



ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

ကုသရေးဦးစီးဌာန

အမျိုးသားကျန်းမာရေးဓာတ်ခွဲမှုဆိုင်ရာဌာန

ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေး  
ဓာတ်ခွဲလမ်းညွှန်

ဇွန်လ၊ ၂၀၁၆

# ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေး ဓာတ်ခွဲလမ်းညွှန်

## နိဒါန်း

ရောဂါပိုးကူးစက်နိုင်သော ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို ကိုင်တွယ်စဉ် မတော်တဆ ထိခိုက်ကွဲရှခြင်းများကို ကာကွယ်ရန်၊ ဓာတ်ခွဲခန်းတိုင်းတွင် တိကျသော ကိုယ်ပိုင်နည်းလမ်းများထားရှိရမည်။ ဓာတ်ခွဲဝန်ထမ်းတိုင်းသည် အဏုဇီဝပိုးမွှားများ၏ Risk Grades (အန္တရာယ်အဆင့်သတ်မှတ်ချက်များ)၊ ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်(၄)ဆင့်နှင့် Biosafety Cabinets များကို သိရှိနားလည်ထားရမည်။ ဓာတ်ခွဲဝန်ထမ်းတိုင်းသည် ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် ချမှတ်ထားသည့် ဇီဝလုံခြုံရေး စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို လိုက်နာခြင်းအားဖြင့် ရောဂါပိုးများနှင့် မတော်တဆ ထိတွေ့မှုများကို ကာကွယ်နိုင်ပါမည်။ မည်သည့် ဓာတ်ခွဲခန်းအဆင့်ဖြစ်စေကာမူ ဓာတ်ခွဲခန်းတွင်း၌ ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် အခြေခံသတိပြုလိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ (Universal precautions) အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည်။ ဓာတ်ခွဲခန်းတိုင်းတွင် ပဋိဇီဝဆေးယဉ်ပါးမှု စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း၊ တုပ်ကွေးရောဂါကဲ့သို့ ရောဂါများ စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းကဲ့သို့သော လုပ်ငန်းစဉ်များမှ အချက်အလက်များ စုစည်းထားရှိရပါမည်။

## ရည်ရွယ်ချက်

- ဓာတ်ခွဲခန်းမှ ရောဂါပိုးများ ဓာတ်ခွဲခန်းနှင့် ဓာတ်ခွဲခန်းပြင်ပသို့ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းကို ကာကွယ်ရန်၊

## ဓာတ်ခွဲခန်းများတွင် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် သတ်မှတ်ထားသော စံကိုက်အချက်များ (Standard precautions)

- ၁။ လက်ဆေးခြင်း
- ၂။ ဓာတ်ခွဲခန်းနှင့် ဓာတ်ခွဲခန်း ပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းရေးနှင့် အထွေထွေသန့်ရှင်းရေး
- ၃။ လက်ကိုင်ပုဝါဖြင့်အုပ်၍ ချောင်းဆိုးနှာချေခြင်း (Cough etiquettes)
- ၄။ ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ (PPE) အသုံးပြုခြင်း
- ၅။ ဓာတ်ခွဲခန်းသုံးရေ အရည်အသွေးစစ်ဆေးခြင်း
- ၆။ ဓာတ်ခွဲခန်းမှထွက်သည့် စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို စီမံခန့်ခွဲခြင်း (Biomedical waste management)

- ၇။ ဓာတ်ခွဲဝန်ထမ်းအားလုံးကို ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးပေးခြင်း၊ ရောဂါရှာဖွေပေးခြင်းနှင့် အသည်းရောင် အသားဝါဘီပိုး ကာကွယ်ဆေးကဲ့သို့သော ကာကွယ်ဆေးများ ထိုးနှံပေးခြင်း
- ၈။ ရောဂါပိုးပါဝင်သည့် သွေး၊ အခြားခန္ဓာကိုယ်မှထွက်သည့် အရည်များနှင့် ထိတွေ့မိပြီးနောက် ရောဂါမကူးစက်စေရန် ကာကွယ်နည်းများအသုံးပြုခြင်း (PEP)
- ၉။ ဆေးရုံ၏ ကူးစက်ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးကော်မတီနှင့် အချိတ်အဆက်မိမိ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း

# How to Handwash?

WASH HANDS WHEN VISIBLY SOILED! OTHERWISE, USE HANDRUB

 Duration of the handwash (steps 2-7): 15-20 seconds

 Duration of the entire procedure: 40-60 seconds



Wet hands with water;



Apply enough soap to cover all hand surfaces;



Rub hands palm to palm;



Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa;



Palm to palm with fingers interlaced;



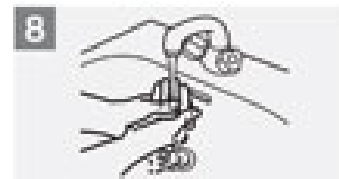
Backs of fingers to opposing palms with fingers interlocked;



Rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa;



Rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa;



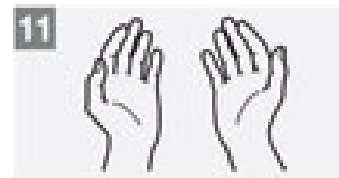
Rinse hands with water;



Dry hands thoroughly with a single use towel;



Use towel to turn off faucet;



Your hands are now safe.



World Health Organization

Patient Safety

A World Alliance for Safer Health Care

SAVE LIVES

Clean Your Hands

May 2009

## အခြေခံလိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ

### (Components of Universal Precaution)

- ဓာတ်ခွဲခန်းသုံးအကာအကွယ်ပစ္စည်းများ(PPE) (လက်အိတ်၊ အပေါ်ထပ်အင်္ကျီ၊ ရှေ့ကာအဝတ်၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်စည်း၊ မျက်စိကာမျက်မှန်) အသုံးပြုခြင်း။
- မတော်တဆဖြစ်မှုများ၊ အထူးသဖြင့် ချွန်ထက်သော အရာများကြောင့်ဖြစ်စေ ဒဏ်ရာများမှ ကာကွယ်ခြင်း။
- ဓာတ်ခွဲနမူနာများနှင့် ထိတွေ့ထားသော ဓာတ်ခွဲခန်းသုံးပစ္စည်းကိရိယာများ၊ ဓာတ်ခွဲခန်းစားပွဲ မျက်နှာပြင်များကို ပိုးသတ်ခြင်း နည်းလမ်းများ (Disinfection & Sterilization) ကို မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်း။
- ရောဂါပိုးပါဝင်နိုင်သည့် ဓာတ်ခွဲခန်းစွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျစွန့်ပစ်ခြင်း။

## ဇီဝလုံခြုံမှု

ဇီဝလုံခြုံမှုသည် ဓာတ်ခွဲနမူနာများ ကိုင်တွယ်ရာမှ ရောဂါပိုးများနှင့် တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ၊ ထိတွေ့မိသူများကို ရောဂါပိုးကူးစက်မှုမှ ကာကွယ်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

## ရောဂါပိုးများ၏ ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်

ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်သည် ဓာတ်ခွဲခန်းထမ်းများကို ရောဂါပိုးကူးစက်နိုင်သည့် အန္တရာယ်၊ ပြည်သူလူထုသို့ ရောဂါပျံ့နှံ့နိုင်သည့်အခြေအနေ၊ ၎င်းရောဂါပိုးများ၏ ရောဂါပေးနိုင်စွမ်းနှင့် ၎င်းရောဂါကို ကာကွယ်ကုသနိုင်မှု ရရှိနိုင်ခြင်း စသည်တို့ပေါ်တွင် မူတည်ပါသည်။

## ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၁) ရောဂါပိုးများ

- ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၁) ရောဂါပိုးများသည် ဓာတ်ခွဲခန်းထမ်းများနှင့် ပြည်သူလူထုအတွက် အန္တရာယ်မရှိသော (သို့မဟုတ်) အန္တရာယ်နည်းပါးသော ရောဂါပိုးများဖြစ်သည်။

## ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၂) ရောဂါပိုးများ

- ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၂) ရောဂါပိုးများသည် ဓာတ်ခွဲခန်းထမ်းများကို သင့်တင့်သော အန္တရာယ်ဖြစ်စေသော်လည်း အများပြည်သူသို့ ကူးစက်နိုင်ချေနည်းပါးသော ရောဂါပိုးများဖြစ်သည်။

**ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၃) ရောဂါပိုးများ**

- ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၃) ရောဂါပိုးများသည် ဓာတ်ခွဲဝန်ထမ်းများကို ဆိုးရွားသော ရောဂါ ဖြစ်စေနိုင်သော်လည်း ရောဂါပိုးရှိသူထံမှ အခြားလူတစ်ဦးထံ အလွယ်တကူ မကူးစက်နိုင်၍ အများပြည်သူများအတွက် အန္တရာယ်နည်းပါသည်။
- ၎င်းတို့ကို ဆေးဝါးဖြင့် ထိရောက်စွာ ကာကွယ်ကုသနိုင်သည်။
- ၎င်းတို့သည် လေထဲမှတစ်ဆင့် (Aerosol) နှင့် အစားအစာမှတစ်ဆင့် (Ingestion) ကူးစက်နိုင် သည်။

**ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၄) ရောဂါပိုးများ**

- ဇီဝလုံခြုံမှုအန္တရာယ်အဆင့်(၄) ရောဂါပိုးများသည် ဓာတ်ခွဲဝန်ထမ်းများအတွက် အလွန်အန္တရာယ် ရှိသည်။ လူတို့အတွက် ပြင်းထန်ဆိုးရွားသော ရောဂါများပေးနိုင်ပြီး၊ အသက်သေသည်အထိ အန္တရာယ်ပေးနိုင်သည်။ ရောဂါရှိသူထံမှ အခြားသူထံသို့ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းအပြင် အခြား နည်းလမ်းများမှလည်း အလွယ်တကူ ကူးစက်ပျံ့နှံ့နိုင်သည်။
- ၎င်းတို့ကို ထိရောက်စွာကာကွယ်ကုသရန် ဆေးဝါးများမရှိပါ။ ရောဂါရှိသူ၏ ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် ရောဂါကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းမရှိစေရန် အစွမ်းကုန် (အထူး) ကာကွယ်ထိန်းချုပ်မှုရှိ ရန်လိုသည်။

**ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်**

ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်ကို ရောဂါပိုး၏ အန္တရာယ်ပေးနိုင်မှုပေါ်မူတည်၍ အဆင့်(၄)မျိုး ခွဲခြား သတ်မှတ်ထားသည်။

**ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်(၁)**

- ကျန်းမာသော အရွယ်ရောက်ပြီးသူများတွင် ရောဂါမပေးသော ရောဂါပိုးများနှင့် သက်ဆိုင်သည်။
- ၎င်းတို့ကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် အထူးကာကွယ်ထိန်းချုပ်မှု ပစ္စည်းကိရိယာများ မလိုအပ်ဘဲ (Open benches) သာမန် ဓာတ်ခွဲခန်းများတွင် ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်နိုင်သည်။

**ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်(၂)**

- ဓာတ်ခွဲဝန်ထမ်းများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို အန္တရာယ်အသင့်အတင့် ဖြစ်စေနိုင်သော ရောဂါပိုးများ နှင့် သက်ဆိုင်သည်။
- ဓာတ်ခွဲဝန်ထမ်းများသည် အခြေခံသတိပြုလိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ (Universal Precautions) ကို လိုက်နာရမည်။
- အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်စေနိုင်သော Infectious Aerosol ဖြစ်ပေါ်စေမည့် ဓာတ်ခွဲမှုမျိုးကို Biosafety Cabinet ထဲတွင် ပြုလုပ်ရမည်။

**ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်(၃)**

- အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ခြင်းဖြင့် ဆိုးရွားစွာ ရောဂါပေးနိုင်သည့် (သို့မဟုတ်) သေစေနိုင်သည်အထိ ဖြစ်စေနိုင်သော ရောဂါပိုးများနှင့် သက်ဆိုင်သည်။
- ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်မှုတိုင်းကို ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ ဝတ်ဆင်ပြီး Biosafety Cabinet ထဲတွင် ပြုလုပ်ရမည်။

**ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်(၄)**

- အသက်အန္တရာယ်ကို ခြိမ်းခြောက်သော သေစေနိုင်သည့် ရောဂါပိုးများနှင့် သက်ဆိုင်သည်။
- ဇီဝလုံခြုံမှုအဆင့်(၃)တွင် ပါဝင်သော လိုအပ်ချက်များအပြင် ဓာတ်ခွဲခန်း လေဝင်လေထွက် ထိန်းချုပ်စနစ်၊ ရေချိုးသန့်စင်ပြီးမှ ဓာတ်ခွဲခန်းမှ ပြန်လည်ထွက်ခွာသောစနစ်၊ အထူး ဓာတ်ခွဲ စွန့်ပစ်စနစ်များ ပါဝင်ရမည်။
- Biosafety Cabinet III ၊ သီးခြား လေဝင်လေထွက်စနစ်ပါဝင်သော ဓာတ်ခွဲခန်းဝတ်စုံ၊ Double-ended autoclave နှင့် သန့်စင်ထားသောလေတို့သည် ဇီဝလုံခြုံရေးအဆင့်(၄)တွင် မဖြစ်မနေ ပါဝင်ရမည်။

HIV ပိုး၊ အသည်းရောင်အသားဝါဘီပိုး၊ စီးပိုးနှင့် သွေးမှတစ်ဆင့်ကူးစက်သော အခြားရောဂါပိုးများကို ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်စဉ် ကူးစက်နိုင်သည့်နည်းလမ်းများ

ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်မှုအဆင့်	ကူးစက်နိုင်သည့်နည်းလမ်းများ
သွေးနမူနာယူစဉ်	<ul style="list-style-type: none"> <li>- သွေးဖောက်ရာတွင် အသုံးပြုသည့် အပ် (သို့မဟုတ်) ကွဲရှုနေသော သွေးပုလင်းတို့နှင့် ထိရမှုခြင်း။</li> <li>- သွေးပေးကျခြင်း။</li> </ul>
ဓာတ်ခွဲခန်းအတွင်း ဓာတ်ခွဲနမူနာများ သယ်ယူပို့ဆောင်စဉ်	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ရောဂါပိုးပါဝင်သော သွေး (သို့မဟုတ်) အခြားဓာတ်ခွဲနမူနာများပေးကျနေသော ဓာတ်ခွဲနမူနာပုလင်းများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- ကျိုးပဲ့ကွဲရှုနေသော ဓာတ်ခွဲနမူနာပုလင်းများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- ဓာတ်ခွဲနမူနာ ဖိတ်စင် ထိတွေ့ခြင်း။</li> </ul>
HIV Serology ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်စဉ်	<ul style="list-style-type: none"> <li>- အရေပြား၊ မျက်စိ (သို့မဟုတ်) Mucous membrane နေရာများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- ရောဂါပိုးပါဝင်သော သွေးပေးကျနေသော ပုလင်းများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- ရောဂါပိုး ကပ်ငြိတင်ကျန်နေသော ဓာတ်ခွဲခန်းစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်သော နေရာများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- ကွဲရှုကျိုးပဲ့နေသော သွေးပုလင်းများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- လက်အိတ်ပေါက်သောနေရာမှ ဓာတ်ခွဲနမူနာနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> </ul>
ဓာတ်ခွဲခန်းသုံးပစ္စည်းများ သန့်ရှင်းရေးနှင့် ထိန်းသိမ်းစဉ်	<ul style="list-style-type: none"> <li>- အရေပြားပွန်းပဲ့ဒဏ်ရာနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- ရောဂါပိုးကူးစက်နိုင်သော ဓာတ်ခွဲနမူနာများ ဖိတ်စင် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- ရောဂါပိုး ကပ်ငြိတင်ကျန်နေသော ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်သည့် နေရာများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> </ul>
အမှိုက်စွန့်ပစ်စဉ်	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ရောဂါပိုးပါဝင်နေသော စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> <li>- အရေပြားပေါက်ပြဲဒဏ်ရာနှင့် ထိတွေ့ခြင်း။</li> </ul>
ဓာတ်ခွဲခန်းတစ်ခုမှ တစ်ခုသို့ ဓာတ်ခွဲနမူနာပို့ဆောင်စဉ်	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ဓာတ်ခွဲနမူနာထည့်သည့် ပုလင်းကွဲခြင်းနှင့် ယိုဖိတ် ထိတွေ့ခြင်း။</li> </ul>



**သွေးနမူနာဖောက်ယူသည့်အခါ လိုက်နာရမည့် လမ်းညွှန်ချက်များ**

- သွေးဖောက်ယူသည့်အခါတိုင်း လက်အိတ်ဝတ်ဆင်ရမည်။
- လက်အိတ်သွေးပေသွားပါက စွန့်ပစ်ပါ။
- သွေးဖောက်ပြီးပါက လက်အိတ်ချွတ်ပြီးတိုင်း လက်ဆေးရမည်။
- လက်တွင်သွေးပေသွားပါက ချက်ချင်း ဆပ်ပြာ၊ ရေတို့ဖြင့်စနစ်တကျဆေးကြောရမည်။
- ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး (Lab coat) အင်္ကျီဝတ်ဆင်ရမည်။
- အသုံးပြုပြီး အပ်နှင့် ဆေးထိုးပိုက်များကို သီးသန့်ပုံးအတွင်း စွန့်ပစ်ပါ။ အပ်ကို အဖုံးပြန်ဖုံးခြင်း၊ ဆေးထိုးပိုက်မှဖြုတ်ယူခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။
- သွေးနမူနာထည့်သောပုလင်းကို သေချာစွာပိတ်ရမည်။ ပုလင်း၏အပြင်ဘက်တွင် သွေးပေသွားပါက ပိုးသန့်စင်ဆေးဖြင့်သုတ်၍ သန့်ရှင်းပေးရမည်။

**သတိပြု လိုက်နာရမည့်အချက်များနှင့်ရှောင်ကြဉ်ရမည့်အချက်များ**

**လိုက်နာရမည့်အချက်များ**

- ဆံပင်ရှည်များအား ချည်နှောင်ထားရမည်။
- အလုပ်တာဝန်ပြီးစီးပါက လက်ကိုဆေးရမည်။
- လက်အိတ်အပါအဝင် ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ ဝတ်ဆင်ရမည်။
- နေ့စဉ် လုပ်ငန်းတာဝန်များအပြီးတွင် ဓာတ်ခွဲလုပ်ငန်းခွင်နေရာအား ပိုးသတ်ဆေးရည်ဖြင့် ဆေးကြောရမည်။
- ဓာတ်ခွဲခန်းနှင့်သက်ဆိုင်သော ပစ္စည်းများကို Label ကပ်ပါက ကော် (သို့မဟုတ်) Label tape ကို အသုံးပြု၍ကပ်ရမည်။
- ဓာတ်ခွဲခန်းအတွင်း အလုပ်လုပ်နေစဉ် (သို့) ကူးစက်စေတတ်သည့် ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် Lab coat ကို လုံခြုံစွာ ဝတ်ဆင်ထားရမည်။
- လက်သည်းရှည်မထားရ။

**ရှောင်ကြဉ်ရမည့်အချက်များ**

- ဓာတ်ခွဲခန်းအတွင်း အစားအစာများ စားသောက်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။
- သွေးနှင့် ကူးစက်စေနိုင်သော ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို ကိုင်တွယ်အလုပ်လုပ်နေစဉ်အတွင်း မျက်လုံး၊ နှာခေါင်းတို့အား လက်ဖြင့်မကိုင်တွယ်ရ။
- Pipette ကို အသုံးပြု၍အရည်များကို စုပ်ယူရာတွင် ပါးစပ်ဖြင့်မစုပ်ယူရ။

**ဓာတ်ခွဲခန်းတစ်ခုအတွက် အခြေခံလိုအပ်ချက်များ**

- ဓာတ်ခွဲခန်းများကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် ဓာတ်ခွဲခန်းအတွင်း သတ်မှတ်ထားသောနေရာတွင်သာ ကိုင်တွယ်၍ စမ်းသပ်စစ်ဆေးရမည်။
- ဓာတ်ခွဲခန်းမျက်နှာကြက်များ၊ နံရံများ၊ ကြမ်းပြင်များ၊ စားပွဲရုံများသည် ပိုးသန့်စင်ဆေးများ၊ ဓာတုပစ္စည်းများဖြင့် အလွယ်တကူသန့်စင်နိုင်ရမည်။
- အလွယ်တကူချော်မလဲနိုင်သော ကြမ်းပြင်များဖြစ်ရမည်။
- ဓာတ်ခွဲခန်းတိုင်းတွင် လက်ဆေးရန် လက်ဆေးဘေစင်များသည် ထွက်ပေါက်နားတွင် ရှိရမည်။
- ဓာတ်ခွဲခန်းတိုင်း၏ တံခါးများသည်အလိုအလျောက်ပိတ်နိုင်ရမည်။  
လုံလောက်သောအလင်းရောင်ရှိ၍ ပြတင်းပေါက်များတွင် ယင်လုံဇကာများ တပ်ဆင်ရမည်။
- Autoclave သည် ဓာတ်ခွဲခန်းရှိသော အဆောက်အဦးထဲတွင် ရှိရမည်။
- အဝတ်လဲခန်းနှင့် ထမင်းစားခန်းများသည် ဓာတ်ခွဲခန်းမှ စမ်းသပ်စစ်ဆေးသော အခန်းနှင့် သီးခြားစီရှိရမည်။

**HIV ပိုးပါဝင်သော ဓာတ်ခွဲခန်းများနှင့် ထိတွေ့မိပါက လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက်များ**

- (၁) စီမံဆောင်ရွက်ရမည့်နည်းစနစ်
  - post-exposure prophylaxis manual ရှိရမည်။
- (၂) HIV ပိုးပါဝင်သောဓာတ်ခွဲခန်းများနှင့် ထိတွေ့ပါက ဆောင်ရွက်ရမည့်နည်းလမ်း
  - ပွန်းရှုနေသောအရေပြားကို HIV ပိုးပါဝင်သော ဓာတ်ခွဲခန်းများနှင့် ထိတွေ့ပါက ဆပ်ပြာရည်နှင့် ရေဖြင့် ချက်ချင်းဆေးကြောရမည်။ မျက်စိကိုထိတွေ့ပါက ရေများများ ဖြင့် ဆေးကြောရမည်။
  - ပိုးပါဝင်သောဓာတ်ခွဲခန်းများနှင့်ထိတွေ့မိသော ပြဲရှု/ပြတ်ရှု ဒဏ်ရာကို ပိုးသန့်စင် ထားသော Saline (သို့မဟုတ်) ပိုးသန့်စင်ဆေးရည် (Disinfectants) ဖြင့် ထပ်မံ ဆေးကြောရမည်။
  - သက်ဆိုင်ရာဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် HIV Antibody စစ်ဆေးခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။
  - 'Post-exposure prophylaxis manual' နှင့်အညီ လိုအပ်ပါက ART ဆေးဝါးများ အသုံးပြုမှုကို လုပ်ဆောင်ရမည်။

- (၃) ရက်ချိန်းပြန်ခေါ်၍ပြန်လည်စစ်ဆေးခြင်း
  - ၃လ၊ ၆လနှင့် တစ်နှစ်ပြည့်လျှင် HIV Antibody စစ်ဆေးခြင်း ထပ်မံပြုလုပ်ရမည်။
- (၄) သတင်းပေးပို့ခြင်း။
  - သက်ဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူ/ဇီဝလုံခြုံမှုအရာရှိ
  - ဓာတ်ခွဲခန်းကြီးကြပ်သူ
  - ဓာတ်ခွဲခန်းတာဝန်ခံ
  - ကူးစက်ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးကော်မတီများသို့ အစီရင်ခံတင်ပြရမည်။
- (၅) HIV ပိုးပါဝင်သောဓာတ်ခွဲနမူနာများနှင့် ထိတွေ့မှုမဖြစ်ပွားစေရန် လိုက်နာရမည့်အချက်များ
  - အခြေခံသတိပြုလိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ ((Universal Precaution) ကို လိုက်နာခြင်း။
  - လက်အိတ်အသုံးပြုခြင်း ၊ ပါးစပ်နှာခေါင်းစည်း ၊ မျက်စိကာမျက်မှန် ၊ အပေါ်ထပ် အင်္ကျီ ၊ အရှေ့ဖုံးပါသောဖိနပ်များကိုအသုံးပြုခြင်း၊ အပ်ကိုအဖုံးပြန်စွပ်ခြင်းအား ရှောင်ရှားခြင်း၊ အပ်စွန့်ပစ်ရန် သီးသန့်ပုံးများ အသုံးပြုခြင်း၊ ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို သယ်ဆောင်ရာတွင် အလွှာ ၃လွှာ ဖြင့် ထုတ်ပိုးခြင်း၊ ART ဆေးများ အလွယ်တကူရရှိနိုင်ရန်စီစဉ်ထားခြင်း၊ မတော်တဆ ထိခိုက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်လာပါက ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် သင်တန်းများ စဉ်ဆက်မပြတ်ပို့ချ ခြင်းများအား ပြုလုပ်ရမည်။

**ကူးစက်နိုင်သော ဓာတ်ခွဲနမူနာများ ဖိတ်စင်ပါက လုပ်ဆောင်ရမည့်အချက်များ**

- ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ (PPE) ကို ဝတ်ဆင်ရမည်။
- ဖိတ်စင်သွားသောနေရာအား အရည်စုပ်ယူနိုင်သော စက္ကူ/တဘက်ပုဂါဖြင့် အုပ်ပြီး 5-10% Sodium hypochlorite ဆေးရည်လောင်းချ၍မိနစ် ၃၀ ခန့်ထားရမည်။
- ထိုနေရာအား သတိထားရှောင်ရှားရန် အခြားလုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကို သတိပေးထားရမည်။
- လက်အိတ်ကိုအသုံးပြု၍ Autoclave ပြုလုပ်နိုင်သော အမှိုက်သိမ်းဂေါ်ပြား၊ ညှပ်တို့ဖြင့် ၎င်းစက္ကူ/တဘက်ပုဂါကို ကောက်ယူ၍ ဇီဝလုံခြုံမှုအမှတ်တံဆိပ်ပါရှိသော အိတ်ထဲတွင်

ထည့်ပါ။ ပြီးလျှင် ဖိတ်စင်ထားသော နေရာ/မျက်နှာပြင်အား ပိုးသန့်စင် ဆေးရည်ဖြင့် ထပ်မံ ဆေးကြောသန့်စင်ပါ။

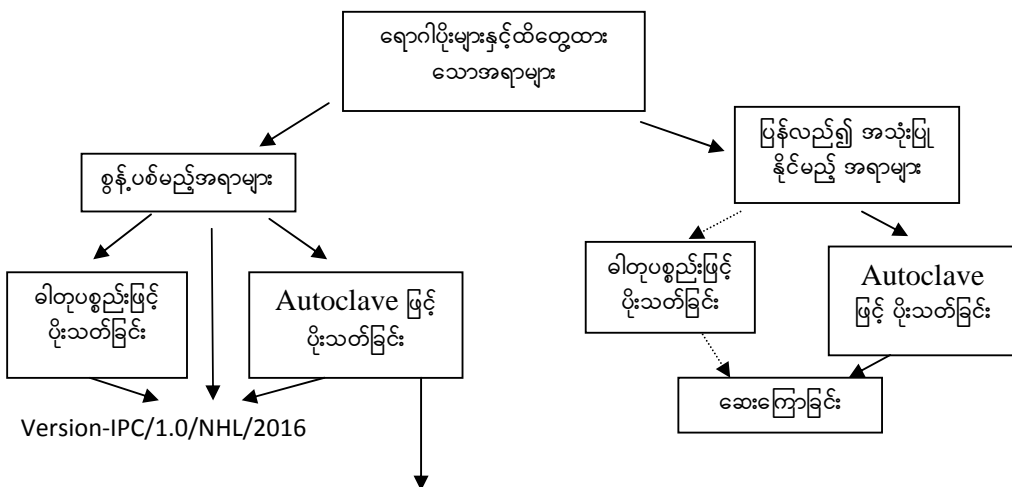
- အမှိုက်သိမ်းဂေါ်ပြား၊ ညှပ်၊ စက္ကူ တဘက်ပုဂါတို့အား Autoclave ဖြင့် ပိုးသန့်စင်ရမည်။
- ပွက်ပွက်ဆူနေသောရေဋ္ဌေးထဲတွင် မိနစ် ၃၀ ခန့်ထည့်ပြုတ်၍လည်း ပိုးသန့်စင်နိုင်ပါသည်။

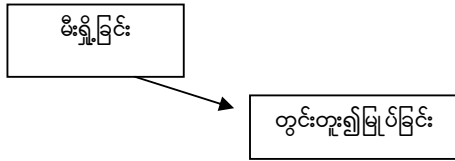
**ပိုးသန့်စင်ခြင်းနည်းလမ်းများ**

- Autoclave ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- ပွက်ပွက်ဆူနေသောရေဋ္ဌေးထဲတွင် မိနစ် ၃၀ ခန့်ထည့်ပြုတ်၍လည်း ပိုးသန့်စင်နိုင်ပါသည်။
- Sodium hypochlorite (သို့မဟုတ်) Formaldehyde (သို့မဟုတ်) Glutaraldehyde တို့ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- Sodium hypochlorite အား ဖိတ်စင်သွားသော ဓာတ်ခွဲနမူနာများကို ပိုးသန့်စင်ရာတွင် အများဆုံး အသုံးပြုပါသည်။

**ဓာတ်ခွဲခန်းမှ ထွက်ရှိလာသော စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများနှင့် ရောဂါပိုးများနှင့် ထိတွေ့ထားသော ပစ္စည်းများအား စွန့်ပစ်ခြင်း၊ ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်း**

- ဓာတ်ခွဲနမူနာများ၊ Cultures ၊ လက်အိတ်များ၊ အပ်နှင့် ဆေးထိုးပိုက်များ၊ အသုံးပြုပြီးသော pipettes ၊ slides ၊ စားပွဲရုံနှင့် စက်ပစ္စည်းများ၏ မျက်နှာပြင်များ သန့်စင်ရာတွင် အသုံးပြုသောစက္ကူ တဘက်ပုဂါများအား စွန့်ပစ်ရာတွင် သေချာစွာခွဲခြား၍ စွန့်ပစ်ရမည်။
- ထို့အပြင် ပြန်လည်၍ အသုံးပြုနိုင်သော ဓာတ်ခွဲခန်းသုံးပစ္စည်းများကို ပိုးသန့်စင်ပြီး ပြန်လည်၍ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။





**မှတ်ချက်**

- အမျိုးသားကျန်းမာရေးဓာတ်ခွဲမှုဆိုင်ရာဌာနမှ ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေး ဓာတ်ခွဲလမ်းညွှန်၏ Updated Version ကို အခါအားလျော်စွာ ဖြန့်ဝေပေးပါမည်။
- အကြံပြုချက်များ၊ အခက်အခဲများရှိပါက အောက်ဖော်ပြပါ ဖုန်းနံပါတ်၊ Fax ၊ Email များသို့ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

**အမျိုးသားကျန်းမာရေးဓာတ်ခွဲမှုဆိုင်ရာဌာန၊ ရန်ကုန်မြို့**

- ဖုန်း - ၀၁ ၃၇၁၉၅၇
- Fax - ၀၁ ၃၇၁၉၂၅
- Email - [nationalhealthlaboratory@gmail.com](mailto:nationalhealthlaboratory@gmail.com)

**ဒေါက်တာဥမ္မာလွင်**

ဇီဝလုံခြုံမှုအရာရှိ၊ အမျိုးသားကျန်းမာရေးဓာတ်ခွဲမှုဆိုင်ရာဌာန၊ ရန်ကုန်မြို့

- ဖုန်း - ၀၉ ၅၀၁၃၅၉၂
- Email - [ohnmarlwin501@gmail.com](mailto:ohnmarlwin501@gmail.com)

