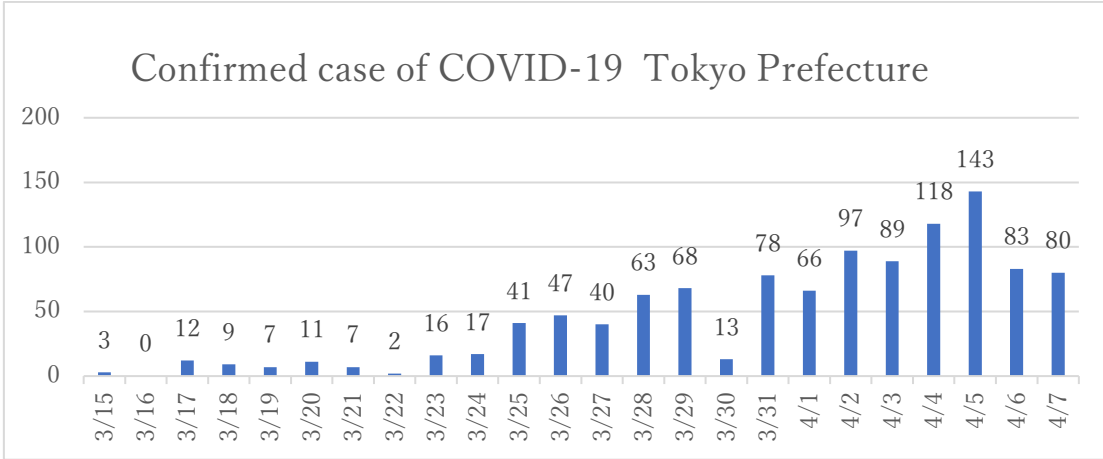


SHARE COVID-19 နှင့်ဆိုင်သည့်သတင်းအချက်အလက်များ No.1 2020.04.15

1. တိုကျိုမြို့၏ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးအသစ်ကူးစက်ပြန့်ပွားမှုအခြေအနေ

- တိုကျိုမြို့တွင်တွေ့ရှိသောကူးစက်လူနာသစ်အရေအတွက်



(တိုကျိုမြို့ဧပြီလ(၇)ရက်နေ့ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကူးစက်ခံလူနာအသေးစိတ်ထုတ်ပြန်ချက်ကိုအခြေခံ၍ရေးဆွဲထားသည်)

- ဧပြီလ(၇)ရက်နေ့မှန်းလွဲချိန်တွင်ဂျပန်နိုင်ငံဝန်ကြီးချုပ်အာဘဲထံမှ(တိုကျို၊ချီးဘစီရင်စု၊ဆိုင်းတမစီရင်စု၊ခါနာဂါဝါစီရင်စု၊အိုဆာကာ၊ဟိယေားဂိုစီရင်စု၊ဖူကူအိုကစီရင်စု)အစရှိသောစီရင်စု(၇)ခုတွင်အရေးပေါ်အခြေအနေကြော်ငြာခဲ့ပါသည်။ကြေငြာရသည့်အကြောင်းအရင်းမှာ
 「ဆေးကုသသည့်နေရာ(ဆေးရုံ)များကိုပြင်ဆင်ရန်အချိန်မလုံလောက်ခြင်းကြောင့်အန္တရာယ်ရှိနိုင်သည့်」အတွက်ဖြစ်သည်။အဆိုပါစီရင်စု(၇)ခုတွင်ကူးစက်လူနာများပြားလာသည့်အနေအထား၊
 ကူးစက်ခံရသည့်လမ်းကြောင်းကိုမသိရသောရာခိုင်နှုန်းတို့ကိုအခြေခံ၍သတ်မှတ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။
 ထိုသို့အရေးပေါ်အခြေအနေကြော်ငြာရသည့်ရည်ရွယ်ချက်မှာအဆိုပါဒေသများရှိလူအချင်းချင်းထိတွေ့မှုကို ၇၀%မှ၈၀%အထိလျော့ချရန်ဖြစ်သည်။
- အရေးပေါ်အခြေအနေကြော်ငြာသည့်ကာလမှာဧပြီလ(၇)ရက်နေ့မှမေလ(၆)ရက်အထိဖြစ်သည်။
 အခြေအနေပြန်လည်ကောင်းမွန်လာသည့်အချိန်တွင်ဖျက်သိမ်းမည်ဖြစ်သည်။
- ရပ်နားရန်တောင်းဆိုခြင်းခံရသောလုပ်ငန်းဌာနများမှာ(တက္ကသိုလ်၊ကျူရှင်၊အားကစားရုံများ၊
 ပြဇာတ်ရုံများ၊ လူစုလူဝေးပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ပြပွဲများ၊အပန်းဖြေနေရာ(ပန်းခြံ၊ရုပ်ရှင်ရုံအစရှိသော)များ။
- လူမှုပတ်ဝန်းကျင်အတွက်မဖြစ်မနေလိုအပ်သောလုပ်ငန်းဌာနများမှာ(ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းများ၊သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလုပ်ငန်းများ)ရပ်နားရန်မလိုအပ်ပါ။
- စီးပွားရေးကဏ္ဍအထောက်အကူပေးနိုင်ရန်အတွက်ယန်း (၁၀၈)ထရီယံကိုရာထားပြီး၊ထိုအထဲတွင်ပြည်သူများအားငွေသားထောက်ပံ့ရန်ယန်း(၆)ထရီယံပါဝင်သည်။

2. ယေဘုယျအားဖြင့်ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးအသစ်ကူးစက်ကာလ

(ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုး(COVID19)ဆိုင်ရာဆေးရုံ၊ဆေးခန်းများ၏လူနာသစ်လက်ရန်လမ်းညွှန်
[Japan Primary Care Association])

- ၁) ရောဂါကူးစက်ခံရပြီးနောက်(၅)ရက် ((၁~၁၄)ရက်အတွင်း) ခန့်ရောဂါငုတ်လျှိုးကာလဖြစ်သည်။
 - ၂) ငုတ်လျှိုးကာလလွန်ပြီးနောက်တွင်အအေးမိရောဂါလက္ခဏာ(ကိုယ်ပူခြင်း၊ချောင်းဆိုးခြင်း၊ သလိပ်ထွက်ခြင်း၊လည်ချောင်းနာခြင်း၊နှာရည်ယိုခြင်းအစရှိသောလက္ခဏာများ)၊နှုန်းချိုခြင်းလက္ခဏာများ ဖြစ်မည်။
 - ၃) အချို့သောလူနာများတွင်ပျို့အန်ခြင်း၊ဝမ်းပျက်ခြင်းအစရှိသောအစာခြေလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာလက္ခဏာ များလည်းဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။
 - ၄) အဆိုပါလက္ခဏာများက(၇)ရက်ခန့်ကြာရှည်တတ်ပါသည်။
 - ၅) ကူးစက်ခံလူနာ၏(၈၀%)သည်ရောဂါပြင်းထန်မှုမရှိဘဲသဘာဝအလျှောက်ပျောက်ကင်းသွား တတ်ပါသည်။
 - ၆) ကူးစက်ခံလူနာ၏(၂၀%)သည်ပြင်းထန်သောအဆုတ်ရောင်ခြင်းဖြစ်ပြီးဆေးရုံတက်၍ကုသမှုခံယူရန် လိုအပ်ပြီး၊ (၅%)သည်အထူးစောင့်ကြပ်ကုသခန်းတွင်အသက်ရှူစက်များဖြင့်ကုသမှုခံယူရန်လိုအပ်သည်။
 - ၇) အထူးသဖြင့်အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူများ၊ ရောဂါအခံရှိသူများနှင့်ကိုယ်ဝန်ဆောင်အမျိုးသမီးများ အနက်မှရောဂါလက္ခဏာပေါ် ပြီးအကြာမီအတွင်းအဆုတ်ရောင်ရောဂါဖြစ်တတ်သည်။သို့သော်လည်းငယ်ရွယ် သောသူများလည်းရောဂါပြင်းထန်နိုင်သောကြောင့်သတိထားရန်လိုအပ်သည်။
 - ၈) ရောဂါပြင်းထန်သောသူများသည်ရုတ်တရက်အခြေအနေဆိုးဝါးပြီးသေဆုံးသည်အထိဖြစ်နိုင်သော ကြောင့်သတိထားရန်လိုအပ်သည်။
- * တုတ်ကွေးနှင့်အအေးမိခြင်းအစရှိသည်တို့နှင့်ရောဂါလက္ခဏာတူသောကြောင့်ရောဂါလက္ခဏာတခု တည်းဖြင့်ရောဂါကိုသတ်မှတ်ဆုံးဖြတ်ရန်ခက်ခဲသည်။

3. တိုကျိုတွင်ကူးစက်ရောဂါလျင်မြန်စွာပြန့်ပွားမှု(overshooting)ဖြစ်လာနိုင်သည်ဟုခန့်မှန်းရသည့်အ ကြောင်းရင်း

- ယခုတိုကျိုတွင်ကူးစက်ခံရသူလူနာအသစ်များနေ့စဉ်တိုးပွားလျှက်ရှိပြီး၊ အချို့သောဆေးရုံ၊ဆေးခန်း များတွင်အုပ်စုလိုက်ကူးစက်ခြင်း (cluster) များဆက်တိုက်ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း၊ဥရောပနိုင်ငံများနှင့် နယူးယော့မြို့တို့တွင်ကူးစက်ရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှင့်ပတ်သက်၍စိုးရိမ်မှုများလည်းရှိနေသည်။
- ၁) မတ်လတွင်အနောက်နိုင်ငံသို့ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသွား(ကျောင်းဆင်းပွဲအမှတ်တယအစရှိသော) ပြန်လာသူများထံမှရောဂါကူးစက်ခြင်း ။
 - ၂) အနောက်နိုင်ငံများတွင်ကူးစက်ရောဂါဖြစ်ပွားမှုကြောင့်ပညာတော်သင်ကျောင်းသားများနှင့် ကုမ္ပဏီလုပ်ငန်းဖြင့်စီးပွားရေးခရီးသွားပြန်လာသူများထံမှကူးစက်ခြင်း။
 - ၃) ကူးစက်လမ်းကြောင်းမသိသူများပြားလာခြင်း။
 - ၄) အများပြည်သူလမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး (ရထား၊ကား) ရပ်နားရန်မဖြစ်နိုင်ခြင်း

* အခုမှစပြီးရေရှည်ခန့်မှန်းထင်မြင်ချက်အရကြာရှည်(၃လကြာကျော်)အထိရောဂါကူးစက်မှုနှုန်းသည်လခန့်ကြာမည်ဟုခန့်မှန်းရသည်။

4. ရောဂါလက္ခဏာမပြသောသူများနှင့်အအေးမိသူများအားရောဂါပိုးစစ်ဆေးခြင်းမပြုသင့်သည့်အကြောင်းအရင်းများ

ရောဂါပိုးလျင်မြန်များပြားစွာကူးစက်နေသည်ဆိုသောသတင်းကြေညာချက်ကိုကြားသိ၍သာမန်အအေးမိလက္ခဏာဖြစ်ပေါ်သောအခါနှင့်မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာမျှမရှိပဲပိုးကူးစက်ခြင်းရှိ/မရှိစစ်ဆေးလိုသူများများပြားလာနိုင်ဖွယ်ရှိသည့်အတွက် အောက်တွင်ရေးသားဖော်ပြထားသည့်အကြောင်းရင်းများမျှဖြင့်ပိုးကူးစက်ခံရခြင်းရှိ/မရှိ စစ်ဆေးခံရန်မသွားသင့်ပေ။

- 1) လက်ရှိအခြေအနေတွင်စစ်ဆေးပေးနိုင်သည့်ဌာနများကိုအကန့်အသတ်ထားရှိပြီးစစ်ဆေးမှုခံယူသူအရေအတွက်(သံသယရှိသူ)များစုရုံးရောက်ရှိလာပြီး ထိုနေရာမှရောဂါကူးစက်ခံရနိုင်သည့်ရာခိုင်နှုန်းမြင့်မားသည်။ (ကိုရီးယားနိုင်ငံတွင်ကားပေါ်မှာထိုင်နေရင်းစစ်ဆေးခံနိုင်သောနည်းလမ်းကိုအသုံးပြုသည်။ လူအများစုဝေးစောင့်ဆိုင်ရန်မလိုသောကြောင့်စိုးရိမ်ပူပန်ရန်မလိုအပ်ပါ။)
- 2) လက်ရှိ PCR စမ်းသပ်မှုသည်တိကျမြင့်မားသော်လည်း (၉၉%)ပိုးကူးစက်ခြင်းခံနေရသည်မှ သေချာသော်လည်းပိုးမတွေ့သောအဖြေ၏ (၇၀ %)မှန်ကန်မှုမရှိပါ။
- 3) အများအားဖြင့်(၈၀%) ခန့်သည်ရောဂါပြင်းထန်မှုမရှိ၊ ရောဂါလက္ခဏာမပြပဲနေအိမ်တွင်အနားယူရုံမျှဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်သည်။
 →အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူများ၊ ရောဂါအခံရှိသူများအနေနှင့် ရောဂါလက္ခဏာနှစ်ရက်ဆက်နေသောအခါ (သို့) ရုတ်တရက်အခြေအနေဆိုးဝါးလာသောအခါများတွင်ချက်ခြင်းစစ်ဆေးမှုခံယူရန်လိုအပ်သည်။အခြားသောအခြေအနေများရောဂါလက္ခဏာစတင်ပြီး(၄)ရက်ကြာသည်အထိမသက်သာသောအခါများတွင်ပြည်မှပြန်လည်ရောက်ရှိလာသူ၊အနီးကပ်ထိတွေ့မှုရှိသူများအကြံပေးစင်တာနှင့်ဆက်သွယ်၍စစ်ဆေးရန်လိုအပ်ခြင်းရှိ/မရှိ မေးမြန်းပါရန်။

5. အအေးမိရောဂါလက္ခဏာဖြစ်လျှင်လုပ်ဆောင်ရန်

- 1) ကိုယ်အပူချိန်က37.5(စင်တီဂရိတ်)ထက်ကျော်လွန်ပါကချက်ချင်းဆေးရုံ၊ဆေးခန်းများသို့သွားခြင်းမဟုတ်ဘဲမိမိနေအိမ်တွင်အနားယူရန်။
- 2) အလုပ်ကိစ္စမဟုတ်သောမလိုအပ်ဘဲအပြင်ထွက်ခြင်းကိုရှောင်ရန်။
- 3) င်ပန်းနှွမ်းနယ်ခြင်း၊ အသက်ရှူကြပ်ခြင်း၊ဆီးမသွားခြင်းများဖြစ်ပါကပြည်ပမှပြန်လည်ရောက်ရှိလာသူ၊ အနီးကပ်ထိတွေ့မှုရှိသူများအကြံပေးစင်တာနှင့်ဆက်သွယ်ဆွေးနွေးပါရန်။

▶ https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html

- 4) သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ရောဂါအခံရှိသူများ၊ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များက၂ရက်အတွင်းရောဂါလက္ခဏာမသက်သာလာပါကပြည်ပမှပြန်လည်ရောက်ရှိလာသူ၊အနီးကပ်ထိတွေ့မှုရှိသူများအကြံပေးစင်တာနှင့်ဆက်သွယ်ဆွေးနွေးပါရန်။

5) ဆေးကုသမှုအခြေအနေသည်ငှရက်ကျော်ကြာလာပါကပြည်ပမှပြန်လည်ရောက်ရှိလာသူ၊ အနီးကပ်ထိတွေ့မှုရှိသူများအကြံပေးစင်တာနှင့်ဆက်သွယ်ဆွေးနွေးပါရန်။

6. ကာကွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း

- 1) လေဝင်လေထွက်မကောင်းသောနေရာ(လေလုံသောနေရာ)များကိုရှောင်ရန်။
- 2) လူစုလူဝေးများသောနေရာများကိုရှောင်ရန်။
- 3) အနီးကပ်၍စကားပြောဆိုခြင်းအားရှောင်ရန်

Tamotsu Nakasa, SHARE ၏ ပူးတွဲဥက္ကဋ္ဌ



新型コロナウイルス感染下における
外国にルーツがある人々への支援活動応援助成
三菱財団 × 中央共同募金会



Wesley Foundation
Wesley Foundation
支援企業