စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး
မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှုကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့

မြောင်မြို့နယ်ရှိမူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအကြား
တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်၍
ဗဟုသုတ၊ သဘောထား နှင့် လိုက်နာကျင့်သုံးမှုတို့ကို
ဆန်းစစ်လေ့လာခြင်း (၂၀၁၆)

နိဒါန်း (Introduction)

- ကျောင်းကျန်းမာရေးတွင် အရေးပါသည့်အခန်းကဏ္ဍဖြစ်သော မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးကို သိရှိနိုင်ရန်နှင့် လိုအပ်ချက်များ ဖော်ထုတ်နိုင်ရန် စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး မိခင်နှင့်ကလေး စောင့်ရှောက်မှုကြီးကြပ်ရေး အဖွဲ့နှင့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနတို့ ပူးပေါင်း၍ ဤသုတေသန စာတမ်းကိုပြုလုပ်ခဲ့

စာတမ်းအချီး (Foreword)

- ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများတွင် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုအားနည်းခြင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းမှု မရှိခြင်းတို့ကြောင့် ကူးစက်တတ်သောရောဂါများဖြစ်ပွားမှုသည် တွေ့ရှိနေရဆဲ

- အာဖရိကနိုင်ငံများတွင် (၆၂%) နှင့် အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင် (၃၃%) သောသေဆုံးမှုများသည် ကူးစက်ရောဂါများကြောင့် သေဆုံးရခြင်းများတွေ့ရှိရ

- ၎င်းရောဂါများအနက်မှ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ခြင်းနှင့် ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါများကြောင့် သေဆုံးမှုမှာ ကျောင်းနေအရွယ်ကလေးများတွင် ပိုမိုဖြစ်ပွားသေဆုံးလျက် ရှိကြောင်းတွေ့ရှိရ

- ဆပ်ပြာအသုံးပြု၍ မှန်ကန်သောလက်ဆေးနည်းကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါ (၄၄%) နှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုးဝင်ခြင်းအား (၂၃%) ထိလျော့ချနိုင်ကြောင်း သုတေသနစစ်တမ်းများတွင် ဖော်ပြထား

- သို့သော်လည်း ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဆပ်ပြာနှင့်လက်ဆေးသူမှာ (၃၅%) အောက်တွင်သာ ရှိကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရ

- Global Public-Private Partnership for Hand Washing (GPPPHW) သုတေသနစစ်တမ်းအရ အာဖရိကနိုင်ငံအများစုတွင် အိမ်သာမှဆင်းလျှင် (၁၇%) သာ ဆပ်ပြာအသုံးပြု၍ လက်ဆေးလေ့ရှိပြီး (၄၅%)သည် ရေကိုသာသုံး၍ ဆပ်ပြာအသုံးမပြု ကြသူများဖြစ်ကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရ

❖ အီသီယိုးပီးယားနိုင်ငံရှိ ကျေးလက်ဒေသ၏ (၈%)လောက်သာ လုံလောက်သော တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းမှုဆိုင်ရာ အထောက်အကူများကို လက်လှမ်းမီကြ

❖ UNICEF နှင့် အီသီယိုးပီးယား ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနတို့၏ ပူးပေါင်းလေ့လာမှုအရ ၎င်းနိုင်ငံ၏ ကျေးလက်ဒေသရှိပြည်သူများမှာ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သော အသိပညာခံယူချက်နှင့် လေ့ကျင့်မှုများ နည်းပါးလျက်ရှိကြောင်းတွေ့ရ

❖ Research- inspired Policy and Practice Learning in Ethiopia (RiPPLE) ၏ အီသီယိုးပီးယား အနောက်တောင်ပိုင်း ကျေးလက်ဒေသရှိ အိမ်ထောင်စုများကို စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်းများအရ ၎င်းဒေသတွင် လက်ဆေးခြင်း အလေ့အကျင့်နည်းပါးလျက်ရှိ

❖ သို့ပါသောကြောင့် အနာဂါတ်၏ ကြယ်ပွင့်များဖြစ်သော မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ များအား တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သောဗဟုသုတများ တိုးပွားစေရန်၊ သဘောထားခံယူချက် မှန်ကန်စေရန်နှင့် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးအတွက် လိုက်နာကျင့်သုံး ဆောင်ရွက်လိုစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ကူညီ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြင့် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်၍ ဉာဏ်ရည်ဖွံ့ဖြိုးသော အနာဂါတ် သားကောင်းရတနာများ မွေးထုတ် ပေးနိုင်မည်ဟု ယုံကြည်

ရည်ရွယ်ချက် (Objective)

၁။ မြောင်မြို့နယ်အတွင်းရှိ မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု အပေါ် ဗဟုသုတ၊ သဘောထားနှင့် လိုက်နာကျင့်သုံးမှုတို့ကိုဆန်းစစ်လေ့လာရန်

ဝိသေသရည်မှန်းချက်

၁။ မြောင်မြို့နယ်အတွင်းရှိ မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုနှင့် ပတ်သက်သည့် ဗဟုသုတများသိရှိနိုင်ရန်

၂။ မြောင်မြို့နယ်အတွင်းရှိ မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု အပေါ်ထားရှိသည့် သဘောထားများကိုလေ့လာရန်

၃။ မြောင်မြို့နယ်အတွင်းရှိ မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု အပေါ် လိုက်နာကျင့်သုံးမှုတို့ကိုသိရှိနိုင်ရန်

သုတေသနနည်းစနစ် (Research Methodology)

လေ့လာမှုပုံစံ (Study Design)

ဤစာတမ်းကို လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုကို ရှင်းလင်းဖော်ပြသည့်နည်း (Descriptive and Analytic Study) ကိုအသုံးပြုထားပါသည်။

လေ့လာသည့်ဧရိယာ (Study Area)

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းခရိုင်၊ မြောင်မြို့နယ်ရှိ မူလတန်းကျောင်း(၈) ကျောင်း တွင် သုတေသနပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

လေ့လာသည့်အုပ်စု (Study Population)

အသက် (၆) နှစ်မှ (၁၂) နှစ်ထိရှိသောမူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၂၁၂) ဦးကို ဦးတည်၍ မေးမြန်းခဲ့ပါသည်။

လေ့လာသည့်ကာလ (Study Period)

၂၀၁၆ ခုနှစ် အောက်တိုဘာ၊ နိုဝင်ဘာနှင့် ဒီဇင်ဘာလအတွင်း ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

လေ့လာသည့် ကျောင်းပေါင်း (Sample Size)

မြောင်မြို့နယ်အတွင်း မူလတန်းကျောင်း (၈) ကျောင်း မှ အသက် (၆) နှစ်မှ (၁၂) နှစ်ထိရှိသော မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၂၁၂)ဦးအား မေးခွန်းများ မေး၍ အချက်အလက်များ ကောက်ယူခဲ့ပါသည်။

လေ့လာမှုအစီအစဉ် (Sampling Procedure)

သုတေသန ဆောင်ရွက်ခဲ့ပုံအဆင့်ဆင့်ကို အကျဉ်းချုံးဖော်ပြပါသည်။ စစ်ကိုင်းခရိုင် အတွင်းမှ မြောင်မြို့နယ်ကို ရွေးချယ်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းမြို့နယ်ထဲမှ မူလတန်းကျောင်း(၈) ကျောင်းကို မဲစနစ်ဖြင့်ရွေးချယ်ခဲ့ပြီး ထိုကျောင်းများမှ အသက် (၆) နှစ်မှ (၁၂) နှစ်ထိရှိသော မူလတန်း ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၂၁၂)ဦးအား အစမ်းမေးထားသော တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းမှု နှင့်ပတ်သက် သည့် မေးခွန်းများကိုမျက်နှာချင်းဆိုင်၍ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းခဲ့ ပါသည်။

အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်းနှင့် သုံးသပ်ခြင်း (Data Collection and Analysis)

အချက်အလက်စုဆောင်းခြင်းနှင့် သုံးသပ်ခြင်းကို SPSS (Statistical Package for Social Science) Software ကိုအသုံးပြု၍ တွက်ချက်သည်။

Findings and Discussions

- စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး မြောင်မြို့နယ်တွင် ပြုလုပ်ခဲ့သော မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ များအကြား ပြုလုပ်ခဲ့သော သုတေသနတွေ့ရှိချက်များအရ ဖြေဆိုသူများမှာ (၆) နှစ် နှင့် (၁၂) နှစ်အကြားတွင်ရှိ၍ ၎င်းတို့၏ပျမ်းမျှအသက်မှာ (၈.၇) နှစ်ဖြစ်

- ဖြေဆိုသူ (၄၁) ရာခိုင်နှုန်းသည် စတုတ္ထတန်း ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများဖြစ်

- ဖြေဆိုသူအများစု၏ မိဘများ၏ ပညာအရည်အချင်းသည် မူလတန်းဖြစ်၍ တောင်သူလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူများဖြစ်

- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သော ဗဟုသုတများ မေးမြန်းရာတွင် မစင် မှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်သောရောဂါများနှင့်ပတ်သက်၍ ဖြေဆိုသူ (၉၄.၃) ရာခိုင်နှုန်း ယောက်သည် ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါကို ဖြေကြားခဲ့

- မသန့်ရှင်းသောရေ သောက်သုံးမိပါက ဖြစ်ပွားတတ်သောရောဂါများအကြောင်း မေးမြန်း ရာတွင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၈၁.၆) ရာခိုင်နှုန်းသည် ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါ ဖြစ်ပွား တတ်ကြောင်း ဖြေကြားခဲ့

- ဖြေဆိုသူ ကျောင်းသား၊ကျောင်းသူ (၉၄) ရာခိုင်နှုန်းသည် မြစ်ရေ၊ ချောင်းရေ၊ တွင်းရေများသည် သန့်စင်မှုမရှိကြောင်း ဖြေကြားခဲ့ပြီး **(၆)ရာခိုင်နှုန်းသည် သန့်စင်မှုရှိကြောင်း ဖြေကြားခဲ့**

- ဖြေဆိုသူကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၉၃.၈) ရာခိုင်နှုန်းသည် ယင်နားစာများ စားသုံးပါက ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှော ရောဂါများဖြစ်တတ်ကြောင်း ဖြေကြားခဲ့

- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု အားနည်းသောကြောင့် ဖြစ်တတ်သော ရောဂါများအကြောင်း မေးမြန်း ရာတွင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၇၈.၇)ရာခိုင်နှုန်းသည် ပွေး၊ ဝဲ၊ နှင်းခူ ရောဂါများ ဖြစ်ပွား တတ်ကြောင်း ဖြေကြားခဲ့

- သောက်သုံးရေသုံးစွဲမှု မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဖြေဆိုသူ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၅၄) ရာခိုင်နှုန်းသည် ရေသန့်ကိုလည်းကောင်း၊ (၄၁)ရာခိုင်နှုန်းသည် တွင်းရေကို လည်းကောင်း၊ အခြားသူများသည် မြစ်ရေ၊ ကန်ရေ၊ ချောင်းရေများကို သုံးစွဲကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- မြစ်ရေ၊ ကန်ရေ၊ ချောင်းရေသုံးစွဲသူ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၅၀) ရာခိုင်နှုန်းသည် ရေကို ကျိုချက်၍လည်းကောင်း၊ (၄၆)ရာခိုင်နှုန်းသည် ရေစစ်၍လည်းကောင်း၊ (၄)ရာခိုင်နှုန်းသည် အနည်ထိုင်အောင် ပြုလုပ်၍လည်းကောင်း ပြုလုပ်သောက်သုံးကြသည်ဟုဖြေဆိုခဲ့
- ဖြေဆိုသူ(၄၀)ရာခိုင်နှုန်းသည် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သော ဗဟုသုတများကို ကျောင်းမှသိရှိကြပြီး **(၃၆)ရာခိုင်နှုန်းသည် ကျန်းမာရေးဌာနမှ သိရှိခဲ့ကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့**
- ဖြေဆိုသူကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ **(၅၃) ရာခိုင်နှုန်းသည် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သော ဗဟုသုတများကို ကျောင်းဆရာ၊ ဆရာမများထံမှ သိရှိရသည်ဟုဖြေဆိုခဲ့**

- ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများတွင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၈၉.၆) ရာခိုင်နှုန်း သည် တံမြက်စည်းလှည်းခြင်း၌ စုပေါင်းပါဝင်ကြပြီး အိမ်သာများဆေးကြော ခြင်းတွင် (၅၃.၃) ရာခိုင်နှုန်းစုပေါင်းပါဝင်ကြကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့
- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် ဗဟုသုတမေးခွန်းများအပေါ်တွင် ဖြေဆိုသူ မူလတန်း ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၆၄.၆၂) ရာခိုင်နှုန်းသည် ကောင်းမွန်စွာ ဖြေဆိုနိုင်ကြပြီး (၃၅.၃၈) ရာခိုင်နှုန်းသည် ကောင်းမွန်စွာ ဖြေဆိုနိုင်ခြင်းမရှိကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိ
- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သော မူလန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ **ခံယူချက် သဘောထား**များကို လေ့လာရာတွင် (၈၅) ရာခိုင်နှုန်းကျော်သည် ခံယူချက် သဘောထား ကောင်းမွန် ကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရပါသည်။

တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့်ပတ်သက်သော လိုက်နာကျင့်သုံးမှုမေးခွန်းများ မေးမြန်းရာတွင်

- ✓ ဖြေဆိုသူ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၇၉.၇) ရာခိုင်နှုန်း သည် တစ်နေ့လျှင် (၂) ကြိမ် သွားတိုက်ကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူ မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ အားလုံးနီးပါး (၉၈.၁) ရာခိုင်နှုန်းသည် နံနက် အိပ်ယာထတွင် သွားတိုက်လေ့ရှိကြပြီး (၂၀.၂)ရာခိုင်နှုန်းသည် အစာစားပြီးတိုင်း ထပ်မံ သွားတိုက်ကြ၍ (၈၆.၃)ရာခိုင်နှုန်းသည် ညအိပ်ယာဝင်ချိန်တွင် သွားတိုက်လေ့ရှိကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၈၃.၄) ရာခိုင်နှုန်း သည် တစ်နေ့လျှင် (၁) ကြိမ် ရေချိုးကြ ကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၇၅) ရာခိုင်နှုန်းသည် တစ်ပတ်လျှင်အနည်းဆုံး (၁) ကြိမ် ခေါင်းလျှော်လေ့ရှိကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူ (၈၂.၅) ရာခိုင်နှုန်း သည် လက်ဆေးခြင်း သရုပ်ပြသင်ကြားပြသခြင်းကို ကျောင်းဆရာ၊ ဆရာမများမှ သင်ကြား ပြသပေးကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူ (၅၉.၄) ရာခိုင်နှုန်း သည် ၎င်းတို့ကျောင်းတွင် လက်ဆေးရန် ရေနှင့် ဆပ်ပြာ အသင့်ရှိကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအနက် (၈၁)ရာခိုင်နှုန်းသည် ကျောင်း ရေအိုးစင်မှ သောက်ရေအား သောက်သုံး၍ ကိုယ်ပိုင်ရေဘူး သယ်ဆောင်သောက်သုံး သူ (၁၉) ရာခိုင်နှုန်း သောက်သုံးကြကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူ (၆၂.၇) ရာခိုင်နှုန်းသည် ၎င်းတို့ကျောင်းများတွင် အိမ်သာတက်ပြီးတိုင်း လက်ဆေးရန် နေရာသတ်မှတ်ပေးထားကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့ကြပြီး **(၃၇.၃) ရာခိုင်နှုန်းသည် လက်ဆေးရန် နေရာမရှိကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့**
- ✓ ဖြေဆိုသူ (၄၅.၈)ရာခိုင်နှုန်းသည် အိမ်သာတက်ပြီး လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့် ဆေးကြောကြ သော်လည်း **(၅၄.၄) ရာခိုင်နှုန်းသည် အိမ်သာတက်ပြီးတိုင်း လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့် မဆေးကြောကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရ**
- ✓ ဖြေဆိုသူ (၆၉.၃) ရာခိုင်နှုန်းသည် အစာမစားမီ လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့် ဆေးကြကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့ကြပြီး (၃၀.၇) ရာခိုင်နှုန်းသည် အစာမစားမီ လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့် မဆေးကြော ကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့

- ✓ ဖြေဆိုသူ (၅၇.၅) ရာခိုင်နှုန်းသည် ကစားပြီးတိုင်း လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့် ဆေးကြကြောင်း ဖြေဆိုခဲ့
- ✓ ဖြေဆိုသူ (၇၈.၈) ရာခိုင်နှုန်းသည် အညစ်အကြေးကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း လက်ကိုဆပ်ပြာနှင့် ဆေးကြကြောင်း ဖြေကြားခဲ့
- ✓ ကျောင်းသင်ခန်းစာများတွင် လက်ဆေးခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော သင်ခန်းစာများ သင်ယူ ရရှိကြောင်း (၈၉)ရာခိုင်နှုန်းမှ ဖြေဆိုခဲ့

သုံးသပ်ချက်များ (Conclusions)

- စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး မြောင်မြို့နယ်တွင် ပြုလုပ်ခဲ့သော မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ များအကြား ပြုလုပ်ခဲ့သော တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့် ပတ်သက်သော ဗဟုသုတ၊ သဘောထား နှင့် လိုက်နာကျင့်သုံးမှုများကို ဆန်းစစ်သော သုတေသနတွေ့ရှိချက်များအရ ဖြေဆိုသူအများစု မိဘများ၏ ပညာအရည်အချင်းသည် မူလတန်းဖြစ်ပြီး တောင်သူလုပ်ကိုင်သူများ ဖြစ်ကြ သော်လည်း ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ ဗဟုသုတသည် မြင့်မားလျက်ရှိနေခြင်းမှာ ကျောင်းသင်ခန်းစာများတွင် ထည့်သွင်းသင်ကြားပေးခြင်းနှင့် ပညာပေးခြင်းတို့ကြောင့် ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း လေ့လာ သုံးသပ်ရ

- သောက်သုံးရေသုံးစွဲရာတွင်(၅၄)ရာခိုင်နှုန်းသည်ရေသန့်ကို သောက်သုံးနိုင်သော်လည်း (၄၁) ရာခိုင်နှုန်းသည် တွင်းရေကိုသာ သောက်သုံး နေကြရသောကြောင့် တွင်းရေ၊ မြစ်ရေ၊ ကန်ရေ၊ ချောင်းရေများ သုံးစွဲရာတွင် ကျိုချက်သောက်သုံးတတ်သော အလေ့အကျင့်ကောင်းများ ရရှိအောင် ကျန်းမာရေးပညာပေးသင့်ကြောင်း လေ့လာသုံးသပ်ရ

- ဖြေဆိုသူ (၆၂.၇) ရာခိုင်နှုန်းသည် ၎င်းတို့ကျောင်းများတွင် အိမ်သာတက်ပြီးတိုင်း လက်ဆေးရန် နေရာသတ်မှတ်ပေးထားကြောင်းနှင့် (၅၀) ရာခိုင်နှုန်းကျော်သည် လက်ဆေးရန် ရေနှင့်ဆပ်ပြာ အသင့်ရှိကြောင်း ဖြေကြားခဲ့ကြသဖြင့် Global Public-Private Partnership for Hand Washing (GPPPHW) သုတေသနစာတမ်းထက် ပိုမို၍ ရာခိုင်နှုန်းမြင့်မားကြောင်း လေ့လာသုံးသပ်ရ

- ဤသုတေသနစာတမ်း တွေ့ရှိချက်သည် အီသီယိုးပီးယားတွင် ပြုလုပ်သော Research-inspired Policy and Practice Learning in Ethiopia (RiPPLE) စာတမ်းထက် ပိုမိုကောင်းမွန်ကြောင်း လေ့လာသုံးသပ်ရ

- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့်ပတ်သက်သောမူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ ခံယူချက်၊ သဘောထားများကို လေ့လာရာတွင် (၈၅) ရာခိုင်နှုန်းကျော်သည် ခံယူချက် သဘောထား ကောင်းမွန်ကြောင်း လေ့လာသုံးသပ်ရ

- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့်ပတ်သက်သောဗဟုသုတများကို ကျောင်းများတွင် ဆရာ၊ ဆရာမများမှ သင်ကြားပြသပေးကြောင်းနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများမှ လာရောက် ဟောပြောကြကြောင်းကို (၇၅) ရာခိုင်နှုန်းကျော်မှ ဖြေကြားခဲ့

- ဤသုတေသနစာတမ်းအရ မြောင်မြို့နယ်အတွင်းရှိ မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၅၈) ရာခိုင်နှုန်းကျော်သည် အိမ်သာတက်ပြီးတိုင်း၊ အစားမစားမီ၊ ကစားပြီးတိုင်းနှင့် အညစ်အကြေးများ ကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း ရေနှင့်ဆပ်ပြာအသုံးပြု၍ လက်ဆေးသော အလေ့အကျင့်ကောင်းများရှိကြောင်း လေ့လာသုံးသပ်ရ

- တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနည်းလမ်းများ လိုက်နာကျင့်သုံးတတ်စေရန် ကျောင်းသင်ခန်းစာ များတွင် လက်ဆေးခြင်း နှင့်ပတ်သက်သော သင်ခန်းစာများ သင်ယူရရှိကြောင်းကို ဖြေဆိုသူ (၈၉) ရာခိုင်နှုန်းမှ ဖြေကြားခဲ့ကြကြောင်း သိရှိရသဖြင့် မူလတန်းပညာရေးတွင် ကျန်းမာရေး ပညာပေးသင်ခန်းစာများ ပိုမိုထည့်သွင်း သင်ကြား ပေးသင့်ကြောင်း လေ့လာသုံးသပ်ရ

အကြံပြုချက်များ (Recommendations)

၁။ မြောင်မြို့နယ်အတွင်းရှိ မူလတန်းကျောင်းများတွင် သောက်သုံးရေအဖြစ် တွင်းရေကို အသုံးပြုနေရသေးကြောင်း တွေ့ရှိရပါသဖြင့် မူလတန်းကျောင်းများ၏ သန့်ရှင်းသော သောက်သုံးရေရရှိရေးများ ပိုမိုတိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ပေးရန်။

၂။ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ဗဟုသုတကောင်းမွန်ကြသော်လည်း အမှန်တကယ် လိုက်နာကျင့်သုံးရန်အတွက် လုံလောက်သော ရေနှင့်ဆပ်ပြာများ ထောက်ပံ့ထားရှိမှု နည်းနေ သေးကြောင်း တွေ့ရှိရသဖြင့် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးအတွက် လိုအပ်သော ပစ္စည်းအထောက် အပံ့များ ထောက်ပံ့ပေးရန်။

၃။ ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများတွင် ပညာရေးနှင့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန များသာမက အခြားမိတ်ဖက် အဖွဲ့အစည်းများဖြစ်သည့် မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး အသင်းနှင့် ပြည်သူလူထုတို့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်။

၄။ မူလတန်းကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုနှင့် ပတ်သက် သော ဗဟုသုတ၊ သဘောထားများ ကောင်းမွန်ကြသော်လည်း ရာနှုန်းပြည့် လိုက်နာကျင့်သုံးမှု မရှိသေးကြောင်း တွေ့ရှိရသဖြင့် လိုက်နာကျင့်သုံး စေရန်အတွက် ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေး ဌာနတို့ ပူးပေါင်းပြီး သရုပ်ပြသခြင်းနှင့် အသိပညာပေးခြင်းများ တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက်ရန်။

၅။ ပြည်သူလူထုအတွင်း ကျောင်းကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် အသိအမြင် ဗဟုသုတများ ပြန့်ပွားစေရေးအတွက် ကျန်းမာရေးပညာပေး ဟောပြောပွဲများ ပိုမို ဆောင်ရွက်ရန်။

၆။ ကျောင်းကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော သုတေသနစာတမ်းများကို အခြားမြို့နယ်များ နှင့် ကျောင်းများတွင် ပိုမိုတိုးချဲ့ဆောင်ရွက်ရန်

၉။ ကျမ်းကိုးစာရင်းများ (REFERENCES)

1. World Health Organization. Better Health for Poor Children. [Accessed August4, 2009]. Available at: http://www.who.int/ child_adolescent_ health/ documents/a91061/en/index.html

2. World Health Organization. Hand-washing could save the lives of millions of children. [Accessed August 5, 2009]. Available at: http://www.scielosp.org/ scielo. php?lng=en

3. Snow M, White GL Jr. Kim HS. Inexpensive and time-efficient hand hygiene interventions increase elementary school children's hand hygiene rates. J Sch Health. 2008; 78:230_233. [PubMed: 18336683]

4. Global Hand washing Day. Global Public-Private Partnership for Hand Washing. [Accessed August 5, 2009]. Available at: www.globalhand washing day.org

5. Department of Health. Republic of the Philippines. Personal Hygiene. [Accessed July 10, 2009]. Available at: http://www.doh.gov.ph/h1n1/ images/dm2009-0113. pdf

6. Banda K, Sarkar R, Gopal S, Govindarajan J, Harijan BB, Jeyakumar MB, et al. Water handling, sanitation and defecation practices in rural southern India: a knowledge, attitudes and practices study. Trans R Soc Trop Med Hyg. 2007; 101: 1124_30. [PubMed: 17765275]

7. Nematian J, Nematian E, Gholamrezanezhad A, Asgari AA. Prevalence of intestinal parasitic infections and their relation with socio-economic factors and hygienic habits in Tehran primary school students. Acta Trop. 2004; 92:179_86. [PubMed:15533285]

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှုကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့မှ သုတေသနစာတမ်းအတွက် စစ်တမ်းကောက်ယူရေး ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းစဉ်

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ မြောင်မြို့နယ်အတွင်းရှိ မူလတန်းကျောင်းများတွင် သုတေသနစာတမ်းအတွက် စစ်တမ်းကောက်ယူနေမှုအား တိုင်းဒေသကြီး မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှုကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့မှ ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်စဉ်

ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။