

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကူးစက်မှုလျော့ချရေး မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးဖြင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ပေး

စိုးဝင်း

မြန်မာနိုင်ငံတိုင်းရင်းဆေးဆရာအသင်း(ဗဟို)

ကိုဗစ်-၁၉ ကူးစက် ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါသည် မြန်မာနိုင်ငံတွင် ရောဂါပိုးတွေ့ရှိသူများ များပြားလာပြီး ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများတွင်လည်းရောဂါပိုးတွေ့ရှိသူများနှင့် သေဆုံးသူများ နေ့စဉ် ကြားသိနေရပါသည်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ ကပ်ရောဂါဟုသတ်မှတ်ပြီး ကာကွယ်ဆေး များ ပေါ်ပေါက်လာ၍ ထိုးနှံနေကြပြီဖြစ်သည်ကိုလည်းတွေ့ရှိရပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံ ထားလျှင် ရောဂါကူးစက်မှု၊ ရောဂါဝေဒနာပြင်းပြင်းထန်ထန်ခံစားရမှု၊ ဆေးရုံတက်ရောက် ကုသရမှု၊ သေဆုံးမှုတို့ကို လျော့ချကာကွယ်ပေးနိုင်ကြောင်း သိရှိရသည့်အတွက် မိဘပြည်သူ များ အားလုံးအနေဖြင့် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံကြရန်လည်း ဦးစွာတိုက်တွန်း လိုပါသည်။ ၎င်းအပြင်မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ရန်အလို့ငှာ တိုင်းရင်းဆေးပညာ၏ အခြေခံအကြောင်းရင်းများဖြစ်သည့် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရသမုဋ္ဌာန်(၄)ပါးတို့ကို မှားယွင်းမှုမရှိအောင်သမမျှတစွာ ပြုမူကျင့်ကြံနေထိုင်စားသောက်ခြင်းဖြင့် ကျန်းမာနေသည့် ဖြစ်စဉ်ကို စောင့်ထိန်းနိုင်ကြမှာ ဖြစ်ပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါနှင့်သမုဋ္ဌာန် (၄)ပါး

ကံအကြောင်းတရားတွင် ကာယကံ၊ ဝစီကံနှင့် မနောကံတို့ဖြင့် လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက် မှုများ ပါဝင်ပါသည်။ ကာယကံကိုယ်ကာယဖြင့် ပြုမူနေထိုင် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရာတွင် ကျန်းမာနေစေရန် နေ့စဉ် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု လေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်ခြင်း၊ မိနစ်(၃၀)ခန့် လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ အသက်ရှူလေ့ကျင့်ခန်းများ စသည့် ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းများ ပြုလုပ် ခြင်းသည် ကျန်းမာရေးကို များစွာ အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါသည်။

ဝစီကံ အကြောင်းတရားဖြစ်သည့် ပြောဆိုရာတွင် ကောင်းမွန်သော နှစ်လိုချစ်ခင် ဖွယ်သော စကားများကိုသာ ပြောဆိုသင့်ပြီး ရန်ရင်းကြမ်းတမ်းသည့်စကား၊ ဆဲရေး တိုင်းထွာ သည့်စကား၊ ကြမ်းတမ်းသောစကား၊ အတင်းအဖျင်း၊ သိမ်ဖျင်းသောစကားများ၊ အမုန်းစကားများ ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အတူ မနောက်အနေဖြင့် မကောင်းတာကိုမကြံစည်ဘဲ ကောင်းတာကိုပဲတွေးတာ ကြံစည်သင့်ပါသည်။ ကောင်းသည့်အလုပ်၊ ကောင်းသည့်အပြော၊ ကောင်းသည့်ကြံစည်မှု များနှင့်သာ နေ့စဉ်နေထိုင်သင့်ပါသည်။ ဤသို့ပြုမူနေထိုင်မှသာ ကံအကြောင်းတရားကြောင့် ဖြစ်သည့် ကမ္မဇရုပ်ဟုခေါ်သော ခန္ဓာကိုယ်၏ ရုပ်ကလာပ်စည်းများ တိုးပွားပြီး ကျန်းမာစွာ နေထိုင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါတယ်။ မကောင်းသည့်အလုပ်၊ မကောင်းသည့်အပြော၊ မကောင်းသည့် ကြံစည်မှုများနှင့် ပြုမူနေထိုင်ပါက ကံကြောင့်ဖြစ်သည့် ကမ္မဇရုပ်ဟုခေါ်သည့် ခန္ဓာကိုယ်တွင် ရှိသည့် ရုပ်ကလာပ်စည်းများ ပျက်စီးခြင်းဖြစ်ကာ နာမကျန်းမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာစေနိုင် ပါသည်။

စိတ်အကြောင်းတရားတွင် အလိုရမ္မက်ကြီးသည့် လောဘစိတ်၊ မောက္ခမာခက်ထန် ကြမ်းတမ်းသည့် ဒေါသစိတ်၊ တွေဝေမိန်းမောသည့် မောဟစိတ်များသည် စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော ရုပ်ကလာပ်စည်းများကို ပျက်စီးစေပြီး ရောဂါဝေဒနာများ၊ မကျန်းမာမှုများကို ဖြစ်ပေါ်လာစေနိုင်ပါသည်။ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း အလိုရမ္မက်မကြီးခြင်းဟူသည့် အလောဘ စိတ်၊ နူးညံ့သိမ်မွေ့သော မောက္ခမာခက်ထန် ကြမ်းတမ်းခြင်းမရှိသော အဒေါသစိတ်၊ တည်ငြိမ်အေးချမ်းသော တွေဝေမိန်းမောခြင်းမရှိသည့် အမောဟစိတ်တို့သည် စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်စည်းတို့ကို တိုးပွားဖြစ်ပေါ်စေပြီး ကျန်းမာရေးကိုများစွာအထောက်အပံ့ ဖြစ်စေပါသည်။ “စိတ်ထောင်းတော့ကိုယ်ကျေ၊ စိတ်ပျိုတော့ကိုယ်နု” ဆိုရိုးအတိုင်း စိတ်ကို တည်ငြိမ်အေးချမ်းအောင်၊ ဖြူစင်အောင်သတိ/ အသိဖြင့် ထိန်းသိမ်းရန် လိုအပ်လှပါသည်။

ဥတုအကြောင်းတရားတွင် နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်းဥတု(၃)မျိုးရှိရာ ကျရောက်ရာ ဥတု ရာသီနှင့် လိုက်လျောညီထွေစွာ နေထိုင်တတ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ယခုအချိန်အခါသည် မိုးဥတု ဖြစ်သည်နှင့်အညီ မိုးဥတုတွင် ဖြစ်တတ်သည့် အအေးမိခြင်း၊ နှာစေးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ဖျားနာခြင်းအစရှိသည့် ရာသီတုပ်ကွေးများလည်းဖြစ်တတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အအေးမမိ အောင် နွေးနွေးထွေးထွေးနေထိုင်ခြင်း၊ မိုးရေထဲ အလွန်အကျွံ သွားလာ ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းဖြင့် ကြိုတင်ကာကွယ် နေထိုင်ကြရပါမည်။ ၎င်းအပြင် ပူနွေး ခြောက်သွေ့ သည့်နေရာတွင် နေထိုင်ခြင်း၊ ပူနွေး၍ အာကာသရစေသော အစားအစာများကို စားသောက်ခြင်းဖြင့် ဥတုကြောင့်ဖြစ်သော ကျန်းမာရေးပြဿနာများ၊ ရောဂါများ မဖြစ်ရ အောင်ကာကွယ် ဆောင်ရွက်ကြရမှာ ဖြစ်ပါသည်။ သို့မှသာ ဥတုကြောင့်ဖြစ်သော ရုပ်ကလာပ်စည်းများတိုးပွား၍ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာစွာ နေထိုင်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့မဟုတ်ဘဲ ရှောင်ကြဉ်ရန်များကို လိုက်နာခြင်းမရှိဘဲ ပြုမူနေထိုင်စားသောက်ပါက ဥတုဇရပ်ကလာပ်စည်းများ ပျက်စီးဆုံးရှုံး၍ ရောဂါဝေဒနာများကို ရရှိစေနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

အာဟာရအကြောင်းတရားမှာ ခန္ဓာကိုယ်အားအကျိုးပြုသည့် သြဇာဓာတ်ပြည့်ဝသည့် အစာအာဟာရတို့ကို စားသုံးကြရန်လိုအပ်ပါသည်။ “သဗ္ဗေသတ္တာအာဟာရဋ္ဌိတိကာ” ဆိုသည့် အတိုင်း အာဟာရကြောင့်ဖြစ်သော ရုပ်ကလာပ်စည်းများ တိုးပွားစေခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ် ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးစေခြင်းတို့သည် အာဟာရ၏ အဓိကအကြောင်းတရားများ ဖြစ်ပါသည်။ ဤနေရာတွင် မိမိနှင့် သင့်သည့် အာဟာရများဖြစ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ကိုဗစ်ကူးစက် ရောဂါ အတွက် ခန္ဓာကိုယ်အင်အားဖြစ်စေသည့် အစာအာဟာရများကို များများစားသောက်ပြီး ရေကိုလည်းများများ သောက်ပေးရမှာဖြစ်ပါသည်။ အဓိကအားဖြင့် အရသာ(၆)မျိုးထဲမှ ချဉ်၊ စပ်၊ ခါး၊ အရသာရှိသော အစားအစာများကို ပြုပြင် စားသုံးရမှာ ဖြစ်ပါသည်။ တန်ဆေးလွန်ဘေး မဖြစ်စေရပါ။ ငရုတ်ကောင်းဟင်းခါးဟင်းရည်၊ ကြက်စွပ်ပြုတ်၊ ဒန့်သလွန်ရွက်ဟင်းရည်၊ ကြက်ဥနှင့် အသား၊ ငါးများကို ဂျင်း(ချင်း)၊ နနွင်းတို့ ဖြင့် လည်းကောင်း၊ သံပရာသီး၊ ရှောက်သီးသုပ် ငရုတ်သီးစပ်စပ်စသည့် အာဟာရဖြစ်စေသည့် ချက်ပြုတ်စားသောက်နည်းများဖြင့် ကိုဗစ်ကူးစက်ရောဂါကို ကာကွယ်ရာရောက်မည်ဖြစ် ပါသည်။ အာဟာရဇရပ်ကလာပ်စည်းများကိုတိုးပွားစေမည် ဖြစ်ပြီး ကိုယ်ခံစွမ်းအားကို လည်း ကောင်းစေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါသည်။

ယခုအခါကိုဗစ်-၁၉ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါသည် ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင်သာမက မြန်မာ နိုင်ငံတွင်လည်း ကူးစက်နေသဖြင့် နိုင်ငံသူနိုင်ငံသားများအား တိုင်းရင်းဆေး ပညာရပ်များ ဖြင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း၊ ရောဂါစတင်ဝင်ရောက်ကူးစက်လာချိန်တွင် သိလျှင်သိခြင်း တိုင်းရင်းဆေးဝါးများဖြင့်လည်းကောင်း၊ အိမ်သုံးဆေးပစ္စည်းများဖြင့်လည်းကောင်း တိုက်ကျွေးနိုင်ခြင်းသည် ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်း၊ ပျံ့နှံ့ကူးစက်ခြင်းတို့ကို ကာကွယ်ရာ ရောက်ပါသည်။ ရှေးယခင်ခေတ် ကာလများကလည်း မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဝမ်းရောဂါ၊ ကျောက်ရောဂါ၊ ပလိပ်ရောဂါများကို တိုင်းရင်းဆေးဝါးများဖြင့် ကာကွယ်ကုသပေးခဲ့သည့် သမိုင်းမှတ်တမ်းများလည်း ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

အာခံတွင်းရှင်း ရောဂါကင်း

“ဆားပြုတ်ရည်နှင့်အာလုတ်ကျင်း၊ ခံတွင်းရောဂါကင်း”ဆောင်ပုဒ်နှင့်အညီ အာခံတွင်း အတွင်းသို့ ရောဂါပိုးမဝင်ရောက်နိုင်အောင်နှင့် ရောဂါပိုးဝင်ရောက်နေသည်ဟု စိတ်ခံစားချက် ရှိလာလျှင် သံသယစိတ် ကင်းရှင်းစေရန် ကော်ဖီပန်းကန်(၁)လုံးထဲသို့ ရေနွေးပူပူနှင့်

ဆားအနည်းငယ်(လက်ဖက်စားဇွန်းခွက်ခန့်)ကို ထည့်၍မွှေပြီး ဆားရည်နွေးနွေးအချိန်တွင် အာလုတ်ကျင်းပြီး ထွေးပေးခြင်းကို နေ့စဉ်ပြုလုပ်ပေးပါ။ နေ့လယ်(၂)နာရီခန့် (၁)ကြိမ်နှင့် ညအိပ်ရာမဝင်မီ (၁) ကြိမ် စုစုပေါင်း တစ်နေ့(၂) ကြိမ် ဆားရည်နွေးနွေး အာလုတ်ကျင်းပေး ပါက တစ်နေ့တာအတွက် ခံတွင်းအာခေါင်သို့ ပြင်ပမှရောဂါပိုး ဝင်ရောက်နိုင်မှုကို ကာကွယ် ရာရောက်ပါသည်။ လူတိုင်းလုပ်နိုင်သည့် အလုပ်ဖြစ်သည့်အတွက် အလေ့အကျင့် သဖွယ် ဆောင်ရွက်သင့်ပါသည်။ အာခေါင်တွင် ကပ်ငြိနေသည့် ရောဂါပိုးများကို သန့်ရှင်းစေနိုင်ပြီး ချွဲသလိပ်များကိုလည်း ကင်းရှင်းစေမည်ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အပြင်ကိုယ်ခံစွမ်းအားကောင်းစေရန် ပြင်ပမှကူးစက်ရောဂါပိုးများ အလွယ်တကူ မဝင်ရောက်စေရန်နှင့် ဝင်ရောက်လာပါကလည်း ခန္ဓာကိုယ်မှ တိုက်ထုတ်နိုင်ရန်အတွက် လူတိုင်း အိမ်တိုင်းတွင် ရှိတတ်သည့် သံပရာသီး ရေနွေးစိမ်ရည်ကို တစ်နေ့(၁)ခွက် သောက်ပေးသင့်ပါသည်။ သံပရာသီးရေနွေးစိမ်ရည်ပြုလုပ်ပုံမှာ ရေနွေးဆူဆူ ထည့်ထားသည့် ဖန်ခွက်ကြီး(၂၅၀ မီလီလီတာ)ထဲသို့ သံပရာသီးကို (၄)စိပ်စိတ်၍ ထည့်ပါ။ အေးသွားပါက သံပရာသီးကို ဇွန်းနှင့် ဖိခြေပေးပြီး နေ့လယ်တွင်(၁) ကြိမ် အကုန်သောက်ပါက ကိုယ်ခံ စွမ်းအားမြှင့်တက်စေပြီး ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း မလိုလားအပ်သော မလအညစ်အကြေးများကို စင်ကြယ်စေ၍ စိတ်နှလုံးကိုလည်း ကြည်လင်လန်းဆန်းစေပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါနှင့်ဆေးလက်ဖက်ခြောက်

ဆေးလက်ဖက်ခြောက်တွင် ပါဝင်သောဆေးပစ္စည်းများမှာ နနွင်း (၁၀) ကျပ်သား၊ ကွမ်းရွက်ခြောက်(၁၀) ကျပ်သား၊ သံပရာသီးခြောက်(၁၀) ကျပ်သား၊ နွယ်ချို(၁၀)ကျပ်သား၊ လက်ဖက်ခြောက်(၁၀)ကျပ်သား၊ နာနတ်ပွင့်(၁)ကျပ်သား၊ လေးညှင်း (၁)ကျပ်သား၊ ချင်း ခြောက်(၁)ကျပ်သား၊ ငရုတ်ကောင်း(၁)ကျပ်သား၊ စုစုပေါင်း(၅၄)ကျပ်သားဖြစ်ပါသည်။

ဖော်ပြပါ ဆေး (၂) ဂရမ်ကို ရေနွေးပူပူ ၂၅၀ မီလီလီတာတွင် (၇) မိနစ်ခန့် စိမ်ပြီး တနေ့(၂)ကြိမ်မှ (၃)ကြိမ် ဆေးလက်ဖက်ခြောက် စိမ်ထားသည့် ရေနွေးအား သောက်သုံးနိုင် ပါသည်။ ၎င်းကိုသောက်သုံးခြင်းဖြင့် ကိုယ်ခံစွမ်းအားကောင်းမွန်စေခြင်း၊ ချောင်းဆိုး ရင်ကျပ် နှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများကို သက်သာစေခြင်း၊ အအေးမိတုပ် ကွေးဖျား ရောဂါကိုသက်သာစေခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ မကောင်းသော အဆီများကိုကျစေခြင်း၊ စိတ်လက်ပေါ့ပါး လန်းဆန်းစေခြင်း၊ ကိုယ်ခံအားကို မြှင့်စေ၍ ရောဂါကာကွယ်ခြင်းနှင့် သွေးလည်ပတ်မှုကိုကောင်းစေ၍ သွေးသားကြည်လင်စေခြင်းစသည်တို့ကို ဖြစ်စေပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါနှင့်ဆေးခါးကြီး(ငရုတ်ခါး)

၎င်းအပြင် ကိုဗစ်ရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်သော တိုင်းရင်းဆေးဝါး ဆေးခါးကြီး (ငရုတ်ခါး)အကြောင်းကို တင်ပြလိုပါသည်။ ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါကာကွယ်၊ ထိန်းချုပ်၊ ကုသရေးဆိုင်ရာ ဆဌမအကြိမ်ညှိနှိုင်းအစည်းအဝေးတွင် နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲက တိုင်းရင်း ဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ လမ်းညွှန်မှာကြားမှုများ ပြုခဲ့ပါသည်။ မှာကြားရာတွင် “အခြားနိုင်ငံများ ၌ သက်ဆိုင်ရာနိုင်ငံအလိုက် တိုင်းရင်းဆေးများကိုလည်း စမ်းသပ်နေသကဲ့သို့ မြန်မာ့ တိုင်းရင်းဆေးဖက်ဝင်အပင်များ၊ သစ်ဥ၊ သစ်ဖုများနှင့် တိုင်းရင်းဆေးများကိုလည်း သုတေ သနပြု စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်ကြရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာရှင် များဖြင့် ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းတိုင်ပင်၍ စနစ်တကျ သုတေသနပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ပြီး ရေရှည် မျှော်တွေး၍ လိုအပ်သည်မှန်သမျှကို တွက်ချက်လုပ်ဆောင်ကြစေလိုကြောင်း” လမ်းညွှန် မှာကြားခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲ၏ လမ်းညွှန်ချက်တွင်ပါရှိသည့် “မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးဖက်ဝင် အပင်များ၊ သစ်ဥ၊ သစ်ဖုများနှင့် တိုင်းရင်းဆေးများကို သုတေသနပြုလုပ် စမ်းသပ် ဆောင်ရွက်ကြရန်” လမ်းညွှန်ချက်နှင့်အညီ သုတေသနပြုလုပ်ထားပြီးဖြစ်သော မြန်မာ့ တိုင်းရင်းဆေးဖက်ဝင်အပင်ဖြစ်သည့် မြန်မာအမည်မှာ ဆေးခါးကြီး (ငရုတ်ခါး)ဖြစ်ပြီး ရုက္ခဗေဒ အမည်မှာ *Andrographis paniculata* Nees ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆေးဖက်ဝင်အပင်အား ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါအတွက် အသုံးပြုရန်အထူး ကောင်းမွန် ကြောင်း သုတေသနပြုချက်များအရ သိရှိရပါသည်။ သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာ ဝန်ကြီးဌာနမှ သုတေသနပြုလုပ်ရာတွင် ဆေးခါးကြီးအပင်၏ပဉ္စငါးပါးကို အသုံးပြု၍ သုတေသနပြုလုပ်ရာ အစွမ်းထက်အဓိကဒြပ်ပေါင်းမှာ ခါးသောအရသာရှိသည့် အင်(န်)ဒရိုဂရပ်ဖိုလိုဒ် (Andrographolide) ဒြပ်ပေါင်းဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြထားပြီး ဆေးခါးကြီးပဉ္စငါးပါးကို အရိပ်တွင် အခြောက်ခံ၍ ပြုတ်သောက်ပါက လေငန်း ရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ငှက်ဖျားစသောအဖျားအမျိုးမျိုး၊ သွေးမသန့်ရောဂါ၊ အဆုတ်အအေးမိ၍ ဖျားသော ရောဂါများ ပျောက်ကင်းစေသည်ဟု ဖော်ပြပါရှိပြီးဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာ့တော်ဝင် တိုင်းရင်း ဆေးကျမ်းကြီးများတွင်ဖော်ပြပါရောဂါများ သက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင် ကြောင်းသိရှိရပြီး ရှေးတိုင်းရင်းသမားတော်ကြီးများခေတ်အဆက်ဆက်အသုံးပြုခဲ့ကြပါသည်။

ဆက်လက်ပြီး နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲက ဆေးဝါးထုတ်လုပ်ရေးအတွက် လမ်းညွှန် မှာကြားရာတွင် “အာမခံချက်ရှိသည့် ပြည်တွင်း ထုတ်ဆေးဝါးများသုံးစွဲနိုင်ရေး အားပေး ဆောင်ရွက်ရန်လိုကြောင်း၊ ဆေးဝါးများကို ပြည်တွင်း ဆေးဝါးစက်ရုံများမှ လိုအပ်သည့်

ဆေးဝါးများ လုံလောက်စွာထုတ်လုပ်နိုင်ခြင်းဖြင့် ပြည်တွင်းစီးပွားရေးနှင့် ပြည်သူများ ခံစားနေရသည့် သောကများအား လျှော့ချနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း ဆေးဝါးစက်ရုံများ ကုန်ကြမ်း ပြတ်လပ်မှုမရှိစေရေး တာဝန်ရှိသူများက မျက်ခြည်မပြတ် ဆောင်ရွက်နေရန်လိုကြောင်း” လမ်းညွှန်ခဲ့ပါသည်။

လမ်းညွှန်မှာကြားချက်အပေါ် တိုင်းရင်းဆေးဝါးဖြင့် ကိုဗစ်-၁၉ ကူးစက်ရောဂါအတွက် လုံလောက်စွာထုတ်လုပ်၍ အသုံးပြုနိုင်ရန် အထက်တွင်ဖော်ပြခဲ့သည့် အစွမ်းထက်ဆေးခါး ကြီးအား ခေတ်မီဆေးအဆီအနှစ်(extract)ထုတ်၍ ခေတ်မီဆေးဝါးစက်ရုံများတွင် နိုင်ငံတော်၏ အကူအညီဖြင့် ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးပေးနိုင်မည်ဆိုပါက အကျိုးကျေးဇူး များစွာ ရရှိမည်ဟု မျှော်လင့်မိပါသည်။ ဆေးလက်ဖက်ခြောက်ရေနွေးနှင့်အတူခေတ်မီဆေးခါးကြီး ဆေးတောင့်အား တွဲဖက် သောက်သုံးပါက ကိုဗစ်-၁၉ ကူးစက်ရောဂါခံစားနေရသူများ၊ Quarantine Centre နေရာများမှ သူများအတွက် ထိရောက်စွာ ကာကွယ်ကုသပေးနိုင်ပြီး ရောဂါကူးစက်မှုကို လျှော့ချနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ သေဆုံးပျက်စီးမှုနှုန်းလည်းကျဆင်းသွား နိုင်မည်ဟု ယုံကြည် မျှော်လင့်မိပါသည်။

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ပြည်သူသို့အသိပေးပန်ကြားချက် အပိုဒ်(၉)တွင်လည်း “ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ကုသရေးလုပ်ငန်းများတွင် တတ်နိုင်သည့်ဘက်မှ လူအင်အား၊ ငွေကြေးပစ္စည်း၊ ကျွမ်းကျင်မှုပညာရပ်များဖြင့် စနစ်တကျ ပါဝင်ပူးပေါင်းပံ့ပိုး ပေးကြပါရန် ဖြစ်ပါသည်”ဟု ဖော်ပြပါရှိသဖြင့် တိုင်းရင်းဆေးဝါးထုတ်လုပ်သူများနှင့် ဆေးပစ္စည်း လုပ်ငန်းရှင်များအသင်းမှလည်း ဝိုင်းဝန်းပူးပေါင်း ပါဝင်ကူညီဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ပြည်သူများ သောကကင်းဝေးနိုင်စေပြီး ကိုဗစ်-၁၉ကူးစက်ရောဂါ ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ကုသနိုင်ရေး အတွက် အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။

မိဘပြည်သူများအနေဖြင့် ရောဂါမဖြစ်မီ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအတွက် ကျန်းမာရေး ဝန်ကြီးဌာနမှ ထုတ်ပြန်ထားသည့် ကိုဗစ်ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများကို လိုက်နာဆောင်ရွက် ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း “ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါမိမိကစ၍ကာကွယ်ပါ” ဆောင်ပုဒ် အတိုင်း လည်းကောင်း အားလုံးကိုယ်စီမဖြစ်မနေ လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြပါရန် ကိုလည်း အသိပေး/ သတိပေး နှိုးဆော်တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်သူပြည်သားများ ကိုဗစ်-၁၉ ကူးစက်ရောဂါ ဘေးဆိုးကြီးမှ ကင်းဝေးကြ ပါစေကြောင်း ဆုမွန်ကောင်း တောင်းအပ်ပါသည်။