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) NCCP/GOSL/CPED/01/2025
My No.)

ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No.)

දිනය)
திகதி) 09/01/2025
Date)

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

චක්‍රලේඛ අංක : 01-01/2025

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

'ලෝක පිළිකා දිනය' – 2025 පෙබරවාරි 04

පිළිකා ගෝලීය වසංගතයක් බවට පත්වෙමින් තිබෙන අතර, එහි ප්‍රවණතාව වැඩි වෙමින් පවතී. Globocan 2022 දත්ත අනුව එම වසරේදී ලොව පුරා නව පිළිකා රෝගීන් මිලියන 19.9 ක් හඳුනාගෙන ඇත. ආසන්න වශයෙන් මිලියන 9.7ක් පිළිකා රෝගීන් මිය ගොස් ඇත. පිළිකා පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර පර්යේෂණ ආයතනය (International Agency for Research on Cancer - IARC) පුරෝකථනය කරනුයේ, ප්‍රධාන වශයෙන් වයස්ගත ජනගහනය සහ ජීවන රටාවේ වෙනස්කම් හේතුවෙන්, ගෝලීය වශයෙන් හඳුනා ගන්නා නව පිළිකා රෝගීන් ගණන, 2020 දී වාර්තා වූ මිලියන 19.3 සිට 2040 වන විට මිලියන 30 ක් පමණ දක්වා ඉහළ යනු ඇති බවයි. පිළිකා සත්කාරයේ විෂමතා අඩු කිරීම අරමුණු කරගනිමින්, පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත්භාවය වැඩි කිරීමට සහ පිළිකාවේ වර්තමාන තත්ත්වය පිළිබඳ ක්‍රමෝපායයන් වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා ඉක්මන් ක්‍රියා මාර්ග ගැනීම අවශ්‍ය වී ඇත.

ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයට අනුව, අවදානම් සාධකවලට නිරාවරණය වීම අඩු කිරීමෙන් සහ සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවන රටාවකට අනුගත වීමෙන් පිළිකාවලින් 30 - 50% ක් වළක්වා ගත හැකිය. පිළිකා අවදානම් සාධකවලට නිරාවරණය වීම අවම කිරීම, සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවන රටාවන් වැළඳ ගැනීම සඳහා පුද්ගලයින්ට අවශ්‍ය තොරතුරු සහ සහාය ලබා දීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන ජාතික ප්‍රතිපත්ති සහ වැඩසටහන් වැඩි දියුණු කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. තිරසාර සෞඛ්‍ය පද්ධතියක් ඇති රටවල, පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීමේ වැඩසටහන් සහ දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන්, උසස් තත්ත්වයේ ප්‍රතිකාර නිසි පරිදි සිදුවන බැවින් පිළිකා ආශ්‍රිත ජීවිත අවදානම බෙහෙවින් අඩු වී ඇත.

ශ්‍රී ලංකාවේ රෝහල් තුළදී සිදුවන මරණවලට සිව්වන ප්‍රධාන හේතුව ලෙස පිළිකා හඳුනාගෙන ඇත. (Annual Health Bulletin, 2021). ජාතික පිළිකා ලේඛණය 2021 දී නව පිළිකා රෝගීන් 37,753 ක් වාර්තා කළ අතර, මෙහි පිරිමි රෝගීන් 17,582 ක් සහ කාන්තා රෝගීන් 20,171 ක් වාර්තා විය. පිරිමින්ගේ බහුලවම හඳුනාගත් පිළිකා වූයේ මුඛ ආශ්‍රිත පිළිකා (2,687) සහ පෙනහළු පිළිකා (1,540). කාන්තාවන්ගේ, වඩාත් ප්‍රචලිත පිළිකා ලෙස පියයුරු පිළිකා රෝගීන් 5,485 ක් සහ තයිරොයිඩ් පිළිකා

රෝගීන් 2,043 ක් ඇතුළත් විය. මහාන්ත්‍රය හා ගුද මාර්ගය ආශ්‍රිත ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපාර්ශවයේම තුන්වැනියට වඩාත් බහුල පිළිකාව වූ අතර, පිරිමි රෝගීන් 1522 ක් සහ කාන්තා රෝගීන් 1596 ක් වාර්තා විය. ඒ අනුව ඉලක්කගත පිළිකා වැළැක්වීම සහ කලින් හඳුනා ගැනීමේ වැඩසටහන් සඳහා අවශ්‍යතාවය මෙම දත්ත මගින් අවධාරණය කෙරේ.

සෑම වසරකම පෙබරවාරි 04 වන දිනය “ලෝක පිළිකා දිනය” ලෙස සමරනු ලැබේ. එහි අරමුණ වන්නේ වළක්වා ගත හැකි පිළිකා හේතුවෙන් මියයන මිලියන ගණනක් ජීවිත සුරැකීමට, රාජ්‍ය මට්ටමෙන් මෙන්ම පුද්ගල මට්ටමෙන්ද ක්‍රියාත්මක වී, පිළිකා සත්කාරයේ අඩු ලුහුඬුකම් අවම කර, රෝගය පිළිබඳව දැනුවත්භාවය වැඩි කර පොදු ඉලක්කයකට එක්සත් වීමට දිරිගැන්වීමයි.

2025 - 2027 ලෝක පිළිකා දිනයේ තේමාව "වෙනස්කම් මගින් එකමුතුවීම" (United by Unique) වේ. එය පුද්ගල කේන්ද්‍ර කරගත් සත්කාර මත කේන්ද්‍රගත වන අතර, ගෝලීය පිළිකා බර අඩු කිරීමේ සාමූහික ඉලක්කය අවධාරණය කරමින්, එක් එක් පිළිකාවට ආවේණික අත්දැකීම්වල සුවිශේෂීත්වය සමරයි. මේ හරහා පුද්ගලයන්ට ඔවුන්ගේ පෞද්ගලික අත්දැකීම් බෙදාගෙන, සංවේදනය සහ එකමුතුකම ප්‍රවර්ධනය කරමින් පිළිකාවට එරෙහි සටනේදී ශක්තිමත්, එක්සත් උත්සාහයක් ගොඩනැගීමට දිරිගන්වයි.

මෙම වසරේ තේමාවට සමගාමීව, ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන 2025 පෙබරවාරි 4 වන දින දිස්ත්‍රික් සහ ආයතනික මට්ටමින් පහත සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරන ලෙස සියලුම සෞඛ්‍ය සේවා ආයතනවලට (සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාල, රෝහල් ආදියට) නිර්දේශ කරයි.

1. **දැනුවත් කිරීමේ ව්‍යාපාර:** අධ්‍යාපනික සැසි පැවැත්වීම (සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සහ ප්‍රජාව යන දෙඅංශයටම), සමාජ මාධ්‍ය ව්‍යාපාර, පෝස්ටර් සහ බැනර් ප්‍රදර්ශනය කිරීම (පොදු ස්ථානවල සහ සෞඛ්‍ය සේවා පහසුකම්වල)
   සේවා ස්ථානයෙහි දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් පැවැත්වීම: සෞඛ්‍ය නොවන ආයතනවල සේවකයින් සඳහා පිළිකා වැළැක්වීම, නිතිපතා පරීක්ෂණවල වැදගත්කම සහ ජීවන රටා වෙනස්කම් පිළිබඳව අධ්‍යාපනික සැසි පැවැත්වීම.
   සේවා ස්ථානයෙහි ශරීර සුවතා ප්‍රවර්ධනය කිරීම: සෞඛ්‍ය සම්පන්න ආහාර ගැනීම, සෞඛ්‍ය සම්පන්න ආපනශාලා, නිතිපතා ශාරීරික ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම, දුම්පානය, දුම්කොළ, බුලත්විට කෑම නැවැත්වීම මගින් පිළිකා අවදානම අවම කිරීමේ හැකියාව පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම.

2. **පිළිකා කලින් හඳුනාගැනීමේ පරීක්ෂණ වැඩසටහන්:** පියයුරු, ගැබ්ගෙල, මහා අන්ත්‍ර හා ගුද මාර්ග සහ මුඛ පිළිකා කල්තියා හඳුනා ගැනීම දිරිමත් කිරීම සඳහා.

3. **පිළිකා රෝගීන් සහ ඔවුන් රැකබලා ගන්නන් සඳහා සහාය ලබා දීම:** පිළිකා රෝගීන්ට සහ ඔවුන්ගේ රැක බලාගන්නන්ට මාර්ගගත ක්‍රමය හරහා හෝ කණ්ඩායම් රැස්වීම් සංවිධානය කිරීමෙන් උපදේශන සහ මානසික සෞඛ්‍ය සහාය ලබා දීම. ඔවුන්ගේ අත්දැකීම් බෙදා ගැනීමට අවශ්‍ය සහාය ලබා ගැනීමට සහ පැන නගින ගැටළුවලට මුහුණදීමේ උපාය මාර්ග ඉගෙන ගැනීමට පිළිකා සම්බන්ධ චිත්තවේගීය හා මානසික අභියෝග කළමනාකරණය කිරීමට උපකාර කිරීම.

4. **ප්‍රජා සහභාගීත්වය:** අධ්‍යාපන ආයතන සමඟ හවුල් වී සිසුන් අතර පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත්භාවය වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා, දේශන, වැඩසටහන් සහ චිත්‍ර තරඟ සංවිධානය කිරීම. පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමට පොදු ස්ථානවල නොමිලේ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනික ප්‍රදර්ශන පවත්වා, නොමිලේ පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමේ පත්‍රිකා, පරීක්ෂණ සහ සෞඛ්‍ය උපදෙස් ලබා දීම.

5. **මාධ්‍ය හවුල්කාරිත්වයන්:** රූපවාහිනී, ගුවන් විදුලි සහ මාර්ගගත ක්‍රමය හරහා පිළිකා ආශ්‍රිත කථාංග, විශේෂඥ සම්මුඛ සාකච්ඡා සහ අධ්‍යාපනික දැනුවත් කිරීම.

6. **පිළිකාවෙන් සුවය ලැබූවන් ඇගයීම:** ප්‍රජාවට ඔවුන්ගේ ධෛර්යය සහ ඔරොත්තු දීමේ හැකියාව ඇගයීමට සහ අවබෝධ කරදීම සඳහා වැඩසටහන් හෝ උත්සව සංවිධානය කිරීම.

මෙම ක්‍රියාකාරකම් සංවිධානය කිරීමෙන්, සෞඛ්‍ය ආයතනවලට ප්‍රජාව සම්බන්ධ කර ගැනීමට, දැනුවත්භාවය වැඩි කිරීමට, ගෝලීය පිළිකා බර අඩු කිරීමට සහ පිළිකා සත්කාර වැඩිදියුණු කිරීමේ සාමූහික ප්‍රයත්නයට දායක විය හැකිය.

වෛද්‍ය නිලධාරීන් - බෝ නොවන රෝග, මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය, මහජන සෞඛ්‍ය, සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන, ප්‍රාදේශීය දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍යවරුන් සහ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන ඒකක සමඟ අධ්‍යක්ෂවරයාගේ හෝ වෛද්‍ය අධිකාරීවරයාගේ මඟ පෙන්වීම යටතේ, පළාත්/ දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ, ඔවුන්ගේ පළාත්/ දිස්ත්‍රික්ක තුළ ඇති සියලුම සෞඛ්‍ය සේවා ආයතන හරහා ඉහත දක්වා ඇති ක්‍රියාකාරකම් සම්බන්ධීකරණය කිරීම සඳහා වගකිව යුතුය. https://www.nccp.health.gov.lk වෙබ් අඩවියේ ඇති තොරතුරු, අධ්‍යාපන සහ සන්නිවේදන මෙවලම් මේ සඳහා භාවිතා කළ හැකිය.

"2025 ලෝක පිළිකා දිනය" (පෙබරවාරි 4) සැමරීම සඳහා සංවිධානය කරන ලද ක්‍රියාකාරකම් සඳහා ඔබගේ නායකත්වය සහ ක්‍රියාකාරී සහභාගීත්වය අපේක්ෂා කරමි. කරුණාකර මෙම චක්‍රලේඛය ඔබේ ආයතනය තුළ සිටින සියලුම අදාළ නිලධාරීන්ට බෙදා හරින්න.

2025 ලෝක පිළිකා දිනය සැමරීම සඳහා ඔබේ ආයතනය/දිස්ත්‍රික්කය තුළ පවත්වන ලද විශේෂ ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ සාරාංශ වාර්තාවක් 2025 මාර්තු 15 වන දින හෝ ඊට පෙර අධ්‍යක්ෂ, ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන වෙත එවීමට කටයුතු කරන්න. වැඩිදුර තොරතුරු සඳහා, 0112368627 දුරකථන අංකයෙන් හෝ nccpmohsl@gmail.com විද්‍යුත් තැපෑලෙන් අධ්‍යක්ෂ, ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන අමතන්න.

....

වෛද්‍ය අසේල ගුණවර්ධන
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

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

පිටපත්

1. ගරු සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යතුමා
2. ගරු සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය නියෝජ්‍ය අමාත්‍යතුමා
3. ලේකම් - සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
4. සියලුම පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම්වරු
5. අතිරේක ලේකම් (මහජන සෞඛ්‍ය සේවා) - සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
6. අතිරේක ලේකම් (වෛද්‍ය සේවා) - සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
7. නි. අ. ජ. (බෝ නොවන රෝග, වෛද්‍ය සේවා I හා II, මහජන සෞඛ්‍ය සේවා I හා II, සැලසුම්, අධ්‍යාපන; පුහුණු හා පර්යේෂණ 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 ඒකකය
11. අධ්‍යක්ෂ - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය
12. අධ්‍යක්ෂ - ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවා
13. අධ්‍යක්ෂ - පෞද්ගලික සෞඛ්‍ය සේවා අංශ සංවර්ධන
14. අධ්‍යක්ෂ - පරිසර සහ වෘත්තීය සෞඛ්‍ය
15. අධ්‍යක්ෂ - දන්ත සේවා
16. අධ්‍යක්ෂ - ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යා ආයතනය
17. අධ්‍යක්ෂ - වතු සහ නාගරික සෞඛ්‍ය
18. කාර්යාල පිටපත