည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး သည် ဗိုင်းရပ်စ်ကို မသတ်နိုင်ကြောင်း သိသော်လည်း လိုလိုမယ်မယ်သဘောဖြင့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး သောက်ရန်သဘောတူကြသည်။[1]

> မြင့်မားသော ဆေးယဉ်ပါးနှုန်းနှင့် သာမာန်လူထု၏ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးဆိုင်ရာ နိမ့်ပါးသော အသိပညာ တို့သည် အန္တရာယ်ရှိလောက်အောင် ထိပ်တိုက် ရင်ဆိုင်တွေ့နေကြပြီးဖြစ်သည်။ [2]

မှတ်သားရန်အချက်

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးနှင့် ပတ်သက်သောလွဲမှားလေ့ရှိသည့် အယူအဆများ

ကျွန်ုပ်တို့ အားလုံးနီးပါးသည် ကျွန်ုပ်တို့ဘဝတွင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ်တော့ သောက်ခဲ့ဖူးကြသည်။ ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားနှင့် ကျွန်ုပ်တို့လူသားများအကြား ဆက်စပ်မှုကို တစ်ခါတစ်ရံ နားမလည်နိုင်သော အခါတွင် ဆေးယဉ်ပါးမှုသည် ကမ္ဘာတစ်ဝမ်းတွင် ပြဿနာတစ်ခုအဖြစ် ဆက်ရှိနေသည်။ ဆေးယဉ်ပါးမှုနှင့် ၄င်းကိုကာကွယ်ရန်အတွက်ကျွန်ုပ်တို့ ဘာလုပ်နိုင်သလဲ နှင့် ပက်သက်၍ရုပ်ထွေးလျက်ရှိသည်။ နိုင်ငံပေါင်း ၁၂နိုင်ငံမှ ဖြေဆိုသူပေါင်း ၁၀၀၀၀ ပါဝင်သည့် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ စစ်တမ်းတစ်ခုအရ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးနှင့် ပက်သက်သည့်အသိပညာသည် ပါဝင်သူသုံးပုံနှစ်ပုံတွင် ရှင်းလင်းစွာ နိမ့်ပါးနေကြောင်းတွေ့ရသည်။ [1] ပါဝင်သူသုံးပုံတစ်ပုံက အယူအဆလွဲမှာနေသည်မှာ ရောဂါသက်သာလာလျှင် ဆေးကိုကုန်အောင်သောက်စရာမလိုပဲ ရပ်ပစ်နိုင်သည် ဟုဖြစ်သည်။ ပါဝင်သူလေးပုံသုံးပုံကလည်း ဆေးယဉ်ပါးခြင်းဆိုသည်မှာ လူ၏ခန္ဓာကိုယ်က ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို ခံနိုင်ရည်ရှိလာခြင်း ဟု လွဲမှားစွာယုံကြည်ကြသည်။[1]

လူများသည် ဆေးယဉ်ပါးခြင်းပြဿနာကို လစ်လျူရှုနေကြသည်။ ထင်ရှားသော အယူအဆလွဲမှာ လူ၏ခန္ဓာကိုယ်က ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို ခံနိုင်ရည်ရှိလာခြင်း ဟုယုံကြည်မှုကြောင့် အခြားအယူအဆလွဲဖြစ်သည့် ဆေးယဉ်ပါးခြင်းပြဿနာသည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကို လက်ရှိသောက်သုံးနေသူများ နှင့်သာသက်ဆိုင်သည် ဟုလက်ခံထားသည်။[2] အမှန်တရားမှာ ဘက်တီးရီးယားပိုးသည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကိုခံနိုင်ရည်ရှိလာပြီး ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားသည် လူတစ်ဦးမှ တစ်ဦးသို့ကူးစက်နိုင်သည် ။ ဆိုလိုသည်မှာ သင်ကိုယ်တိုင်က ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး မသောက်သော်လည်း ဆေးယဉ်ပါးသည့် ဘက်တီးရီးယားပိုးသည် သင့်ကိုကူးစက်နိုင်သည် ။

သင့်တော်သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသုံးစွဲမှုနှင့် ဆေးယဉ်ပါးခြင်းအကြောင်း သင်ဘယ်လောက် သိသလဲ?

၁။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများသည် နာစေးအအေးမိခြင်းကို ပျောက်ကင်းအောင်ကုသပေးနိုင်သည်။ (မှန်၊မှား)

၂။ ကျွန်ုပ်တို့၏ခန္ဓာကိုယ်သည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကိုခံနိုင်ရည်ရှိလာခြင်းကို ဆေးယဉ်ပါးခြင်း ဟုခေါ်သည်။(မှန်၊မှား)

၃။ သင်၏ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသုံးစွဲမှုကြောင့် ဆေးယဉ်ပါးခြင်းကိုဖြစ်စေနိုင်သည်။(မှန်၊မှား)

၄။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကိုတိရိစ္ဆာန်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများတွင် အသုံးပြုခြင်းကြောင့်ဆေးယဉ်ပါးမှုကိုဖြစ်စေသည်။(မှန်၊မှား)

၅။ ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့်ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါများသည် ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားပိုးရှိသော လူများကို ထိတွေ့ခြင်းဖြင့် ကူးစက်နိုင်သည်။(မှန်၊မှား)

၆။ ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့်ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါများသည် ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားပိုးများ ကိုသယ်ဆောင်ထားသော တိရိစ္ဆာန်အရှင်များ၊ ရေ (သို့မဟုတ်) အစားအသောက် များကိုထိတွေ့ခြင်းမှတစ်ဆင့်ကူးစက်နိုင်သည်။(မှန်၊မှား)

၇။ ကာကွယ်ဆေးပုံမှန်ထိုးခြင်း ပုံမှန်နှင့်စနစ်တကျ လက်ဆေးခြင်း တစ်ကိုယ်ရည်သန့်ရှင်းရေးတို့ဖြင့် ကမ္ဘာကြီးကို ဆေးယဉ်ပါးမှုတိုက်ဖျက်ရန်အတွက် ကူညီပေးနိုင်သည်။(မှန်၊မှား)

အဖြေမှန်များ

၁။ မှားသည် ။ နာစေးအအေးမိခြင်းသည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့်ဖြစ်ပြီး ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသည် ဗိုင်းရပ်စ်ကိုမသတ်နိုင်ပါ ။ ဖျားနာသည့်ကာလ ကိုလည်း မလျော့ချနိုင်ပါ ရောဂါလက္ခဏာများကိုလည်းမသက်သာစေပါ။

ပိုမိုဖတ်ရှုရန်အတွက် ဤနေရာကိုနှိပ်ပါ ။ here

၂။ မှားသည်။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းကြောင့် သင်၏ခန္ဓာကိုယ်သည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို ခံနိုင်ရည်ရှိမလာပါ ။ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအလွန်အကျွံသုံးစွဲခြင်းကြောင့်ဘက်တီးရီးယားပိုးများသည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို ယဉ်ပါးလာပြီး လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ကူးစက်နိုင်သည် ။

၃။ မှန်သည်။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသုံးစွဲမှုကြောင့် ဆေးယဉ်ပါးခြင်း ဖြစ်ပွားနိုင်ပုံကို ဖတ်ရန် ဤနေရာကိုနှိပ်ပါ။

here

၄။ မှန်သည်။ စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများတွင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးမှု ဖြစ်ပွားပုံကို ဖတ်ရန် ဤနေရာကိုနှိပ်ပါ။ here

၅။ မှန်သည် ။ ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားပိုးရှိသော လူများကို ထိတွေ့ခြင်းဖြင့် ဆေးယဉ်ပါးဘက်တီးရီးယားပိုး ကူးစက်နိုင်သည် ။ ပိုမိုလေ့လာရန် ဤနေရာကိုနှိပ်ပါ။ click here.

၆။ မှန်သည်။ အစားအစာ ဘေးကင်းရေးနှင့် သန့်ရှင်းအောင်ကာကွယ်ရေး အကြောင်း ပိုမိုဖတ်ရှုရန် ဤနေရာကိုနှိပ်ပါ။ click here.

၇။ မှန်သည်။ ဆေးယဉ်ပါးခြင်းကိုဖြေရှင်းရန်အရေးကြီးကြောင်း နားလည်ရန်အတွက် ဖတ်ရှုရန် ဤနေရာကိုနှိပ်ပါ။ here

ကိုးကားချက်များ။

[1] WHO (2015).“Antibiotic Resistance: Multi-country public awareness survey” (online ed.). *WHO.* ISBN 978 92 4 150981 7

[2] Ramsey L (2017). “A growing threat could kill 10 million people a year by 2050.” *Businessinder.com*

အခန်း ၂။ ယဉ်ပါးခြင်း

ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးခြင်း

ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေး (သို့မဟုတ်) ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေးအမျိုးအပြားကို အလုပ်မလုပ်နိုင်အောင်ပြု လုပ်နိုင်သော ဘက်တီးရီးယားပိုး၏စွမ်းရည်

> “ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အလွန်အကျွံ သုံးစွဲခြင်း နှင့် လွဲမှားစွာအသုံးပြုမှုခြင်း များက ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးခြင်း ကိုဖြစ်စေ နိုင်ပါသည် ”

> “သင့်တင့်လျော်ကပ်စွာ အသုံးပြု လျင်ပင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး က ဘက်တီးရီးယားများအား ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါး ခြင်းကိုဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။သို့သော်လည်း ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါး မှုမှာ မလိုအပ်ပဲ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို အလွန်အကျွံ သုံးစွဲခြင်း ကြောင့် မြန်မြန်ဆန်ဆန် ဖြစ်ပေါ် လာရခြင်းဖြစ်ပါသည်။”[1]

နီးစပ်သော စကားလုံး

ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးခြင်း

ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေး အလုပ်မလုပ်နိုင်အောင်ပြု လုပ်နိုင်သော စွမ်းရည်

> “ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးသော ဘက်တီးရီးယားပိုး ကူးစက်ရောဂါ များကြောင့် နှစ်စဉ် အနည်းဆုံး လူပေါင်း ၅၀၀၀၀ ခန့် ယူကေ၊ ဥရောပ နှင့် ယူအက်စ် များတွင် သေဆုံး နေကြပါသည်။” [1]

လေ့လာရန် အချက်များ

ဘာတွေက ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးခြင်း ကိုဖြစ်စေတာလဲ

အချို့သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးမှုသည် သဘာဝအတိုင်းလဲ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပနီဆီလင် ကဲ့သို့သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများကို မြေကြီးထဲတွင်သဘာဝ အလျှောက်တွေ့ရှိရသော မှို နှင့် ဘက်တီးရီးယား များမှ ထုတ်ယူထားခြင်း ဖြစ်သည်။ သဘာဝ အလျှောက် ရှင်သန်နေထိုင်ရန် အတွက် ပိုးမွှားငယ်များ (ဘက်တီးရီးယား၊ ဗိုင်းရပ်စ်၊ ကပ်ပါးကောင် နှင့် မှို) သည် အချိန်ကြာလာ သည်နှင့်အမျှ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါး လာကြရပါသည်။ သို့သော်လည်း ပုံမှန်အားဖြင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်တွင်တွေ့ ရသော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ပမာဏမှာ အလွန်ပင် နည်းပါးပြီး ၁၉၃၀ဝန်းကျင် (ပင်နီဆလင် စပေါ်ချိန်က) အချိန်က ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးသော ဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့် ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါများ မှာ အလွန်ပင် ရှားပါးခဲ့ပါသည်။

အလွန်အကျွံနှင့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး လွဲမှားစွာအသုံးပြုမှုခြင်းများက ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးမှုကို အလျင်အမြန်ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ကမ္ဘာအနှံ့သို့ ပြန့်နှံ့သွားစေပါသည်။ နှစ်စဉ် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး တန်ချိန် ၂ သိန်း မှ ၂ သိန်းခွဲထိထုတ်လုပ် သုံးစွဲနေ ကြသည်ဟုခန့်မှန်းပါသည်။[1] [2] ယင်းတို့တွင် ၇၀ ရာနှုန်းမှာ တိရစ္ဆာန်များအတွက်ဖြစ်ပြီး၊ ၃၀ ရာနှုန်းမှာ လူများအတွက် အသုံးပြုနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ လူနှင့် တိရစ္ဆာန်များ သောက်သုံးသောပြီးသော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အများစု ကို မစင်နှင့် ကျင်ငယ်ရေ တို့တွင်စွန့်ထုတ်လိုက်ပြီး ရေဆိုးမြောင်း များသို့ ဝင်ရောက်ကာ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ညစ်ညမ်းစေပါသည်။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို ထိတွေ့မိသော လူနှင့် တိရစ္ဆာန်များရှိ ဘက်တီးရီးယားပိုးများမှာလည်း ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို ယဉ်ပါးလာပြီး ထိုပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးသော ဘက်တီးရီးယားပိုးများက အခြားလူများ နှင့် သဘာဝ ပတ်ဝန်း ကျင်များ သို့ ပျံ့နှံ့သွားနိုင်ပါသည်။[2] [3]

ဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့်ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါ ရှိသူများတာ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးဖြင့်ကုသရန် လိုအပ်ပြီး ဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့် မဟုတ်သော ကူးစက်ရောဂါများအတွက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး မသုံးသင့်ပါ။ ဆာအလက် ဇန်းဒါးဖန်းမင်းက ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးမှု ပြသနာကို အစတည်းက ခန့်မှန်းခဲ့ပြီး အောက်ပါကဲ့သို့ ပြောကြားခဲ့ သည်။

"ပင်နီဆီလင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို မစဉ်းစားပဲ မဆင်မခြင် အသုံးပြုသူသည် ပင်နီဆီလင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသောရောဂါပိုးကြောင့်သေဆုံး သူ အတွက် ကိုယ်ကျင့်တရား အရ တာဝန်ရှိသည်" ယနေ့ခေတ်တွင် တွေ့ရများသော ရောဂါပိုးများ မှာ ပင်နီဆီလင်ဆေးကို ယဉ်ပါးနေသောကြောင့် လူနှင့် တိရစ္ဆာန်များတွင် အဖြစ်များသော ကူးစက်ရောဂါများ ကုသရန်အတွက်ယင်းကို အသုံးမပြုတော့ပါ။ ပနီဆီလင်အစား အခြားပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ ကိုသာ အသုံးပြုပါသည်။ ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးသော ကူးစက်ရောဂါ

များကြောင့် နှစ်စဉ် လူပေါင်း ၇ သိန်းခန့် ကမ္ဘာပေါ်တွင် သေဆုံး နေကြပြီး ၂၀၅၀ ခုနှစ်တွင် နှစ်စဉ်သေဆုံးမှုမှာ လူဦးရေ ၁၀သန်းခန့်ထိ ရှိနိုင်ပါမည်။[2] ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အသစ်များ ရှာဖွေတွေ့ ရှိခြင်းတော့ မရှိသည် မှာ နှစ်ပေါင်းအတော်ကြာပြီ ဖြစ်ပါသည်။

"ကျတော်တို့အနေဖြင့် ဆေးယဉ်ပါးမှုပြသနာကိုအသိပညာပေးရန် ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာ လူထုလှုပ်ရှားမှု တစ်ရပ် အရေးပေါ် လိုအပ်နေပါ သည်။"[1]
သင် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကိုလွဲမှားစွာ အသုံးပြုနေပါသလား။ 'ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကိုလွဲမှားစွာ အသုံးပြုနေခြင်း' အခန်းတွင် လေ့လာပါ။

ဆက်စပ် စကားလုံးများ - ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး၊ ဘက်တီးရီးယား၊ ပနင်ဆီလင်၊ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကို မလိုအပ်ပဲ သုံးစွဲခြင်း

ကိုးကားချက်များ။

[1] O'Niell J. (2016). "Tackling Drug-Resistant Infections Globally: Final Report and Recommendations.- The review on Antimicrobial Resistance." *amr-review.org*

[2] Sarmah A.K., Meyer M.T., and Boxall A.B.A. (2006). "A global perspective on the use, sales, exposure pathways, occurrence, fate and effects of veterinary antibiotics (VAs) in the environment." *Science direct Chemosphere.* 65(5); 725-759. doi: 10.1016/j.chemophere.2006.03.026

[3] Van Boeckel T.P., Brower C., Gilbert A., Grenfell B.T., et al. (2015). "Global trends in antimicrobial use in food animals." *PNAS.* 112(18); 5649-5654. doi: 10.1073/pnas.1503141112

ဆေးယဉ်ပါးသော ကူးစက်ရောဂါ

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသော ရောဂါပိုးကြောင့် ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါ

> ဆေးယဉ်ပါး ကူးစက်ရောဂါ ကိုဖြစ်စေသော အကြောင်းအရာ များစွာရှိပါသည်။ ဥပမာ- ပဋိဇီဝ ပိုးသတ်ဆေးကို မလိုအပ်ပဲ (သို့မဟုတ်) အလွန်အကျွံ သုံးစွဲခြင်း။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသော ရောဂါပိုးသည် လူတစ်ယောက် မှ အခြားတစ်ယောက် ထံ သို့ ကူးစက်နိုင်သောကြောင့် အခြားသူများ ထံ မှလည်း ဆေးယဉ်ပါး ကူးစက်ရောဂါကို ရရှိ နိုင်ပါသည်။" [1]

လေ့လာရန် အချက်များ

ရောဂါပိုး ကပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကို ယဉ်ပါးလာခြင်း ဖြစ်သည်။ သင်၏ခန္ဓာကိုယ်က ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကို ယဉ်ပါးလာခြင်း မဟုတ်ပါ။

သင်၏ခန္ဓာကိုယ် က ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကိုယဉ်ပါးခြင်း မဖြစ်ပါ။ ဘက်တီးရီးယား ပိုးကသာ မျိုးရိုးဗီဇ ပြောင်းလဲပြီး ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို ယဉ်ပါးလာခြင်းဖြစ်သည်။ ယေဘူယအားဖြင့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးက ဘက်တီးရီးယားပိုးများကို ပစ်မှတ်ထားပြီး ယင်းတို့ကို သတ်ခြင်း၊ အားနည်းအောင် လုပ်ခြင်းဖြင့် သင့်အား ကူးစက်ရောဂါပျောက်ကင်းအောင် ကူညီပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်ကပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသော ဘက်တီးရီးယားပိုးကူးစက်ရောဂါ ဖြစ်ပါက သာမာန် အသုံးပြုနေသော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ အသုံးပြု၍ ရမည်မဟုတ်ပါ။ ထိုအခြေအနေတွင် အလွယ်တကူ မရရှိနိုင်သော (သို့) နောက်ဆုံး အသုံးပြုစရာ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ လိုအပ်လာပါမည်။ အချို့သောအခြေအနေများတွင် အစွမ်းထက်သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ အသုံးပြုစရာ မကျန်တော့သော အခြေအနေ များနှင့် ကြုံတွေ့ နိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင် သင်၏ ခန္ဓာကိုယ် မှ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသော ဘက်တီးရီးယားပိုး များက သင်၏မိသားစုဝင်များ နှင့် သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အခြားသူများ ထံသို့ လည်းရောက်ရှိ သွားနိုင်ပါသည်။

ဆေးယဉ်ပါး ကူးစက်ရောဂါ ကိုဖြစ်စေသော အကြောင်းအရာ များစွာရှိသော်လည်း ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကို လွဲမှားစွာ အသုံးပြုခြင်း (သို့မဟုတ်) အလွန်အကျွံ သုံးစွဲခြင်းက အဓိကဖြစ်ပါသည်။

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသော ရောဂါပိုးသည် လူတစ်ယောက် မှ အခြားတစ်ယောက် ထံ သို့ ကူးစက်နိုင်သောကြောင့် အခြားသူများထံ မှလည်း ဆေးယဉ်ပါး ကူးစက်ရောဂါကို ရရှိ နိုင်ပါသည်။ လူနာများသည် ပုံမှန်အားဖြင့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို ၄င်းတို့ပြသနေသော ဆရာဝန်များထံမှ ရရှိပြီး (သို့) ဆေးဆိုင်မှ ဝယ်ယူကြပြီး အချို့အခြေအနေများတွင် မှားယွင်းစွာ အသုံးပြုနေကြသည် (ဥပမာ - ဗိုင်းရပ်စ် ပိုးကြောင့်ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါများ အတွက် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး သောက်ခြင်း)။

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးကို စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများတွင်လည်း အသုံးပြုခြင်းကြောင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်များတို့လည်း ပျံ့နှံ့သွားပါသည်။ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အသုံးပြုမှုနှင့် ဆေးယဉ်ပါး ကူးစက်ရောဂါများဖြစ်ပေါ်မှုကို သေသေချာချာ မထိန်းချုပ်နိုင်ပါက အနာဂတ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့အတွက် ကုသစရာ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ မရှိတော့သော အခြေအနေများအထိဖြစ်နိုင်ပါသည်။[1]

သင်စိတ်ဝင်စားပြီး ပိုမိုသိရှိလိုပါက ဤနေရာကိုနှိပ်ပါ click here.

ဆက်စပ် စကားလုံးများ - တီဘီရောဂါဆေး၊ ၄က်ဖျားဆေး

ကိုးကားချက်များ။

[1] WHO (2015). "Worldwide country situation analysis: response to antimicrobial resistance." *WHO*

စူပါပိုးမွှား

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အများအပြားကို ယဉ်ပါးနေသော ဘတ်တီးရီးယားပိုး အမျိုးအစား

> "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးများ အလွန်အကျွံ သုံးစွဲခြင်းများက စူပါပိုးမွှားများကို ဖြစ်စေပါသည်"

> "စူပါပိုးမွှားများ ကူးစက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်အတွက် သင်လက်ဆေးပါ"

> "စူပါပိုးမွှားများသည် သာမာန်လုပ်နေကျ ခွဲစိတ်ကုသမှုများကိုပင် သေစေသည်အထိ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်" [1]

> "ယခုချိန်မှစ၍မဆောင်ရွက်လျှင်စူပါပိုးမွှားများသည်ရာသီဥတုဖောက်ပြန်ခြင်းထက်စော၍ ကျွန်ုပ်တို့ကို အသက်အန္တရာယ်ပေး ခြိမ်းခြောက်နိုင်ပါသည်" [2]

လေ့လာရန် အချက်များ

စူပါပိုးမွှားများ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း

"စူပါပိုးမွှား" အသုံးအနှုန်းသည် သတင်းမီဒီယာ စကားလုံးဖြစ်ပြီး ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ တွင်တွင်ကျယ်ကျယ် အသုံးပြုလာကြခြင်းဖြစ်သည်။ "စူပါပိုးမွှား" စကားလုံးကို ၁၉၇၀ ဂန်းကျင်က လူကြိုက်များသော သတင်းများတွင် မကြာခဏ တွေ့ရလေ့ရှိပြီး အညစ်အကြေးများစားသုံးသော ပိုးမွှားများကို ရည်ညွှန်းခြင်း ဖြစ်သည်။[3] နောက်ပိုင်းတွင် ပြောင်းလဲလာခဲ့ပြီး နောက်ပိုင်းတွင် ကုသရခက်သော ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးခြင်းကို ရည်ညွှန်းရန် အသုံးပြုလာကြသည်။

သတင်းမီဒီယာများသည် လူထု၏အမြင်နှင့် သဘောထားများ ကိုထင်ဟပ်ပါသည်။[4] **၁၉၉၆ ယူကေ တွင် ဘီဘီစီမှ ဆေးယဉ်ပါးခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး** ဗန်ကိုမိုင်စင် ဆေးမတိုးသော ဘက်တီးရီးယားပိုး တစ်မျိုးထွက်ပေါ်လာမှု အဓိကထားပြီး "စူပါပိုးမွှား" ဟုခေါ်သော အစီအစဉ် တစ်ခုပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုအစီအစဉ်က သတင်းမီဒီယာများက "စူပါပိုးမွှား" အပေါ် အနီးကပ်စောင့်ကြည့်မှုဖြစ်စေခဲ့ပါသည်။ ၂၀၁၅ ယူကေ အထွေထွေရွေးကောက်ပွဲတွင် စူပါပိုးမွှားခေါင်းစဉ်သည် အဓိကနိုင်ငံရေးပါတီနှစ်ခုကြား စကားရေလုစရာ အကြောင်းအရာတစ်ရပ် ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုစဉ်က စူပါပိုးမွှားနှင့် ပတ်သက်၍ သတင်းများရှိခဲ့သော်လည်း ပုံမှန်စိတ်ဝင်စား၍ စာဖတ်သူများပင် စူပါပိုးမွှားများ၏ ပြဿနာ အတိမ်အနက်နှင့် အရေးတကြီးလုပ်ဆောင်ရမည့် အချက်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး နားမလည်မှုများရှိခဲ့သည်။ ယခုအချိန်အခါတွင် စူပါပိုးမွှားများ ပြဿနာကို မည်ကဲ့သို့တွန်းလှန်ကြရမည်ကို လူအများသိရှိရန် အရေးတကြီးလိုအပ်လာပါသည်။

စူပါပိုးမွှား (သို့မဟုတ်) ဆေးအများအပြား ယဉ်ပါးမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး ထပ်မံသိရှိလိုပါက အောက်ပါ ခေါင်းစဉ်များတွင် ဖတ်ရှုပါ။ "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး လွဲမှားအသုံးပြုမှု" "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အကြောင်း သိရှိနားလည်မှု" "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အသုံးပြုမှု" နှင့် "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကွပ်ကဲလမ်းညွှန်မှု"

ကိုးကားချက်များ။

[1] Nuki P. & Gulland A. (2018). "Superbugs could render even the most routine procedures deadly, warns chief medical officer." *The Telegraph.*

[2] Armstrong S. (2017). "If we don't act now, superbugs will kill us before climate change does." *wired.co.uk.*

[3] Mosher D. (2012). "What is a Superbug?" *livescience.com*

[4] Reynolds L.A. and Tansey E.M. (2006). "Superbugs and Superdrugs: A History of MRSA." *The Wellcome Trust Centre for the History of Medicine at UCL.*

ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော

ဆေးအများအပြား (ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး၊ ပဋိဇီဝပိုင်းရပ်စ်သတ်ဆေး၊ ပဋိဇီဝမှိုသတ်ဆေးနှင့် ပဋိဇီဝကပ်ပါးကောင်သတ်ဆေး များအပါအဝင်) အသုံးမဝင် အစွမ်းမထက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သော စွမ်းရည်။

> "ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော ဘက်တီးရီးယား ပိုးများသည် အန္တရာယ်ကြီးပြီး ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး အတွက်ခြိမ်းခြောက်မှု တစ်ရပ်ဖြစ်ပြီး ယင်းပိုးများသည် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အများအပြားကို လည်းယဉ်ပါးနေနိုင်ပါသည်။"

> "ဆေးယဉ်ပါးသောတီဘီရောဂါ အတွက် ကုထုံးအသစ်မှာ ၉လ မှ ၁၁လ ထိ ကြာမြင့်ပါသည်။"

နီးစပ် စကားလုံးများ

ဆေးအများအပြား ယဉ်ပါးခြင်း

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအများအပြား အသုံးမဝင် အစွမ်းမထက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သော ပိုးမွှားငယ်များ၏ စွမ်းရည်။

> "ငှက်ဖျားပိုးများသည် ပထမတန်း အသုံးပြုနေသော ငှက်ဖျားဆေး အများအပြားကို လျင်မြန်စွာ ဆေးယဉ်ပါး နိုင်ပြီး အထူးသဖြင့် လူနာမှ ငှက်ဖျားဆေးများကို ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဆေးပတ်လည်အောင် မသောက်လျှင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။"

> "ဆေးယဉ်ပါး ခြင်းနှင့် အတူ ပိုးမွှားများ ပိုမိုအစွမ်းထက်လာခြင်း ကလည်း လက်ရှိ အခြေအနေ ကို ပိုမိုဆိုးဝါးစေပါတယ်"

ဆေးအလွန်အမင်း ယဉ်ပါးခြင်း

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအုပ်စုအများအပြား အသုံးမဝင် အစွမ်းမထက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သော ပိုးမွှားငယ်များ၏ စွမ်းရည်။ ယင်းပိုးမွှားငယ်များ ကို သတ်ရန် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအုပ်စု တစ်ခု၊ နှစ်ခု လောက်သာကျန်တော့သည်။.

ဆေးအားလုံး ယဉ်ပါးခြင်း

ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအုပ်စုအားလုံး အသုံးမဝင် အစွမ်းမထက်အောင် ပြုလုပ်နိုင်သော ပိုးမွှားငယ်များ၏ စွမ်းရည်။ ယင်းပိုးမွှားငယ်များ မှာ ပိုးသတ်ဆေးအားလုံးကို ယဉ်ပါးနေပြီဖြစ်သည်။

လေ့လာရန် အချက်များ

ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးခြင်းသည် လူလုပ်သောပြဿနာဖြစ်သည်

ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးခြင်း အများစုသည် လူလုပ်သောပြဿနာဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ဆေးယဉ်ပါးတီဘီ ရောဂါသည် တီဘီဆေး အလုံအလောက် မသောက်ခြင်း (သို့မဟုတ်) မသင့်လျော်သော တီဘီဆေးတိုက်ကျွေးမှုများကြောင့် ဖြစ်သည်။[1] ဆေး၏ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး များနှင့် ကာလကြာရှည်သောက်သုံးရန် လိုအပ်မှုတို့ကြောင့် မသင့်လျော်သော တီဘီဆေးတိုက်ကျွေးမှုများမှာ အတွေ့ရများပါသည်။ လူနာက ရောဂါသက်သာလာသောအခါ သောက်သုံးရန် ညွှန်ကြား ထားသောဆေးများ ကိုရပ်လိုက်ကြပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲရှိ တီဘီပိုးများ မှာကျန်ရှိနေသေး သောကြောင့် ယင်းပိုးများမှာ သောက်လက်စ ပထမတန်းတီဘီဆေးများကို ယဉ်ပါးလာပါသည်။ လူနာနောက် တစ်ကြိမ် တီဘီပြန်ဖြစ်သောအခါ ပထမတန်းတီဘီဆေးများသုံးပြီး ကုသ၍ မရတော့သည့်အပြင် အလွန်အမင်း ကူးစက်လွယ်ပြီး သေစေနိုင်ပါသည်။

ကာဘာပီနန်ဆေးယဉ်ပါးသော အူတွင်းဘက်တီရီးယားပိုးသည် ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော ပိုးအုပ်စု ဖြစ်သည်။ ယင်းပိုးများသည် ဆင့်ကဲပြောင်းလဲလာသောကြောင့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအများစု မှာ အသုံးမဝင်ပဲ "စူပါပိုးမွှား" အဖြစ်သိကြသည်။ ကိုလစတင် သည် နောက်ဆုံးလက်ကျန် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုးဖြစ်ပြီး ကာဘာပီနန်ဆေးယဉ်ပါးသော အူတွင်းဘက်တီရီးယားပိုး နှင့် အခြား ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော ဘက်တီးရီးယားပိုးများကြောင့် ဖြစ်သော ကူးစက်ရောဂါများကို ကုသရာတွင်သုံးသည်။ ဆေးရုံ နှင့် လူထုအတွင်း ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအလွန်အကျွံ သုံးစွဲခြင်းက ကာဘာပီနန်ဆေးယဉ်ပါးသော အူတွင်းဘက်တီရီးယားပိုး ကဲ့သို့သော ပိုးများဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ ဆေးယဉ်ပါးသောဘက်တီရီးယားပိုး များက အခြားလူများထံသို့ လည်းကူးစက်နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍သင် လတ်တလောဆေးရုံတက်ထားပါက (သို့မဟုတ်) ရေရှည်စောင့်ရှောက်မှု ပေးသောနေရာများ (သို့မဟုတ်) ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးသောက်သုံးထားပါက သင်လည်း ကာဘာပီနန်ဆေးယဉ်ပါးသော အူတွင်းဘက်တီရီးယားပိုး ကူးစက်ခံရဖို့ အခွင့်အလန်း များပါသည်။ ကာဘာပီနန်ဆေးယဉ်ပါးသော အူတွင်းဘက်တီရီးယားပိုး ကူးစက်ခံရောဂါက သေစေနိုင်ပါသည်။

ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော အစီနီတိုဘက်တာပိုးကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု နေရာများနှင့် ပတ်သက်သော အရေးကြီးသည့် ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသော ရောဂါပိုးအဖြစ် အသိအမှတ်ပြုလာကြသည်။ သမိုင်းကိုပြန်ကြည့်သော် ကာဘာပီနန်ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးအုပ်စုသည် ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော အစီနီတိုဘက်တာပိုးအတွက်အကောင်းဆုံးကုသမှု ဖြစ်ခဲ့သည်။ သို့သော်လည်း ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး လွဲမှားအသုံးပြုမှု နှင့် အလွန်အကျွံအသုံးပြုမှုတို့ကြောင့် ကာဘာပီနန်ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေးယဉ်ပါးသော အစီနီတိုဘက်တာပိုး များပေါ်ပေါက် ပျံ့နှံ့ လာရခြင်း ဖြစ်သည်။ ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးသော အစီနီတိုဘက်တာပိုး သည်ပြင်းထန်သောကူးစက်ရောဂါ များကိုဖြစ်စေပြီး ကုသရန်ခက်ခဲပါသည်။

ဆေးအများအပြားယဉ်ပါးခြင်း ပြဿနာကို ကိုင်တွယ်ရန်အတွက် ဆေးရုံများ အနေဖြင့် သန့်ရှင်းရေး လုပ်ငန်းများ စနစ်တကျလုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ဆေးရုံရှိလူတိုင်း လူနာများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အရာများအား မထိခင်နှင့် ထိပြီးတိုင်း လက်ဆေးခြင်း၊ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကွပ်ကဲလမ်းညွှန်မှု ဆိုင်ရာ အစီအစဉ်များချမှတ်ပြီး အကောင်အထည်ဖော် ကြီးကြပ်ဆောင်ရွက်ခြင်း များကိုစတင်လုပ်ဆောင် ရပါမည်။ ပြည်သူလူထုကလည်း လက်ဆေးခြင်း၊ သန့်ရှင်းစွာနေထိုင်ခြင်း၊ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး လွဲမှား အသုံးပြုမှု နှင့် အလွန်အကျွံအသုံးပြုမှု တို့ကို ရပ်သန့်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

စူပါပိုးမွှား (သို့မဟုတ်) ဆေးအများအပြား ယဉ်ပါးမှုပြဿနာများကို လျော့နည်းအောင် မည်သို့လုပ်ဆောင်ရမည်ကို ထပ်မံသိရှိလိုပါက အောက်ပါ ခေါင်းစဉ်များတွင် ဖတ်ရှုပါ။ "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး လွဲမှားအသုံးပြုမှု" "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အကြောင်း သိရှိနားလည်မှု" "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး အသုံးပြုမှု" နှင့် "ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ကွပ်ကဲလမ်းညွှန်မှု"

ဆက်စပ် စကားလုံးများ - ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး၊ ပဋိဇီဝပိုးသတ်ဆေး ယဉ်ပါးခြင်း၊ ဆေးယဉ်ပါးသော ကူးစက်ရောဂါ

ကိုးကားချက်များ။

[1] Huber C. (2014). "The causes of multi-drug resistant tuberculosis." *The Borgen Project*

အခန်း(၅)။ ။ ဆေးယဉ်ပါးမှုဖြစ်ခြင်း အပေါ် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ခြင်း။

ကမ္ဘာ့ ပဋိဇီဝဆေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတ ရက်သတ္တပါတ်

ကမ္ဘာ့ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးမှု ပြန့်ပွားလာခြင်းအား တုန့်ပြန်သောအနေဖြင့် ပဋိဇီဝဆေး အသုံးပြုမှုနှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှုများကို ပြည်သူလူထု၊ ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ နှင့် မူဝါဒချမှတ်သူများမှ နားလည်သဘောပေါက်စေရန် ရည်ရွယ်၍ ပြုလုပ်သော စည်းရုံး လှုံ့ဆော်မှုဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှုအား ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO)၊ အစားအသောက်နှင့် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးအဖွဲ့ (FAO) နှင့် ကမ္ဘာ့တိရစ္ဆာန်များဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့တို့မှ စီစဉ်ဆောင်ရွက်သည်။

၂၀၁၈ ခုနှစ် အတွက် ကမ္ဘာ့ ပဋိဇီဝဆေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတ ရက်သတ္တပါတ် အား နိုဝင်ဘာလ (၁၂ - ၁၈)ရက်အတွင်း ပြုလုပ် ကျင်းပမည်ဖြစ်ပါသည်။

လေ့လာသင်ယူရနိုင်သော အချက်

ပဋိဇီဝဆေးများအား သတိဖြင့်ကိုင်တွယ် အသုံးပြုခြင်း။

ကမ္ဘာ့ ပဋိဇီဝဆေးဆိုင်ရာ ဗဟုသုတ ရက်သတ္တပါတ် အတွင်းတွင် ကမ္ဘာ့ ကျန်းမာရေးအဖွဲ့(WHO) နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နေသော အခြားအဖွဲ့များမှ ပြည်သူလူထု အတွင်း ပဋိဇီဝဆေးအသုံးပြုမှုအား ပိုမိုနားလည်သဘောပေါက်စေရန်အတွက် လူမှုဆက်သွယ်ရေးနည်းလမ်းများ၊ လုပ်ငန်းခွင်ဆွေးနွေးပွဲများ၊ အမေးအဖြေကဏ္ဍများ နှင့် ဖြစ်ရပ်မှန် အကြောင်းအရာ ပုံပြင် တို့ဖြင့် အသုံးပြု သွားမည်ဖြစ်ပါသည်။ လူသားနှင့် တိရစ္ဆာန် များတွင် ပဋိဇီဝဆေးများ မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်းအားဖြင့် ဆေးယဉ်ပါးမှုကို လျော့နည်းစေရန်အ တွက် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့(WHO) နှင့် ကမ္ဘာ့တိရစ္ဆာန်များဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့ တို့မှ အတူတကွ လုပ်ဆောင်လျက် ရှိသည်။ ၂၀၁၇ ခုနှစ် အတွက် ဆောင်ပုဒ်မှာ "ပဋိဇီဝဆေး မသောက် သုံးမီ အရည်အချင်းပြည့်မီသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများထံမှ အကြံဉာဏ်ရယူရန်" ဖြစ်ပါသည်။

ပဋိဇီဝဆေးများမှာ တန်ဖိုးရှိ သော အရင်းအမြစ်များ ဖြစ်သောကြောင့် ပဋိဇီဝဆေးများ မသောက်သုံးမီ သင်၏ ဆရာဝန်(သို့မဟုတ်) ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများထံမှ မှန်ကန်သော အကြံဉာဏ် ရယူရန် အရေးကြီးလှပေသည်။ သို့မှသာ သင်အပါအဝင် သင်၏မိသားစု နှင့် ပြည်သူလူထု အတွင်းတွင် ပဋိဇီဝဆေး ယဉ်ပါးမှု ပြန့်ပွားလာနေခြင်းအားလျော့နည်းစေမည် ဖြစ်သည်။ ပဋိဇီဝဆေးများ မမှန် မကန် အသုံးပြုခြင်းသည်

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးကို အန္တရာယ်ရှိသော အခြေအနေ တစ်ရပ်သို့ ပို့ဆောင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ (WHO ၏ အဆိုအရ)

- ➢ ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးမှုအား ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ပြဿနာ တစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ရန်။
- ➢ ပဋိဇီဝဆေးများ၏ စွမ်းပကား/အာနိသင်အား ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန်အတွက် ၎င်းအား သင့်တော်သလို(မှန်ကန်စွာ) အသုံးပြုရန် လိုအပ်ကြောင်း ပိုမို နားလည် သတိပြုမိစေရန်။
- ➢ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် စိုက်ပျိုးရေး ပညာရှင်များ၊ အစိုးရအဖွဲ့များ အနေ ဖြင့် ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးမှု ပြဿနာအား ကိုင်တွယ် ဖြေရှင်းရာတွင် အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍတွင် ပါဝင်နေကြောင်း ပိုမိုအသိ အမှတ်ပြုစေရန်။
- ➢ အမူအကျင့် ပြောင်းလဲခြင်းနှင့် သတင်းအချက်အလက်ဝေမျှခြင်း တို့အားလုပ်ဆောင်ရန် အားပေးခြင်း။ ထိုကဲ့သို့ ရိုးရှင်းသော လုပ်ဆောင်မှုများသည် ပြောင်းလဲမှုတစ်ခု ကို ဖြစ်ပေါ်စေ နိုင်သည်။

သင်သည် ဤစည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှုကို အချိန်နှင့် တပြေးညီ သိရှိနိုင်ရန်အတွက် #AntibioticResistance and#StopSuperbugs တို့ကို Twitter, Facebook and Instragram တို့တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

ပဋိဇီဝဆေး၏ခြေရာ (Antibiotic footprint)

လူသားအားလုံး၏ ပြုမူလုပ်ဆောင် မှုတွင် ပဋိဇီဝဆေး အသုံးပြုမှု စုစုပေါင်း ပမာဏကို တိုင်းတာသော နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ၎င်းထဲတွင် တိုက်ရိုက်သော်လည်းကောင်း၊ သွယ်ဝိုက် ၍သော်လည်းကောင်း လူသားများနှင့် စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးထွက် တိရစ္ဆာန်များ၏ ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှု တို့ ပါဝင်ပါသည်။

တကမ္ဘာလုံးရှိ ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှု စုစုပေါင်း ပမာဏအား သင်နားလည် သိရှိနိုင်ရန် ပဋိဇီဝဆေးခြေရာအား အသုံးပြုနိုင်သည်။

ပဋိဇီဝဆေးခြေရာ အနည်းဆုံးဖြစ်အောင် မည်ကဲ့သို့ လုပ်ဆောင်နိုင်သနည်း။

လေ့လာသင်ယူနိုင်သော အချက်များ

ပဋိဇီဝဆေးခြေရာ ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။

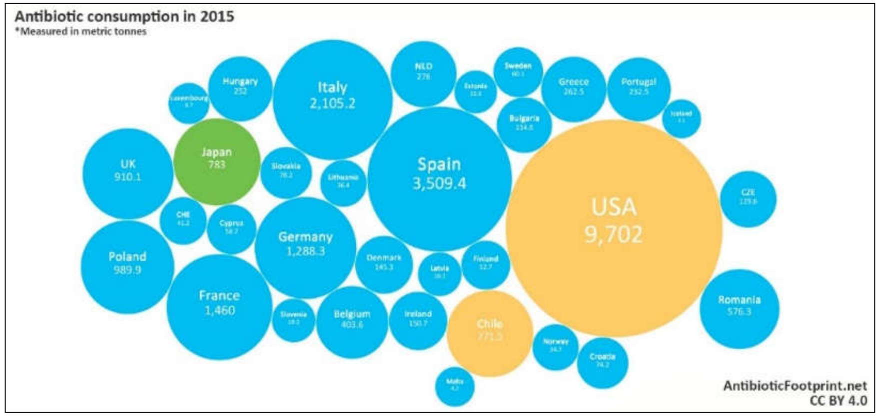
ပဋိဇီဝဆေးခြေရာ ကို ဂေဟဗေဒ စနစ်အပေါ်တွင် အကျိုးသက်ရောက်မှု ဖြစ်စေသည့် လူသားများနှင့် သက်ရှိသတ္တဝါများ (သတ္တဝါ နှင့် အပင်များ)၌ ပဋိဇီဝဆေး အသုံးပြုမှု၏ စုစုပေါင်း ပမာဏအား တိုင်းတာသည့် ကမ္ဘာ့နည်းလမ်းတစ်ခုအနေဖြင့် အဆိုပြုထားခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ ကာဗွန် ခြေရာ နှင့် ပဋိဇီဝဆေးခြေရာ တို့တွင် သိသာထင်ရှားသော တူညီမှုများရှိသည်။

ပုံ (၁) ကာဗွန်ခြေရာ(ဘယ်) နှင့် ပဋိဇီဝဆေးခြေရာ(ညာ)

အသက်ရှင်နေထိုင်မှုအတွက် အကျွန်ုပ်တို့ စွမ်းအင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်နေချိန်တွင် ရုပ်ကြွင်း လောင်စာများ အလွန်အကျွံ ထုတ်ယူသုံးစွဲနေမှုများကြောင့် တကမ္ဘာလုံးတွင် ရာသီဥတု ပြောင်းလဲမှုများ (ရာသီဥတု ဖောက်လွဲ ဖောက်ပြန်မှုများ) ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသည်။ ထိုနည်းတူစွာ ရောဂါပိုးမွှားများအား တိုက်ခိုက်ရန် အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ ပဋိဇီဝဆေးများ လိုအပ်နေချိန်တွင် ပဋိဇီဝဆေးများ အလွန်အကျွံ သုံးစွဲမှုနှင့် မမှန် မကန် သုံးစွဲမှု တို့ကြောင့် ပဋိဇီဝဆေးများ ကို ခုခံ နိုင်သော ဆေးယဉ်ပါး ရောဂါ ပိုးမွှားများ ပို၍ ပို၍ ပေါ်ပေါက်လာခဲ့ပြီ ဖြစ်သည်။

ပဋိဇီဝဆေးသုံးစွဲမှု လျှော့နည်းအောင် တစ်ကမ္ဘာလုံး အနေဖြင့် ဆောင်ရွက်ခြင်းမရှိပါက ဆေးယဉ်ပါးပိုးမွှားများကြောင့် လူသားများပိုမို၍ အသက်ဆုံးရှုံးလာကြလိမ့်မည် ။ ပဋိဇီဝ ခြေရာသည် လူသားအားလုံးတွင် အသုံးပြုလျှက်ရှိသော စုစုပေါင်း ပဋိဇီဝဆေး ပမာဏ အား တိုင်းတာရန် ဖြစ်သည် ။ ၎င်းအထဲတွင် လူထုအတွင်းနှင့်ဆေးရုံအဆင့်၌ တိုက်ရိုက်ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုနှင့် စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးတွင် အသုံးပြုသည့် တိုက်ရိုက်မဟုတ်သော (သွယ်ဝိုက်)ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုတို့ပါဝင်ပါသည် ။

တိုင်းပြည်တပြည်၏ ပဋိဇီဝဆေးခြေရာအား အသုံးပြု၍ ၎င်းတိုင်းပြည်ရှိ တိရိစ္ဆာန်များနှင့် လူသားများအတွက် သုံးစွဲသော စုစုပေါင်း ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှု ပမာဏကို အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် ခန့်မှန်းတွက်ချက်နိုင်သည် ။ (ပုံ ၂ ကိုကြည့်ပါ) စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးတွင် အသုံးပြုသည့် ပဋိဇီဝ ဆေးများမှာ ပဋိဇီဝခြေရာ၏ အရေးကြီးသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည် ။ အဘယ် ကြောင့်ဆိုသော် တိရိစ္ဆာန်များအားတိုက်ကျွေးသည့် ပဋိဇီဝဆေးအများစုမှာ ချေဖျက်ခြင်းမရှိဘဲ ရေအရင်းအမြစ်နှင့် အညစ်အကြေးစွန့် စနစ်အတွင်းသို့ ရောက်ရှိပြီး အနီးအနားရှိ ပတ်ဝန်း ကျင်နေရာများသို့ ဆေးယဉ်ပါး ပိုးမွှားများအား ပျံ့နှံ့သွားစေသည် ။



ပုံ (၂) . တကမ္ဘာလုံးရှိ တိုင်းပြည်အလိုက် ပြသထားသော ပဋိဇီဝဆေးခြေရာ (၂၀၁၅ ခုနှစ်) ပဋိဇီဝဆေးခြေရာ အကြောင်း ပို၍သိလိုပါက www.antibioticfootprint.net တွင် ဝင်ရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည် ။

ဆက်စပ်နေသောစကားလုံးများ။ ပဋိဇီဝဆေး လွဲမှားစွာအသုံးပြုခြင်း (antibiotic misuse)။

ကိုးကားချက်များ။

[1] Antibioticfootprint.net

[2] Keen PL, Patrick DM (2013). "Tracking change: a look at the ecological footprint of antibiotics and antimicrobial resistance." Antibiotics. 2(2): 191-205. DOI: 10.3390/antibiotics2020191

ပဋိဇီဝဆေးအား အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုခြင်း (Antibiotic Smart USE)

၂၀၀၇ ခုနှစ်တွင် ထိုင်းနိုင်ငံ၌ ကျိုးကြောင်းဆီလျော်စွာ ပဋိဇီဝဆေး အသုံးပြုမှု မြှင့်တင် ရေးအား ပြုလုပ်သည့် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု ပြုလုပ်ခဲ့သည်။

> ပဋိဇီဝဆေးအား အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုခြင်း၏ အဓိက အယူအဆမှာ "ဘက်တီးရီးယား ပိုးမွှားကြောင့်မဟုတ်သော ရောဂါကူးစက်မှုအား ပဋိဇီဝဆေး မပေးရ" ဖြစ်ပါသည် ။

လေ့လာသင့်ယူနိုင်သော အချက်များ။

ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း ပဋိဇီဝဆေးအား အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုခြင်း။

၂၀၁၀ ခုနှစ်တွင် ထိုင်းနိုင်ငံအတွင်း ပဋိဇီဝဆေး ယဥ်ပါးမှုကြောင့် သေဆုံးရသူပေါင်း ခန့်မှန်းခြေ ၁၉,၀၀၀ ခန့်ရှိခဲ့သည် ။ ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ပဋိဇီဝဆေးများကို ဆေးဆိုင်များတွင် ဝယ်ယူနိုင်ပြီး ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူလူထုများအကြားတွင် ပဋိဇီဝဆေးများအား မမှန်မကန်အသုံးပြုမှုများရှိကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ရသည် ။ ရိုးရိုးတုပ်ကွေးဖြစ်ပွားမှု၏ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်း ထက်လျော့နည်းသော ရောဂါကူးစက်မှုများတွင် ဘက်တီးရီးယားရောဂါပိုး ဝင်ရောက်မှုကြောင့် ဖြစ်သည် ။ သို့သော် ထိုင်းနိုင်ငံတွင် ဆေးရုံများရှိကျန်းမာရေးလုပ်သားများ ၊ ဆေးခန်းများရှိ ဆရာ ဝန်များ နှင့်ဆေးဝါးပစ္စည်းအရောင်းဆိုင်များရှိ ဆေးဝါးကျွမ်းကျင်သူများမှ ရိုးရိုးတုပ်ကွေး ခံစားနေ ရသော လူနာများတွင် ပဋိဇီဝဆေးများကို သောက်သုံးရန် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ညွှန်ကြားခဲ့ ပါသည်။ လူနာများအနေဖြင့်လည်း ပဋိဇီဝဆေးအား သောက်သုံးရန်တောင်းဆိုမှုများမှာ သာမန်ဖြစ် နေကျ ဖြစ်သည်။ ပဋိဇီဝဆေးများကို မမှန်မကန်သုံးစွဲခြင်းသည် လူနာများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် တိုင်းပြည် အတွင်းရှိလူတိုင်းအား ကြီးမားသော အန္တရာယ်ကိုဖြစ်စေပါသည် ။

ထိုင်းနိုင်ငံ၌ ပဋိဇီဝဆေး အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုခြင်း အစီအစဥ်ကို ကျိုးကြောင်းဆီလျော်စွာ အသုံးပြုရေး ပုံစံတစ်ခုအနေဖြင့် စတင်မိတ်ဆက်၍ လုပ်ဆောင်ခဲ့သည် ။ ဤအစီအစဥ်တွင် အခြေအနေ (၃)ခုကို အဓိကထား၍ ဆောင်ရွက်သည်။ (၁) ရိုးရိုးတုပ်ကွေးရောဂါနှင့်လည်ပင်း နာခြင်း။ (၂) ရုတ်တရက် ဝမ်းပျက် / ဝမ်းလျှောခြင်း နှင့်(၃) ရိုးရိုးထိခိုက်ဒဏ်ရာများ တို့ပါဝင်ပါ သည် ။ ၎င်းရောဂါများ ခံစားရသော လူနာအများစုမှာ ပဋိဇီဝဆေးများသောက်သုံးရန် / သုံးစွဲရန် မလိုအပ်ပေ ။ ဤအစီအစဥ်တွင် အဆင့် (၃) ဆင့်ပါဝင်ပါသည် ။ အစီအစဥ်၏ ပထမအဆင့် အနေဖြင့် ဆေးပေးခြင်းဆိုင်ရာ အမူအကျင့်များ ပြောင်းလဲရန်ရည်ရွယ်၍ ပြုလုပ်သည့် လုပ်ဆောင် မှုများကို ဆန်းစစ်ရန်ဖြစ်သည် ။ ဒုတိယအဆင့်သည် ၎င်းအစီအစဥ်အား ကျယ်ကျယ် ပြန့်ပြန့်လုပ်ဆောင်ရန် ဖြစ်နိုင် / မဖြစ်နိုင်ကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းဖြစ်သည် ။ နောက်ဆုံးအနေဖြင့် တတိယ အဆင့်သည် ဤအစီအစဥ်အား ရေရှည်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် အားပေးမြှင့်တင်ခြင်းကို အဓိကထားဆောင်ရွက်သည်။

တိုင်းပြည်တိုင်း (သို့) တကမ္ဘာလုံးတွင် ပဋိဇီဝဆေးယဥ်ပါးမှုကို ပိုမိုသတိပြုမိရန် နှင့်ဆေး ယဥ်ပါးမှုပြဿနာကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန်အတွက် စည်းရုံးလှုံ့ဆော် မှု အများ အပြားရှိပါသည်။ Antibiotic Guardian and Antibiotic Awareness week အစရှိသည့် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှုများ ကဲ့သို့သော စည်းရုံးလှုံ့ဆော်မှု များ ဖြစ်ပါသည်။

Figure 1: the logo of Antibiotic Smart Use

Related words: antibiotic literacy, antibiotic stewardship, rational use of medicine

ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှု ကြီးကြပ်ရေး။ (Antibiotic Stewardship)

လူနာ ပြန်လည်ကျန်းမာလာစေရန် ၊ ရောဂါ ပိုးမွှားများ ဆေးယဉ်ပါးမှုဖြစ်ခြင်း အခွင့် အလမ်းနည်းပါးစေရန် နှင့် ပဋိဇီဝ ဆေးများ ယဉ်ပါးသည့် ရောဂါပိုးမွှားများပျံ့နှံ့ မှု လျော့ နည်း စေရန် တို့ကို ရည်ရွယ်၍ ပဋိဇီဝ ဆေး မှန်ကန်စွာ (စနစ်တကျ) သုံးစွဲရေးကို မြှင့်တင်ရန်အ တွက် ပြုလုပ်သော ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှုများဖြစ်ပါသည် ။

> ဆေးရုံများနှင့် ပြည်သူလူထုအတွင်း၌ ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုကြီးကြပ်ရေး ကို လက်တွေ့အသုံးချခြင်းအားဖြင့် လူ့အသက်ပေါင်းများ စွာကို ကယ်တင် နိုင်ပါသည်။

> ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုကြီးကြပ်ရေး အစီအစဉ်ကို ဆေးရုံများ ၊ ဆေးနှင့် ဆေးဝါးပစ္စည်း အရောင်းဆိုင်များနှင့် ပြည်သူလူထုအတွင်း ပြုလုပ်ရန် အကြံပြုထောက်ခံသင့်သည်။

လေ့လာသင်ယူနိုင်သော အချက်များ

ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုကြီးကြပ်ရေးကို မည်ကဲ့သို့ လက်တွေ့ကျင့်သုံးမည်နည်း။

ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုကြီးကြပ်ရေး၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ပဋိဇီဝဆေးများ မမှန်မကန်သုံးစွဲမှုနှင့် အလွန်အကျွံ သုံးစွဲနေမှုများအား လျော့နည်းစေရန် ဖြစ်ပါသည် ။ ပဋိဇီဝဆေးများကို မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်းအားဖြင့် ပဋိဇီဝဆေးများအား အချိန်ကြာမြင့်စွာ အသုံးပြုနိုင်မည်၊ လူနာများကြားတွင် ဖြစ်ပွားနေသော ဆေးယဉ်ပါးမှု့ရောဂါကူးစက်မှု အားလျော့နည်းစေနိုင်သည်၊ နှင့် မလိုအပ်ဘဲ ပဋိဇီဝဆေး၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို လူနာများခံစားရခြင်းမှ ရှောင်လွှဲနိုင်ရန်ကူညီပေး သည်။ ဆေးရုံများနှင့် အဖွဲ့အစည်းများတွင် ဗိုင်းရပ်စ် နှင့် ဘက်တီးရီးယားရောဂါ ပိုးမွှားများအား ထိရောက်သော ကုသမှုပေးနိုင်ရန်အတွက် ဖျားနာမှုအား မည်ကဲ့သို့ ရောဂါ ရှာဖွေ အမည်သတ် မှတ်ရမည်ကို ဖော်ပြထားသော လမ်းညွှန်ချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခဲ့ ပြီး ဖြစ်သည်။

ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုကြီးကြပ်ရေးတွင် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများသာမက ပြည်သူလူထုများပါ အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ပါသည် ။ သင့်အနေဖြင့် ပဋိဇီဝဆေး မှန်ကန်စွာ သုံးစွဲမှု မြှင့် တင်ရေးအား ကူညီနိုင်ပါသည် ။

- သင်၏ ဖျားနာမှု အကြောင်းရင်း (သို့) ဖြစ်နိုင်ချေများသော အကြောင်းရင်းများအား နားလည်သဘောပေါက်ခြင်းနှင့် မလိုအပ်ပါက ပဋိဇီဝဆေး သောက်သုံးရန် တောင်းဆိုမှု မပြုလုပ်ခြင်း။
- ကောင်းမွန်သော မိလ္လာ စနစ်နှင့် တစ်ကိုယ်ရည် သန့်ရှင်းမှုထားရှိခြင်း၊ မသန့်ရှင်းသော (အဆိပ် ၊ အတောက် ၊ ရောဂါပိုးမွှားများအစရှိသည့်) အစားအသောက်နှင့် ရေများ မသောက်သုံးမိစေရန်ရှောင်ရှားခြင်း။
- သင်နှင့် သင်၏ မိသားစုသည် အကြံပြုသတ်မှတ်ထားသော ကာကွယ်ဆေးများအား ထိုးနှံပြီးစီးကြောင်း သေချာအောင်ပြုလုပ်ခြင်း။
- ဆရာဝန်၏ အကြံပြု လမ်းညွှန်ချက်များအား လိုက်နာခြင်းနှင့် ပဋိဇီဝ ဆေးများကို ညွှန်ကြားမှုအတိုင်းသာ သောက်သုံးခြင်း။
- သောက်သုံးပြီး ကျန်ရှိသော ပဋိဇီဝဆေးများအား မသုံးစွဲခြင်း (သို့) အခြားသူများထံမှ ပဋိဇီဝဆေးများယူ၍ မသုံးစွဲခြင်း။

ဆက်စပ်နေသော ဝေါဟာရများ။

ပဋိဇီဝဆေးမမှန်မကန်သုံးစွဲခြင်း ၊ ပဋိဇီဝဆေးအား အကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုခြင်း ၊ ဆေးများကို ကျိုးကြောင်းဆီလျော်စွာအသုံးပြုခြင်း ၊ ပဋိဇီဝဆေး ဆိုင်ရာဗဟုသုတ။

ပဋိဇီဝဆေး သုံးစွဲမှုကြီးကြပ်ရေးနှင့် သက်ဆိုင်သော ဗွီဒီယိုများကို အောက်ပါ လင့်များတွင် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

ကိုးကားချက်များ။

[1] APIC. "Antibiotic stewardship". *Apic.org.* Date access: 20 August 20,2018

[2] Mayo Clinic (2017). "Antibiotics: are you misusing them". *Mayoclinic.org*

အခန်း(၈) အခြားဆေးဝါးများ

ယောင်ရမ်းမှုကို လျော့နည်းစေသည့်ဆေးဝါး

ယောင်ရမ်းမှုကို လျော့နည်းဝင်နိုင်သည့်အစွမ်းသတ္တိရှိသော ဆေးတစ်ခုဖြစ်ပါသည် ။ (ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု၌ နီရဲလာခြင်း နာကျင်မှုဖြစ်ပေါ်ခြင်းနှင့် ယောင်ရမ်းလာခြင်းတို့ဖြစ်ပေါ်လာသော အခြေအနေတစ်ခု)

> စတီးရွိုက် မပါဝင်သည့် ယောင်းရမ်းမှုရှိ လျော့နည်းစေသည့် အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးဝါးများကို NSAIDS ဟု လူသိများပါသည် ၎င်းဆေးဝါးများသည် ယောင်းရမ်းမှုကို လျော့နည်းစေသည် သာမက နာကျင်မှုကိုပါ သက်သာစေသည် ။ ယောင်းရမ်းမှုလျော့နည်းစေသည့် ဆေးဝါးအများစုကို ဆေးဝါးပစ္စည်းအရောင်းဆိုင်များတွင် ဝယ်ယူရရှိနိုင်သည် ။ ဥပမာ အားဖြင့် အက်စပရင် (Aspirin) and အိုင်ဗျူပရိုဖင် (ibuprofen) တို့ဖြစ်သည် ။

> ယောင်းရမ်းမှုသည် ခန္ဓာကိုယ်မှ ရောဂါပိုးမွှားကူးစက်မှု ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှု (သို့) ကိုယ်ခံအားစနစ် အလို အလျောက် တုံ့ပြန်သော ရောဂါများအား တုန့်ပြန်သည့်လုပ်ဆောင်မှုတစ်ခုဖြစ်သည် ။ ယောင်းရမ်း မှုဖြစ် ပေါ်ပါက ခန္ဓာကိုအစိတ်အပိုင်း တစ်ခု၌ နီရဲလာမည် ၊ နာကျင်လာမည် ၊ ယားယံလာမည် နှင့် ယောင်ရမ်း လာ မည်တို့ဖြစ်လာမည် ဖြစ်သည် ။

လေ့လာသင်ယူနိုင်သောအချက်များ

ရောဂါပိုးမွှားကူးစက်မှုနှင့် ယောင်းရမ်းမှုအား မည်ကဲ့သို့ခွဲခြားမည်နည်း ။

ယောင်းရမ်းမှုနှင့်ရောဂါပိုးမွှား ကူးစက်မှုသည် လုံးဝကွဲပြားခြားနားသော အရာများဖြစ်သည် ။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့သည် များသောအားဖြင့် အတူတကွ ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသည် ယောင်းရမ်းမှုသည် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှု (သို့) ရောဂါပိုးမွှားကူး စက်မှုအား ခန္ဓာကိုယ်၏ တုံ့ပြန်မှုတစ်ခုအနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသည် မည်သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ ယောင်ရမ်းမှုဖြစ်တိုင်း ရောဂါပိုးမွှား ကူးစက်မှုရှိရမည်ဟု မဆိုလိုပေ။ သို့သော် ရောဂါပိုးမွှားကူးစက်မှုသည် ယောင်းရမ်းမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ရောဂါပိုးမွှား ကူးစက်မှုသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ အန္တရာယ်ရှိသော ရောဂါပိုးမွှားများ ဝင်ရောက်ခြင်းနှင့် ပိုးမွှားများပွားလာခြင်းကို ရည်ညွှန်းပါသည် ။

ရောဂါပိုးမွှားကူးစက်မှု ခံနေရချိန် အတွင်းတွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် ပိုးမွှားများအား သတ်ဖြတ်တိုက်ခိုက်ရန်အ တွက် ယောင်းရမ်းမှုကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ထို့နောက် အနာရောဂါ ပျောက်ကင်းသည့် ဖြစ်စဉ်ဖြစ်ပေါ်လာသည် ။ ယောင်ရမ်း မှုသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ ကိုယ်ခံအား တုံ့ပြန်မှု၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ရပ်လည်းဖြစ်သည် ။ ယောင်းရမ်းမှု၏ အချို့လက္ခဏာများမှာ

- ဖြစ်သည့်နေရာတွင် ပူနေခြင်း
- နီရဲနေခြင်း
- ယောင်ရမ်းခြင်း
- နာကျင်ခြင်း
- လှုပ်ရှားမှုမပြုလုပ်နိုင်ခြင်း တို့ဖြစ်သည် ။

ခန္ဓာကိုယ်အားလုံလောက်စွာ ကာကွယ်၍ ဖြစ်စေနိုင်သောအကြောင်းရင်းများအား ဖယ်ရှားလိုက်ပြီးနောက် ယောင်းရမ်းမှုသည် သူ့ အလိုအလျောက် ပျောက်သွားမည်ဖြစ်သည်။

အက်စ်ပရင်း (ဥပမာ Bayer ®, Bufferin ®, Excedrin ®,) အိုင်ဗျူပရိုဖန်း (Advil ®, Morin.IB ®) နှင့် နာပရိုဇင် naprozem (Aleve ®) ကဲ့သို့သော ယောင်ရမ်းမှုကျစေသော ဆေးဝါးများ သည် အနာရောဂါပျောက်ကင်းစေသည် ၊ ပို၍ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်သည်၊ ရောဂါပိုးကူးစက်မှုနှင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိခြင်း တို့တွင် ဖြစ် တတ်သော နာကျင်မှုတို့ကို သက်သာစေသည် ။ သို့သော်လည်း ယောင်ရမ်းမှုကျစေသော ရောဂါများသည် ရောဂါပိုးမွှားများ ပေါက်ဖွားကြီးထွားမှုကို မကာကွယ်နိုင်ပေ။

ပဋိဇီဝဆေးများ ၊ ဗိုင်းရပ်ရောဂါပိုးကို ကုသသောဆေးများ ၊ မှိုရောဂါကုသသောဆေးများနှင့် ကပ်ပါးပိုးမွှားအား ကုသသောဆေးများ အစရှိသည့် ရောဂါပိုးမွှားများအား ကုသသောဆေးဝါးများသည် ရောဂါပိုးမွှားများပေါက်ဖွား ကြီးထွား မှုကို တိုက်ဖျက်နိုင်သည် ၊ (သို့) ကာကွယ်နိုင်သည်။ ရောဂါပိုးမွှားသည် ပေါက်ဖွားကြီးထွားမှုအား သတ်ဖြတ်ခြင်း (သို့) ကာကွယ်တားဆီးခြင်းသည် ရောဂါပိုးမွှားဝင်ရောက်မှုဖြစ်စဉ်ကို ရပ်တန့်စေနိုင်သည်။ ရောဂါပိုးမွှားများအား တိုက်ခိုက် ခြင်းကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်၌ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ယောင်ရမ်းမှုကို လျော့နည်းစေသည်။

သို့သော်လည်း ရောဂါပိုးမွှားများအား ကုသသောဆေးဝါးများသည် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း ၊ အနာဖြစ်ခြင်း ၊ ကားမတော်တဆဖြစ်ခြင်းနှင့် အရိုးကျိုးခြင်းတို့ ကြောင့်ဖြစ်သည့် ယောင်ရမ်းမှုကို မလျော့နည်းစေနိုင်ပေ။

ရောဂါပိုးသတ်ဆေး (Antiseptic)

နာမ်စား ။ ရောဂါပိုးမွှားများ ရှင်သန်ကြီးထွားမှုကို ဖျက်ဆီးသော (သို့) တားဆီးသော အရာဝတ္ထုပစ္စည်းကို ခေါ်သည် ။ သို့သော် လူ၏ တစ်ရှူးများကို အန္တရာယ်မဖြစ်စေနိုင်ပါ ။

အသုံးများသည့် ရောဂါပိုးသတ်ဆေးများမှာ အရက်ပြန် ၊ ဒက်တော (Dettol) နှင့် အိုင်အိုဒင်း (ဥပမာ Betadine) တို့ဖြစ်ကြသည် ။

ရောဂါပိုးသတ်ဆေးများကို ရှေ့ဦးသူနာပြု ဆေးသေတ္တာများထဲတွင် အလွယ်တကူရရှိနိုင်ပါသည် ။ သင့်အနေဖြင့် ထိခိုက်ပြတ်ရှနာ (သို့) အနာတစ်ခုဖြစ်လာပါက ၊ ၎င်းအနာအား ပုံမှန် ဆားရည် (သို့) ရေဘိုင်ဘုံမှ ရသည့်ရေတို့ဖြင့် ဆေးကြောသန့်ရှင်းပါ ၊ ထို့နောက် အရက်ပြန်ကဲ့သို့သော ရောဂါပိုးသတ်ဆေးအား အနာပေါ်သို့ သုတ်လိမ်းပေးရမည် ။

ကြိယာဝိသေသန -

ရောဂါပိုးမွှားများ ရှင်သန်ကြီးထွားမှုကို ဖျက်ဆီးသော (သို့) တားဆီးသော အာနိသင်ရှိပြီး လူသား၏ တစ်ရှူးကို အန္တရာယ်မဖြစ်စေနိုင်ပေ။

ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေး ခရင်(မ်) ၊ (လိမ်းဆေးများ) ကို ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်း အရောင်းဆိုင်များတွင် ဝယ်ယူရရှိနိုင်ပါ သည် ။

ငှက်တုပ်ကွေး ဖြစ်ပွားပေါ်ပေါက်နေစဉ်အတွင်း တာဝန်ရှိသူများအနေဖြင့် စောင့်ကြည့်နေရန်လိုအပ်ပြီး ရောဂါကူးစက်မှုဖြစ်ပွားနေသည့် နေရာအား ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေး ဖျန်းခြင်းကို တစ်နေ့လျှင်နှစ်ကြိမ်မှ သုံးကြိမ်အထိ ဆောင်ရွက်ကြသည် ။

အဓိပ္ပါယ်တူ စကားလုံး ။ ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေးများ (Disinfectants)

နာမ်စား ။ antiseptic စကားလုံး၏ ဆင်တူရိုးကွဲ

လေ့လာသင်ယူနိုင်သောအချက်များ

ပဋိဇီဝဆေးနှင့် ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေး၏ ကွာခြားချက်များမှာ အဘယ်နည်း ။

ပဋိဇီဝဆေးများကဲ့သို့ မဟုတ်ပဲ ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေးများသည် သေးငယ်သော ပိုးမွှားများဖြစ်သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးနှင့် မှိုရောဂါပိုးများ အပေါ်တွင်လည်း ထိရောက်မှုရှိစေသည် ။ အခြားရောဂါပိုးမွှားကူးစက်မှုများကို တားဆီးတိုက်ခိုက်ရာ တွင်လည်း ကောင်းကျိုးများ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ ဘက်တီးရီးယားရောဂါပိုးများ ကို သတ်ရန်အတွက် ပဋိဇီဝဆေးများ သောက်သုံးခြင်း (သို့) သွေးကြောထဲသို့ ထိုးခြင်းတို့ပြုလုပ်နိုင်သည် ။ သို့သော်လည်း ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေး များကို မိမိတို့ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်ရှိ ထိခိုက်ဒဏ်ရာအနာများမှ ဘက်တီးရီးယားပိုးများ အားသတ်ရန်အတွက်သာ အသုံးပြုနိုင်သည်။

ရောဂါပိုးသတ်ဆေး	ပဋိဇီဝဆေး
အရေပြားအပေါ်၌သာ အသုံးပြုသည် ။ ဥပမာ ။ အနာ ၊ ခြစ်ရာများ (သို့) ပြတ်ရှဒဏ်ရာများ	ပါးစပ်မှသောက်သုံးခြင်း (သို့)သွေးကြောအတွင်းသို့ ဆေးထိုးနိုင်သည် ။
လူသိများသည့် ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေး အမျိုးအစားအချို့မှာ၊ **အရက်ပြန်** ပိုးမွှားအမျိုးမျိုးအပေါ်တွင် ထိရောက်မှုရှိသည် ။ ပိုးမွှားများအား အကောင်းဆုံးသတ်နိုင်ရန် ရေရော၍ အသုံးပြုနိုင်သည် ။	လူသိများသည့် ပဋိဇီဝဆေးအမျိုးအစားအချို့မှာ **ပင်နဆလင် ဆေးအုပ်စု (Penicillin Group)** အဖြစ်များသည့် ဘက်တီးရီးယားရောဂါကူးစက်မှုများ ဖြစ်သော ဘက်တီးရီးယားအဆုတ်ရောင်ရောဂါ (သို့) ဘက်တီးရီးယားကြောင့်ဖြစ်သော လည်ပင်းနာခြင်းတို့၌ အသုံးပြုသည်။ Amoxicillin.
Povidone အိုင်အိုးဒင်းဆေးရည် - မခွဲစိတ်မီ မိုးမွှားသန့်စင်ရာတွင် သုံးသည် ၊ အနာများ (သို့) ခြစ်ရာကုပ်ရာများ (ဥပမာ - Betadine)	**ကက်ဖလိုစပိုရင် (Cephalosporin)** အရေပြားရောဂါများနှင့် ဆီးသွားလမ်းကြောင်းအတွင်း ရောဂါပိုးဝင်ရောက်ခြင်းတို့တွင် အသုံးပြုသော Cephalaxin .
ဟိုက်ဒရောဂျင်ပါအောက်ဆိုဒ် - ထိခိုက်ဒဏ်ရာ(သို့) ပြည်တည်နာများအား သန့်ရှင်းစေရန်နှင့် အနံ့ဆိုးများ ဖယ်ရှားစေရန်တို့အတွက် အသုံးပြုသည် ။	**ဖလိုရိုကွီနိုလုံး (Floroquinolones)** ဘက်တီရီးယား ပိုးကြောင့် ဖြစ်သော ရုတ်တရက် ဝမ်းပျက် ဝမ်းလျှောခြင်းတွင် သုံးသည့် Norfloxacin.

ခြစ်ရာကုပ်ရာများအတွက် ရှေးဦးပြုစုရာတွင်လည်းသုံးသည် ။	
ဘိုးရစ်အက်စစ် (Boric acid)- မျက်လုံးအိမ်ဆေးကြောရာတွင် သုံးသည် ။ မီးလောင်ဒဏ်ရာများ တွင်လည်း လိမ်းဆေး(ခရင်မ်) အနေဖြင့် အသုံးပြုနိုင်သည် ။	
ရောဂါပိုးမွှားသတ်ဆေးယဉ်ပါးမှုမှာ အဖြစ်နည်းသည် ။	ပဋိဇီဝဆေး ယဉ်ပါးမှုမှာ အဖြစ်များသည် ။

ကာကွယ်ဆေး (Vaccine)

မိမိခန္ဓာကိုယ်အား ရောဂါဖြစ်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်အတွက် ခန္ဓာကိုယ်တွင် ထိုးနှံရသော ဆေးဖြစ်ပြီး မိမိတို့၏ ကိုယ်ခံအားစနစ်ပိုမိုကောင်းမွန်လာစေသည် ။

ကလေးသူငယ်များသာမက အရွယ်ရောက်ပြီးသားသူများပါ ကာကွယ်ဆေးများထိုးနှံရန် လိုအပ်သည် ။ တုပ်ကွေးနှင့် ကြက်ညှာဆုံဆို့ ကာကွယ်ဆေးများသည် အချို့အကြံပြုချက်များတွင် ပါဝင်ပါသည် ။

ဆေးယဉ်ပါးမှုပြဿနာအား တိုက်ဖျက်ရာတွင် ကာကွယ်ဆေးသည် အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် ရောဂါပိုးမွှားကူးစက်မှုများ ပျံ့နှံ့ခြင်းကို ရပ်တန့်စေနိုင်သည် ။ပဋိဇီဝဆေးလွဲမှားစွာ အသုံးပြုခြင်းနှင့်အလွန်အကျွံသုံးစွဲမှုများအား လျော့နည်းစေနိုင်ပါသည် ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်း (Vaccination)

ရောဂါအန္တရာယ်များမှ ကာကွယ်ရန်အတွက် ကိုယ်ခန္ဓာခုခံအားစနစ် ပိုကောင်းလာစေရန်အလို့ငှာ လူတစ်ယောက် (သို့) တိရိစ္ဆာန်တစ်ကောင်းအား ကာကွယ်ဆေးပေးခြင်းကို ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းဟုခေါ်သည် ။

တုပ်ကွေးရောဂါ (Influenza) ကဲ့သို့သော ရောဂါများကို ကိုယ်ခန္ဓာခုခံအားစနစ်မှ တိုက်ခိုက် / တိုက်ဖျက်ရန်အတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းက လုပ်ဆောင်ပေးသည် ။လက်တင်ဘာသာစကားအရ “Vacca” ဆိုသည်မှာ နွား (Cow) နှင့် “Vaccina” ဆိုသည်မှာ နွားရေကျောက်ဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည် ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းသည် ပြင်ပမှ ဝင်ရောက်လာသောပိုးမွှားများအား ကိုယ်ခန္ဓာခုခံအားစနစ်မှ မှတ်မိသိရှိ နေစေရန် လှုံ့ဆော်ပေးသည်။ သို့မှသာ နောက်တစ်ကြိမ် ပိုးမွှားများဝင်ရောက်လာပါက သင်သည် ဖျားနာခြင်းကို ခံစားရလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ ။

လေ့လာသင်ယူနိုင်သောအချက်များ

ကာကွယ်ဆေးများကို ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုနှင့် ၎င်း၏ထိရောက်မှု

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်း၏သဘောသဘာဝကို ၁၈ ရာစုနှစ် အစောပိုင်းတွင် တရုတ်ဆေးပညာရှင်တစ်ဦးမှ စတင် တွေ့ရှိခဲ့ ပါသည် ။ လူခန္ဓာကိုယ်တွင် ကိုယ်ခံအားဖြစ်ပေါ်လာစေရန်အတွက် အရေပြား ပေါ်၌ ရေကျောက်နမူနာ ပိုးများကို လိမ်းကျံခဲ့သည် ။ ထို့နောက် ဤစိတ်ကူးအကြံအစည်များသည် အာဖရိက (Africa) and တူရကီ (Turkey) သို့ ပျံ့နှံ့သွားပြီး နောက် ဥရောပ နှင့် အမေရိကား သို့ ရောက်ရှိသွားခဲ့သည် ၁၇၉၆ ခုနှစ်တွင် Edward Jenner ၏ နွားရေကျောက်ကို အသုံးပြု၍ တီထွင်ထားသည့် အရာအား လူ့ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ထိုးနှံခြင်းဖြင့် ရေကျောက်ရောဂါကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ကာကွယ်နိုင်သော ကိုယ်ခံအား ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် မျှော်လင့်ချက် ဖြင့်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည် ။

ပထမဦးစွာ Jenner သည် မြို့အတွင်းနေထိုင်သော နွားနို့ညစ်သူ အမျိုးသမီးများ / နို့နှင့် နို့ထွက်ပစ္စည်းထုပ်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းများတွင် လုပ်ကိုင်ကြသော အမျိုးသမီးများတွင် ရေကျောက်ရောဂါ မဖြစ်ပွားသည်ကို သတိပြုမိခဲ့သည် ။ ထို့နောက် Jenner သည် သူ၏မြေးဖြစ်သူ James Phipps ၏ လက်မောင်းအား နွားရေကျောက် ပိုးရှိသော သတ္တုစဖြင့် ခြစ်စေသည် ။ ၎င်းကဲ့သို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် အလားသဏ္ဍာန်တူသည် ။ နောက်ပိုင်းတွင် Jenner သည် သူ၏ မြေးတော်စပ်သူ James သည် ရေကျောက်ရောဂါပိုးနှင့် ထိတွေ့သော်လည်း ရောဂါမဖြစ်ပွား သည်ကို ရှာဖွေတွေ့ ရှိခဲ့ ပါသည် ။ သူ၏ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုကို (Vaccination) ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဟု အမည်ပေးခဲ့ပါသည် ။

ကိုးကားချက်များ။

1 Riedel S. (2017). “Edward Jenner and the History of Smallpox and Vaccination.” Baylor University Medical Center Proceedings. 2005(10). doi: 10.1080/08998280.2005.11928028

အသိအမှတ်ပြုဂုဏ်ပြုခြင်း

ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးမှု အဘိဓာန် ကို 'The Wellcome Trust Provision for Public Engagement Award' ကိုမှ ငွေကြေး ထောက်ပံ့ပါသည်။ အဘိဓာန်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် ဂိုင်းဂန်းပါဂင် ရေးသားကြသူများကိုလည်း ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိပါသည်။

မြန်မာဘာသာပြန်ဆို ကူညီကြသူများ

ဒေါက်တာအောင်မြတ်မင်း (အောင်မျိုးထွဋ်)
ရှိုကလို ငှက်ဖျားသုတေသန ဌာန၊ အပူပိုင်း ဆေးပညာဌာန၊ မဟီဒေါတက္ကသိုလ်၊ မဲဆောက်၊ ထိုင်းနိုင်ငံ။

ဒေါက်တာအောင်ပြည့်ဖြိုး
ဆေးသိပ္ပံပညာရှင်၊ မြန်မာ အောက်စဖို့ ဆေးသုသေတနဌာန၊ ရန်ကုန်၊ မြန်မာ။

ဒေါက်တာမျိုးမောင်မောင်ဆွေ
သုတေသန ညှိနှိုင်းရေးမှူး၊ **မြန်မာ အောက်စဖို့ ဆေးသုသေတနဌာန၊ ရန်ကုန်၊ မြန်မာ။**

ဒေါက်တာ သီတာစန်း
အတိုင်ပင်ခံအဏုဇီဂဗေဒ ဆရာဂန်ကြီး၊ ရန်ကုန်ကလေးဆေးရုံကြီး၊ ရန်ကုန်၊ မြန်မာ။

အဘိဓာန် နှင့် ပတ်သတ်ပြီး မှတ်ချက်များ၊ အကြံပြုချက်များ နှင့် မေးခွန်းများမေးလိုပါက အောက်ပါ အီးမေးများကို ကျေးဇူးပြု၍ ဆက်သွယ်ပါ
ravikanya@tropmedres.ac နှင့် direk@tropmedres.ac

WHO. "Antimicrobial Resistance." WHO, http://www.who.int/antimicrobial-resistance/en/.