දුරකථන) 2698475
தொலைபேசி) 2698490
Telephone) 2698507

ෆැක්ස්) 2692913
பெக்ஸ்) 2693869
Fax)

විද්‍යුත් තැපෑල)
மின்னஞ்சல் முகவரி) postmaster@health.gov.lk
e-mail)

වෙබ් අඩවිය)
இணையத்தளம்) www.health.gov.lk
website)

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

මගේ අංකය)
எனது இல)
My No.) NCCP/GOSL/CPED/01/2025

ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No.)

දිනය)
திகதி) 26 / 02 /2025
Date)

සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
Ministry of Health & Mass Media

චක්‍රලේඛ අංකය: 01 - 07 /2025

සියලුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්
සියලුම ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්
සියලුම ආයතන ප්‍රධානීන්
සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්

ලෝක මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකා පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමේ මාසය - 2025 මාර්තු

පිළිකාව වර්තමානයේ ගෝලීය වසංගතයක් බවට පත්ව ඇති අතර, සෑම පිළිකා වර්ගයකම සංඛ්‍යාත්මකව වැඩිවීමේ ප්‍රවණතාවයක් පවතී. ලොව පුරා සැළකිය යුතු මහජන සෞඛ්‍ය ගැටළුවක් බවට පත්ව ඇති මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකාද මෙසේ වැඩි වෙමින් පවතී. මෙම පිළිකා, ලෝකය පුරා ස්ත්‍රී-පුරුෂ දෙපාර්ශවය අතරම තුන්වන ස්ථානයේ සහ පිළිකා ආශ්‍රිත මරණ අතර දෙවන ස්ථානයේ පවතියි. GLOBOCAN 2022 දත්ත අනුව, මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකාවට ගොදුරු වූ නව රෝගීන් සංඛ්‍යාව මිලියන 1.9 කට ආසන්න වූ අතර, මරණ 900,000 ඉක්මවා ඇත.

2021 වර්ෂයේ ජාතික පිළිකා ලේඛනයට අනුව, ශ්‍රී ලංකාවේ ගැහැණු පිරිමි දෙපාර්ශ්වය අතරෙහිම තුන්වන ස්ථානයේ පවතින පිළිකාව මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකාවයි. 2021 වර්ෂයේ අලුතින් හඳුනාගත් මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකා රෝගීන් 1522 පිරිමි හා 1596 කාන්තාවන් ලෙස වාර්තා වී තිබේ.

ජීවන රටාවේ වෙනස්කම්, වයස්ගත ජනගහනය සහ මූලික රෝග ලක්ෂණ පිළිබඳ දැනුවත්භාවය අඩුවීම ආදී කරුණු රැසක් මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකා ඉහළ යැමට හේතු වී ඇත. රෝග විනිශ්චය ප්‍රමාද වීම අවම කිරීමට පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් භාවය වැඩි කිරීම, වැළැක්වීම සහ කලින් හඳුනා ගැනීමේ උත්සාහයන් වැඩි කිරීමේ තීරණාත්මක අවශ්‍යතාවය ඉස්මතු වී ඇත.

මෙම පිළිකා මහා අන්ත්‍රයේ සහ ගුද මාර්ගයේ අභ්‍යන්තර ශ්ලේෂ්මලයෙන් පැන නගින මස් දල්ලක් ලෙස ඇරඹෙන අතර මෙය කලින් හඳුනාගත හැකි පූර්ව පිළිකා අවධියක් පෙන්නුම් කරයි. එය කාලයත් සමඟ වර්ධනය වී ආක්‍රමණශීලී පිළිකාවක් බවට පත්වේ. **මෙම අවධිය කලින් හඳුනා ගැනීමෙන් ප්‍රතිකාර කළ හැකි පිළිකා රෝග තත්ත්වයකි.** වැඩිපුර තන්තු සහිත ආහාර ගැනීම, නිතිපතා ව්‍යායාම කිරීම, දුම්පානය සහ මත්පැන් පානයෙන් වැළකී සිටීම ඇතුළු ජීවන රටාවේ ඇති කරගන්නා වෙනස්කම් මහා

අන්ත්‍රයේ සහ ගුද මාර්ගයේ පිළිකාව වර්ධනය වීමේ අවදානම අඩු කිරීමට වැදගත් සාධක ලෙස දැක්විය හැක. මීට අමතරව, මළපහ අශ්‍රිතව සිදු කරන පරීක්ෂණ, කොලනොස්කොපි සහ සිග්මොයිඩොස්කොපි වැනි පරීක්ෂණ ක්‍රම මගින් මෙය පූර්ව පිළිකා තත්වයේදීම හඳුනාගත හැක.

මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකා පාලනය කිරීම සඳහා මහජන දැනුවත්භාවය සහ කාලීන මැදිහත්වීම අත්‍යාවශ්‍ය වේ. බොහෝවිට මුල් අවධියේදී මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකා කිසිදු රෝග ලක්ෂණයක් නොපෙන්වයි. ප්‍රධාන අනතුරු ඇඟවීමේ සංඥා ලෙස ළඟදී ඇතිවුණු ගුද මාර්ගයෙන් සිදුවන ලේ ගැලීමක්, සති දෙකකට වඩා වැඩි කාලයක් පවතින මළපහ පුරුදුවල ඇතිවූ වෙනස්කම් හැඳින්විය හැක. රෝග ලක්ෂණ කලින් හඳුනා ගැනීමෙන් බොහෝවිට මෙම රෝගය සම්පූර්ණයෙන්ම සුවකළ හැක.

වෛද්‍ය වෘත්තිකයන් මෙවැනි රෝග ලක්ෂණ සහිත රෝගීන් පරීක්ෂා කිරීමේදී අමතර සැළකිල්ලක් දැක්විය යුතුය. **මෙවැනි රෝග ලක්ෂණ ඇත්නම් ගුද මාර්ගයේ පරීක්ෂණයක් (PR- per rectal) සිදු කිරීම අනිවාර්ය වේ.** මෙම සරල පරීක්ෂණය, අර්ශස් රෝගී තත්ත්වය බැහැර කිරීමටද සිග්මොයිඩොස්කොපි/කොලොනොස්කොපි වැනි වැඩිදුර පරීක්ෂණ සඳහා අවශ්‍යතාවය තීරණය කිරීමටද උපකාරී වේ.

2025 මාර්තු මාසයේ දී මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකාවට අදාළ අවදානම් සාධක, රෝග ලක්ෂණ සහ රෝග ලක්ෂණ කල්තියා හඳුනා ගැනීමේ වැදගත්කම පිළිබඳව සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සහ මහජනතාව දැනුවත් කිරීම වැදගත් වන අතර ඒ හරහා ඉක්මනින් ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට පුද්ගලයින් නැඹුරු කිරීම අත්‍යාවශ්‍ය වේ. දැනුවත්භාවය වැඩි කිරීම හරහා රෝගීන් කලින් හඳුනා ගෙන ප්‍රතිකාර කිරීමෙන් එම රෝගීන්ට සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබාදී ජීවිතයේ ගුණාත්මක භාවය වැඩි කිරීම මෙහි ප්‍රධාන අපේක්ෂාවයි.

මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම සඳහා පහත සඳහන් ක්‍රියා මාර්ගවල නිරත වීම ඔබගෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.

1. සේවාස්ථ පුහුණු වැඩසටහන් මගින් රෝහල් හා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්ය මණ්ඩලයේ මහා අන්ත්‍ර සහ ගුද මාර්ග පිළිකා පිළිබඳව දැනුම වැඩි දියුණු කිරීම.
   මේ සඳහා විශේෂඥ ශල්‍ය වෛද්‍යවරුන්, විශේෂඥ ආන්ත්‍රික ශල්‍ය වෛද්‍යවරුන්, විශේෂඥ පිළිකා ශල්‍ය වෛද්‍යවරුන්, සහ විශේෂඥ ආමාශ සහ ආන්ත්‍රික වෛද්‍යවරුන් සම්පත් දායකයින් ලෙස යොදා ගත හැකිය.

2. දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් සඳහා ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහනේ වෙබ් අඩවියේ (www.nccp.health.gov.lk) ඇති සම්පත් භාවිතා කළ හැක.

3. සාම්ප්‍රදායික මෙන්ම නව්‍ය ප්‍රවේශයන් භාවිතා කරමින් මහජනතාව දැනුවත් කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම සුදුසුය.

මෙම චක්‍රලේඛයේ අන්තර්ගතය ඔබේ ආයතනය තුළ සිටින සියලුම අදාළ නිලධාරීන් වෙත බෙදා හැරීමට ඔබගේ නායකත්වය සහ ක්‍රියාකාරී සහභාගීත්වය අපේක්ෂා කරමි. වැඩිදුර තොරතුරු සඳහා, **0112368627** දුරකථන අංකයෙන් හෝ **nccpmohsl@gmail.com** විද්‍යුත් තැපෑලෙන් ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහනේ අධ්‍යක්ෂ අමතන්න.

....

වෛද්‍ය අසේල ගුණවර්ධන
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය

වෛද්‍ය අසේල ගුණවර්ධන
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.

පිටපත්

1. ගරු අමාත්‍ය - සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය

2. ගරු. සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය නියෝජ්‍ය අමාත්‍ය

3. සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශ ලේකම්

4. සියලුම පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම්වරු

5. අතිරේක ලේකම් (මහජන සෞඛ්‍ය සේවා) - සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය

6. අතිරේක ලේකම් (වෛද්‍ය සේවා - සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය

7. DDG - NCD, MS I & II, PHS I & II, සැලසුම්, ET & R, දන්ත සේවා, වෘත්තීය සහ පරිසර සෞඛ්‍ය, රසායනාගාර සේවා - සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය

8. අධ්‍යක්ෂ - ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන

9. අධ්‍යක්ෂ - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

10. අධ්‍යක්ෂ - බෝ නොවන රෝග

11. අධ්‍යක්ෂ - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය

12. අධ්‍යක්ෂ - ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවා

13. අධ්‍යක්ෂ - පෞද්ගලික සෞඛ්‍ය අංශ සංවර්ධන

14. අධ්‍යක්ෂ - E & OH

15. අධ්‍යක්ෂ - දන්ත සේවා

16. අධ්‍යක්ෂ - ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යා ආයතනය

17. අධ්‍යක්ෂ - වතු සහ නාගරික සෞඛ්‍ය

18. කාර්යාල පිටපත