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

சுற்றறிக்கை இலக்கம்: 01-01/2025

அனைத்து மாகாண சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர்கள்
அனைத்து மாவட்ட சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர்கள்
அனைத்து திணைக்களத் தலைவர்கள்
அனைத்து சுகாதார மருத்துவ அதிகாரிகள்

உலகப் புற்றுநோய் தினம் - 2025 பெப்ரவரி 04

உலகம் முழுவதிலும் புற்றுநோய் ஏற்படும் அளவு மற்றும் இறப்பு வீதமானது அதிகரித்துச் செல்லுகின்ற நிலையில், 2022ஆம் ஆண்டு உலகம் முழுவதிலும் 19.9 மில்லியன் புற்றுநோயாளர்கள் புதிதாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளதுடன் அதே காலப்பகுதியில் 9.7 மில்லியன் மக்கள் புற்றுநோய் காரணமாக உயிரிழந்துள்ளதாகவும் சர்வதேச புற்றுநோய்க்கான ஆராய்ச்சி நிறுவனமான கொளோபோகென் அறிக்கை தெரிவிக்கின்றது. (GLOBOCAN-2022) இவ்வறிக்கையின் பிரகாரம் எதிர்வரும் 2040ஆம் ஆண்டளவில் புதிதாக இனங்காணப்படக் கூடிய புற்றுநோயாளர்களின் எண்ணிக்கை 30 மில்லியனைத்தாண்டும் எனவும் எதிர்வு கூறப்பட்டுள்ளது. இதனால் புற்றுநோயாளர்களிற்கும் அதன் சேவைகளுக்கும் இடையிலான இடைவெளியினை குறைக்கவும் புற்று நோயினைப் பற்றிய விழிப்புணர்வினை அதிகரிக்கவும் மற்றும் நோய்ச்சுமையினை குறைப்பதற்காகன செயன்முறைத்திட்டங்களை உருவாக்கவும் துரித நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ள வேண்டியது அவசியமாகவுள்ளது.

உலக சுகாதார அமைப்பின் கூற்றுப்படி, புற்றுநோய்க்கான ஆபத்து காரணிகளின் வெளிப்பாட்டைக் குறைப்பதன் மூலமும் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறைகளை பின்பற்றுவதன் மூலமும் 30% -50% வரையிலான புற்றுநோய்களைத் தடுக்கலாம் எனக் கூறுகின்றது. எனவே தேசியக் கொள்கைகள் மற்றும் திட்டங்களை வலுப்படுத்தி, விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துதல் மற்றும் புற்றுநோய் ஆபத்து காரணிகளின் வெளிப்பாட்டைக் குறைத்தல், மேலும் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையைப் பின்பற்றுவதற்குத் தேவையான தகவல் மற்றும் ஆதரவை மக்களுக்கு வழங்குவதை உறுதிப்படுத்தல் என்பன புற்றுநோய்களைத் தடுப்பதில் முக்கியம் வகிக்கின்றது. வலிமையான சுகாதார அமைப்புகளைக் கொண்ட நாடுகளில், அணுகக்கூடிய ஆரம்ப நிலையில்

கண்டறிதல், தரமான சிகிச்சை மற்றும் உயிர் பிழைப்புப் பராமரிப்பு ஆகியவற்றின் காரணமாக பல வகையான புற்றுநோயாளர்களின் உயிர்வாழ்வு விகிதம் மேம்பட்டு வருகின்றது.

வருடாந்த சுகாதார அறிக்கையின் 2021 ஆம் ஆண்டு தரவுகளின் பிரகாரம் இலங்கையில் வைத்தியசாலைகளில் இடம்பெறுகின்ற மரணங்களில் புற்றுநோய் காரணமாக இடம்பெறுகின்ற மரணங்கள் நான்காம் இடத்தினை வகிக்கின்றது. தேசிய புற்றுநோயக் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித் திட்டத்தின் மூலம் வெளியிடப்படுகின்ற புற்றுநோய் கண்காணிப்பு தரவு பற்றிய அறிக்கையின் பிரகாரம் இலங்கையினுள் 2021 ஆம் ஆண்டில் மட்டும் புதிதாக 37,753 புற்றுநோயாளர்கள் இனங்காணப்பட்டுள்ளதுடன் அவர்களில் 17,582 பேர் ஆண் புற்றுநோயாளர்காளாக காணப்படுகின்றனர். அவர்களில் உதடு, நாக்கு மற்றும் வாய் புற்றுநோயாளர்களாக 2,687 பேரும் மூச்சுக்குழாய் மற்றும் நுரையீரல் புற்றுநோயாளர்களாக 1,540 பேரும் பெருங்குடல் புற்றுநோயாளர்களாக 1,522 பேரும் கண்டறியப்பட்டுள்ளனர். பெண்கள் மத்தியில் புதிதாக 20,171 புற்றுநோயாளர்கள் கண்டறியப்பட்டுள்ளதுடன் அவர்களில் மார்பகப் புற்றுநோயாளர்களாக 5,485 பேரும், தைராய்டு புற்றுநோயாளர்களாக 2,043 பேரும் பெருங்குடல் புற்றுநோயாளர்களாக 1,596 பேரும் கண்டறியப்பட்டுள்ளனர். இந்தத் தரவுகள் புற்றுநோய் தடுப்பு மற்றும் புற்றுநோயை முன்கூட்டியே கண்டறிதல் திட்டங்களின் அவசியத்தினை வலியுறுத்தி நிற்கின்றது.

உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் ஒவ்வொரு ஆண்டும் பெப்ரவரி 04 ஆம் திகதியை "உலக புற்றுநோய் தினம் " ஆக பிரகடனப்படுத்தியுள்ளது. இதன் நோக்கங்களாக புற்றுநோய்ச் சிகிச்சை சேவைகளுக்கு இடையிலான இடைவெளியினை குறைத்தல், அனைவருக்கும் புற்றுநோய் பற்றி விழிப்புணர்வை அதிகரித்தல், உலகிலுள்ள அரசாங்கங்களையும் தனிநபர்களையும் ஒரு பொதுவான இலக்கை நோக்கி செயல்படுத்தல், புற்றுநோயாளிகள் மற்றும் அவர்களை கவனித்து கொள்பவர்களை கவனித்தல், புற்றுநோயைத் தடுத்தல் மற்றும் முன்கூட்டியே கண்டறிவதல் மூலமாகத் தடுத்துக்கொள்ளக் கூடிய புற்றுநோய்கள் காரணமாக மரணிக்கின்ற மில்லியன் கணக்கான மக்களின் உயிர்களைப் பாதுகாத்தல் என்பன காணப்படுகின்றது.

2025ம் ஆண்டு தொடக்கம் 2027ஆம் ஆண்டு வரையான காலப்பகுதிக்கான உலகப் புற்றுநோய்தினத்திற்கான தொனிப்பொருளாக "தனித்துவமான குழுவாக ஒன்றிணைதல்" என்பதாகும். ஊலகளாவிய ரீதியில் புற்றுநோயின் தாக்கத்தைக் குறைக்கும் கூட்டு இலக்கினை அடிக்கோடிட்டுக் காட்டும் அதே வேளையில், ஒவ்வொரு புற்றுநோய்க்கான அனுபவத்தின் தனித்துவத்தையும் கொண்டாடும் மக்களை மையமாகக் கொண்ட கவனிப்பை இது மையமாகக் கொண்டுள்ளது. இந்த பிரச்சாரம் தனிநபர்கள் தங்கள் தனிப்பட்ட புற்றுநோய் கதைகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், பச்சாதாபம் மற்றும் ஒற்றுமையை மேம்படுத்தவும், புற்றுநோய்க்கு எதிரான போராட்டத்தில் வலுவான, ஒன்றுபட்ட முயற்சியை உருவாக்கவும் ஊக்குவிக்கிறது.

இந்த ஆண்டிற்கான கருப்பொருளுக்கு இணையாக, தேசிய புற்றுநோய் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித்திட்டம் (NCCP) அனைத்து சுகாதார நிறுவனங்களையும் (MOOH, மருத்துவமனைகள் போன்றவை) 4 பிப்ரவரி 2025 ஆம் ஆண்டு பெப்ரவரி மாதம் 4ஆம் திகதியன்று மாவட்ட மற்றும் நிறுவன மட்டங்களில் பின்வரும் நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளுமாறு பரிந்துரைக்கின்றது.

1. **விழிப்புணர்வு பிரச்சாரங்கள்:** புற்றுநோய் தடுப்பு மற்றும் கட்டுப்பாடு தொடர்பாக உள்ளக பயிற்சிகளை வழங்குதல் (சுகாதார ஊழியர்கள் மற்றும் பொதுமக்களிற்கு வழங்குதல்), சமூக

ஊடக பிரச்சாரங்கள், சுவரொட்டிகள் மற்றும் பதாதைகளை காட்சிப்படுத்துதல் (பொது இடங்கள் மற்றும் சுகாதார வசதிகள் வழங்கும் இடங்கள்)

பணியிட விழிப்புணர்வு நிகழ்ச்சிகள்: ஏனைய நிறுவனங்களுடன் இணைந்து, புற்றுநோய் தடுப்பு, வழக்கமான திரையிடல்களின் முக்கியத்துவம் மற்றும் வாழ்க்கை முறை மாற்றங்கள் குறித்து ஊழியர்களுக்கு கல்வி அமர்வுகளை நடத்துதல்.

பணியிட ஆரோக்கிய முன்முயற்சிகளை மேம்படுத்துதல்: ஆரோக்கியமான உணவுப் பழக்கம், ஆரோக்கியமான உணவுச் சாலைகள், வழக்கமான உடற் பயிற்சிகள் மற்றும் புகைபிடித்தல், புகையிலை மற்றும் வெற்றிலை மெல்லுவதை நிறுத்துதல் பற்றிய தகவல்களை வழங்குவதன் மூலம் புற்றுநோய் அபாயத்தைக் குறைக்க முடியும்.

2. **சுகாதார பரிசோதனை திட்டங்கள்:** மார்பக, கர்ப்பப்பை வாய், பெருங்குடல் மற்றும் வாய்வழி புற்றுநோய் பரிசோதனைகளை சுகாதார ஊழியர்கள் மற்றும் புற்றுநோயினை முன்கூட்டியே கண்டறிதல் மையங்கள் இணைந்து மேற்கொண்டு மக்களை ஊக்குவித்தல்.

3. **புற்றுநோயாளிகள் மற்றும் அவர்களைப் பராமரிப்பாளர்களுக்கான ஆதரவு:** கூட்டங்கள் அல்லது ஆன்லைன் குழுக்களை ஒழுங்கமைப்பதன் மூலம் நோயாளி மற்றும் பராமரிப்பாளர் ஆதரவுக் குழுக்கள் மூலம் புற்றுநோயாளிகள் மற்றும் அவர்களது பராமரிப்பாளர்கள் தங்கள் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம், ஆதரவைப் பெறலாம் மற்றும் சமாளிக்கும் உத்திகளைக் கற்றுக் கொள்ளலாம். புற்றுநோய் தொடர்பான உணர்ச்சி மற்றும் உளவியல் சவால்களை நிர்வகிக்க உதவுவதற்காக நோயாளிகள் மற்றும் பராமரிப்பாளர்களுக்கு ஆலோசனை மற்றும் மனநல ஆதரவை வழங்குங்கள்.

4. **சமூக ஈடுபாடு:** புற்றுநோய் விழிப்புணர்வை மையமாகக் கொண்ட விரிவுரைகள், நிகழ்வுகள் மற்றும் கலைப் போட்டிகள் மூலம் மாணவர்களிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த கல்வி நிறுவனங்களுடன் கூட்டு சேர்ந்து. இலவச புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு பொருட்கள், ஸ்கிரீனிங் சேவைகள் மற்றும் சுகாதார ஆலோசனைகளை வழங்க பொது இடங்களில் சுகாதார கண்காட்சிகளை ஏற்பாடு செய்யுங்கள்.

5. **ஊடகங்களின் பங்களிப்பு:** தொலைக்காட்சி, வானொலி மற்றும் ஆன்லைன் தளங்களில் புற்றுநோய் தொடர்பான கதைகள், நிபுணர் நேர்காணல்கள் மற்றும் புற்றுநோய்க் கல்வி உள்ளடக்கங்களை ஒளிபரப்பச் செய்தல்.

6. **புற்றுநோயில் இருந்து மீண்டு வந்தவர்களை கௌரவித்தல்:** புற்றுநோயில் இருந்து மீண்டு வந்தவர்களை கௌரவிக்க நிகழ்வுகள் அல்லது விழாக்களை ஏற்பாடு செய்தல், அவர்களின் தைரியம் மற்றும் நெகிழ்ச்சித்தன்மையை அங்கீகரிப்பது மற்றும் சமூகத்தில் உள்ள மற்றவர்களை ஊக்கப்படுத்துதல்.

இந்த நடவடிக்கைகளை ஒழுங்கமைப்பதன் மூலம், சுகாதார நிறுவனங்கள் சமூகங்களை ஈடுபடுத்தலாம், விழிப்புணர்வை அதிகரிக்கலாம் மற்றும் உலகளாவிய புற்றுநோயின் தாக்கத்தை குறைக்க மற்றும் புற்றுநோய் சிகிச்சையை மேம்படுத்துவதற்கான கூட்டு முயற்சிக்கு பங்களிக்க முடியும்.

MO/NCD, MO/MCH, மற்றும் RDS ஆகியவை இயக்குநர் அல்லது மருத்துவ கண்காணிப்பாளரின் வழிகாட்டுதலின் கீழ், ஆழு பொது சுகாதாரம், ஆழு NCD, MO Health Education ஆகியவற்றுடன் இணைந்து, தங்கள் மாவட்டங்களில் உள்ள அனைத்து சுகாதார

நிறுவனங்களிலும் மேலே விவரிக்கப்பட்டுள்ள செயல்பாடுகளை ஒருங்கிணைப்பது அவசியமாகும். மற்றும் சுகாதார கல்வி பிரிவு. https://www.nccp.health.gov.lk இல் உள்ள NCCP இணையதளத்தில் கிடைக்கும் தகவல், கல்வி மற்றும் தொடர்பாடல் பொருட்களைப் பயன்படுத்தலாம்.

2025 ஆண்டிற்குரிய உலக புற்றுநோய் தினத்தை நினைவுகூர்வதற்காக மேற்கொள்கின்ற நிகழ்ச்சித் திட்டங்களின் போது உங்களது தொழிற்பாட்டு ரீதியான பங்களிப்பு மற்றும் வழிகாட்டல் என்பவற்றினை எதிர்பார்ப்பதுடன், அதனைப் பெரிதும் மதிக்கின்றேன். அத்துடன் இந்த சுற்றறிக்கையில் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ள விடயங்கள் பற்றி உங்களது நிறுவனத்தின் உள்ள சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து பதவியணியினருக்கும் அறியப்படுத்துமாறும் வேண்டிக் கொள்கின்றேன்.

உலக புற்றுநோய் தினத்தை நினைவுகூர்வதற்காக விசேடமாக மேற்கொள்ளப்பட்ட விடயங்களை உள்ளடக்கிய சுருக்கமான அறிக்கை ஒன்றினை தேசிய புற்றுநோய் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித் திட்டத்தின் பணிப்பாளருக்கு 2025 மார்ச் 15 ஆம் திகதிக்கு முன் அனுப்பி வைக்குமாறும் வேண்டிக்கொள்கின்றேன். இது தொடர்பான மேலதிக தகவல்கள் தேவைப்படின் தேசிய புற்றுநோயக் கட்டுப்பாட்டு நிகழ்ச்சித்திட்டத்தின் பணிப்பாளருடன் தொலைபேசியில் 011 236 8627 எனும் இலக்கத்தின் ஊடாக தொடர்புகொள்ளவும் அல்லது மின்னஞ்சல் nccpmohsl@gmail.com ஊடாக தொடர்பு கொள்ளவும்.

……………………………

Dr. ASELA GUNAWARDENA
Director General of Health Services
Ministry of Health
"Suwasiripaya"
385, Rev. Baddegama Wimalawansa Thero Mawatha,
Colombo 10.

டாக்டர் அசேல குணவர்த்தன
சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் நாயகம்
சுகாதார அமைச்சு

பிரதிகள்
1. கௌரவ அமைச்சர்- சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
2. கௌரவ பிரதி அமைச்சர் - சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
3. செயலாளர் - சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
4. சகல மாகாண சுகாதார செயலாளர்கள்
5. மேலதிக செயலாளர் (பொது சுகாதார சேவை) - சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
6. மேலதிக செயலாளர் (மருத்துவ சேவை) - சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
7. பிரதி சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் நாயகம் - தொற்றாத நோய்ப் பிரிவு, மருத்துவ சேவைகள் ஐ ரூஜஜ, பொது சுகாதாரம் ஐரூஜஜ, திட்டமிடல்இ கல்வி பயிற்சி மற்றும் ஆய்வு, பல் சிகிச்சை சேவைஇ சுற்றுச்சூழல் மற்றும் தொழில் ஆரோக்கியம்இ ஆய்வக சேவைகள்- சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
8. பணிப்பாளர் - தேசிய புற்றுநோய் ஒழிப்பு நிகழ்ச்சித் திட்டம்
9. பணிப்பாளர் - குடும்ப சுகாதார பணியகம்
10. பணிப்பாளர் - தொற்றாத நோய்ப் பிரிவு
11. பணிப்பாளர் - சுகாதார மேம்பாட்டுப் பிரிவு
12. பணிப்பாளர் - ஆரம்ப சுகாதார சேவைகள்
13. பணிப்பாளர் - தனியார் சுகாதார துறை மேம்பாடு
14. பணிப்பாளர் - சுற்றுச்சூழல் மற்றும் தொழில் ஆரோக்கியம்
15. பணிப்பாளர் - பல் சேவைகள்
16. பணிப்பாளர் - தேசிய சுகாதார கற்கை நிறுவகம்
17. பணிப்பாளர் - தோட்ட மற்றும் நகர சுகாதாரம்
18. அலுவலக பிரதி