



ဆေးဝါးနှင့် ဆေးပစ္စည်း စီမံခန့်ခွဲရေးဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်

**Ethnic Health System Strengthening Group
(EHSSG)**



တိုင်းရင်းသားကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းများရှိ ကျန်းမာရေးဌာနများအတွက် သီးသန့် ထုတ်ဝေပါသည်။

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁	နိဒါန်း:	၁
၂	ဆေးဝါး စီမံ ခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ အခြေခံ အချက်များ:	၂
၃	ဆေးဝါးများ ရရှိအောင် လည်ပတ် ဆောင်ရွက်ခြင်း အဆင့်ဆင့်.....	၁၄
၄	ဆေးဝါးများ သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်း:	၁၉
၅	သိုလှောင်ထားသော ဆေးဝါးများ လည်ပတ် သုံးစွဲခြင်း:	၂၅
၆	ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများ၏ အရည်အသွေး ထိန်းသိမ်းခြင်း:	၂၈
၇	ဆေးစတို ထူထောင်ခြင်း:	၄၂
၈	အမှိုက် စွန့်ပစ်ခြင်း:	၄၅
၉	ဆေး နှင့် ဆေးပစ္စည်း သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ မှတ်တမ်းများ:	၄၉
၁၀	ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်း သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများကို စောင့်ကြပ်အကဲဖြတ်ခြင်း:	၆၀
၁၁	နိဂုံး:	၆၅
၁၂	ကိုးကားစာစု စာရင်း:	၆၆

နိဒါန်း

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုတွင် အဓိကနေရာမှာရှိသော စောင့်ရှောက်မှု **Care** သုံးမျိုးဖြစ်သည်-

- **Medical Care** ဆေးကုသခြင်း
- **Nursing Care** သူနာပြုစုခြင်း
- **Pharmaceuticals Care** ဆေးဝါးဖြင့်စောင့်ရှောက်ခြင်း သုံးမျိုးဟန်ချက်ညီ ပြည့်စုံပါမှ ကောင်းမွန်သော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အစီအစဉ်များ ပြည့်စုံမည် ဖြစ်သည်။
Pharmaceuticals Care မှာ နယ်ပယ်များစွာထဲမှ အရေးကြီးတာဝန်တစ်ခုဖြစ်သော အခြေခံလိုအပ်သည့် ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများ ဝယ်ယူ၊ သိုလှောင်၊ ဖြန့်ဖြူးခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများ ပါဝင်ပါသည်။

ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ခြင်းအား ဝန်ဆောင်မှုပေးရာတွင် ဆေးဝါးသည် မပါမဖြစ် အရေးကြီး လှပါသည်။ ဆေးဝါး၏ အဓိပ္ပါယ် သတ်မှတ်ချက် အတိုင်း ရောဂါ စမ်းသပ်ရှာဖွေရေး၊ ကာကွယ်ရေး နှင့် ကုသရေး တို့အတွက် ဆေးဝါး၏ အခန်းဏှု ကြီးမားပါသည်။

ဆေးဝါးများက ကျန်းမာရေး တိုးတက်ကောင်းမွန်စေပါသည်။ ပြည်သူ့ လူထု၏ ယုံကြည်ကိုးစားမှု၊ ပူးပေါင်းပါဝင် ဆောင်ရွက်မှု စသည့် ကျန်းမာရေး အခန်းကဏ္ဍများ တိုးတက်စေပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆေးဝါးများကို စနစ်တကျ စီမံခန့်ခွဲရေးသည်လည်း အရေးပါလှပါသည်။ စနစ်တကျ ဆိုရာတွင် သိပ္ပံနည်းကျ ရွေးချယ်ခြင်း၊ ဝယ်ယူခြင်း၊ သိုလှောင်ခြင်း၊ ဖြန့်ဖြူးခြင်း နှင့် သုံးစွဲခြင်း တို့ပါဝင်ပါသည်။ ၎င်း လုပ်ငန်းအဆင့်ဆင့်တွင်လည်း တိကျ သေချာသော စာရင်းဇယား၊မှတ်တမ်း အချက်အလက်များ ထားရှိရေးသည်လည်း အထူး အရေးကြီးလှပါသည်။

ဆေးဝါးများကို ပံ့ပိုးပေးသော အဖွဲ့အစည်းများသို့ မှာယူရန်ဖြစ်စေ၊ မိမိကိုယ်တိုင် ဝယ်ယူရန်ဖြစ်စေ စီမံရာတွင် အရည်အသွေး ကောင်းမွန်ရေး၊ လောက်င ဖူလုံရေး၊ ပျက်စီးလေလွင့်မှု နည်းပါးအောင် စနစ်တကျ ခွဲဝေဖြန့်ဖြူးရေး အဆင့်အားလုံးတွင် စနစ်တကျ မှန်ကန်ရေးအတွက် လမ်းညွှန်ကောင်း လိုအပ်ပါသည်။

ဤ လမ်းညွှန်သည် ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းဆိုင်ရာ အခြေခံများကို မှီငြမ်းကိုးကားပြီး တိုင်းရင်းသား ကျန်းမာရေးအဖွဲ့များရှိ ဆေးခန်းများတွင် လက်တွေ့ ကျင့်သုံးနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ မိမိတို့၏ ရှိနေသော အနေအထားဖြင့် ကိုက်ညီသလို လိုက်နာဆောင်ရွက်နိုင်သော မူဝါဒ သဖွယ် အသုံးပြုနိုင်ကြောင်းလည်း အသိပေးလိုပါသည်။

ဆေးဝါးစီမံခန့်ခွဲမှုဆိုင်ရာ အခြေခံ အချက်များ

ဆေးဝါးများကို သိပ္ပံနည်းကျ ရွေးချယ် ၊ တွက်ချက်၊ ဝယ်ယူ၊ သုံးစွဲခြင်းတွင် အဆင့်အားဖြင့် (၇) ဆင့် ပါဝင်ပါသည်။

- (၁) လိုအပ်သော ဆေးဝါးများ ရွေးချယ်ခြင်း
- (၂) ဆေးဝါးများကို စနစ်တကျ တွက်ချက်ခြင်း
- (၃) ဆေးဝါးများ မှာယူခြင်း
- (၄) ဆေးဝါးများ သိုလှောင်ခြင်း
- (၅) ဆေးဝါးများ ဖြန့်ဖြူးခြင်း
- (၆) ဆေးဝါး အရည်အသွေး ဆန်းစစ်ခြင်း
- (၇) ကြောင်းကျိုး ညီညွတ်စွာ ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်း

(၁) လိုအပ်သော ဆေးဝါးများ ရွေးချယ်ခြင်း

ဆေးဝါးများ ရွေးချယ်ခြင်း မစတင်မီ ဆေးဝါးသုံးစွဲရန်အတွက် မည်သည့်ဆေးဝါး လိုအပ်မည်ကို စဉ်းစားရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဆေးဝါးများကိုလည်း လိုအပ်မှသာ သုံးစွဲရန် အရေးကြီးပါသည်။ ထို့အတူ မည်သည့်ဆေးဝါးကို မည်သည့် အရေအတွက်အထိ ဝယ်ယူမည်ကို တွက်ချက်ရန်လည်း အရေးကြီးပါသည်။ သတိပြုရန် အရေးကြီးဆုံး အချက်မှာ ဆေးဝါးများသည် သက်ဆိုင်ရာ အစားအစာနှင့် ဆေးဝါးကော်မတီ FDA တွင် မှတ်ပုံတင်ထားသော ကုမ္ပဏီများမှသာ ဝယ်ယူရန်ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးဝါးများ ရွေးချယ်ရာတွင် သတိထားရမည့် အချက်များ

- က။ မည်သည့် ဆေးဝါးလိုအပ်သည်ကို ဆုံးဖြတ်ခြင်း
- ခ။ သိပ္ပံနည်းကျသော အချက်အလက်များပေါ်တွင် မူတည်ရမည်။
 - (ဆေး၏ အာနိသင်၊ မည်ကဲ့သို့ စွမ်းဆောင်သည်၊ အာနိသင် ရှိချိန်၊ ပျယ်ချိန် စသဖြင့်)
- ဂ။ ဆေးစွမ်းအားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော အပြစ်များကို ချိန်ဆ ရွေးချယ်ရမည်။
 - (ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး)

ဃ။ ဆေးအမယ်များ ပေါင်း၍ပေးခြင်းကို ရှောင်ကျဉ်ရမည်။

(ဥပမာ- ပဋိဇီဝ ဆေးများ လေးငါးမျိုး ပေးခြင်း)

င။ ပဏာမ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု အဆင့်အသီးသီး၏ ဆေးအမယ်ပေါင်းကို သိရှိထားရမည်။
(EPHS)

စ။ ဖြစ်နိုင်မည်ဆိုလျှင် နိုင်ငံတော်၏ စံညွှန်းဆေးစာရင်းတွင်ပါဝင်သော ဆေးစာရင်းအတိုင်း
ရွေးချယ်သင့်သည်။

၂။ ဆေးဝါးများကို စနစ်တကျ တွက်ချက်ခြင်း

လိုအပ်သော ဆေးဝါး အရေအတွက် ကို တွက်ချက်ရန် နည်းအမြောက်အများ ရှိသော်လည်း
ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများတွင် အသုံးပြုသည့်နည်းမှာ (၂) ခုရှိပါသည်။

က။ ယခင် သုံးစွဲခဲ့ပြီးသော ဆေးဝါးများအပေါ်တွင် မူတည်၍ တွက်ချက်ခြင်း

ခ။ ရောဂါ / ကျန်းမာရေး ပြဿနာနှင့် ဆေးကုသမှု အပေါ်မူတည်၍ တွက်ချက်ခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဒုတိယနည်းကို သုံးစွဲပါသည်။ ရောဂါ/ကျန်းမာရေး ပြဿနာအတွက် ပေးရမည့်
ဆေးအမယ်ပေါင်းနှင့် အရေအတွက်ကို မြန်မာနိုင်ငံ အဓိကဆေးဝါး စီမံချက်မှ ထုတ်ဝေထားသော
စံညွှန်းကုထုံး လက်စွဲ စာအုပ်များတွင် ထည့်သွင်းပေးထားပါသည်။ ၎င်းစာရင်းအား လွန်ခဲ့သောနှစ်က
လူနာဦးရေနှင့် မြောက်ခြင်းဖြင့် လိုအပ်သော ဆေးအရေအတွက် ရရှိပါမည်။

တိုင်းရင်းသား ကျန်းမာရေးအဖွဲ့များ အနေဖြင့်လည်း လိုအပ်သော ဆေးဝါးများကို ကျန်းမာရေး
ဝန်ဆောင်မှုအတွက် အဓိကလိုအပ်ချက်များ Essential Package for Health Services (EPHS) တွင်ပါဝင်
သော ဆေးအမယ်များနှင့် အရေအတွက်ကို မိမိတို့၏ ဆေးခန်းများတွင် အသုံးပြုနေသော စံညွှန်းကုထုံး
လက်စွဲများအတိုင်း တွက်ချက်ရပါမည်။ ယခင်နှစ်က ကုန်ကျသည့် ပမာဏပေါ်မူတည် တွက်ချက်ခြင်းက ပိုမို
လွယ်ကူ လက်တွေ့ကျမည်ဟု ယူဆမိပါသည်။

ပထမ တွက်ချက်မှု အတွက် ပုံစံ မှာ-

ယမန်နှစ်က သုံးစွဲခဲ့သော ဆေးဝါး အရေအတွက် X ၁.၅ *		=	စုစုပေါင်း လိုအပ်မည့် ဆေးဝါးအရေအတွက်
ဥပမာ-			
ယမန်နှစ်က သုံးစွဲခဲ့သော 250 mg tablet	X ၁.၅	=	ယခုနှစ်အတွက် မှာယူမည့် Amoxicillin
Amoxicillin 250 mg tablet	၇၅၀၀	X ၁.၅	= ၁၁၂၅၀

(* ၁.၅ ဖြင့် မြှောက်ခြင်းကို ပုံသေ ဟု မယူဆပါနှင့်)

အထက်ပါနည်းမှာ ရှုပ်ထွေးမှု မရှိလှဘဲ ယေဘုယျအားဖြင့် အသုံးတည့်ပါသည်။ အရေးပေါ် အခြေအနေ ဖြစ်ပေါ်မှု မရှိလျှင် ဆေးဝါးပြတ်လပ်မှု မကြုံနိုင်သော်လည်း ထပ်ဆောင်းအနေဖြင့် ၅၀% ရှိနေခြင်းက ပိုလျှံလေလွင့်မှု အတိုင်းအတာ တခုအထိ ကြုံနိုင်သည်ကို သတိပြုရပါမည်။ အထူးသဖြင့် အောက်ခြေအဆင့် ဆေးခန်းများတွင် အသုံးပြုသင့်ပါသည်။

ပိုမို တိကျမှုရှိသော ဒုတိယ နည်းလမ်းကို ပင်မဆေးစတီ သို့မဟုတ် ဆေးရုံအဆင့်များတွင် ပို၍ သုံးကြပါသည်။ ဤသို့ သုံးရာတွင် အပိုဆောင်း တွက်ချက်မှုအနေဖြင့် ၁၅% (အပိုဆောင်း ၁၀+ မှာယူချိန် နှင့် ရောက်ရှိချိန်ကြား လိုအပ်မှု ၅%) သာ ထည့်ပေါင်းသဖြင့် အရေးပေါ် လိုအပ်မှုများ ကြုံတွေ့ တတ်သည်ကိုမူ သတိပြုရပါမည်။

***မိမိတို့၏ အနေအထားအလိုက် သင့်လျော်ရာ ရွေးချယ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။**

ဒုတိယ တွက်ချက်မှု (လူနာ အခြေတည်) အတွက် ပုံသေနည်းမှာ -

<p>စံကုထုံးတွင် ပါဝင်သော ဆေးပတ်လည်အောင် ပေးရမည့် ဆေးဝါး အရေအတွက်</p>	X	<p>ဆေးဝါးဖြင့် ကုသမှု ပေးရမည့် ရောဂါရှိ လူနာ ဦးရေပေါင်း</p>	=	<p>စုစုပေါင်း လိုအပ်မည့် ဆေးအမယ် အလိုက် ဆေးဝါး အရေအတွက်</p>
<p>ဥပမာ- စံကုထုံးအရ Amoxicillin 250 mg tablet mg tablet</p>		<p>ယခင်နှစ်က ဤဆေးသုံးပြီး ကုသခဲ့သော လူနာဦးရေ</p>		<p>စုစုပေါင်း လိုအပ်မည့် Amoxicillin 250</p>
<p>ဆေးပတ်လည်အောင် ပေးရမည့် အရေအတွက် (တရက် လျှင် ၃ ကြိမ်ဖြင့် ၅ ရက် ဆိုပါစို့)</p>	X	<p>၁၅</p>	X	<p>၅၀၀</p>
				<p>= ၇,၅၀၀</p>

ဤနည်းအတိုင်း (၃)လ၊ (၆)လ ၊ (၁)နှစ် စသည့် အချိန်အတိုင်းအတာ များအတွက် လိုအပ်သလို တွက်ချက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ အထက်ပါနည်းတွင် သတိပြုရန်အချက်မှာ ဆေးမှာကြားထားသော အချိန် (lead time) အတွင်းတွင် ကုန်ကျမည့် ဆေးအရေအတွက်နှင့် ပျက်စီးလေလွင့်မည့် ဆေးအတွက် အပိုဆောင်း (၁၀) ရာခိုင်နှုန်းကို ထည့်တွက်ပေးရန်ဖြစ်သည်။

ဆေးမှာကြားထားသောအချိန် (lead time) အတွင်းတွင် ကုန်ကျမည့် ဆေးအရေအတွက်ကို ယခင်နှစ်က ၎င်းအချိန်အတွင်း သုံးထားသော ဆေးအရေအတွက်ကိုဖြစ်စေ၊ အနီးစပ်ဆုံး ခန့်မှန်း၍ ဖြစ်စေ ထည့်သွင်း ရပါမည်။

<p>ကုန်ကျမည့် ဆေးဝါး အရေအတွက်</p>	+	<p>အပိုဆောင်း ၁၀ ရာခိုင်နှုန်း *</p>	+	<p>ဆေးမှာကြားထားချိန်တွင် လိုအပ်မည့် အရေအတွက် *</p>	=	<p>စုစုပေါင်း</p>
<p>ဥပမာ- လိုအပ်မည့် Amoxicillin 250 mg tablet</p>						
<p>၇၅၀၀</p>	+	<p>၇၅၀</p>	+	<p>၃၇၅</p>	=	<p>၈၆၂၅</p>

(အပိုဆောင်း နှင့် ဆေးမှာကြားထားချိန် လိုအပ်မည့် အရေအတွက် များကို ပုံသေဟု မသတ်မှတ်ရန်)

၃။ ဆေးဝါးများ မှာကြား/ဝယ်ယူခြင်း (Procurement)

မိမိကိုယ်တိုင် ဆေးဝါးများ မှာကြားဝယ်ယူရာတွင် အောက်ပါအချက်များ ပါဝင်ကြသည်။

၃-၁။ ဆေးဝါးများ ဝယ်ယူရန်နည်း

(က) အလွတ် တင်ဒါခေါ်ခြင်း

ယင်းတင်ဒါမှာ မည်သူမဆို ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင် ရောင်းချနိုင်သည်။

(ခ) ကန့်သတ် တင်ဒါ

အရည်အချင်း သတ်မှတ်၍ ခေါ်ယူသော တင်ဒါ ဖြစ်သည်။

(ဂ) ညှိနှိုင်း ဝယ်ယူခြင်း တင်ဒါ

ဆေးဝါးကုမ္ပဏီ တခုနှင့် ညှိနှိုင်း ဝယ်ယူခြင်းဖြစ်သည်။

(ဃ) တိုက်ရိုက် ဝယ်ယူခြင်း

မိမိ လိုအပ်သည့် ဆေးဝါးများကို ကုမ္ပဏီ သို့မဟုတ် ဆေးဆိုင်များမှ တိုက်ရိုက် ဝယ်ယူခြင်းဖြစ်သည်။

ဆေးဝါးများကို မိမိ လိုအပ်သလို ပံ့ပိုးပေးသော အဖွဲ့အစည်းရှိလျှင် ဆေးမှာကြား ဝယ်ယူခြင်းကို မိမိ ကိုယ်တိုင်လုပ်ဆောင်ရန် မလိုဘဲ မိမိလိုအပ်သော ဆေးများကို ၎င်းအဖွဲ့အစည်းသို့ အထက်ပါတွက်ချက် နည်းများအတိုင်း တွက်ချက် မှာယူရပါမည်။

၃-၂။ ဆေးဝါး ဝယ်ယူရန် စာချုပ်ချုပ်ဆိုခြင်း

ဆေးဝါးများကို မိမိအဖွဲ့အစည်းကိုယ်တိုင် ပုံမှန် ဝယ်ယူခြင်းဖြစ်လျှင် ရောင်းချသူနှင့် တိကျသော စာချုပ်စာတမ်းများ ရှိထားရပါမည်။ ဂရုပြုရန် လိုအပ်သည်မှာ-

- ချုပ်ဆိုသည့် စာချုပ်တွင် ဆေးဝါးများကို လိုအပ်သည့်အချိန်တွင် အဆက်မပြတ် ရောက်ရှိစေရန်၊
- ဈေးနှုန်းမှာလည်း စာချုပ်စဉ်ကအတိုင်းသာ ဖြစ်ရန်၊
- ပေးသွင်းသည့် ဆေးဝါးသည် မျိုးရင်းအမည် Generic name အတိုင်းဖြစ်ရန်၊
- ပါဝင်သည့် အင်အား Dosage strength မှန်ကန်စေရန်၊
- စတင်ထုတ်လုပ်သည့်နေ့စွဲနှင့် သက်တမ်းကုန်ဆုံးသည့်နေ့စွဲ၊ ထုတ်လုပ်သည့် နံပါတ်၊ သိုလှောင် ရာတွင် သတိထားရမည့်အချက်၊ ထုတ်လုပ်သည့် ကုမ္ပဏီ၏ လိပ်စာ စသည်များ တိကျပြည့်စုံစွာ ရေးသားချုပ်ဆိုရန်၊

၃-၃။ ဆေးတင်သွင်းသူ ရွေးချယ်ခြင်း

ဆေးတင်သွင်းသူသည် အစိုးရပိုင် ဆေးဝါးစက်ရုံ၊ ပုဂ္ဂလိကထုတ်လုပ်သူ၊ အလှူရှင် စသည့်အဖွဲ့အစည်းများမှ ရွေးချယ်ရမည်ဖြစ်ရာ ၎င်းတို့၏ ပြီးခဲ့သောကာလအပိုင်းအခြားအတွင်း ဆောင်ရွက်ချက်များဖြစ်သော ဈေးနှုန်း၊ အရည်အသွေးကောင်းမွန်မှုနှင့် ဆေးပို့ဆောင်ပေးမှုများကို စိစစ်ရွေးချယ်ရပါမည်။

၃-၄။ ဆေးအဆင့် ခွဲခြားခြင်း

- (က) မရှိမဖြစ် ဆေးဝါးများ (Vital drugs)
- (ခ) အမြဲလိုအပ်သည့် ဆေးဝါးများ (Essential drugs)
- (ဂ) တခါတရံ လိုအပ်သည့် ဆေးဝါးများ (Non-essential complementary drugs)

၃-၅။ မှာကြားသော ဆေးဝါးများ အရည်အသွေး ကောင်းမွန်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း

ဆေးဝါး အရည်အသွေး ကောင်းမွန်ပြည့်မီရေးက ကုသရေးတွင် မရှိမဖြစ် အရေးကြီးပါသည်။ ဆေးဝါး အရည်အသွေး ပြည့်မီရေး အခြေခံအဖြစ် သက်ဆိုင်ရာ အစားအစာနှင့် ဆေးဝါးဌာန FDA တွင် မှတ်ပုံတင်ထားသော ဆေးဝါးများကိုသာ မှာကြား ဝယ်ယူရပါမည်။ ဆေးဝါး အရည်အသွေး ပြည့်မီရေးတွင် အောက်ပါ အချက်များ ပါရှိရန် သတိပြုရပါမည်။

ဥပမာ-

- (က) ထုတ်လုပ်သည့် စက်ရုံ/လုပ်ငန်းမှ အရည်အသွေး စံမီကြောင်း ထောက်ခံချက်
- (ခ) သက်ဆိုင်ရာ အစားအစာနှင့် ဆေးဝါးဌာန FDA တွင် မှတ်ပုံတင်ထားသော အထောက်အထား

၃-၆။ လိုအပ်သော ဆေးနှင့် မှာယူနေချိန်အတွင်း အသုံးပြုမည့် ဆေးဝါး စာရင်းပြုစုရန်

ဆေးဝါးများ မှာယူရာတွင် အတိုင်းအတာ ကာလတခုအတွင်း ဥပမာ- ၃ လ၊ ၆ လ၊ ၁ နှစ် စသည့်အချိန်အတွင်း ကုန်မည့်ဆေးဝါးများနှင့် မှာကြားချိန်မှ ရောက်ရှိချိန်အတွင်း ကုန်နိုင်သည့် ဆေးကိုပါ တွက်ချက်ရမည်။

၃-၇။ ရာသီဥတုနှင့် ဒေသအလိုက် လိုအပ်သော ဆေးဝါးများကို မှာကြား ထားရှိရန်

ဤအချက်သည် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။ မိမိဒေသအတွက် အရေးကြီးသောဆေး ဥပမာအားဖြင့် ငှက်ဖျားဆေးများ၊ မြွေဆေး၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါ ဆိုင်ရာဆေးများကို ဦးစားပေး ဝယ်ယူရန် ။

၃-၈။ မိမိတို့ ဒေသနှင့် ကိုက်ညီမည့် ဆေးပူး အရွယ်အစား Packing size မှာကြားရန်

မိမိ ဒေသတွင် ဥပမာအားဖြင့် ငှက်ဖျားဆေး အလုံး (၆၀၀) လိုအပ်မည်ဆိုပါက ဆေး (၁၀၀၀) ဝင်ပူး မမှာဘဲ (၁၀၀)ပူး (၆)ပူး မှာကြားခြင်းက ကုန်ကျငွေ သက်သာစေခြင်း၊ ဆေးဝါးပိုလျှံခြင်းများ ကာကွယ်ပေးရာ ရောက်ပါသည်။

၄။ ဆေးဝါးများကို သိုလှောင်ခြင်း

ရရှိလာသော ဆေးဝါးများကို မပျက်စီးစေရန်အတွက် ကောင်းမွန်စွာ သိုလှောင်ခြင်းသည်လည်း အရေးကြီးပါသည်။

၄-၁။ မှာယူထားသော ဆေးဝါးများကို လက်ခံခြင်းနှင့် စစ်ဆေးခြင်း

လက်ခံရရှိသည့် ဆေးဝါးများသည် မိမိမှာယူထားသော ဆေးဝါး ဟုတ်မဟုတ် ၊ ဆေးဝါး မျိုးရင်း အမည်၊ ပါဝင်သည့် ဆေးစွမ်းအား၊ ဆေးဝါးများ၏ ဈေးနှုန်းတို့ကို မိမိမှာကြားသည့် အချက်အလက်များနှင့် ပြည့်စုံမှု ရှိမရှိ သေချာစွာ စစ်ဆေးရမည်။

၄-၂။ ဆေးဝါးများကို စနစ်တကျ သိုလှောင်ခြင်း

ဆေးများသိုလှောင်ရန် သင့်တော်သော စတိုခန်းတစ်ခု ရှိရပါမည်။ စတိုခန်းသည် လုံခြုံစိတ်ချရပြီး လေဝင်လေထွက်ကောင်းမွန်သော အခန်း/အဆောက်အဦ ဖြစ်ရပါမည်။ ဖြစ်နိုင်လျှင် လေအေးစက် တပ်ဆင်ထားရပါမည်။ ဆေးစတို ထိန်းသိမ်းရန်အတွက် တာဝန်ခံတစ်ယောက် သီးသန့်ထားသင့်ပါသည်။ ဆေးသိုလှောင်ရန် သင့်လျော်သော စင်များ၊ ကန့်သတ်ဆေးဝါးများအတွက် သီးသန့်ဘီရိုများ၊ ကာကွယ်ဆေးထားရန်အတွက် ရေခဲသေတ္တာများ ထားရှိနိုင်လျှင် ပို၍ကောင်းပါသည်။

ဆေးသိုလှောင်ရာတွင် အကွာရာ အစီအစဉ်အတိုင်း ထားရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။ Bin Card များထားရှိခြင်း၊ သက်တမ်းကုန်ရန် နီးနေသောဆေးများကို သီးသန့်မှတ်တမ်း ထားရှိခြင်း၊ သက်တမ်းကုန်ရက်စွဲ နောက်ပိုင်းရောက်သော ဆေးများကို နောက်တွင်ထားခြင်းဖြင့် ပထမ ရောက်သော ဆေးကို အရင်သုံးခြင်း **First Expire First out** စနစ်ကိုလည်း ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

၄-၃။ ဆေးဝါးမှတ်တမ်း စာအုပ်များ ထားရှိခြင်း

ဆေးမှတ်တမ်း စာအုပ်များကို စနစ်တကျ ၊ အကွာရာစဉ်အလိုက် ထားရှိရမည်။ ဆေးအဝင်နှင့် အထွက်ကို ကွဲပြားအောင် မှင်ရောင်ခွဲ မှတ်သားသင့်သည်။ ဆေး တစ်ခုချင်းအလိုက် အမျိုးအစား၊ မူရင်းအမည်၊ ပါဝင်သောအား၊ ကုန်ဆုံးမည့်ရက် ၊ အရေအတွက် စုံလင်အောင် မှတ်သားရမည်။

ဆေးမှတ်တမ်းစာအုပ်အား တစ်လတစ်ကြိမ် လက်ကျန်စာရင်း ကောက်ပြီး တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးရမည်။ ဆေးတောင်းခံသည့်အခါ တောင်းသူထံတွင် လက်ခံတစ်စောင်နှင့် ဆေးမှတ်တမ်းစာအုပ် stock book တွင် တစ်စောင် စုစုပေါင်း ၂စောင် ပြုလုပ်ထားသင့်ပါသည်။

၅။ ဆေးဝါးများ ဖြန့်ဖြူးခြင်း

၅-၁။ ဦးစွာ သက်တမ်းကုန်မည့် ဆေးကို အရင်ဖြန့်ဖြူးရမည်။ First Expire First out

အရင်ရောက်သောဆေး အရင်ထုတ်ပေးဖြင်းဖြင့် မိမိတို့စတိုရှိ ဆေးများ အစဉ် လတ်ဆတ်နေမည် ဖြစ်သည်။

၅-၂။ ဆေးဝါး သက်တမ်း မှတ်တမ်းများ ထားရှိရန်

ဆေးဝါးများ၏ သက်တမ်းများကို သီးသန့်မှတ်တမ်းများ ထားရှိရမည်။ သို့မှသာ သက်တမ်းကုန်ရန် (၆)လခန့် နီးကပ်လာပါက အရင်သုံးခြင်းဖြင့်၎င်း၊ သုံး၍ မကုန်နိုင်လျှင် သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများနှင့် ညှိနှိုင်းပြီး အလေအလွင့်နည်းအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါမည်။

၅-၃။ ဆေးစတိုမှ ဆေးဝါးများ အမျိုးခွဲခြား ထုတ်ပေးရန်

- (က) ကုန်လွယ်သော ဆေးဝါးပစ္စည်းများ
- (ခ) တာရှည်သုံးစွဲနိုင်သော ဆေးဝါးပစ္စည်းများ

-ဥပမာ -ခွဲစိတ် ကိရိယာများ၊ လူနာခန်းသုံး ပစ္စည်းများ စသဖြင့် --

၆။ ဆေးအရည်အသွေး ဆန်းစစ်ခြင်း

၆-၁။ ဆေးဝါး သက်တမ်းကုန်ဆုံးရက် စစ်ဆေးခြင်း

ဆေးဝါးများ၏ သက်တမ်းကို သီးသန့်မှတ်တမ်း ပြုစုထားရမည်။ သက်တမ်းကုန်ဆုံးရန် (၆)လ အလိုမှ စတင်၍ ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သောကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ရမည်။

၆-၂။ အစားအစာနှင့် ဆေးဝါးဌာနတွင် မှတ်ပုံတင်ထားသော ဆေးများကိုသာ သုံးစွဲရန်၊ ဤသို့ အသုံးပြုခြင်းက ဆေးဝါးအရည်အသွေးအတွက် အာမခံမှု အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ စိတ်ချရပါသည်။

၆-၃။ မျက်မြင် စစ်ဆေးခြင်း

မိမိ စတုရန်းအတွင်းရှိ ဆေးများကို အနည်းဆုံး (၁)လ တစ်ကြိမ် စစ်ဆေးရမည်။ ဆေးပြားများ အရောင်ပြောင်းခြင်း၊ ဆားပွင့်များတက်ခြင်း၊ သကြားအုပ်ဆေးပြားများ သကြားပွင့်ကွာခြင်း၊ ဆေးတောင့် capsules များတွင် အခွံပျက်စီးခြင်း စသည်တို့ကို မျက်မြင်ဖြတ် စစ်ဆေးနေရမည်။

၆-၄။ အာနိသင် မသင်္ကာသော ဆေးဝါးများ ရှိလျှင် အဆင်ပြေသော လမ်းကြောင်းများ ရှိပါက ဓာတ်ခွဲဌာနသို့ ပေးပို့စစ်ဆေးနိုင်သည်ကိုလည်း သိထားသင့်ပါသည်။

၇။ ကြောင်းကျိုးညီညွတ်စွာ ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်း

ရောဂါ၊ ကျန်းမာရေး ပြဿနာများအား ဖြေရှင်းရာ၌ ဆေးဝါးများသုံးစွဲရာတွင် အမှန်တကယ်လိုအပ်မှသာ ကျန်းမာရေးပြဿနာ တစ်ခုချင်းအလိုက် အသင့်တော် အမှန်ကန်ဆုံး ဆေးဝါးများကို ရွေးချယ် သုံးစွဲရပါမည်။ ဆေးဝါး၏ မှန်ကန်သော ပါဝင်အား၊ မှန်ကန်သော အကြိမ်ပေါင်း၊ မှန်ကန်သော အချိန်ကာလတို့ကို စဉ်းစား၍ ဆေးဝါးကို ပေးပြီး လူနာအား ဆေးဝါး သုံးစွဲနည်း၊ ဆေးဝါး၏ အာနိသင်နှင့် မလိုလားအပ်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး များကို ရှင်းလင်းပြထားရပါမည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြစ်စေရန် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအဖို့ နေ့စဉ်ကြည့်ရှု စောင့်ရှောက်ပေးနေသော လူနာများ၊ ရောဂါများနှင့် ပေးသော ဆေးဝါးများကို ကြောင်းကျိုးညီညွတ်စွာ လူနာစာရင်းတွင် မှန်မှန်ထည့်သွင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။

၇-၁။ မှန်ကန်သော ဆေးဝါးအညွှန်း

ဆေးဝါး တစ်ခုကို ညွှန်ကြားရာတွင် လူနာ၊ ရောဂါ၊ ဆေးဝါး အမည်၊ ပမာဏ၊ အကြိမ် ၊ ကာလ စသဖြင့် မှန်ကန်ခြင်း၊ သင့်လျော်ခြင်း အချက်အလက်များ ပြည့်စုံရမည်။

ဥပမာ - ဆေးညွှန်း တစ်ခုအနေဖြင့် -

Rx

Paracetamol 500 mg tabs tds x 3 days ဟု ရေးသားသည် ဆိုပါစို့။

အဆိုပါ ဆေးညွှန်ကြားခြင်းသည် တိကျသပ်ရပ် ပါသည်။ ... အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော်

- ဆေးပုံစံပါဝင်ခြင်း >> **tablets**
 - ဆေးပြင်းအား ပါဝင်ခြင်း >> **500 mg**
 - သောက်သုံးရမည့်ကာလ ပါဝင်ခြင်း >> **3 days**
 - တစ်နေ့သောက်ရမည့်အကြိမ်ရေစသည့် အချက်အလက် ပြည့်စုံစွာပါရှိသောကြောင့် ဖြစ်သည်။
- >> tds, three times a day**

ဆေးညွှန်ကြားရာတွင် ပါဝင်ရမည့် အချက်အလက်များ

ဆေးညွှန်ကြားခြင်း ဆိုသည်မှာ တတ်ကျွမ်းသည့် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းမှ လူနာအား စမ်းသပ် ကြည့်ရှုပြီးနောက် ဆေးထုတ်ပေးသူအား ပေးသည့် မည်သည့်ဆေးကိုမဆို မည်သို့ သုံးစွဲရမည်ဟူသော လမ်းညွှန်ချက်များပေးခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

ဆေးပေးရာတွင် အောက်ပါအချက်အလက်များ ပါဝင်သင့်ပေသည်။ ဆေးထုတ်ပေးသူသည် လူနာအား ဆေးမပေးမီ အောက်ပါအချက်အလက်များ မှန်ကန်မှုရှိ၊ မရှိ ထပ်မံစစ်ဆေးသင့်သည်။

- လူနာ၏ နာမည်နှင့် အသက် (အထူးသဖြင့်ကလေးများ)
- ရက်စွဲ
- လမ်းညွှန်ချက်အတိအကျ
- ဆေးအမည် (မျိုးရိုးအမည်)နှင့် ဆေးပုံသဏ္ဍာန်
- ဆေးပြင်းအား
- သောက်သုံးရမည့်အကြိမ်ရေ
- သောက်သုံးရမည့်ကာလ
- ဆေးပေးသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း၏ လက်မှတ်နှင့် နာမည်

ဆေးညွှန်ကြားရာတွင် အသုံးပြုလေ့ရှိသော စာလုံးအတိုကောက်များ

Vial= penicillin ပုလင်းပုံစံ

PV-per vaginal = အမျိုးသမီး အင်္ဂါတွင် ထည့်ရန်

PC after meal = အစာစားပြီး

Syrup = အရည်

Sublingual = လျှာအောက်တွင် ငုံ့ထားရန်

Powder = အမှုန့်

Drop = အစက်

DPM-drop per minute တစ်မိနစ်တွင် ချရမည့်အစက်ပေါင်း

Dx-Diagnosis = ရောဂါခန့်မှန်းမှု

amp = ထိုးဆေး ဖန်ပုလင်းငယ်

BD = တစ်နေ့ကြိမ်

QID = တစ်နေ့ကြိမ်

HS = ညအိပ်ရာဝင်ချိန်

cap = ဆေးတောင့်

g = ဂရမ်

IM = အသားဆေး

IV = သွေးကြောထိုးဆေး

kg = ကီလိုဂရမ်

mg/kg = milligram per kilogram

body weight = ကိုယ်အလေးချိန်

tsp = လက်ဖက်ဇွန်း (5ml)

wt = အလေးချိန်

ကာလရှည် ဆေးသောက်ရမည့်ကာလကို များသောအားဖြင့် အပိုင်းဂဏန်းများဖြင့် ဖော်ပြလေ့ရှိသည်။

7 - ရက်၊ 12 - လ၊ 52 - ပတ် စသည်

ဥပမာ။ 1/7 = ၁ရက်၊ 2/12 = ၂လ ၊ 1/52 = ၁ပတ်

PO-per oral = ပါးစပ်မှ သောက်သုံးရန်

AC before meal = အစာမစားမီ

IU = International Unit

Oral suspension = သောက်ဆေးရည်

Cream = ဆေးအပျစ်

Lotion = လိမ်းဆေး

Inhalation = ရှူဆေး

Liquid = အရည်

Vaccine = ကာကွယ်ဆေး

OD = တစ်နေ့တစ်ကြိမ်

TID/tds = တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်

prn = လိုအပ်လျှင်

STAT = ချက်ချင်း

tab = ဆေးလုံး

Rx = ကုသမှု

sc = အရေပြားအောက်

PR = စအိုတွင်းထည့်ဆေး

mg = မီလီဂရမ်

tbsp. = စားပွဲတင်ဇွန်းအပြည့်(10ml)

ml = မီလီလီတာ

mu = Mega Unit

၇-၂။ မှန်ကန်သည့် ဆေးဝါး

ညွှန်းသည့်ဆေးဝါးသည် အာနိသင်ရှိခြင်း၊ အန္တရာယ်ကင်း စိတ်ချရခြင်း၊ ရောဂါနှင့် သင့်လျော်ခြင်း၊ အဖိုးနှုန်း ချိုသာခြင်း စသည့်အချက်များ ပြည့်စုံရမည်။

၇-၃။ မှန်ကန်သော လူနာ

ကုသမှုပေးသော လူနာသည်လည်း မှန်ကန်ရမည်။ အန္တရာယ်ကြီးမားမှု ဖြစ်စေမည့် အောက်ပါ လူနာများကို ဆေးဝါးပေးရာတွင် အထူးသတိ ပြုရမည်။

- မွေးရာပါရောဂါရှိသောလူနာ (ဥပမာ-G6PD Deficiency)
- နာတာရှည်ရောဂါဝေဒနာခံစားနေရသောလူနာ (ဥပမာ-သွေးတိုးဆီးချို၊ သွေးအားနည်း၊ အာဟာရချို့တဲ့)
- ကိုယ်ဝန်ဆောင် လူနာ
- နို့ချိုတိုက်ကျွေးနေသော လူနာ
- ကလေးလူနာ
- အသက်အရွယ် ကြီးသော လူနာ
- အခြားရောဂါ အခံရှိသော လူနာ (ဥပမာ- ဆီးချို၊ သွေးတိုး၊ ကင်ဆာ စသဖြင့်-)
- ဆေးအမျိုးမျိုး သောက်သုံးထားသော လူနာ

၇-၄။ မှန်ကန်သော အသိပညာ ပေးခြင်း

မိမိ ဆေးဝါးပေးသော လူနာကို ဆေးဝါးနှင့်ပတ်သက်သော အသိပညာပေးမှု ပြုလုပ်ရမည်။ ယင်းသို့ ပေးရာတွင်လည်း ဆီလျော်ခြင်း၊ မှန်ကန်ခြင်း၊ ပြတ်သားခြင်းနှင့် အရေးကြီးအချက်များ မဖြစ်မနေ ပါဝင်စေရမည်။

၇-၅။ မှန်ကန်သော စိစစ်/စစ်ဆေးခြင်း

မိမိ ဆေးဝါးပေးသော လူနာအား အခါအားလျော်စွာ စိစစ်၊ စစ်ဆေးရမည်။ သို့မှသာလျှင် လူနာသည် ရောဂါမှ သက်သာခြင်း ရှိ/မရှိ၊ ဆေးနှင့် တည့်/မတည့်၊ ဆေးဝါးများ ဆက်လက်သုံးစွဲရန် လို/မလို စသည့်အချက်များ သိရှိနိုင်ပေမည်။

ဆေးဝါးများ ရရှိအောင် လည်ပတ်ဆောင်ရွက်ခြင်း အဆင့်ဆင့်



ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကဏ္ဍများ၌ ပါဝင်သော ဆေးဝါးဖြင့် စောင့်ရှောက်မှုတွင် နယ်ပယ်များစွာအနက် အရေးကြီးတာဝန်တစ်ခုဖြစ်သည့် အခြေခံလိုအပ်သော ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများ ဝယ်ယူခြင်းဆိုင်ရာ လည်ပတ်ဆောင်ရွက်မှုများကို လေ့လာသိရှိ ထားသင့်ပါသည်။ ဖော်ပြထားသောပုံသည် Procurement Cycle ၏ အခြေခံပုံဖြစ်ပြီး အဆင့် ဆယ့်တစ်ဆင့် ပါဝင်ကြောင်းတွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

၁။ လိုအပ်သောဆေးဝါးများ ရွေးချယ်ခြင်းနှင့် ဆန်းစစ်ခြင်း (Selection of commodities and reviewing)

လိုအပ်သည့်ဆေးဝါးများကို ရွေးချယ်ဆန်းစစ်ရာတွင် ဆေးဝါးဥပဒေ ပြဌာန်းချက်များနှင့် ကိုက်ညီစေရ ပါမည်။

- စစ်မှန်၍ အရည်အသွေးပြည့်ဝသော ဆေးဝါးများ၊
- ကုသရန် လိုအပ်ချက်နှင့် ကိုက်ညီသော ဆေးဝါးများ
- နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ စံကုထုံးများ၊ အဓိကဆေးဝါး စီမံချက်ဝင် ဆေးများ၊ ကုသရေး ဌာန အဆင့်အလိုက် လိုအပ်သောဆေးဝါးများ ဖြစ်ရပါမည်။

မိမိ ပေးအပ်မည့် ဝန်ဆောင်မှု စွမ်းဆောင်နိုင်ရည်အလိုက် လိုအပ်သော ဆေးများကို လုပ်ငန်းအလိုက် ဆေးဝါးဖြည့်တင်းရေး ကော်မတီမှ စနစ်တကျ စိစစ်ရွေးချယ် ဝယ်ယူရပါမည်။ ပြည်တွင်းမှ ဖြစ်စေ၊ နိုင်ငံတကာမှ ဖြစ်စေ တင်သွင်း ရောင်းချမည့်သူများထံမှ ရရှိနိုင်မည့် ဆေးများနှင့် ဈေးနှုန်းများကိုလည်း စိစစ်ပြီးမှ ရွေးချယ်ရပါမည်။

၂။ လိုအပ်သော ဆေးဝါးပမာဏ ခန့်မှန်း တွက်ချက်ခြင်း (Forecasting and Quantification)

ဆေးဝါးများ ရွေးချယ်ပြီးလျှင် ဝယ်ယူရမည့် ပမာဏနှင့် ကုန်ကျစရိတ် ခန့်မှန်း တွက်ချက်ရပါမည်။ အသစ် သုံးစွဲမည့် ဆေးဝါး သို့မဟုတ် ယခင်က သုံးစွဲခဲ့သော ပမာဏ အချက်အလက်ရှိသည့် ဆေးဝါး စသည်တို့ကို ဆန်းစစ်ရပါမည်။ ယခင်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုကို မူတည်တွက်ချက်သောနည်းက အဆင်ပြေ သော်လည်း ၎င်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် အချက်အလက်များ မရှိလျှင်မူ ရောဂါဖြစ်ပွားသူ အရေအတွက် ၊ ရည်ရွယ် လူဦးရေတွင် ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်း တွေ့နိုင်ချေ ၊ ယခင် သုတေသန ပြုလုပ်ချက်များအရ တွေ့ရှိချက်များကို အကိုးအကားယူ ခန့်မှန်းရပါမည်။

ရည်မှန်းဦးရေ **target** ရှိလျှင်လည်း ယင်းအတိုင်း ပြည့်မီအောင် တွက်ချက် ဆောင်ရွက်ရပါမည်။ ယခင်နှစ်များက ဆေးဝါးသုံးစွဲမှု မှတ်တမ်းများ ရှိနေလျှင် လွယ်ကူပါသည်။ ယင်း ပမာဏကို လုပ်ဆောင်ရန် ရည်ရွယ်သည့် လုပ်ငန်း အတိုးအလျှော့ပေါ် မူတည်၍ ညှိနှိုင်း ချိန်ဆပြီး ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများကို တမယ်ချင်းအလိုက် စာရင်းပြုစုရပါမည်။

၃။ ရံပုံငွေနှင့် လိုအပ်ချက် ချိန်ဆခြင်း (Reconcile needs and funds)

ဤအဆင့်တွင် အရင်းအနှီး မတည်ငွေ သို့မဟုတ် ရံပုံငွေပေါ် မူတည်ပြီး ဝယ်ယူရမည့် ဆေးပစ္စည်းတန်ဖိုး ပေးချေရမည့် ကုန်ကျစရိတ် ၊ ထောက်ပံ့ပို့ဆောင်ရေး **Logistic** လုပ်ငန်းများအတွက် ကုန်ကျစရိတ် နှစ်မျိုးပေါင်းနှင့် နှိုင်းယှဉ်ချိန်ထိုးပြီး လိုအပ်သလို ညှိယူရပါသည်။

၄။ ဆေးဝါးရရှိမည့် နည်းလမ်း ရွေးချယ်ခြင်း (choose procurement method)

မည်ကဲ့သို့ ဝယ်ယူမည်ကို ဆန်းစစ်ရပါမည်။ ပမာဏနည်းလျှင် တိုက်ရိုက်ဝယ်ယူခြင်း၊ ပမာဏ အတန်အသင့်ရှိလျှင် ပေါက်ဈေး **Quotation** ကောက်ယူခြင်း သို့မဟုတ် လေလံ **Bid analysis** ဖြင့်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ အကြီးစား ဝယ်ယူမှုအတွက် တင်ဒါခေါ်ဝယ်ယူခြင်း သို့မဟုတ် ကော်မတီဖွဲ့ ရွေးချယ် ဝယ်ယူခြင်း စသည်တို့ကို လုပ်ငန်း လိုအပ်ချက်အရ ဆုံးဖြတ်ရပါသည်။

၅။ ဆေးဝါး တင်သွင်းမည့်သူ ရှာဖွေရွေးချယ်ခြင်း (Locate and select suppliers)

အဖွဲ့အစည်းတိုင်း အတွက်၊ လုပ်ငန်းတိုင်းအတွက် ၊ ဌာနတိုင်း အတွက် ယုံကြည် စိတ်ချရသော ဆေးဝါးရောင်းချသူ စာရင်း **trusted vendors lists** ရှိပါသည်။ ထို့အတူ အလားအလာရှိသော ဆေးဝါးတင်သွင်းမည့်သူများကိုလည်း လေ့လာထားရပါမည်။ ၎င်းတို့ထံမှ ရရှိသော ဈေးနှုန်းနှင့် အရည်အသွေး စံများ ၊ ဆေးဝါး အလုံအလောက် ရရှိနိုင်မှု၊ ဝယ်ယူရန် ကြာမြင့်ချိန်များ အပေါ် မူတည်၍ ဆေးဝါးတင်သွင်းမည့်သူ တစ်ဦးတည်း သို့မဟုတ် တစ်ဦးထက်ပိုမည် ၊ မည်သူထံမှ မည်မျှ မှာယူမည်ကို ရွေးချယ် သတ်မှတ်ရပါသည်။

၆။ သဘောတူညီချက် ညှိနှိုင်း စာချုပ်ခြင်း (Specify terms of supply)

ဤအဆင့်တွင် ဝယ်ယူရေးစာချုပ် ချုပ်ဆိုခြင်းနှင့် အခြေခံ သဘောတူညီချက်များ ညှိနှိုင်း သတ်မှတ်ခြင်း ဆောင်ရွက်ရပါသည်။ ငွေကြေး ပေးချေမှု စနစ်များ၊ ဖြန့်ဖြူးချိန်နှင့် ဝယ်ယူသူ လက်ဝယ် ရောက်ရှိမည့် အချိန်များ သတ်မှတ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ရပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် နိုင်ငံတကာ သတ်မှတ်ချက် **incoterm** များနှင့် အကိုက်ညီဆုံး သတ်မှတ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၇။ ဆေးဝါးများ လက်ခံရရှိခြင်းနှင့် စစ်ဆေးခြင်း (Receive and check supplies)

ဆေးဝါးများ တရားဝင်မှာယူခြင်း **Purchase order** ပေးပြီးနောက် ဆေးဝါးတင်သွင်း ရောင်းချသူထံမှ ပစ္စည်းများ ရောက်ရှိလာလျှင် ဖွင့်ဖောက်စစ်ဆေးခြင်း **physical inspection**နှင့် အသေး စိတ်သတ်မှတ်ချက် **specifications** များပြည့်စုံပါက လက်ခံရရှိကြောင်း **Goods Receipt Note** ထုတ်ပေးခြင်း၊ ရောင်းချသူထံ အတည်ပြုချက် ပေးခြင်းများ ပြုလုပ်ပြီး စနစ်တကျ သိုလှောင်ခြင်းနှင့် စာရင်း ဇယားသွင်းခြင်း **proper storage and inventory control system** ကဲ့သို့သော မှတ်တမ်း မှတ်ရာ ဆိုင်ရာများ ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

၈။ ငွေပေးချေခြင်း (Make Payment)

ပစ္စည်းများ ရရှိပြီးလျှင် ငွေပေးချေခြင်း ပြုလုပ်ရပါမည်။ မိမိ၏ အဖွဲ့အစည်းအလိုက် လုပ်ထုံး လုပ်နည်းများအတိုင်း ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း အဆင့်ဆင့်ကို အဖွဲ့အစည်း၏ ဘဏ္ဍာရေးဌာန **Financial Departments** ဖြင့် ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

၉။ ဆေးဝါးများ ဖြန့်ဖြူးခြင်း (Distributions)

သို့လျှင် သိမ်းဆည်းထားသော ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများကို ပင်မစတို **Central Warehouse** မှ အဆင့်ဆင့်သော ကျန်းမာရေးဌာနများ (ဥပမာ- ခရိုင်အဆင့်မှ ကျေးရွာ အဆင့်ထိ) ဖြန့်ဖြူး ပို့ဆောင်ရင်း လူနာများ လက်ထဲအထိ ရောက်အောင် ပေးဝေရပါမည်။ သက်ဆိုင်ရာ ဌာနလိုက် ဝန်ထမ်းဖွဲ့စည်းပုံအတိုင်း အဆင့်ဆင့် ဆောင်ရွက်ကြရပါမည်။ ထောက်ပံ့ပို့ဆောင်ရေး စီမံခန့်ခွဲခြင်း ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် စနစ် **logistic management information system** ဖော်ဆောင်ကြရသော အရေးကြီး လုပ်ငန်းစဉ် ဖြစ်ပါသည်။ ဖြန့်ဖြူးပေးဝေမှု ချောမွေ့စေရေးအတွက် ကောင်းမွန်သော ဖြန့်ဖြူးခြင်း ဆိုင်ရာ အလေ့အထများ **Good Distributions Practices**၊ အရင်းအမြစ်များ **resources** နှင့် ဆီလျော်သော အချိန်တိုင်းတာ ကန့်သတ်မှုများ ဟန်ချက်ညီညီ ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

၁၀။ ဆေးဝါး အသုံးစာရင်း စုဆောင်းခြင်း (Collect consumptions datas)

အထက်ဖော်ပြပါ အဆင့်များ အရေးကြီးသကဲ့သို့ စနစ်တကျ အသေးစိတ်ဝယ်ယူထားသော ဆေးဝါးများနှင့် ပတ်သက်၍ အရေးကြီးဆုံးအပိုင်းမှာ သုံးစွဲမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ ဖြစ်ပါသည်။ အသုံးပြုနေသော ဆေးဝါးများအတွက် အသုံးပြုခဲ့သော အရေအတွက်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များက အဓိကကျ အရေးပါသော အပိုင်းဖြစ်ပါသည်။ တစ်နှစ်တာ သုံးစွဲခဲ့သော ပမာဏများကို မှုတည်ပြီး နောင်နှစ်တွင် ပြုလုပ်မည့် လုပ်ငန်းများဖြင့် ချိန်ထိုးလျက် လိုအပ်မှုကို တွက်ချက်ရပါသည်။ နှစ်စဉ် အဆက်ဆက် သုံးစွဲမှုဆိုင်ရာ ကိန်းဂဏန်း အချက်အလက်များကို မပျက်မကွက် သိမ်းဆည်းထားရပါမည်။

ဤသို့ တွက်ချက်ရာတွင် လူနာများအတွက် အမှန်တကယ် သုံးစွဲလိုက်သော ဆေးအရေအတွက် **Actual Consumptions Datas** က ဆေးအဝင်အထွက် **Stock Movements** ထက် ပိုမို အရေးကြီး ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အမှန်တကယ် သုံးစွဲသော ဆေးစာရင်းတွင် သက်တမ်းကုန်ခြင်း၊ ပျောက်ဆုံးခြင်း၊ ပျက်စီးခြင်း **expire, loss,damage** ဆိုင်ရာများ မပါဝင်ရပါ။ အကယ်၍ ပါဝင်လာလျှင် အမှန်တကယ် ဆေးကုသရာတွင် အသုံးပြုခြင်း မဟုတ်သော **fake consumptions** ဖြစ်ပြီး သုံးစွဲသော ပမာဏထက် ကျော်လွန်နေသည့် **overstock** ဖြစ်စေပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဆေးစာရင်းပြုစုရာတွင် **Actual Consumptions Datas** ရရှိစေရန် စာရင်းဇယားများ ပြန်လည် ခွဲခြား စိစစ်ရေးမှာ အလွန် အရေးကြီးပါသည်။

၁၁။ စောင့်ကြည့် အကဲဖြတ်ခြင်း (Monitoring)

ဆေးဝါးများ ရရှိအောင် လည်ပတ်ဆောင်ရွက်ခြင်း အဆင့်ဆင့်တွင် လုပ်ငန်းစဉ် တစ်ခုလုံးကို တာဝန်ခံသူမှ အမြဲမပြတ် စောင့်ကြည့် လေ့လာသုံးသပ် ရပါမည်။ လိုအပ်သော စာရင်းမှတ်တမ်းများ၊ သတင်းအချက်အလက်များ၊ သို့လျှောက်ခြင်းနှင့် ဖြန့်ဖြူးခြင်းဆိုင်ရာများ၊ အစီရင်ခံခြင်းများ အားလုံးကို ကြီးကြပ် ကွပ်ကဲရပါမည်။

အထက်ပါ အချက်များသည် ဆေးဝါးများ ရရှိအောင် လည်ပတ်ဆောင်ရွက်ခြင်းအတွက် အရေးပါသော အဆင့်များဖြစ်ပါသည်။ လုပ်ငန်း တစ်ခုနှင့် တစ်ခု အချိတ်အဆက်မိမိ လှုပ်ရှား စီမံဆောင်ရွက်လျက် စာရင်းဇယား အချက်အလက်များသည်လည်း တစ်ခုနှင့် တစ်ခု အထောက်အကူ ပြုနေပါသည်။ ယခုနှစ် လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေသမျှသည် နောင်နှစ် လုပ်ငန်းများအတွက် အရေးကြီးသော အချက်အလက် ဖြည့်သွင်းခြင်းလည်း ဖြစ်ပါသည်။ ကြုံတွေ့နိုင်သော အခက်အခဲများ၊ စိန်ခေါ်မှုများနှင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော အခြေအနေဆိုင်ရာ သက်ရောက်မှု environmental factors များလည်း များစွာ ရှိနိုင်ပါသေးသည်။ မည်သို့ပင် ရှိစေကာမူ ပကတိ အခြေအနေပေါ် မူတည်၍ ဖြေရှင်းသွားရန် လိုပါသည်။

ကြောင်းကျိုး ညီညွတ်စွာ ဆေးဝါးသုံးစွဲမှု ဟူသည်မှာ အသင်းအဖွဲ့လိုက် ဆောင်ရွက်ရသော လုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ Medical Care ဆေးကုသခြင်း၊ Nursing Care သူနာပြုစုခြင်း၊ Pharmaceuticals Care ဆေးဝါးဖြင့်စောင့်ရှောက်ခြင်းတို့ အချိုးကျ ပေါင်းစပ်ပါဝင်မှသာ ခေတ်မီကောင်းမွန်သော ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဖြစ်ပါမည်။ ဤကဲ့သို့ ဆောင်ရွက်ကြရာတွင် ဆေးဝါးစီမံခန့်ခွဲမှု လုပ်ဆောင်ခြင်းကဏ္ဍမှ ဆေးဝါးများ ရရှိအောင် လည်ပတ်ဆောင်ရွက်ခြင်းကို နားလည်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဆေးဝါးများ သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်း

ဆေးစတိုးတိုင်းတွင် ပုံမှန်စီမံခန့်ခွဲရမည့် တာဝန်များ

နေ့စဉ်/အပတ်စဉ် ဆောင်ရွက်ရန် (နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်နိုင်လျှင် ကောင်းသော်လည်း အခြေအနေအရ မလုပ်နိုင်လျှင် အပတ်စဉ် မလွဲမသွေ လုပ်ဆောင်ရန်)

- ဆေးများ သိုလှောင်သိမ်းဆည်းသည့် အခြေအနေကို စဉ်ဆက်မပြတ်စောင့်ကြည့်ရမည်။
- ဆေးလက်ခံရာ၊ သိုလှောင်ရာ၊ ထုတ်ပိုးရာနှင့် ရွှေ့ပြောင်းရာ နေရာများကို သန့်ရှင်းနေစေရမည်။
- ကြမ်းပြင်ကို လှဲကျင်း တိုက်ချွတ်ထားရမည်။
- ဆေးသေတ္တာများ၊ တင်ထားသော စင်များနှင့် ဘီဒီများကို သန့်ရှင်းရမည်။
- ဆေးထားသော စင်များ၏ အလယ်လမ်းကြောများ ရှင်းလင်းနေရမည်။
- လေဝင်လေထွက်ကောင်း၍ အေးနေအောင် စီမံထားရမည်။
- သိမ်းဆည်းထားသော ပစ္စည်း ပစ္စယများကို နေရောင်ခြည် တိုက်ရိုက် မထိစေရ။
- စတိုး၏ လုံခြုံမှုနှင့် ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေးကို စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုရမည်။
- စတိုး၏ ခေါင်မိုးများ ရေယိုစိမ့်မှု ရှိမရှိကို စစ်ဆေးရမည်။ အထူးသဖြင့် မိုးရာသီနှင့် မုန်တိုင်း ကျရောက်နေသော အခါများတွင် သတိပိုထားရမည်။
- ဆေးပစ္စည်းများ၏ အရည်အသွေးကို စောင့်ကြည့်နေရမည်။ (ဆေးများ၏ အသွင်အပြင်နှင့် သက်တမ်းကုန်ဆုံးမည့် ရက်များကို အမြဲ စစ်ဆေးနေရမည်)
- စီထား ၊ ထပ်ထားသော ဆေးများကို သတိပြုစစ်ဆေးနေရမည်။ (အောက်ခြေဖက်မှ ဆေးပူးများ ပျက်စီးနေခြင်းမျိုးကို ဂရုပြုနိုင်စေရန်)
- ဆေး အဝင်အထွက်ဆိုင်ရာ မှတ်တမ်းများ အမြဲမပြတ် ဖြည့်သွင်းပြီး သိမ်းဆည်းထားရမည်။
- မျက်မြင်ဆေး အရေအတွက်၊ စာရင်းရှိ ဆေးအရေအတွက်တို့ကို ညီမျှမှု ရှိမရှိ စောင့်ကြည့် ချိန်ဆနေရမည်။
- အရေးပေါ်ဆေးဝါးလိုအပ်မှုရှိပါက သက်ဆိုင်ရာသို့ မှာယူရမည်။
- ဆေးဝါး အဝင်အထွက်ဆိုင်ရာ စာရင်းဇယားများကို ကွန်ပျူတာဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်းများ ပြုလုပ်သင့်သည်။
- ဆေးဝါး တစ်ခုချင်းအလိုက် အဝင်၊ အထွက်၊ လက်ကျန် မှတ်သားသော bin cards များ ထားရှိပြီး အချိန်နှင့် တစ်ပြေးညီ ဖြည့်သွင်းရမည်။
- သက်တမ်းလွန် ဆေးဝါးများကို ခွဲထုတ်ပြီး အန္တရာယ်ကင်း စိတ်ချရာ နေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းရမည်။

လစဉ် လုပ်ဆောင်ရန်

- ဆေးဝါးများ အဝင်၊ အသုံး ဆိုင်ရာ မှတ်တမ်းများကို စီမံခန့်ခွဲရမည်။
- အင်းဆက်ပိုးမွှားများ၊ ကြွက်များ၏ အန္တရာယ်နှင့် ခေါင်မိုး ရေယိုစိမ့်မှုများ ကို အမြဲစစ်ဆေးရမည်။
- ဆေးစတို၏ နံရံ၊ ကြမ်းခင်း၊ ခေါင်မိုး၊ ပြတင်းပေါက်၊ တံခါးပေါက်များ ပျက်စီးယိုယွင်းမှု ရှိမရှိ စစ်ဆေးကြည့်ရှုရမည်။

၃ လ တစ်ကြိမ် ဆောင်ရွက်ရန်

- ဆေးဝါးအချို့ကို အလှည့်ကျ နမူနာအဖြစ် အသေးစိတ် စာရင်းကောက်ပြီး နောက်ဆုံးလက်ကျန် မှတ်တမ်း လုပ်ရမည်။
- သက်တမ်းကုန်လွန်သော သို့မဟုတ် ပျက်စီးသော ဆေးဝါးများကို စနစ်တကျစွန့်ပစ်ရန် စီမံရမည်။
- မီးသတ်ဆေးဗူး ထားရှိပြီး အဆင်သင့် အသုံးပြုနိုင်သော အခြေအနေ ရှိနေစေရန် စီမံထားရမည်။

၆ လ တစ်ကြိမ် ဆောင်ရွက်ရန်

- မီးဘေး အန္တရာယ် လုံခြုံစိတ်ချရစေရေးအတွက် အစီအမံများ ပြန်လှန်စိစစ်ခြင်း၊ မီးဘေး ကာကွယ်ရေးနှင့် ငြိမ်းသတ်ရေးဆိုင်ရာ အလေ့အကျင့်များ လုပ်ဆောင်ရမည်။
- ဆေးစတို အနီးရှိ သစ်ပင်များကို စစ်ဆေးစောင့်ကြည့်ပြီး ကျိုးပဲ့ခြင်းများ မဖြစ်မီ ဖြတ်တောက် ရှင်းလင်းခြင်းများ ဆောင်ရွက်ရမည်။

တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ် ဆောင်ရွက်ရန်

- မီးသတ်ဆေးဗူးများ၊ မီးအန္တရာယ် အချက်ပေး ကိရိယာများ ကြံ့ခိုင်ရေး ဆောင်ရွက်ရမည်။
- ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများ ရောက်ရှိ၊ သုံးစွဲခြင်း ဆိုင်ရာများကို တစ်နှစ်တာ အတွက် ပြည့်စုံအောင် မှတ်တမ်း ပြုလုပ်ရမည်။
- ဆေးဝါးများ သိုလှောင်ထားရှိမှု ပမာဏကို အနည်းဆုံး/အများဆုံး မည်မျှ လိုအပ်နိုင်သည်ကို ပြန်လည် ဆန်းစစ် ညှိနှိုင်းရမည်။

ဆေးဝါးများ ရောက်ရှိ လက်ခံခြင်း

မှာယူထားသော ဆေးဝါးများ ရောက်ရှိလာ၍ လက်ခံယူရာတွင်-

- သိုလှောင် သိမ်းဆည်းရန် လုံလောက်သော နေရာရှိအောင် ပြင်ဆင်ထားရမည်။
- ဆေးပစ္စည်းများ လက်ခံခြင်းနှင့် သိုလှောင်ခြင်း ပြုလုပ်မည့် နေရာများကို သန့်စင် ရှင်းလင်းအောင်ပြင်ဆင် ထားရမည်။
- ဆေးဝါး ထည့်သိုလာသော ဗူးများ ပျက်စီးခြင်း ရှိ၊ မရှိ နှင့် ဆေးသက်တမ်း ကုန်လွန်မှု ရှိ၊ မရှိ သေချာစွာ စစ်ဆေးရမည်။

ဆေးဝါးများ ရောက်ရှိ လက်ခံမှု ပြုလုပ်စဉ်-

အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ရာတွေ့ရှိလျှင်--		လုပ်ဆောင်ရန်မှာ-
ဆေးဝါးများ သက်တမ်းလွန် သို့မဟုတ် ပျက်စီးခြင်း တွေ့ရှိလျှင်	၁။	ပျက်စီး သို့မဟုတ် သက်တမ်းလွန် ဆေးဝါးများကို အသုံးပြုမည့် ဆေးဝါးများမှ ခွဲထုတ်ရန်
	၂။	အကယ်၍ လာရောက်ပို့ဆောင်သော ယာဉ် ရှိနေစဉ် ပျက်စီးမှု၊ သက်တမ်းလွန်မှုတို့ကို တွေ့ရှိပါက လက်ခံရန် ငြင်းဆိုပြီး တွေ့ရှိချက်များကို ပို့ဆောင်သော မှတ်တမ်းတွင် ဖြည့်သွင်းထားရမည်။
	၃။	လာရောက်ပို့ဆောင်သောယာဉ် ပြန်လည်ထွက်ခွာသွားပြီးမှ ပျက်စီး သို့မဟုတ် သက်တမ်းလွန်ခြင်းများ တွေ့ရှိလျှင် မိမိ၏ စတိုးမှ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့်အညီ ကိုင်တွယ် ဆောင်ရွက်ရမည်။
ဆေးဝါးများ သက်တမ်းလွန်ခြင်း သို့မဟုတ် ပျက်စီးခြင်း မရှိလျှင်	၁။	ဆေးဝါးများကို ၎င်းတို့၏ ယူနစ်အလိုက် (ဥပမာ-ဆေးလုံး၊ ဆေးတောင့်၊ ပုလင်း စသဖြင့်) ရေတွက်ပြီး ပေးပို့သော ဘောင်ချာမှ ပမာဏနှင့် ကိုက်၊ မကိုက် တိုက်ဆိုင် စစ်ဆေးရမည်။
	၂။	စတော့ကတ် stock card ၊ ဘင်ကတ် bin card များတွင် နေ့စွဲနှင့် လက်ခံရရှိသော အရေအတွက်ကို မှတ်တမ်းဖြည့်သွင်းရမည်။
	၃။	ဆေးဗူးများတွင် သက်တမ်းလွန် နေ့စွဲကို မြင်သာအောင် မှတ်သားထားခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။
	၄။	ဆေးများကို သိုလှောင်နေရာချရာတွင် သက်တမ်းအရင်ကုန်မည့် ဆေးများအား အရင်ထုတ်ပေးသော first-to-expire, first-out (FEFO) လုပ်ဆောင်ရ လွယ်ကူစေရန် စီစဉ်ထားရမည်။

ဆေးသိုလှောင် သိမ်းဆည်းသော စတိုခန်းတွင် ဆေးဝါးများ ထားရန် အောက်ပါအတိုင်း စီစဉ်သင့်ပါသည်။

အကယ်၍ ဆေးပုံးများကို ကွပ်ပျစ်များ pallets ရိုက်လျက် ထပ်တင်ထားမည်ဆိုပါက-

- ကွပ်ပျစ်များသည် ကြမ်းပြင်မှ အနည်းဆုံး ၄ လက်မ (၁၀ စင်တီမီတာ) ခန့် မြင့်နေရပါမည်။
- နံရံ သို့မဟုတ် အခြား ဆေးများ ထပ်တင်ထားရာနှင့် အနည်းဆုံး ၁ ပေ (၃၀ စင်တီမီတာ) ခန့်ခွာထားရပါမည်။
- ဆေးပုံးများ ထပ်တင်ရာတွင် အများဆုံး ၈ ပေ (၂.၅ မီတာ) ထက် မမြင့်စေရပါ။



ဆေးပုံးတင်ရန် ကွပ်ပျစ်များ



ကွပ်ပျစ်များပေါ်တွင် ဆေးပုံးများ ထပ်တင် သိမ်းဆည်းခြင်း



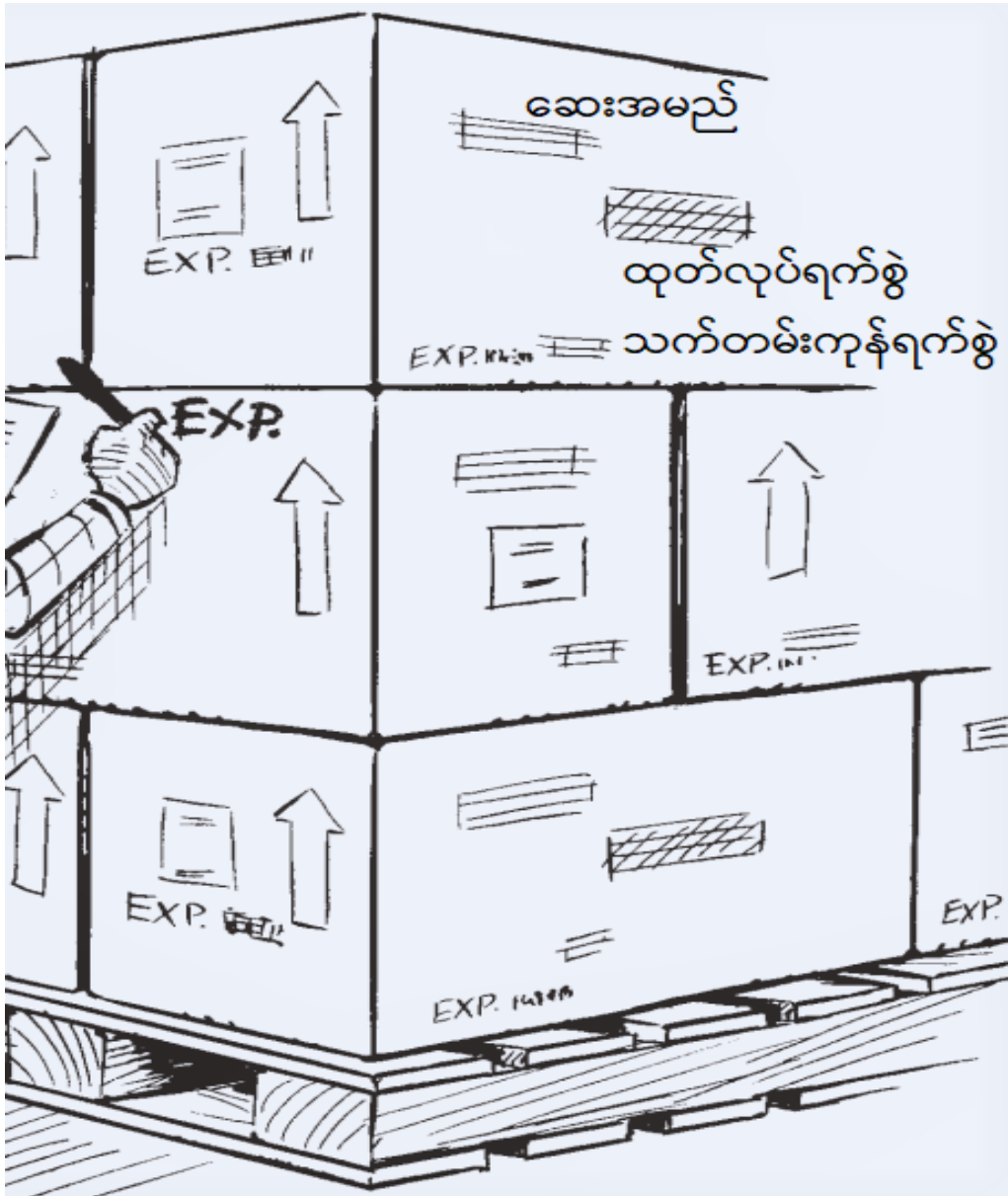
စင်များဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်း

စင်များ သို့မဟုတ် ကွပ်ပျစ်များကို အများအပြား အသုံးပြုလျှင် တစ်ခုချင်းအား အမှတ်စဉ်များ ပေး၍ စီထားပြီး ဆေး၏ တည်နေရာကို ရှာရလွယ်အောင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ (ဥပမာ-စင်များကို အတန်းလိုက် 1,2,3 စသဖြင့်၎င်း၊ ဆေးများကို အကွရာစဉ်ဖြင့် A,B,C သတ်မှတ်လျှင် Amoxicillin 250 mg အား စတုဂံမှတ်တမ်းတွင် 1/A ဟု တွဲလျက်မှတ်သားထားလျှင် ရှာဖွေမည် ဆိုပါက စင်အမှတ် 1 ၏ A အကွရာတွင် ရှာဖွေခြင်းမျိုးက လွယ်ကူလျင်မြန်စေပါသည်)

သို့လှောင်သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ အထွေထွေလိုက်နာရန်-

- ဆေးများကို ထပ်တင် သိမ်းဆည်းရာတွင် ဆေးဝါး ထုတ်လုပ်သူ သို့မဟုတ် တင်ပို့ရောင်းချသူ၏ ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာရပါမည်။ သိမ်းဆည်းရန် ညွှန်ကြားသော အခြေအနေ (ဥပမာ- အပူချိန်အလင်းရောင်) အတိုင်းလိုက်နာရပါမည်။
- ဆေးဝါးများကို စင်များဖြင့် (shelves) ထားမည်ဆိုလျှင် အရည်များကို အောက်ဖက် အဆင့်များတွင်၎င်း၊ ကွပ်ပျစ် pallets ပေါ်တွင် ထပ်တင်မည်ဆိုလျှင် အောက်ဆုံးတွင်၎င်း ထားရပါမည်။
- အအေးခန်းတွင် ထားရမည့် ဆေးများရှိလျှင် သတ်မှတ်ထားသော အပူချိန်အတွင်း ရှိနိုင်သော ရေခဲပုံး၊ ရေခဲသေတ္တာများဖြင့် ထားရပါမည်။
- လုံခြုံစိတ်ချရေး လိုအပ်သော ဆေးဝါး သို့မဟုတ် အဖိုးတန်သော ဆေးဝါးများကို သီးသန့် လုံခြုံစိတ်ချရသော နေရာတွင်သာ သိမ်းဆည်းရပါမည်။

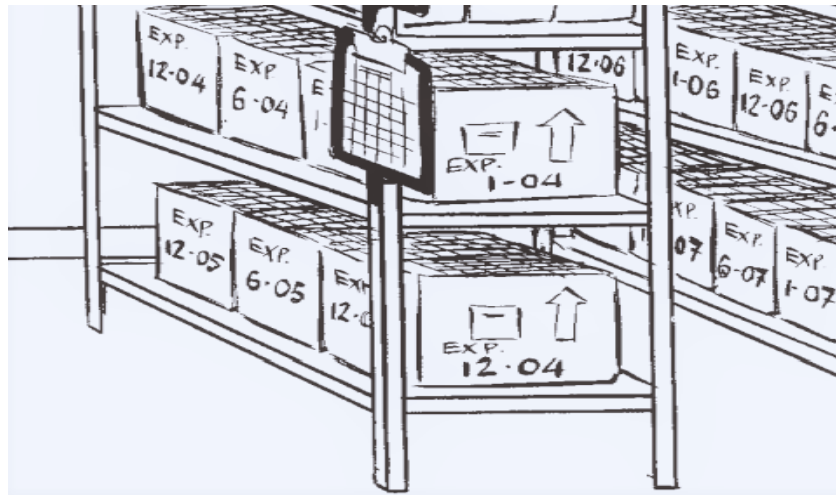
- ပျက်စီးသော သို့မဟုတ် သက်တမ်းကုန်သော ဆေးဝါးများကို အသုံးပြုနေသော ဆေးများမှ နှောင့်နှေးခြင်းမရှိဘဲ အမြန် ဖယ်ရှားပြီး သတ်မှတ်ထားသော စွန့်ပစ်နည်းများအတိုင်း စွန့်ပစ်ရပါမည်။
- ဆေးဝါး အားလုံးကို ဦးစွာသက်တမ်းကုန်မည့် ပစ္စည်းကို အရင်ထုတ်ပေးသော FEFO နည်းလမ်းဖြင့် စီမံရန် အစဉ်အမြဲ လိုက်နာရပါမည်။
- ဆေးပုံးများပေါ်ရှိ စာသားများအတိုင်း တည့်မတ်စွာထားပြီး အပေါ်ထောင်သော မြား သင်္ကေတဖြင့် ထပ်လျက် စီရီ တင်ထားရမည်။ ဆေးအမည်၊ ထုတ်လုပ်သော နေ့စွဲ၊ သက်တမ်းကုန်မည့် နေ့စွဲများ မြင်သာစေရမည်။ ဤကဲ့သို့ အဆင်သင့် ပါမလာလျှင်လည်း ဆေးအမည်၊ ထုတ်လုပ်နေ့စွဲ၊ သက်တမ်းကုန် နေ့စွဲများကို မြင်သာသောဖက်တွင် ရေးသားပေးထားရမည်။



သို့လှောင်ထားသော ဆေးဝါးများ လည်ပတ်သုံးစွဲခြင်း

သို့လှောင်ထားသော ဆေးဝါးများကို ပြန်လည် ထုတ်သုံးရာတွင် သက်တမ်းဦးစွာ ကုန်ဆုံးမည့်ဆေးဝါးများကို အရင်ထုတ်ယူသုံးစွဲရေး FEFO policy လိုက်နာရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

FEFO policy လိုက်နာခြင်းက သက်တမ်းလွန်၍ ဆေးဝါးများ ဆုံးရှုံးမှုကို အနည်းပါးဆုံးဖြင့် သက်သာစေပါသည်။



- သက်တမ်းဦးစွာကုန်ဆုံးမည့် ဆေးများကိုသာ အမြဲတမ်း ဦးစားပေး ထုတ်သုံးရပါမည်။ ထို့ကြောင့် သက်တမ်းကုန်ဆုံးရန် ရက်စွဲ အနီးအဝေးလိုက် မြင်သာအောင် စီရီ ထားရှိရေးက အရေးကြီးပါသည်။ ရှိနေသော ဆေးဝါးများ၏ သက်တမ်းကို ပုံမှန် စောင့်ကြည့် သတိပြုနေရန်လည်း အရေးကြီးပါသည်။
- သက်တမ်းကုန်ဆုံးရက် အနီးဆုံး ဆေးဝါးကို သက်တမ်းလွန်ရက် ဝေးသေးသော ဆေးဝါးများ၏ ရှေ့ဆုံးတွင် စီရီ ထားရှိလျှင် အဆင်ပြေဆုံး ဖြစ်ပါသည်။
- ဆေးသိုလှောင်မှတ်တမ်း စတော့ကတ်များတွင်လည်း သက်တမ်းကုန်မည့် ရက်စွဲများကို ရေးသားထားပြီး သက်တမ်းကုန်ဆုံးမည့် ဆေးဝါးများကို မကုန်ဆုံးမီ ၆လ ကြိုတင်ပြီး ဆေးဝါးပံ့ပိုးမည့် သက်ဆိုင်ရာ ဌာနများသို့ ပေးပို့နိုင်အောင် စီစဉ်ရပါမည်။

အထူးသတိပြုရန်မှာ မိမိ လက်ခံရရှိသော ဆေးဝါးများသည် သက်တမ်းကုန်ဆုံးရက် အစဉ်လိုက် ရောက်ရှိလာမည် မဟုတ်ပါ။ နောက်မှ ရောက်ရှိလာသော်လည်း အရင် ရောက်ရှိနေသော ဆေးဝါးများထက် သက်တမ်းကုန်ရက် ပိုနီးနေသည်များ ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် သက်တမ်းကုန်ဆုံးရက်ကို သေချာစွာ စစ်ဆေးရန်နှင့် သို့လှောင်ထားသော ဆေးဝါးများတွင် သက်တမ်းကုန်ဆုံးရက်ကို မြင်သာအောင် ရေးသားထားခြင်းက အလွန် အရေးကြီးသော လုပ်ငန်းဖြစ်ပါသည်။

အဓိကဆေးဝါးများကို သိုလှောင်ရာတွင် အစီအစဉ် တကျ ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ခြင်း

ဆေးများ သိုလှောင်သိမ်းဆည်းရာတွင် အမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း ၊ စုစည်းထားရှိခြင်းတို့ ပြုလုပ်ရာ၌ စနစ်တကျ ရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ထားရှိသည်ကိုလည်း ဆေးစတိုးနှင့် ပတ်သက်သူ အားလုံး သိရှိအောင် ပြုလုပ်ထားရပါမည်။

ဆေးဝါးများကို စနစ်တကျ ထားသိုရာတွင် အသုံးပြုလေ့ရှိသော စနစ်များမှာ-

ဆေးအမည် အက္ခရာစဉ်ဖြင့် ထားရှိခြင်း -- ဆေးစတိုးကြီးများနှင့် အငယ်များတွင် အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။ ဆေးအမည်ကို ယေဘုယျ အမည် generic name ဖြင့်သာ စီသင့်ပါသည်။ (ဥပမာ- paracetamol ကို tylenol ၊ begesic စသဖြင့် အမည် အမျိုးမျိုးဖြင့် လာသော်လည်း စင်ပေါ်တွင် အက္ခရာစဉ်ရာ၌ paracetamol အဖြစ်သာ ထားခြင်းမျိုး) ။

ကုသမှုဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် ဆေးအာနိသင် အလိုက် အမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း--- စတိုးအငယ်များနှင့် ဆေးဆိုင်များတွင် သုံးကြပါသည်။ ဆေးဝါးဗေဒဆိုင်ရာ ဗဟုသုတကြွယ်ဝသူများအတွက် သင့်လျော်ပါသည်။ (ဥပမာ- antihypertensive (သွေးတိုးကျဆေး) , antacid (အစာအိမ် အက်ဆစ်ဓာတ်ချေဖျက်ဆေး) စသဖြင့် ခွဲခြားခြင်းမျိုးဖြစ်ပါသည်။

ဆေး၏ ပုံသဏ္ဍာန်ဖြင့် ခွဲခြားခြင်း--- ဆေးဝါးများက ပုံစံမျိုးစုံဖြင့် လာပါသည်။ ဥပမာ- ဆေးပြား၊ ဆေးရည်၊ ထိုးဆေး၊ ပြင်ပ အရေပြားအတွက် သီးသန့်သုံးသော လိမ်းဆေး စသဖြင့် ရှိကြပါသည်။ ၎င်းတို့၏ ပုံစံအလိုက် ဆေးပြား၊ ဆေးရည်၊ ထိုးဆေး စသဖြင့် အမျိုးအစားခွဲ ထားရှိခြင်းကလည်း ပို၍ တိကျစေပါသည်။

အခြားသော ဆေးဝါးသိုလှောင် စနစ်များ ရှိပါသေးသည်။ ပင်မ ဆေးစတိုးကြီးများတွင် မြို့နယ် ၊ ကျေးရွာ စသည့် ဆေးခန်း အခြေအနေလိုက်ပြီး ထုတ်ယူနိုင်ရန် ခွဲခြား ထုတ်ပိုးသော စနစ်သုံးခြင်း၊ အချို့သော ဆေးစတိုးများတွင် အသုံးများပြီး မကြာခဏ ထုတ်ယူရသော အနေအထားလိုက်ပြီး မြင်လွယ်၊ ယူလွယ်သော နေရာတွင် ဦးစားပေးထားရှိသော စနစ်၊ နေရာအခက်အခဲ ရှိသော အခါမျိုးတွင် အဆင်ပြေသလို ထားရှိရသော်လည်း မှတ်သားရလွယ်ကူအောင် အမည်များ ထင်ရှားအောင် ရေးသား ခွဲခြားသော စနစ်၊ တိုးတက်သော နေရာများတွင် ကွန်ပျူတာများ သုံးပြီး ကုတ်နံပါတ်ဖြင့် ထားရှိသော စနစ်များ ရှိကြပါသည်။ မိမိတို့၏ မြေပြင် အနေအထားအလိုက် အဆင်ပြေဆုံး နည်းလမ်းကို ရွေးချယ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အထူး သို့လှောင်သိမ်းဆည်းရမည့် အခြေအနေများ

အချို့သော ဆေးဝါးပစ္စည်းများကို ထိန်းချုပ်သို့လှောင်ရသော အခြေအနေ ရှိပါသည်။ ခိုးဝှက်ခြင်း၊ အလွဲသုံးစားပြုခြင်း၊ ဆေးစွဲလန်းမှုဖြစ်စေခြင်း စသည့် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော ဆေးဝါးပစ္စည်းများကို ပိုမို လုံခြုံစိတ်ချရသော အခြေအနေများဖြင့် သတ်မှတ် သိမ်းဆည်း ရပါမည်။

၎င်းဆေးဝါးပစ္စည်းများတွင် အသုံးများသော ဆေးဝါးများ သို့မဟုတ် မှောင်ခိုဈေးကွက်တွင် ပြန့်လည် တင်သွင်းရောင်းချလေ့ရှိသော ဆေးဝါးများကို ထည့်သွင်းရပါမည်။

အထူး သို့လှောင်သော ဆေးဝါးများတွင် အများအားဖြင့် ပါဝင်လေ့ရှိသော အမျိုးအစား များမှာ-

မူးယစ်ဆေးဝါးစာရင်းဝင် ဆေးဝါးများ- morphine, opium preparations, pethidine, diamorphine, papaveretum, hydrocodone and oxycodone, dipipanone, and tramadol.

ဘိန်းနှင့် အပြင်းစား အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးများ- Pentazocine, Codeine, Dihydrocodeine , Dextropropoxyphene, Dextromoramide, and buprenorphine.

စိတ်ရှောဂါကုသသော ဆေးများ- Diazepam, Temazepam, Nitrazepam, Flunitrazepam, and Oxazepam.

၎င်း ဆေးဝါးများအား သို့လှောင်ရန် -

- သီးသန့် သော့ခတ်ထားသော အခန်း၊ ဘီဒို စသည်တို့တွင် ဖြစ်စေ
- ဆေးစတိုအတွင်း ထည့်သိုစရာ တခုခုတွင် သီးသန့် သော့ခတ်၍ ဖြစ်စေ သိမ်းဆည်းရပါမည်။

ထိုကဲ့သို့ပင် အထူး ဂရုစိုက် သို့လှောင်ရန် သတိပြုရမည်မှာ မီးလောင်လွယ်သော ဆေးဝါးပစ္စည်းများ (ဥပမာ-အရက်ပြန်၊ မေ့ဆေး ထုံဆေးများ) ၊ ထိကိုင်မိလျှင် တိုက်စားပျက်စီးစေသော ဓာတုပစ္စည်းများ (ဥပမာ-အမိုးနီးယား အရည်၊ အက်ဆစ်များ) ကိုလည်း သက်ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းအလိုက် ညွှန်ကြားချက်များကို တသွေမတိမ်း လိုက်နာ သို့လှောင် သိမ်းဆည်းရပါမည်။

ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများ၏ အရည်အသွေး ထိန်းသိမ်းခြင်း

အရည်အသွေးဆိုင်ရာ ပြဿနာ ရှိနေနိုင်သော အခြေအနေများ

ဆေးဝါးပစ္စည်းများမှာ အမျိုးအစား မျိုးစုံကွဲပြားသကဲ့သို့ မတူခြားနားသော နည်းလမ်း အမျိုးမျိုးဖြင့် ပျက်စီးဆုံးရှုံးကြရပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ပျက်စီးနေသည်ဟု ယူဆဖွယ် ရှိသော အခြေအနေအချို့မှာ-

ဆေးဝါးပစ္စည်း အားလုံးအတွက်

- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများ ယိုယွင်း ပျက်စီးမှု (ပုလင်းများ၊ ပုံးများ စသဖြင့်)
- ဆေးများ၏ အညွှန်းစာရွက်များ မပြည့်စုံ၊ ပျောက်ရှု၊ ဖတ်မရခြင်း

ဆေးရည်များ အတွက်

- အရောင်ပြောင်းခြင်း
- နောက်ကျိခြင်း
- အနည်ထိုင်ခြင်း
- အဖုံးပျက်စီးခြင်း
- ဆေးပုလင်းများ အက်ကွဲခြင်း
- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများ အစိုပြန်ခြင်း

အလင်းရောင် ထိတွေ့မှု မခံနိုင်သော (ဥပမာ- ဓာတ်မှန်ဖလင်ကဲ့သို့သော) အရာများ

- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများ စုတ်ပြဲ ဟောင်းနွမ်းခြင်း

ရာဘာ ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းများ (ဥပမာ-လက်အိတ်၊ နားကျပ်ကြိုး စသဖြင့်)

- ခြောက်သွေ့ခြင်း
- ကျွတ်ဆတ် ကျိုးပဲ့ခြင်း
- ကွဲအက်ခြင်း

ချောဆီထည့်ထားသော ရာဘာပစ္စည်းများ (ဥပမာ- ကွန်ဒုံး)

- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများ စိုစွတ်နေခြင်း
- ပစ္စည်း သို့မဟုတ် အရည် အရောင်ပြောင်းခြင်း
- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများတွင် စွန်းထင်းပေကျိခြင်း
- အရည်များ ယိုစိမ့်ခြင်း

ဆေးပြားများ

- အရောင်ပြောင်းခြင်း
- ကြေမွနေခြင်း
- ပုံစံတူများ ရောနှောနေခြင်း
- ကပ်စေးနေခြင်း
- အနံ့ ပုံမှန် မဟုတ်ခြင်း

ထိုးဆေးများ

- လှုပ်ခါသော်လည်း ပျော်ဝင်မသွားဘဲရှိနေခြင်း

ပိုးသတ်ထားသော ပစ္စည်းများ (ဥပမာ- သားအိမ်တွင်းထည့် IUDs များ အပါအဝင်)

- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများ စုတ်ပြဲ ယိုယွင်းခြင်း
- အစိတ်အပိုင်းများ မစုံလင်ခြင်း
- အစိတ်အပိုင်းများ ပုံပြောင်း ပျက်စီးခြင်း
- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများအတွင်း စိုစွတ်နေခြင်း
- ထုတ်ပိုးထားသော အရာများ စွန်းထင်းပေကျခြင်း

ဆေးတောင့်များ

- အရောင်ပြောင်းခြင်း
- ကပ်စေးနေခြင်း
- ကျိုးပဲ့ကြေမွခြင်း

ငွေ့ရောင် သတ္တုလွှာ ထုပ်ပိုးထားသော အရာများ

- ထုတ်ပိုးထားသော အရာတွင် ပေါက်ပြဲခြင်း

ဓာတုပစ္စည်းများ

- အရောင်ပြောင်းခြင်း

ပျက်စီး ယိုယွင်းနေသော ဆေးဝါးပစ္စည်းများကို မိမိ၏ ဆေးခန်းခွဲများသို့ဖြစ်စေ၊ လူနာအားဖြစ်စေ လုံးဝ မပေးရန် အရေးကြီးပါသည်။ မိမိအဖို့ ပျက်စီးခြင်းကို သေချာစွာ မသိလျှင်လည်း သိရှိသူကို စစ်ဆေးခိုင်းရပါမည်။ ပျက်စီးနေသည်ဟု သံသယ ရှိနေလျှင်ပင် ဖြန့်ဖြူးပေးဝေခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။

ဆေးဝါးပစ္စည်းများ ချို့ယွင်းမှု တခုခု တွေ့ရှိလျှင် မှတ်တမ်းတင်ပြီး မိမိကို ပေးပို့သော ဌာနသို့ အကြောင်းကြားရပါမည်။ မိမိ၏ ကြီးကြပ်သူ လာရောက်စစ်ဆေးချိန်များတွင်လည်း တင်ပြရပါမည်။

ဆေးဝါးပစ္စည်းများ ပျက်စီး ညစ်ထေးခြင်း မဖြစ်အောင် ကာကွယ်ခြင်း၊ အပြင်ပန်း ပျက်စီးခြင်း

ဆေးဝါးများ သိုလှောင် သိမ်းဆည်းရာတွင် အထပ်ပေါင်းများစွာ စုပုံထပ်ထားခြင်းမျိုးကို ရှောင်ကျဉ်ရပါမည်။ ယေဘုယျ စည်းမျဉ်းအရ အမြင့် ၈ ပေ (၂.၅ မီတာ) ထက် မပိုအောင် ထားရပါသည်။ လေးလံပြီး ကွဲရှုလွယ်သော (ဥပမာ- ဖန်ဗူးဖြင့် ထည့်ထားသော) ပစ္စည်းများကို လဲပြိုခြင်းမရှိစေသော နေရာတွင်ထားရပါမည်။ ချွန်ထက်ပြတ်ရှုစေတတ်သော အရာများကို တိတ်ဖြင့် ကပ်ထားရပါမည်။ အရေးကြီးဆုံးမှာ စတိုအတွင်း ပစ္စည်းများ လဲပြို၍ ဝန်ထမ်းကို ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရစေခြင်းမျိုး လုံးဝမဖြစ်စေရပါ။

ညစ်ပေခြင်း

ဆေးခန်းအတွင်း နေရာအလိုက် သန့်ရှင်းရေး မည်ကဲ့သို့ ပြုလုပ်ရန်နှင့် ပြုလုပ်ရမည့် အချိန်ဇယားကို ရေး၍ ကပ်ထားနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

ကြမ်းတိုက်၊ တံမျက်စည်းလဲခြင်းကို နေ့စဉ်၊ စင်များနှင့် ဆေးဝါးများကို ဖုန်သုတ်ခြင်းအား တစ်ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ် စသဖြင့် အဆင်ပြေသလို သတ်မှတ်ထားသင့်ပါသည်။ အမှိုက်သရိုက်များ၊ အသုံးပြုပြီး ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ခြင်း၊ ကြွက်ကဲ့သို့ တိရိစ္ဆာန်များ အန္တရာယ်မှ တားဆီးခြင်းတို့ ပြုလုပ်ရပါမည်။ အမှိုက်များကို အမှိုက်ပုံးများတွင် ဖုံးအုပ်ထားရပါမည်။

အဆောက်အဦး - စတိုခန်းကို သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရန် ရေ အလွယ်တကူရနိုင်သော နေရာတွင် ထားသင့်ပါသည်။ ပိုက်မှ လောင်းချသော ရေ ရနိုင်သည့် အနေအထား မရှိလျှင် ပုံစံတူ စနစ် အသုံးပြုသင့်ပါသည်။ ဥပမာ- ရေတိုင်စည်ကို အမြင့်တွင် တင်ပြီး ပိုက်ဖြင့် ဆက်သွယ်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ရေစည်ကို ရေမပြတ်အောင် ဖြည့်ရန် သတိပြုရပါမည်။ ဆေးခန်းအသစ် ဆောက်လုပ်ရာမျိုးတွင် စတိုခန်းတွင်း ရေပိုက်ခေါင်းတစ်ခု ပါရှိအောင် စီမံသင့်ပါသည်။

ပစ္စည်းများ သန့်စင်ခြင်း- ပစ္စည်းများ သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရန်အတွက် ဘတ်ဂျက်ကို ထည့်သွင်းထားရပါမည်။ အဆောက်အဦများ သန့်ရှင်းရေးအတွက် ဆပ်ပြာရည် ကဲ့သို့သော အရာများ၊ ကလိုရင်းများ သုံးရတတ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ ဝယ်ယူရန် ကုန်ကျစရိတ်ကို ထည့်သွင်းရပါမည်။

ဆေးခန်းပြင်ပ စွန့်ပစ်ခြင်း- ခြံဝင်းတွင်းမှ အမှိုက်များ၊ စက္ကူပုံးခွံများကို မီးရှို့နိုင်ပါသည်။ မီးရှို့နေစဉ်တွင် မီးဘေးအန္တရာယ် ကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်များ လိုက်နာရပါမည်။ မီးသတ်ဆေးဗူးထားရှိရန်၊ အဆောက်အဦနှင့် ကပ်လျက် မီးရှို့ခြင်း မပြုလုပ်ရန်၊ အဆောက်အဦဖက်သို့ လေတိုက်နေစဉ် မီးမရှိရန် စသည့် အခြေခံများ လိုက်နာရပါမည်။

မီးဘေးအန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး

ဆေးဝါး ပစ္စည်းများကို မီးဘေးကြောင့် ပျက်စီးခြင်း မရှိစေရေးအတွက်-

- ဆေးသိုလှောင်ရာ နေရာများတွင် စံသတ်မှတ်ချက် ပြည့်မီသော မီးသတ်ဗူးများ ထားရှိရပါမည်။
- မီးသတ်ဗူးများကို ၃ လ တစ်ကြိမ် စစ်ဆေးပြီး သုံးစွဲရန် အသင့် အနေအထား ရှိနေစေရမည်။
- မီးသတ်ဗူး ပုံမှန် ပြုပြင် ထိန်းသိမ်းခြင်း လုပ်ငန်းများကို တစ်နှစ် တစ်ကြိမ် ပြုလုပ်ရမည်။



- စတိုအတွင်း လုံးဝ ဆေးလိပ်မသောက်စေရ။
- ဝန်ထမ်းများကို မီးသတ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်သော သင်တန်းများ လေ့ကျင့် ပေးထားရမည်။
- အရေးပေါ်ထွက်ပေါက် စီမံထားရှိသင့်ပြီး ထွက်ပေါက်သွားရာ လမ်းကို ရှင်းလင်းထားရမည်။
- မီးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ သတိပေးချက်များကို မီးလောင်လွယ်သော ပစ္စည်းများ ထားရှိရာ နေရာတိုင်းတွင် ကပ်ပေးထားရမည်။
- မီးသတ်ဗူး အဆင်မပြေသော နေရာများတွင် သဲပုံး များကို မီးသတ်ရန် အသုံးပြုနိုင်ပြီး တံခါးများ အနီးတွင် အသင့် ထားရှိရမည်။



မီးသတ်ဆေးဗူးများ အကြောင်း

မီးသတ်ဆေးဗူး ၄ မျိုး ရှိပါသည်။

ဓာတုပစ္စည်း အခြောက် - ၎င်းအမျိုးအစားတွင် ပိုတက်ဆီယမ် ဘိုင်ကာဘွန်နိုတ် (မုန့်ဖုတ် ဆိုဒါ နှင့်တူသည်) ကဲ့သို့ ပစ္စည်း ပါဝင်ပြီး အငွေ့ကို ပုံစံ သို့လှောင်ထားသည်။ အထူးသဖြင့် မီးလောင်လွယ်သော သစ်သား၊ စက္ကူ ၊ မီးလောင်လွယ်သော ဓာတ်ဆီ၊ ဒီဇယ် များနှင့် လျှပ်စစ်ပိုင်းယာမှ မီးလောင်ခြင်းများတွင် အသုံးပြုနိုင်သည်။

ရှေ - မီးသတ်ဗူးတွင် ရေကို အငွေ့အဖြစ် ထည့်သွင်းထားပြီး သာမန် မီးလောင်လွယ်သော စက္ကူနှင့် သစ်သားများ လောင်ကျွမ်းရာတွင် အသုံးပြုသည်။ ဤအမျိုးအစားကို အရည် (ဓာတ်ဆီ သို့မဟုတ် ဒီဇယ် များ)နှင့် လျှပ်စစ်ကြောင့် လောင်ကျွမ်းမှုများတွင် လုံးဝ မသုံးရန် သတိပြုပါ။

ကာဘွန်ဒိုင် အောက်ဆိုဒ် CO2 - ဤအမျိုးအစား မီးသတ်ဗူးကို ဓာတ်ဆီ၊ ဒီဇယ်ကဲ့သို့ လောင်စာအရည်များ လောင်ကျွမ်းရာတွင် ၎င်း၊ လျှပ်စစ်လောင်ကျွမ်းမှုများတွင်၎င်း အသုံးပြုပါသည်။ သာမန် မီးလောင်လွယ်သော စက္ကူ၊ သစ်သားဘီဒိုနှင့် ပရိဘောဂများ လောင်ကျွမ်းရာတွင် အသုံးမပြုရပါ။ ဓာတ်ငွေ့မှာ လျင်မြန်စွာ ပျံ့လွင့်သွားပြီး အန္တရာယ်ရှိသောအရာများ မကြွင်းကျန်ခဲ့ပါ။

Halon မီးသတ်ဗူး - ၎င်းမီးသတ်ဗူးများကို စက်ပစ္စည်းများ၊ ကွန်ပျူတာ ပစ္စည်းများကဲ့သို့ အကြွင်းအကျန် မကျန်သော အရာများ လောင်ကျွမ်းရာတွင် သုံးကြသည်။ အလားတူပင် လောင်ကျွမ်းလွယ်သော အရည်များ နှင့် လျှပ်စစ်လောင်ကျွမ်းမှုများကြောင့်ဖြစ်သည့် မီးလောင်ရာများတွင် သုံးနိုင်ပါသည်။ သို့သော် Halon သည် ရှူရှိုက်မိပါက အန္တရာယ်များပြီး ပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက်စေတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျဉ်းမြောင်းသော နေရာများတွင် မီးလောင်လျှင် ပို၍ အသုံးတည့်ပါသည်။ သို့သော် ထပ်ခါထပ်ခါ ဝင်ရောက်ခြင်းမျိုး ပြုလုပ်မည်ဆိုလျှင် ယင်းနေရာကို လေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင် လုပ်ပြီးမှ ဝင်သင့်ပါသည်။ ဆေးခန်းရှိ ဝန်ထမ်းအားလုံးသည် မီးသတ်ဗူး အသုံးပြုနည်းကို လေ့ကျင့်သင်ကြားထား ရပါမည်။

မီးသတ်ဗူး အသုံးပြုနည်းတွင် ဆွဲ၊ ချိန်၊ ညှစ်၊ ရမ်း P.A.S.S နည်းကို သိထားရပါမည်။



P.A.S.S နည်းမှာ ဓာတုပစ္စည်း အခြောက် နှင့် CO2 မီးသတ်ဗူး အချို့အတွက် သုံးနိုင်သော်လည်း ရေနနှင့် အခြား အရာသုံးသော မီးသတ်ဗူးများအတွက် အခြားနည်းလမ်းများ သုံးရပါသည်။ မီးသတ်ဗူးများကို မသုံးမီ ၎င်းတို့တွင်ပါရှိသော လမ်းညွှန်ချက်များ အတိုင်းသာ တသွေမတိမ်း လိုက်နာရပါမည်။

ပိုးမွှား တိရိစ္ဆာန်များ၏ အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ခြင်း

စတိုအတွင်း ကာကွယ်ခြင်း

- ဆေးစတိုခန်းကို သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်မှု လွယ်ကူစေရန်နှင့် စိုစွတ်မှု ကာကွယ်ရန် အနေအထား ပြင်ဆင်ထားရပါမည်။
- ပိုးမွှားတိရိစ္ဆာန်များဖြစ်သော ကြွက်နှင့် အခြားအင်းဆက်ပိုးများ မဝင်ရောက်နိုင်အောင် ပတ်ဝန်းကျင်ကို စီမံထားရပါမည်။ ဥပမာ-အမှိုက်များကို အမှိုက်ပုံးတွင် ဖုံးအုပ်ထားခြင်း၊ ကြမ်းခင်းများ နှင့် စင်များကို ပုံမှန် သန့်ရှင်းပေးခြင်းများ ပြုလုပ်ရပါမည်။
- စတိုခန်းအတွင်း အစားအသောက်များ သိုလှောင် ထားရှိခြင်းများ မပြုလုပ်ရပါ။
- အဆောက်အဦများအတွင်း ခြောက်သွေ့နိုင်သမျှ ခြောက်သွေ့အောင် ထားရပါမည်။
- လိုအပ်ပါက သစ်သားများကို ဆေးသုတ်ထားရမည်။
- ဆေးများကို စင်များ၊ ကွပ်ပျစ်များဖြင့်သာ ထားရှိရပါမည်။
- ပိုးမွှားများ မဝင်နိုင်အောင် တားဆီး ကာကွယ်မှုများ လုပ်ထားရမည်။
- စတိုအတွင်း ပိုးမွှားဝင်ရောက်မှု ရှိမရှိ ပုံမှန် ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။
- ဆေးဝါးများ သိမ်းဆည်းထားသော ဗူးများကို ပိုးမွှားအန္တရာယ် ကာကွယ်ရန် စီမံထားရမည်။ ဥပမာ- စက္ကူပုံးများကို ကျစ်လစ်စွာ ထုတ်ပိုးပြီး အဆိပ်အတောက် မဖြစ်စေသော (အစိုမပြန်အောင် လုပ်ထားသည့်) ဓာတုပစ္စည်းများ ထည့်သွင်းထားရမည်။

စတိုပြင်ပ ကာကွယ်ရေး အစီအမံများ

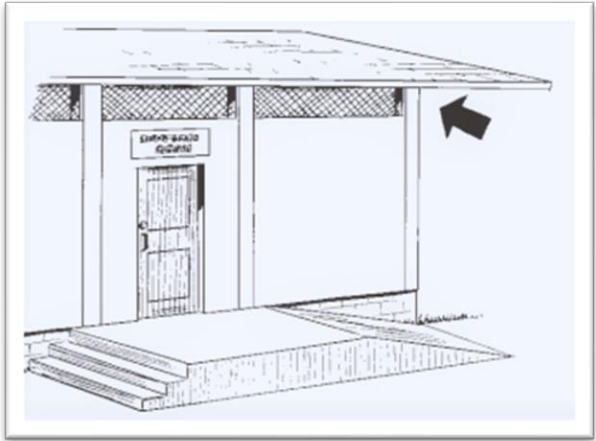
- စတိုပြင်ပ နေရာများ အထူးသဖြင့် အမှိုက်ထားရာများတွင် ပုံမှန် စစ်ဆေးခြင်းနှင့် သန့်ရှင်းခြင်းများ ပြုလုပ်ရမည်။ အမှိုက်ပုံးများ ဖုံးအုပ်ထားခြင်း ရှိ၊ မရှိ ၊ ကြွက်တွင်းများ ရှိနေ၊ မနေ စသည်တို့ကို စစ်ဆေးစောင့်ကြည့်ရမည်။
- အဆောက်အဦ ဥပစာ တဝိုက်တွင် ရေဝပ်၊ ရေအိုင်နေခြင်းများ ရှိ၊မရှိ စစ်ဆေးရမည်။ ရေဝပ်နေနိုင်သော တာယာဟောင်းများ၊ ပုံးခွံများ ကဲ့သို့သော အရာများကို စစ်ဆေး ဖယ်ရှားရမည်။
- အဆောက်အဦရှိ သစ်သားများကို ရေစိမ့်ဝင်ခြင်းများ မရှိအောင် စီမံရမည်။

တိရိစ္ဆာန်များ အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေးအတွက် သီးသန့်နည်းလမ်းများ

ကြွက်- အဆောက်အဦများ ခြောက်သွေ့၊ သန့်ရှင်းနေလျှင် ကြွက်များ ဝင်ရောက် ခိုအောင်းခြင်း မရှိတတ်ပါ။ စပရိန်သုံးသော ရိုးရာ ကြွက်ထောင်ခြောက်များ သုံးနိုင်ပါသည်။ အချို့ကလည်း ပလပ်စတစ်ပြားတွင် အဆိပ်အတောက် မရှိသော ကော်များဖြင့်သုံး၍၎င်း၊ လျှပ်စစ် အသံလှိုင်း သုံး၍၎င်း ထောင်ခြောက်ပြုလုပ် ကြသည်။



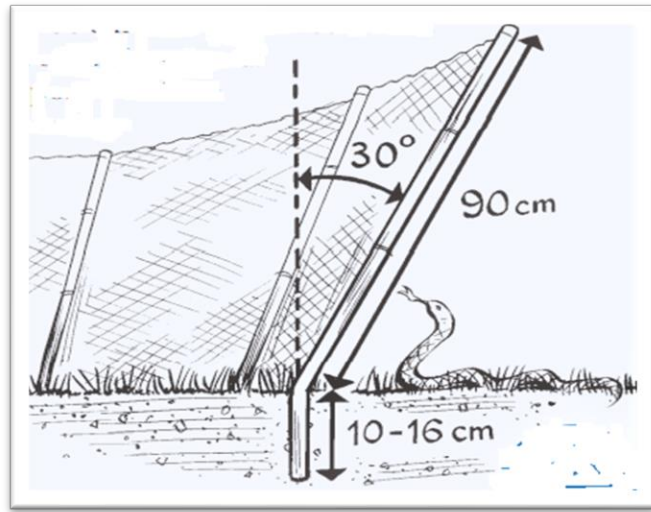
ငှက်နှင့် လင်းနို့ - အဆောက်အဦ၏မျက်နှာကျက်နှင့် ခေါင်မိုးအကြား နေရာလပ် ရှိနေလျှင် ဝင်ရောက် ခိုအောင်းလေ့ရှိပါသည်။ ဝင်ပေါက် နေရာများကို သံဇကာ ကဲ့သို့သော အရာများ သုံး၍ ကာရံထားခြင်းဖြင့် ငှက်နှင့် လင်းနို့များ ဝင်ရောက်ခြင်းကို တားဆီးနိုင်ပါသည်။



ပျံသန်းတတ်သော ပိုးမွှားများ - ပျံသန်းဝင်ရောက်လာတတ်သော ပိုးကောင်များ ကာကွယ်ရေးအတွက် အဆောက်အဦ တံခါးများကို ပိတ်ထားခြင်း သို့မဟုတ် ဇကာများ ကာရံထားခြင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ကြမ်းခင်းများ၊ နံရံများ၊ မျက်နှာကျက်များတွင် အပေါက်များ မရှိအောင် ဂရုစိုက်ရမည်။

တွားသွား သတ္တဝါများ - စတိုခန်းအတွင်း မြွေများဝင်ရောက်မှု ကာကွယ်ရန် ပြင်ပတွင်ရှိသော ခြံများ၊ မြက်တောများ ရှင်းလင်းထားရပါမည်။ မြွေအလွန်ပေါသော အရပ်ဒေသဖြစ်လျှင် မြွေလုံခြုံသော ခြံစည်းရိုးများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ၆ မီလီမီတာ သံဇကာကွက်များ သုံးနိုင်ပါသည်။ တိုင်များကို မြေဝင်

၁၀-၁၆ စင်တီမီတာ အနက်ဖြင့် မြေပြင်ကို ၃၀ ဒီဂရီ ခန့်စောင်းထားပြီး အမြင့် ၉၀ စင်တီမီတာခန့် ထားရှိနိုင်ပါသည်။



ခြ - ခြ နှိမ်နင်းရေးကို အထူးကျွမ်းကျင်သူများနှင့် ခေတ်မီနည်းပညာများ အသုံးပြု လုပ်ဆောင်နိုင်သော်လည်း ကုန်ကျစရိတ် အလွန်ကြီးမားပါသည်။ အဆောက်အဦ အသစ်များ ဆောက်လုပ်ချိန်တွင် သတ္တုများ ရောနှော ဆောက်လုပ်ခြင်းက ခြများ အိမ်ဖွဲ့မှုကို တားဆီးပေးပါသည်။ စတုကို ပုံမှန် ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း လုပ်ပြီး ခြအိမ်တွေ့ရှိပါက ရှင်းလင်းပြီး အင်းဆက်သတ်ဆေးဖြင့် ဖြန်းပေးခြင်းကိုသာ လက်တွေ့တွင် လုပ်ဆောင်ရ အဆင်ပြေပါမည်။

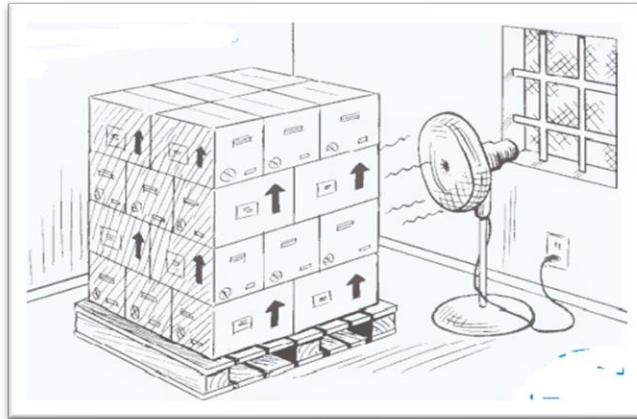
အပူချိန် ထိန်းညှိခြင်း

စိုထိုင်းမှု

ဆေးဝါးပစ္စည်းများတွင် “စိုစွတ်မှု ကာကွယ်ရန်” ဟူသော အညွှန်း ရေးထိုးထားလေ့ရှိပါသည်။ စိုထိုင်းမှု ကာကွယ်ရန်အတွက် -

လေဝင်လေထွက် - စတုအတွင်း လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်အောင် ပြုလုပ်ထားသင့်ပါသည်။ ပြတင်းပေါက်များ ထားရှိသင့်ပြီး အင်းဆက်ပိုးမွှားနှင့် ငှက်များ မဝင်စေရန် ဇကာများ တပ်ဆင်ရပါမည်။ အပေါက်များကို အလွန်ကျယ်စွာ ပွင့်မနေစေရန် သံတိုင်များ တပ်ဆင်ထားသင့်ပါသည်။ ကွပ်ပျစ်များပေါ်တွင် ဆေးပုံးများ ထပ်ဆင့် တင်ထားမည်ဆိုပါက စတုခန်း နံရံနှင့် ကွပ်ပျစ်များအကြား လေဝင်ထွက်ရန် နေရာ ခြားထားရပါမည်။

ထုတ်ပိုးထားမှု - ဆေးပုံးများ၏ နှုတ်ခမ်းများကို လုံခြုံစွာ ထုတ်ပိုးထားရပါမည်။ ဆေးပုံးအသစ်များသည် မလိုအပ်ဘဲ ပွင့်မနေစေရန် အရေးကြီးပါသည်။



လေ လည်ပတ်မှု - ပြင်ပမှ လတ်ဆတ်သော လေများ အခန်းတွင်း လည်ပတ်နေစေရန် ဖြစ်နိုင်လျှင် ပန်ကာများ ဖွင့်ထားသင့်ပါသည်။ ကျယ်ဝန်းသော စတိုးခန်းများတွင် မျက်နှာကျက် ပန်ကာ သုံးနိုင်ပါသည်။ သေးငယ်သော အခန်းများအတွက်မူ မတ်ရပ် ပန်ကာများက အသုံးတည့်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ အသုံးပြုရန်မှာ လျှပ်စစ်အားနှင့် ပန်ကာ ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းမှုများ လိုအပ်ပါမည်။

လေအေးစက် - တတ်နိုင်လျှင် အဲယားကွန်း လေအေးစက်များ တပ်ဆင်သင့်ပါသည်။ စရိတ်ကြီးခြင်း၊ ပုံမှန် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား လိုအပ်ခြင်းနှင့် ပုံမှန် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်းကဲ့သို့သော ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးများ ရှိပါလိမ့်မည်။

နေရောင်ခြည်

အချို့သော ဆေးဝါးပစ္စည်းများမှာ နေရောင်ခြည်ထိတွေ့လျှင် ပျက်စီးစေတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် multiple vitamins, furosemide , chlorpheniramine maleate, hydrocortisone, latex products (such as male condoms), and x-ray film များ ဖြစ်ပါသည်။

နေရောင်ခြည် ထိတွေ့ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် -

- ပြတင်းပေါက်များတွင် နေကာတပ်ဆင်ခြင်း၊ ခန်းဆီးများ တပ်ဆင်ခြင်း
- ပစ္စည်းများကို ကတ်ထူပုံးများတွင် ထည့်ထားခြင်း
- နေရောင်ခြည်တွင် သိုလှောင် ထုတ်ပိုးမှု မပြုလုပ်ခြင်း
- ပလပ်စတစ် အနောက် သို့မဟုတ် အရောင်ရင့် ဖန်ပုလင်းများတွင် ထည့်ထားခြင်း
- အဆောက်အဦ ဝန်းကျင်မှ အရိပ်ရသော သစ်ပင်များကို ထိန်းသိမ်းထားခြင်း (သစ်ကိုင်းများ ကျိုးကျခြင်း မရှိစေရန် ပုံမှန် စစ်ဆေးကြည့်ရှုရပါမည်)

အပူချိန်

အပူချိန်က ဆေးဝါးများ၏ အာနိသင်ကို ထိခိုက်စေပါသည်။ လိမ်းဆေး အဆီများ၊ အပျစ်များ အရည်ပျော် ပျက်စီးစေပါသည်။ စိုထိုင်းမှုနှင့် အပူချိန်ဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာပြီး ပျက်စီးမှုမှ ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။



စတိုခန်းအတွင်း နေရာ အမျိုးမျိုးတွင် သာမိုမီတာများ ထားရှိသင့်ပါသည်။

စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း

စတိုခန်းအတွင်း နေရာ အမျိုးမျိုးတွင် အပူချိန်ကို မပြတ် စောင့်ကြည့် မှတ်တမ်းတင်ထားရပါမည်။ သာမိုမီတာများ နေရာအလိုက်ထားရှိခြင်း၊ သိုလှောင်ထားသော ဆေးဝါး ပစ္စည်း ထည့်သိုရာများကို လေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင် ပြုလုပ်ပေးခြင်း၊ နေရောင်ခြည် တိုက်ရိုက်မထိအောင် စီစဉ်ခြင်းများ လိုအပ်ပါသည်။

ရေခဲသေတ္တာနှင့် အေးခဲခန်း

အချို့သော ဆေးဝါးများအတွက် သီးသန့် အပူချိန်တွင် ထားရှိရန် လိုအပ်ကြသဖြင့် ၎င်းဆေးဝါးများ သိုလှောင်မည်ဆိုလျှင် ရေခဲသေတ္တာ သို့မဟုတ် အေးခဲခန်းများ လိုအပ်ပါသည်။ သို့သော် ဤအနေအထားအတွက် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ပုံမှန်ရရှိရေးက အဆင်ပြေရန် ခက်ခဲပါသည်။ နေရောင်ခြည်စွမ်းအင် ရစေသောဆိုလာများ တပ်ဆင်ထားနိုင်လျှင် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ပူသော အနေအထားတွင် ဆေး အာနိသင် ထိခိုက်တတ်သော ဆေးများမှာ -

သောက်ဆေး(အခဲ) များ Oral solids (tablets)

- acetylsalicylic acid
- amoxicillin
- ampicillin
- penicillin V
- retinol

သောက်ဆေး (အရည်)များ Oral liquids (syrups)

- paracetamol

ထိုးဆေးများ Injections/injectables

- ergometrine
- methylethergometrine
- adrenaline
- reconstituted antibiotics

သိမ်းဆည်းထားရမည့် အပူချိန်ဆိုင်ရာ အသုံးအနှုံးများ

Store frozen. ကာကွယ်ဆေး ကဲ့သို့သော ဆေးများအတွက် လိုအပ်ပါသည်။ သယ်ယူပို့ဆောင်ရာတွင်လည်း ၎င်းအပူချိန်အတိုင်း ရှိနေရပါမည်။ **-20°C (4°F)** တွင် သိုလှောင်ခြင်း၊ သယ်ယူခြင်းများ ပြုလုပ်ရန်လိုပါသည်။ သီးသန့် အေးခဲသေတ္တာ freezer သို့မဟုတ် ရေခဲသေတ္တာ၏ အေးခဲခန်းများတွင် ထားနိုင်ပါသည်။

Store at 2°-8°C (36°-46°F): အချို့ဆေးဝါးများမှာ အပူချိန်မြင့်လျှင် ပျက်စီးစေသကဲ့သို့ အေးခဲထားရန်လည်း မလိုအပ်ကြပါ။ သာမန် ရေခဲသေတ္တာတွင် သိုလှောင်ထားရပါမည်။ အချို့ ကာကွယ်ဆေးများကို ဤအပူချိန်တွင် ယာယီ ထားနိုင်ပါသည်။

Keep cool: ဤကဲ့သို့ သော ညွှန်ကြားချက်ပါရှိလျှင် **8°-15°C (45°-59°F)** တွင် ထားရှိရပါမည်။

Store at room temperature: အခန်းအပူချိန် ဆိုသော်လည်း **15°-25°C (59°-77°F)** တွင် ထားရှိသင့်ပါသည်။

Store at ambient temperature: ပတ်ဝန်းကျင် အပူချိန်တွင် ထားရှိနိုင်သည်ဟု ဆိုသော်လည်း ဆိုလိုသော အခြေအနေမှာ ခြောက်သွေ့ သန့်ရှင်းပြီး လေဝင်လေထွက်ကောင်းသော အနေအထားမျိုးကို ဆိုလိုပါသည်။ ရာသီဥတု အပေါ်လိုက်ပြီး **15° မှ 25°C (59°-77°F) အမြင့်ဆုံး 30°C** အထိကိုသာ ဆိုလိုပါသည်။

ခိုးဝှက်မှု အန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ခြင်း

ဆေးဝါးပစ္စည်းများကို ခိုးဝှက်မှု အန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ရန် အတွက် -

သယ်ယူ ပို့ဆောင်စဉ် တွင်-

- အချက်အလက်များနှင့် တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးပြီးမှ လက်ခံရန်
- ထုတ်ပိုးထားခြင်းများ သေချာစေရန်
- ခိုင်ခန့်သော ထည့်သိုစရာများ သုံးရန်
- ကြံ့ခိုင်ကောင်းမွန်သော ယာဉ်များ အသုံးပြုရန်
- စိတ်ချရသော ယာဉ်မောင်းဖြစ်ရန်
- လေဆိပ်၊ သင်္ဘောဆိပ်များတွင် မြန်ဆန်စွာ ရှင်းလင်း သယ်ဆောင်ရန်

သိုလှောင်ထားစဉ် တွင်-

- တာဝန်ပေးအပ်သူကိုသာ ကိုင်တွယ် ထိန်းသိမ်းစေရန်
- သော့အချောင်းရေ ကန့်သတ်ထားပြီး သော့ကိုင်သူကို သတ်မှတ်တာဝန်ပေးရန်
- တံခါးများ ၊ သော့များ လုံခြုံစိတ်ချမှုရှိအောင် ပြုလုပ်ထားရန်
- လျှပ်တပြက် စစ်ဆေးခြင်းများ ပြုလုပ်ရန်

ကျန်းမာရေး ဌာန တွင်-

- ဆေးစတို သို့မဟုတ် ဆေးသိုလှောင်သော ဘီဒိုကို သော့ခတ်ထားရန်
- ဆေးဝါးပစ္စည်း တိုင်းအတွက် ဝင်ထွက် ထိန်းသိမ်း ကတ် လုပ်ထားရန်
- ဆေးပေးသော လူနာ တစ်ဦးချင်း အလိုက် ဆေးညွှန်းနှင့် ဆေးပေးစာရင်း ထားရှိရန်
- ဆေးပေးသူကို သီးသန့် တာဝန်ပေးအပ်ထားရန်

အထူးဆေးဝါးများ စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်း

ခိုးဝှက်ခြင်း ကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာများ ပြုလုပ်သည့်အပြင် အကုန်မြန်သောဆေးဝါးများ၊ မကြာခဏ ပြတ်လပ်သော ဆေးဝါးများ၊ အသုံးများသော ဆေးများ၊ ဈေးကြီးသောဆေးများ၊ အသက်ကယ်ဆေးများနှင့် ပုန်းကွယ် သိုဝှက်ရန် လွယ်ကူသော ဆေးဝါးများကို မပြတ် စောင့်ကြည့် စစ်ဆေးရမည်။

ဆေးဝါး စောင့်ကြပ်စစ်ဆေးရေး နည်းလမ်းများ

ဆေးဝါးများ ပျောက်ရှုမှု ရှိမရှိ (ဥပမာ- ပဋိဇီဝဆေးများ၊ မူးယစ်ထုံထိုင်းစေသော ဆေးများ၊ စိတ်ရောဂါဆိုင်ရာ ဆေးများ၊ အေအိုင်ဒီအက်စ် ကုသဆေးများ) ကို အောက်ပါ နည်းလမ်း ၂ ခု သုံး၍ စစ်ဆေးနိုင်သည်။

၁။ စာရင်းရှိ လက်ကျန်နှင့် စတိုတွင် အမှန်တကယ် ရှိသော ဆေးကို တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးခြင်း

၂။ သတ်မှတ်ကာလ တစ်ခုအတွင်း အသုံးပြုထားသော ဆေးပမာဏကို စစ်ဆေးခြင်း (ဆေးညွှန်းထားသည့် အတိုင်း မည်မျှ သုံးထားသည်ကို ညွှန်ကြားချက် လက်မှတ်များ၊ မှတ်တမ်းများမှတစ်ဆင့် စစ်ဆေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ- Paracetamol ကို တစ်လအတွင်း လူနာတစ်ဦးချင်းအား ၁၀ လုံးပေးသော လူနာ အရေအတွက် ၁၀ ယောက်ဖြစ်လျှင် ဆေးလုံး ၁၀၀ ညွှန်ကြားပြီး တစ်လအတွင်း ထုတ်ပေးသော ဆေးအရေအတွက် ၁၀၀ ကိုက်၊ မကိုက် စစ်ဆေးခြင်းဖြစ်သည်။)

ဆေးဝါးများ ဤကဲ့သို့ စစ်ဆေးရာတွင် ထူးခြားချက်များ တွေ့ရှိပါက အကြောင်းရင်းရှာဖွေ အရေးတယူပြုရပါမည်။ စာရင်းသွင်းမှု မတိကျခြင်းကို သတိပေး သင်ကြားခြင်း၊ အလွဲသုံးမှုများကို အရေးယူခြင်းများ ပြုလုပ်ရပါမည်။

ဆေးစတို ထူထောင်ခြင်း

စတို တည်ဆောက်ပုံ

ဆေးဝါးပစ္စည်းများအတွက် စတိုတစ်ခု ပြင်ဆင်မည်ဆိုလျှင် အောက်ပါတို့ကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားရမည်-

နေရာ - ဆေးစတိုသည် ဆေးပေးရမည့်နေရာနှင့် လက်လှမ်းမီသောနေရာ ဖြစ်သင့်သည်။ သယ်ယူပို့ဆောင်သောယာဉ်များ ဝင်ထွက်လွယ်ရန်လည်း စဉ်းစားရမည်။ လူခြံစိတ်ချမှုနှင့် သီးသန့်ဖြစ်ရန်လည်း လိုအပ်သည်။

အရိပ်- အရိပ်ရသော သစ်ပင်များကို ဝန်းကျင်တွင် စိုက်ထားသင့်သည်။ အပူရှိန်ပြင်းပြင်း တိုက်ရိုက်ကျရောက်ခြင်းကို ရှောင်ရမည်။

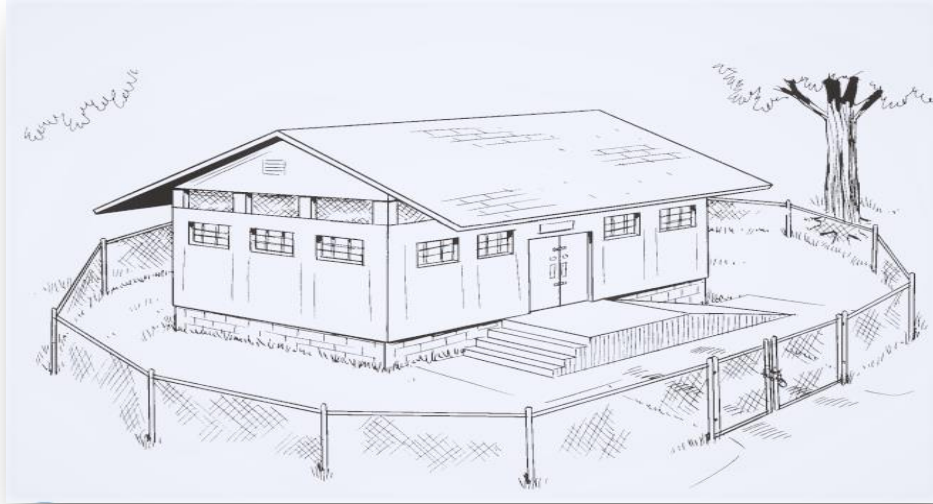
သစ်ပင်များ- အရိပ်အတွက် သစ်ပင်များ လိုအပ်သော်လည်း ပုံမှန် စစ်ဆေးကြည့်ရှုနေရန် လိုအပ်ပါသည်။ လဲပြိုခါနီး သစ်ပင်များကို ခုတ်ထစ်ခြင်း၊ ကျိုးကျနိုင်သော အကိုင်းများ ချိုင့်ခြင်းတို့ကို လိုအပ်သလို လုပ်ဆောင်ပေးရပါမည်။

ရေစီးရေလာ ကောင်းရန်- ဆေးစတိုကို ရေအလွယ်တကူ စီးဆင်းသွားနိုင်သော ကုန်းမြင့်နေရာမျိုးတွင် တည်ဆောက်နိုင်လျှင် ပို၍ကောင်းပါသည်။

လမ်းသင့်ရာ နေရာ- ဆေးဝါးများ အလွယ်တကူ လက်ခံနိုင်ရန်နှင့် ပြန်လည် ဖြန့်ဖြူးနိုင်ရန် လွယ်ကူသော နေရာဖြစ်လျှင် ပိုမိုအဆင်ပြေပါသည်။ လမ်းမကြီးများနံဘေး ၊ လှေဆိပ်ကမ်း စသည့်နေရာများ ဖြစ်နိုင်လျှင် ပိုမိုအဆင်ပြေပါသည်။

လုံခြုံမှု- သူခိုးနှင့် မီးအန္တရာယ်များမှ လုံခြုံစေရပါမည်။ ခြံစည်းရိုး သို့မဟုတ် သီးသန့် အကာအရံများ လုပ်ထားနိုင်လျှင် ပို၍ကောင်းပါသည်။

စံပြ ဆေးစတို ပုံစံ တစ်ခု



ဆေးဝါးစတိုအဆင်အပြင် ခင်းကျင်းခြင်း

ဆေးစတို တစ်ခု အဆင်အပြင် ခင်းကျင်းရာတွင် အောက်ပါအချက်များ ထည့်သွင်း စဉ်းစားသင့်ပါသည်။

နေရာ အကျယ်အဝန်း- ဆေးဝါးများ သိုလှောင်သိမ်းဆည်းရုံသာမက အခြား သက်ဆိုင်ရာအလုပ်များ လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်ပါ ကျယ်ဝန်းသင့်ပါသည်။ ဥပမာ- အသစ်ရောက်လာသော ဆေးဝါးများအတွက် နေရာ၊ ပြန်လည်ဖြန့်ဖြူးရေးအတွက် ထုတ်ပိုးရန် နေရာ၊ စီမံချက်ဆိုင်ရာ ဆေးဝါး (အေအိုင်ဒီအက်စ်၊ ငှက်ဖျား၊ တီဘီ စသဖြင့်) များ ထားရန် သီးသန့်နေရာများ ရှိနေလျှင် လုပ်ကိုင်ရ ပိုမိုလွယ်ကူ လျင်မြန်စေပါသည်။

အအေးဖြင့် သိမ်းဆည်းခြင်း- အကယ်၍ အေးခဲထားရသော (အပူချိန် -20°C) ၊ အအေးဖြင့် ထားရသော ($2^{\circ}-8^{\circ}\text{C}$) စသည့် ဆေးဝါးများ သိုလှောင်ရန်လိုအပ်လျှင် အေးခဲခန်း သို့မဟုတ် ရေခဲသေတ္တာ တို့ လိုအပ်ပါသည်။

လုံခြုံရေး- ခိုးယူခံရနိုင်သော သို့မဟုတ် အလွဲသုံးနိုင်သော ဆေးဝါးများ သိုလှောင်လျှင် လုံခြုံစိတ်ချရသော နေရာသီးသန့် ရှိသင့်သည်။ သော့ထပ်မံခတ်ထားသော အံ့စွဲ သို့မဟုတ် ဘီဒို အကန့် ကို သုံးနိုင်ပါသည်။

လေဝင်လေထွက်- စိုစွတ်ခြင်း၊ လေထုခိုအောင်းနေခြင်းမရှိအောင် ဂရုပြုရမည်။ လေစုတ်ထုတ်သော ပန်ကာမျိုးရှိလျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည်။

ခေါင်မိုး- ရေစီးဆင်းလွယ်သော ပုံစံဖြစ်နေရမည်။ မိုး နှင့် နေရောင် ကာကွယ်ရေးအတွက် အမိုးကို ပြတင်းပေါက်များ အပေါ်သို့ပါ ကာမိစေရမည်။

မျက်နှာကျက်- လေလည်ပတ်မှု လွယ်ကူပြီး အေးမြနေစေရန် မျက်နှာကျက်ကို ၂ ထပ် စီစဉ်သင့်သည်။

ကြမ်းခင်းနှင့် နံရံ- ဆေးစတိုးခန်းကို ဆေးကြောသန့်စင်ရ လွယ်ကူအောင် စီစဉ်ရမည်။ နံရံများမှာ အုတ် သို့မဟုတ် ကွန်ကရစ် ဖြစ်သင့်သည်။ အပေါ်ပိုင်းများတွင် အပေါက်များပါလျှင် လေဝင်လေထွက်အတွက် ပိုကောင်းပါသည်။ သို့သော် ကြွက်ကဲ့သို့ သတ္တဝါများ မဝင်အောင် ကာရံထားရမည်။

တံခါးများ- ဝင်ထွက် သယ်ယူရ လွယ်ကူစေရန် တံခါးများကို အကျယ်အဝန်း လုံလောက်အောင် ဖောက်ထားသင့်သည်။ ခိုင်ခန့်ပြီး လုံခြုံစိတ်ချရအောင် ဂရုစိုက်ရမည်။ သံပန်းဖြင့် ထပ်မံကာရံခြင်း၊ သော့ နှစ်ထပ်ခတ်ခြင်းများ လုပ်နိုင်လျှင် ပိုကောင်းပါသည်။

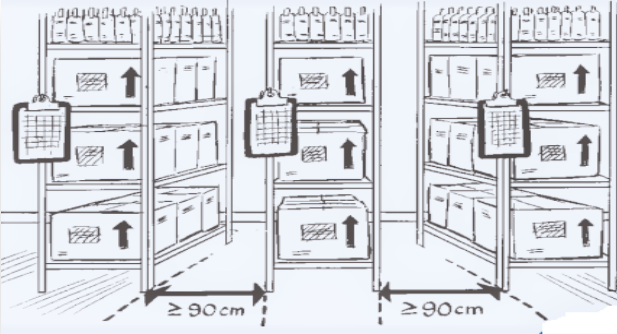
အလင်းရောင်- စတိုးခန်းကို နေဖက်များတွင် သဘာဝ နေရောင်ဖြင့် အလင်းရအောင် စီမံထားသင့်သည်။ သို့သော် ဆေးဝါးများကို တိုက်ရိုက်နေရောင် မထိအောင် သတိပြုရပါမည်။

ပြတင်းပေါက်များ- ပြတင်းပေါက်များကို မြင့်မြင့်ထား၍ ကျယ်ဝန်းအောင် လုပ်ထားလျှင် လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်စေပါသည်။ ပြတင်းပေါက်များ သံဇကာဖြင့် ကာရံထားပြီး ဆေးစင်များကို ပိတ်ဆို့ခြင်း မရှိအောင် လုပ်ထားရမည်။

ဘီဒို ဖုံးများနှင့် အလင်းရောင်များ မထိတွေ့ရန် လိုအပ်သော ဆေးဝါးပစ္စည်းများကို ဘီဒိုများဖြင့် ထည့်သို့ထားသင့်သည်။

First aid- ဆေးစတိုးအတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရရှိခြင်းကို ပြုစုရန် သေချာစွာ စာရင်းလုပ် ဖြည့်တင်းထားသော first aid kit ထားရှိရမည်။ လူတိုင်းအတွက် လက်လှမ်းမီသော နေရာတွင် ထားရှိရမည်။ ရှိသော နေရာကိုလည်း သိသာအောင် အမှတ်အသား လုပ်ပြီး ပါဝင်သော ဆေးပစ္စည်း စာရင်းပါ မြင်သာအောင်ထားရမည်။

စင်များ- စင်များကို တစ်ခုနှင့် တစ်ခု အနည်းဆုံး ၉၀ စင်တီမီတာ (၃ ပေခန့်) ခွာပြီး လမ်းကြောင်းများ ပြုလုပ် စီထားရပါမည်။ စင်များကို အခန်း အစွန်းများတွင်သာ ပတ်လည်ထားခြင်းက နေရာ ဆုံးရှုံးစေပါသည်။ စင်များကို စတိုးခန်း နံရံမှလည်း ၉၀ စင်တီမီတာ (၃ ပေခန့်) ခွာပြီး ဝင်ထွက်လွယ်ရန် စီစဉ်ထားသင့်ပါသည်။



ဆေးဝါးများထည့်သိုထားသည့် စင်များ၊ ဘီဒီများကို၎င်း၊ ဆေးပစ္စည်းများ တင်သည့် စားပွဲများ၊ ထုတ်ပိုးခြင်း လုပ်သည့် နေရာများ၊ ကွပ်ပျစ်များ စသည်တို့ကို အမြဲ စစ်ဆေးကြည့်ရှုပြီး ခိုင်ခန့်မှု၊ သေသပ်မှု တို့ကို ဂရုစိုက် လုပ်ကိုင်နေရန်လည်း သတိမပြတ် ကြီးကြပ်နေရပါမည်။

အမှိုက် စွန့်ပစ်ခြင်း

ဆေးဝါးသိုလှောင်သော နေရာနှင့်တကွ ကျန်းမာရေးဌာန တည်ရှိရာ နေရာတဝိုက်တွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုမှ ထွက်လာသော စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများနှင့် အခြားအမှိုက်များ ကင်းစင်ရပါမည်။ ဆေးဝါးထားသိုရာ ဝန်းကျင်ကို သန့်ရှင်းအောင် ထိန်းသိမ်းထားမှသာ ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်းများကို ဖျက်ဆီးတတ်သော ကြွက်နှင့် အခြားအင်းဆက်ပိုးမွှားများ အန္တရာယ်မှ လျော့နည်းစေပါမည်။ စွန့်ပစ်သော ဆေးဝါးများနှင့် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းကိရိယာများကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှုများလည်း လျော့နည်းပါမည်။

အဖွဲ့အစည်းမှ ချမှတ်ထားသော လမ်းညွှန်များအတိုင်း သိုလှောင်ခြင်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း၊ အမှိုက်စွန့်ပစ်ခြင်း နည်းလမ်းများကို လိုက်နာ ကျင့်သုံးခြင်းက ရိုးရှင်းပြီး လက်တွေ့ကျပါသည်။ မိမိ၏ နေရာ အလိုက် အကောင်းဆုံး နည်းလမ်းများကို အခြေခံမှုများဖြင့် အကိုက်ညီဆုံးဖြစ်အောင် ညှိနှိုင်း ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

အမှိုက်အမျိုးအစားများ

အမျိုးအစား ကွဲပြားသော အမှိုက်များကို ထိရောက်စွာဖြင့် ဘေးကင်းလုံခြုံအောင် ဖျက်ဆီး စွန့်ပစ်ခြင်းများ လုပ်ဆောင်ရပါမည်။ အမှိုက် အမျိုးအစားလိုက်၍ စွန့်ပစ်ခြင်း နည်းလမ်းများလည်း ကွာခြားပါသည်။

ဆေးဝါးနှင့် မသက်ဆိုင်သော အမှိုက်များ

ခြိမ်းတွင်းမှ အမှိုက်များ- သစ်ရွက်ကြွေများ၊ တုတ်ချောင်းများ၊ ပေါင်းမြက်များ၊ သစ်ပင်နှင့် ခြံများကို ခုတ်ထွင်ရှင်းလင်း၍ ထွက်လာသော အမှိုက်များကို ဆွေးမြေ့စေပြီး မြေဩဇာ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို နေရာ သီးသန့်ခွဲပြီး ထားရမည်။

စက္ကူပုံးခွံများ - ကတ်ထူပုံးခွံများကို အဆင်ပြေလျှင် ပြန်လည်သုံးစွဲနိုင်ပြီး အခြား သာမန်အမှိုက်များကဲ့သို့ စွန့်ပစ်နိုင်ပါသည်။

သာမန် အမှိုက်များ- ရုပ်ရွာတွင် သာမန်အမှိုက်များ သိမ်းဆည်းစွန့်ပစ်သော စနစ်ရှိလျှင် သတ်မှတ်ထားသော အမှိုက်ပုံးများတွင် စွန့်ပစ်နိုင်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ မရှိလျှင် မြေမြှုပ်ခြင်း၊ မီးရှို့ခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

လူတို့၏ အညစ်အကြေးများ- လူများမှ စွန့်ထုတ်သော အညစ်အကြေးများအတွက် ယင်လုံအိမ်သာများတွင် စွန့်ပစ်ရပါမည်။

ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ အမှိုက်များ

ချွန်ထက်သော စွန့်ပစ် ပစ္စည်းများ- တစ်ခါသုံးဆေးထိုးအပ်များ၊ ခွဲစိတ်ဓားများ၊ စွန့်ပစ်ရမည့် ပြတ်ရှုစေသော ပစ္စည်းကိရိယာများ ၊ ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး ချွန်ထက် ပြတ်ရှုသော ပစ္စည်းများကို သီးသန့်နည်းလမ်းများဖြင့် စွန့်ပစ်ရမည်။

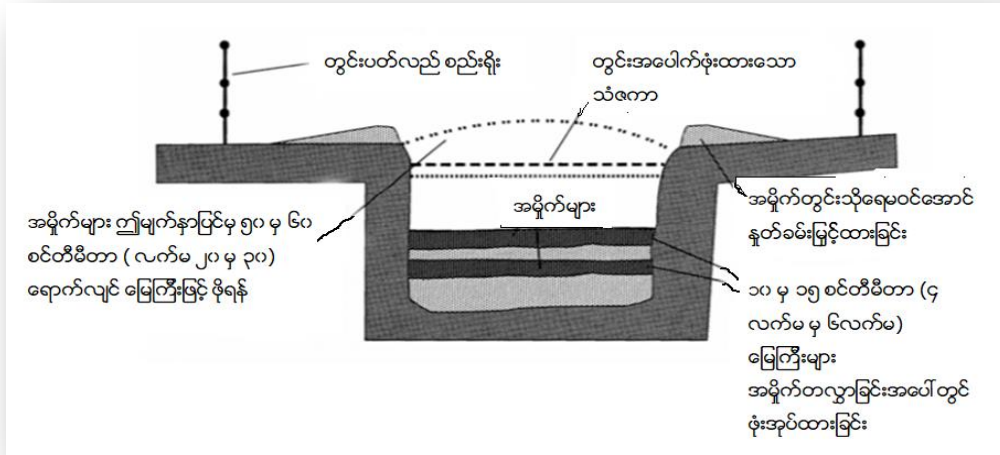
အခြား အန္တရာယ်ရှိသော ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ စွန့်ပစ် ပစ္စည်းများ- သွေး၊ ခန္ဓာကိုယ်ထွက် အရည်၊ အသားစ များနှင့် ညစ်ပေနေသော စွန့်ပစ် ပစ္စည်းများ ၊ ပြဒါးကဲ့သို့ ဒြပ်ပေါင်းများကို မီးပြင်းဖိုများဖြင့် ရှို့ခြင်း ၊ သတ္တု အထူ ထည့်သို့စရာများတွင် စွန့်ပစ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ရမည်။

ဆေးဝါးများ- သက်တမ်းကုန်သော၊ ပျက်စီးသော သို့မဟုတ် အသုံးမပြုတော့သော ဆေးဝါးများကို သီးသန့် နည်းလမ်းများဖြင့် စွန့်ပစ်ရပါသည်။

အမှိုက်စွန့်ပစ် နည်းလမ်းများ

ရေစိမ့်ထွက်မှု မရှိသော မြေနေရာများနှင့် အမှိုက်ပမာဏ မများသောနေရာများတွင် ကျင်းများတူး၍ မြေမြှုပ်ခြင်းနှင့် အမှိုက်များကို မံပြီး စွန့်ပစ်ခြင်းနည်းများက သင့်လျော်ပါသည်။

အမှိုက်ကျင်း- မြေကြီးအတွင်း ရေစိမ့်ထွက်သော နေရာမှ အမြင့် ၁.၅ မီတာ (၅ပေခန့်) ကို အခြေထားပြီး မြေပေါ်မှ ၃-၅ မီတာ အနက် (၁၀ ပေမှ ၁၆ပေခန့်) တူးပြီး ကျင်း နံရံကို ရွှံ့ကဲ့သို့ အလွယ်တကူ ရေစိမ့်မဝင်နိုင်သော အရာများဖြင့် စီမံထားရပါမည်။ ကျင်း နှုတ်ခမ်းများကို ရေစီးဝင်ခြင်း မရှိအောင် မြှင့်ပေးထားရမည်။ ကျင်းပတ်လည်ကို စည်းရိုး သီးသန့် ကာရံထားခြင်းက ပိုမို ကောင်းမွန်ပါသည်။



အုပ်မံခြင်း Encapsulation- အင်္ဂတေကျင်းများ သို့မဟုတ် ပလပ်စတစ် အထူသုံး ထည့်သိုစရာများ သို့မဟုတ် စည်ပိုင်းများတွင် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စွန့်ပစ် ပစ္စည်းများကို ၇၅% (၄ ပုံ ၃ပုံ) အထိသာ ထည့်ပြီး ပလပ်စတစ် အရည်၊ သဲ၊ ဘီလပ်မြေ၊ ရွှံ့ စသည်တို့ဖြင့် ပြည့်အောင် အုပ်မံပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ အုပ်မံထားပြီးသော အမှိုက်တုံးများကို မြေဖြည့်ခြင်း၊ လမ်းခင်းခြင်း တို့တွင် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

Encapsulation လုပ်ထားသော အမှိုက်တုံး

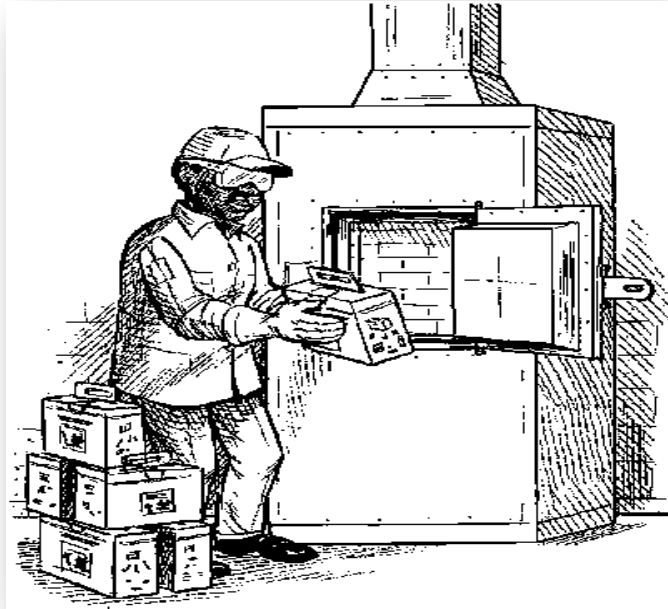


မီးပြင်းဖို (incinerator) ဖြင့် မီးရှို့ခြင်း

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုမှ ထွက်လာသော စွန့်ပစ် ပစ္စည်းများကို မီးပြင်းဖိုဖြင့် ရှို့ခြင်းက သင့်လျော်သော နည်းလမ်း ဖြစ်ပါသည်။ စနစ်တကျ တည်ဆောက်ထားသော မီးပြင်းဖိုများက-

- ဆေးထိုးပြွန်၊ ဆေးထိုးအပ်များကိုပါ လုံးဝ ချေဖျက်ပေးသည်
- ရောဂါပိုးမွှားများ သေစေသည်

- အမှိုက် ထုထည်ကို လျော့ကျစေသည်
- မီးအားပျော့သော ဖိုများထက် လေထု ညစ်ညမ်းမှု နည်းပါးသည်



မီးပြင်းဖိုဖြင့် မရှိသင့်သော ပစ္စည်းများ-

- ဓာတ်ငွေ့ ဗူးများ
- ပမာဏ များသော ဓာတုပစ္စည်းများ
- ဓာတ်မှန်ပစ္စည်းများ
- သာမိုမီတာအပျက်များ၊ ဓာတ်ခဲဟောင်းများ၊ ခဲ ပါဝင်သော ပစ္စည်းများ
- အဖုံးအလုံပိတ်ထားသော ဆေးပုလင်းများ

မီးရှို့ မြှုပ်နှံခြင်း

စရိတ်စက နည်းပြီး လွယ်ကူသော်လည်း ထိရောက်မှု သိပ်မရှိသော နည်းမှာ ကျင်းထဲတွင် မီးရှို့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကျင်းကို ကလေးငယ်များ၊ တိရိစ္ဆာန်များ မဝင်ရောက်နိုင်အောင် စည်းရိုးထားရခြင်း၊ လူသွားလူလာ များသော နေရာများကို ရှောင်ရခြင်း၊ မီးရှို့ရာတွင် မီးအန္တရာယ်ကို ဂရုစိုက်ရခြင်း၊ အပူချိန်နည်း၍ မီးခိုးပိုထွက်ပြီး လေထုညစ်ညမ်းခြင်း ၊ မီးရှို့ပြီး အကြွင်းအကျန်များကို သေချာစွာ ဖုံးအုပ်ရန် လိုအပ်ခြင်း စသည့် သတိပြုစရာ များပြားပါသည်။

ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်း သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ မှတ်တမ်းများ

သိုလှောင်ထားသော ဆေးဝါးများ၏ စာရင်းဇယား ထားရှိမှု စနစ်

ဆေးစတိုးတိုင်းတွင် ဆေးဝါးများ၏ စာရင်းဇယားကို စနစ်ကျသော စံအဖြစ် ပြုစုထားရှိရပါမည်။ ဤကဲ့သို့ စနစ်ကျစေရန် ဆေးဝါးများ စာရင်းတွင် -

- အမျိုးအမည် (ဆေး၏ အမည်)
- ဆေး၏ ပုံစံ (ဆေးတောင့်၊ ဆေးပြား၊ ဆေးရည် -စသဖြင့်)
- တစ်ခုချင်းတွင် ပါဝင်သော စွမ်းအား ပမာဏ (ဥပမာ- မီလီဂရမ် မည်မျှ)
- အရေအတွက် (ဥပမာ- ဆေးတစ်ကတ်တွင် ဆေးလုံးမည်မျှ)

စသည်တို့ ပါဝင်စေရပြီး ၎င်းစာရင်းကို ပုံမှန် (ဥပမာ- လစဉ် သို့မဟုတ် ၃ လတကြိမ်) ပြုစုပြီး မိမိထံမှ ဖြန့်ဝေပေးရမည့် ဌာနများနှင့် ဆေးခန်းများသို့ ပေးပို့ရပါမည်။

အထူးအခြေအနေ ခွင့်ပြုချက် တစ်စုံတစ်ရာ မရှိလျှင် ဆေးဝါးစာရင်းတွင် မပါဝင်သော ဆေးများကို တောင်းဆို မှာယူခြင်း မပြုရပါ။ ထို့အတူပင် အထူးအခြေအနေ တစ်စုံတစ်ရာ မရှိလျှင် စာရင်းတွင် မပါဝင်သော ဆေးဝါးများကို လက်ခံရယူထားခြင်းလည်း မပြုရပါ။ ဆေးဝါးများ အားလုံးအတွက် အသေးစိတ် စာရင်းမှတ်တမ်း စုံလင်စွာ သိမ်းဆည်းထားရပါမည်။

သိုလှောင်သိမ်းဆည်း မှတ်တမ်းများ

ဆေးဝါးများနှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာပစ္စည်းများ သိုလှောင်သိမ်းဆည်းသည့် မှတ်တမ်းများတွင် အနည်းဆုံးအနေဖြင့် ပါဝင်ရမည့် အချက်အလက်များမှာ-

- အမျိုးအမည်/ ဖော်ပြချက် product name/description (ပုံသဏ္ဍန် (ဥပမာ-ဆေးတောင့်၊ ဆေးပြား၊ ဆေးရည် စသဖြင့်) နှင့် စွမ်းအား (ဥပမာ- မီလီဂရမ်) စသည်တို့ ပါဝင်ရပါမည်)
- စာရင်းဖွင့် လက်ကျန် Stock on hand/beginning stock balance
- လက်ခံရရှိခြင်းများ receipts
- ထုတ်ပေးခြင်းများ issues
- သိုလှောင်ထားစဉ် ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှု ပမာဏ looses/adjustment
- စာရင်းပိတ် လက်ကျန် closing/ending balance

- အထောက်အထားများ (ဥပမာ- ထုတ်ပေးသော ဘောင်ချာများ သို့မဟုတ် ဆေးဝါးပေးပို့သူ သို့မဟုတ် လက်ခံသူ ၏ အမည် စသဖြင့်-) transaction references ကျင့်သုံးသော စနစ်ကို လိုက်၍ ဆေးဝါးသိုလှောင်သော မှတ်တမ်းများတွင် သက်ဆိုင်ရာ ဆေးဝါးပစ္စည်းအလိုက် အချို့ အချက်အလက်များ ဖြည့်စွက် သိမ်းဆည်းလေ့ရှိပါသည်။
- အထူးသိမ်းဆည်းရန် လိုအပ်သော အပူချိန် (ဥပမာ- 2°-8°C)
- တစ်ခုချင်း ဈေးနှုန်း (ဆေးပြား တပြား၊ ဆေးရည် တစ်ပုလင်း တန်ဖိုး စသဖြင့်)
- ထားရှိသော နေရာအညွှန်း (ဥပမာ- ဆေးတင်သော စင် နံပါတ် ၊ အထပ်နံပါတ်)
- ကုတ် နံပါတ်ထားလျှင် ကုတ်နံပါတ်ပါ ရေးသားထားရန်
- သက်တမ်းကုန်ဆုံးမည့် နေ့စွဲ

ဆေးဝါးများ ပို့ဆောင်ရေး ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် စနစ်တွင် အများအားဖြင့် ဆေးဝါးမှတ်တမ်းကို ၃ မျိုးခွဲခြား သိမ်းဆည်းကြပါသည်။

- စတိုထိန်းသိမ်း မှတ်တမ်း
- အသွင်း၊ အထုတ် မှတ်တမ်း
- အသုံးမှတ်တမ်း

-ဟု အဓိက ၃ မျိုး ထားကြပါသည်။

စတို မှတ်တမ်း များတွင် တိကျစွာ တွက်ချက်ထားသော စာရင်းဇယားများပါဝင်ရပါမည်။ ၎င်းတို့မှာ-

- အသုံးစာရင်း (ဥပမာ- လစဉ်ပျမ်းမျှ အသုံးစာရင်း)
- မှာကြားသောဆေးဝါး ပမာဏ စာရင်း
- အများဆုံးနှင့် အနည်းဆုံး သိမ်းဆည်းထားသော ပမာဏ
- အရေးပေါ် မှာယူခြင်း စာရင်းဇယား များ

သိုလှောင်ခြင်းနှင့် ဖြန့်ဝေခြင်း စနစ်များတွင် ရှိသမျှပုံစံ အားလုံးကို အသုံးပြုရန် လိုအပ်သည် မဟုတ်ပါ။ သို့သော်လည်း သိမ်းဆည်းသိုလှောင်ခြင်းဆိုင်ရာ စာရင်းဇယားများနှင့် ပြန်လည်ထုတ်ပေးခြင်း

ဆိုင်ရာ မှတ်တမ်းများအတွက် ပုံစံများ ထားရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဆေးဝါးများ အတွက် သို့လှောင်သိမ်းဆည်းရေးဆိုင်ရာ အသေးစိတ် ပုံစံများအဖြစ် အောက်ပါတို့ကို သုံးလေ့ရှိပါသည်-

- သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ ကတ်ပြား
- တစ်ခုချင်း အသေးစိတ် ကတ်ပြား
- တောင်းဆို မှာကြား/ထုတ်ယူသော ဘောင်ချာများ
- လက်ခံရရှိခြင်းဆိုင်ရာ ပုံစံများ
- ဖြန့်ဝေ/ ထုတ်ပေးသော ပုံစံများ
- သက်တမ်းကုန် စွန့်ပစ်ခြင်း ပုံစံများ
- ဆေးရေတွက်မှု အသေးစိတ် ပုံစံများ
- ခွင့်ပြုပေးထားသော ဆေးဝါးစာရင်းနှင့် ဈေးနှုန်းများ

(လက်ရှိ EHSSG မှ အသုံးပြုနေသော မှတ်တမ်း ပုံစံများကို လိုအပ်သလို ကိုးကား သုံးစွဲနိုင်ရန် နောက်ပိုင်းတွင် သီးသန့် တင်ပြထားပါသည်)

အသေးစိတ် လက်တွေ့ ဆေးရေတွက်ခြင်း

စတုဂံတွင်ရှိသော ဆေး တစ်ခုချင်းအလိုက် ကာလ သတ်မှတ်ချက်အရ (ဥပမာ- ၃လ တစ်ကြိမ်၊ ၆ လတစ်ကြိမ် စသဖြင့်)လက်ဖြင့် ရေတွက်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ စာရင်းတွင်ရှိသောဆေး အရေအတွက်နှင့် အမှန်တကယ် ရှိနေသော ဆေးအရေအတွက်တို့ ကိုက်ညီမှု ရှိ/မရှိ ကို အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။ ဤသို့ရေတွက်ရာတွင် ဆေးတစ်ခုချင်းအလိုက် အမျိုးအစား၊ ပုံသဏ္ဍန်၊ အားပမာဏ စသည်တို့ ပြည့်စုံရပါမည်။ ရေတွက်ခြင်းကို ပုံစံ ၂ မျိုးဖြင့် ပြုလုပ်ပါသည်။

အပြည့်အစုံ ရေတွက်ခြင်း - ဆေးအားလုံးကို တစ်ပြိုင်နက်တည်း ရေတွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤနည်းကို တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ် လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်လျှင် ၃ လတစ်ကြိမ်၊ ၆ လတစ်ကြိမ် လုပ်ဆောင်ခြင်းက ပိုကောင်းပါသည်။

အလှည့်ကျ ရေတွက်ခြင်း -ဆေးအမျိုးအစား ရွေးချယ်ပြီး ရေတွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ အချိန် တိကျစွာ အလှည့်ကျ ရေတွက်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ရေတွက်ခြင်းကို နည်းလမ်းမျိုးစုံ သုံးလေ့ရှိပါသည်။

- **ဆေးပုံစံ အလိုက် ရေတွက်ခြင်း**- ဆေးပြားများကို ဇန္နဝါရီလ ၊ ဆေးတောင့်များကို ဖေဖော်ဝါရီလ၊ ဆေးရည်များကို မတ်လ -စသဖြင့်
- **စတုဂံခန်းတွင် ထားရှိသော နေရာအရ ရေတွက်ခြင်း**- စင်အမှတ် ၁ မှ ၄ အထိ ဇန္နဝါရီလ ၊ စင်အမှတ် ၅ မှ ၈ အထိ ဖေဖော်ဝါရီလ စသဖြင့်
- **အချိန်ရမူ အလိုက်ရေတွက်ခြင်း**- ဝန်ထမ်း အချိန်ရလျှင် ရသလို နေ့စဉ် နည်းနည်းချင်း ရေတွက်ခြင်း
- **မျက်မြင်ရေတွက်ခြင်း**- အချိန်တစ်ခုသတ်မှတ်ပြီး ဆေးတစ်ခုချင်း လျော့နည်းနေချိန်တွင် ရေတွက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ နည်းချိန်တွင် ရေတွက်ရသဖြင့် ပို၍မြန်ဆန်ပါသည်။ (ဥပမာ-၃ လတစ်ကြိမ် ဆေးများ လျော့နည်းသွားချိန်တွင် ရေတွက်ခြင်းမျိုး ဖြစ်သည်)

***အလှည့်ကျ ရေတွက်ခြင်းကို အသုံးပြုမည်ဆိုလျှင် အကုန်မြန်သော ဆေးများကို ရေတွက်ခြင်းက ပြန်လည် ဖြည့်ဆည်းပေးရန် ပိုမို အဆင်ပြေစေပါသည်။**

လက်တွေ့ ဆေးရေတွက်ခြင်း ပြုလုပ်ရန် အောက်ပါအဆင့်များ လိုအပ်သည်-

၁။ အစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း -

- ဆေးအားလုံးကို အပြည့်အစုံ ရေတွက်မည်ဆိုလျှင် တိကျသော အချိန်ဇယားဖြင့် ဆောင်ရွက်ရပါမည်။
- အလှည့်ကျ ဆေးရေတွက်ရန် ရွေးချယ်မည့် ဆေးအမည်များ၊ မည်မျှအကြာတွင် တစ်ကြိမ် ပြုလုပ်မည် စသည့် အစီအစဉ် လုပ်ရပါမည်။

၂။ ဝန်ထမ်းများ တာဝန်ပေးခြင်း

၃။ စတုဂံခန်းကို စနစ်တကျ ပြုလုပ်ခြင်း

- ဆေးများကို သက်တမ်း အရင်ကုန်၊ အရင် ထုတ်ပေး FEFO စီစဉ်ရမည်။
- ဆေးဗူးများ၊ ပုံးများကို မြင်သာအောင် ဖွင့်ထားရမည်။
- ပျက်စီး သို့မဟုတ် သက်တမ်းကုန်ဆေးများ ဖယ်ထုတ်ထားရမည်။

၄။ အသုံးပြုသည့် ယူနစ်အလိုက် ရေတွက်ခြင်း

- ဆေးဝါးများကို ဗူးလိုက်၊ ပုံးလိုက် ရေတွက်ခြင်း မဟုတ်ဘဲ သုံးသည့် ယူနစ်အလိုက်သာ ရေတွက်ရပါမည်။ (ဥပမာ- ဆေးလုံး၊ ဆေးပြား၊ ထိုးဆေး ပုလင်း စသဖြင့်)
- ဖွင့်ထားသော ဆေးပုလင်း၊ ဆေးဗူးများတွင် အနီးစပ်ဆုံး ခန့်မှန်းနိုင်ပါသည်။ (ဥပမာ- ဆေးတောင့် ၁၀၀၀ ပါဝင်သော ဆေးဗူးတွင် ၃၂ ပုံ ၂ ပုံ ရှိနေလျှင် ၆၅၀ သို့မဟုတ် ၇၀၀ ဟု ခန့်မှန်းခြင်း၊ အရည် ၁ လီတာ ပါဝင်သော ဆေးပုလင်းတွင် တစ်ဝက် ရှိနေပါက ၀.၅ လီတာ ဟု ခန့်မှန်းခြင်း)

၅။ ဆေးဝါးမှတ်တမ်းများကို update အမြဲဖြစ်နေရမည်

- ဆေးဝါးများ နောက်ဆုံးရေတွက်ထားသည့် နေ့စွဲကို မှတ်တမ်းတင်ထားရမည်။
- ဆေးအရေအတွက်ကို တစ်ကြိမ်နှင့် တစ်ကြိမ် မှင်အရောင် မတူစေဘဲ မှတ်သားထားလျှင် ပို၍ မြင်သာစေပါသည်။

၆။ လက်တွေ့ရေတွက်ခြင်း ရလဒ်အပေါ်မူတည်၍ လိုအပ်သည်များ ဆောင်ရွက်ရန်

- လက်တွေ့ရေတွက်ခြင်းနှင့် မှတ်တမ်းများပေါ်မှ အရေအတွက်တို့ မကိုက်ညီလျှင် ဆေးများ ဖြည့်တင်းခြင်း သို့မဟုတ် စာရင်းမှ နှုတ်ယူခြင်းများ ပြုလုပ်ပြီး ကိုက်ညီအောင် လုပ်ရပါမည်။
- လက်တွေ့ ရေတွက်နေစဉ် တွေ့ရှိသော ပျက်စီး သို့မဟုတ် သက်တမ်းကုန် ဆေးဝါးများကို စွန့်ပစ် ဖယ်ရှားရမည်။
- လက်တွေ့ ရေတွက်စဉ် တွေ့ရှိသော ဆေးအမျိုးအစား၊ အချက်အလက် အထောက်အထားများ ကွာဟမှု ရှိနေလျှင်လည်း ချက်ချင်း ပြင်ဆင်ရမည်။

၇။ တွေ့ရှိချက်များကို ဝန်ထမ်းများနှင့် ဆွေးနွေးခြင်း

- အကယ်၍ အားလုံး တိကျ မှန်ကန်နေလျှင် ဂုဏ်ပြုချီးကျူးရမည်။
- လိုအပ်ချက်များ ရှိပါက မှန်ကန်အောင် တည့်မတ်ပေးရမည်။

ဆေးဝါးများ သိုလှောင်သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ မှတ်တမ်းများ လုပ်ဆောင်ရာတွင် လွယ်ကူစေရန် ယခုလက်ရှိ တိုင်းရင်းသား ကျန်းမာရေးစနစ် ခိုင်မာတောင့်တင်းရေးအဖွဲ့ Ethnic Health System Strengthening Group -EHSSG မှ အသုံးပြုနေသော ပုံစံများကို တင်ပြထားပါသည်။

မိမိ အဖွဲ့အစည်း၏ မူဝါဒများနှင့်အညီ လိုအပ်သလို မွမ်းမံ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ အခြေခံအားဖြင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် မူဝါဒများမှာ ကွဲလွဲမည် မဟုတ်ပါ။ မိမိတို့၏ ဆေးခန်း အနေအထား လိုက်ပြီး အဆင်ပြေချောမွေ့မှု အရှိဆုံးဖြစ်ရန် အားထုတ်လိုက်နာ ဆောင်ရွက်သင့်ပါကြောင်း တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။


လက်ရှိ EHSSG မှ အသုံးပြုနေသော ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်း သိုလှောင် ဖြန့်ဖြူးခြင်းဆိုင်ရာ မှတ်တမ်း ပုံစံများ

အောက်ပါ ပုံစံများမှာ လက်ရှိ EHSSG ၏ ဆေးဝါး သိုလှောင်ဖြန့်ဖြူးခြင်းဆိုင်ရာ မှတ်တမ်း ပုံစံများ ဖြစ်ပါသည်။ ခေါင်းစဉ်အလိုက် (၁၀) မျိုး ရှိပါသည်။ ဆေးဝါးသိုလှောင်ရာဌာန အနေအထားလိုက်၍ အားလုံး ကို မဖြစ်မနေ အသုံးပြုရမည်ဟု မဆိုလိုပါ။ ဆေးခန်း၏ အခြေအနေနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသော အဆင့်အလိုက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်များကို ကိုးကား သုံးစွဲနိုင်သကဲ့သို့ ပိုမိုအဆင်ပြေအောင် မွမ်းမံ ပြင်ဆင်နိုင်သည်ကိုလည်း သိရှိသင့်ပါသည်။


မဖြစ်မနေ ပါဝင်သင့်သော အချက်များအနေဖြင့် -

- သိုလှောင်ထားရှိသော ဆေးဝါး ပစ္စည်း အမျိုးအမည်နှင့် အရေအတွက်များ
- ၎င်းဆေးဝါးပစ္စည်းများ ရရှိ /ရောက်ရှိ လက်ခံ (အဝင်) နှင့် အသုံး/တဆင့်ပြန်လည်ထုတ်ပေး(အထွက်) အသေးစိတ်များ
- ဆေးဝါး တခုချင်းအလိုက် နေ့စဉ်/လစဉ် ပုံမှန် အသုံးစာရင်း
- နောက်ဆုံး မြေပြင် ကောက်ယူထားသော ပမာဏ စာရင်း
- လက်ခံရရှိခြင်းနှင့် ဆေးဝါး တောင်းဆိုခြင်း/ ထုတ်ပေးခြင်းဆိုင်ရာ ပုံစံများ

ပစ္စည်း ဝင်/ထွက် လယ်ဂျာ စာအုပ် Stock Ledger Book

Stock Ledger Book (ပစ္စည်း ဝင်/ထွက် လယ်ဂျာ စာအုပ်)									P1
Item (အမျိုးအမည်)				Accounting Unit (ရေတွက်ပုံ)					
Date (ရက်စွဲ)	Reference No. (ကိုးကားနံပါတ်)	From/To (ထံမှ/သို့)	Quantity In (ဆေးဝင်သည့်ပမာဏ)	Quantity Out (ဆေးထွက်သည့်ပမာဏ)	Balance (ဆေးလက်ကျန်)	Exp Date (သက်တမ်းကုန်ဆုံးနေ့စွဲ)	Remark (မှတ်ချက်)	Staff (ဝန်ထမ်းလက်မှတ်)	

Stock Card ဆေးဝင်/ထွက် မှတ်တမ်း ကဒ်

Stock Card (ဆေးဝင်/ထွက်မှတ်တမ်းကဒ်)								P2
Item (အမျိုးအမည်)				Accounting Unit (ရေတွက်ပုံ)				
Date (နေ့စွဲ)	From/To (ထံမှ / သို့)	Quantity In (ဆေးဝင်ပမာဏ)	Quantity Out (ဆေးထွက်ပမာဏ)	Balance (ဆေးလက်ကျန်)	Exp Date (သက်တမ်းကုန်ဆုံးနေ့စွဲ)	Staff (ဝန်ထမ်းလက်မှတ်)		

နေ့စဉ် ဆေးသုံး စာရင်း Daily Drug Usage

Daily Drug Use Sheet of OPD/IPD (ပြင်ပလူနာဌာန နှင့် အတွင်းလူနာဌာနအတွင်း နေ့စဉ်သုံး ဆေးစာရင်း)

P3

Name of clinic (ဆေးခန်းအမည်) OPD/IPD Date(နေ့ရက်)D /M /Y.

No No စဉ်)	Patients's Name (လူနာ နာမည်)	Patient's R/N (လူနာအမှတ်စဉ်နံပါတ်)																										
			(1).	(2).	(3).	(4).	(5).	(6).	(7).	(8).	(9).	(10).	(11).	(12).	(13).	(14).	(15).	(16).	(17).	(18).	(19).	(20).	(21).	(22).	(23).	(24).	(25).	

လစဉ် ဆေးအသုံးပြုမှု အစီရင်ခံစာ

Monthly Physical Stock Report (လစဉ်ဆေးအသုံးပြုမှု အစီရင်ခံစာ)

P4

Stock Inventory

Store Location/Clinic ဆေးခန်း: Name of the Partners Org (အဖွဲ့အစည်း အမည်):

Reporting Period of Month အစီရင်ခံသည့်လ: Reporting Date (အစီရင်ခံသည့် ရက်ရက်): / / Y.

No. (1)	Item Description (2)	Unit (3)	Donors (4)	Batch Number (5)	Expiry Date (6)	Opening Balance (7)	In (Receive) (8)	In (Loss/adjustment) (9)	Total In (10= 7+8+9)	Out (Used) (11)	Out (Loss/adjustment) (12)	Out Total (13=11+12)	Closing Balance (14= 10-13)	Physical Inventory (15=14-9)	Remark (16)
စဉ်	ဆေး/ ဆေးပစ္စည်း အမည်	ရေတွက် ဝုံ	အလှူရှင် ဆေးအုပ်စု	ဆေးအုပ်စု နံပါတ်	သက်တမ်း ကုန်ဆုံးသည့် နေ့ရက်	စာရင်းစွဲ လက်ကျန်	ဆေးရရှိပမာဏ	ဆေးလက်မခံပုံပျက်စီး ဆုံးရှုံးသည့်ပမာဏ	စုစုပေါင်းလက်ခံ ရရှိ ပမာဏ + ပျက်စီးဆုံး ရှုံးမှု	ထုတ်ပေးသည့် အရေအတွက်	ဆေး/ ဆေး ပစ္စည်း ပျက်စီး ဆုံးရှုံး ပမာဏ	စုစုပေါင်း ထုတ်ပေး + ပျက်စီး ပမာဏ	စာရင်းပိတ် လက်ကျန်	ရေတွက်လက်ကျန် ပမာဏ	မှတ်ချက်

သုံးလပတ် ဆေးအသုံးပြုမှု အစီရင်ခံစာ

Quarterly Physical Stock Report (သုံးလပတ် ဆေးအသုံးပြုမှု အစီရင်ခံစာ)

P5

Reporting Period date: (From) _____ (To) _____
 Name of Clinic/ Facility: _____ Store Location: _____ Reported Date: _____

စဉ် No (1)	ဆေးဝါးအမျိုးအမည် Item Description (2)	ရေတွက်ပုံ Unit (3)	အလှူရှင် Donors (4)	လက်ခံ အမှတ်စဉ် Batch Number (5)	သက်တမ်း ကုန်ဆုံးနေ့ Expiry Date (6)	စာရင်းခွင့် လက်ကျန် Opening Balance (7)	လက်ခံရရှိ ပမာဏ In (Receive) (8)	စုစုပေါင်း စာရင်းပမာဏ Total Balance (9=7+8)	Monthly/Year (10)			စုစုပေါင်း ထုတ်ပေးသော ပမာဏ Out Total (11=a+b+c)	စာရင်းပိတ် လက်ကျန် Closing Balance (12=9-11)	လက်တွေ့ ရေတွက် ပမာဏ Physical Inventory (13)	ကွာခြား ပမာဏ Difference (+/-) (14=12-13)	စာရင်းပိတ် လက်ကျန် Adjusted closing Balance (15=12-14)	လစဉ် ဖျမ်းမှု ပမာဏ AMC (Average Monthly Consumption) (16=11/3)	မှတ်ချက် Remarks (17)
									a	b	c							

ဆေးမှာယူရန် ပုံစံ

Medical Request Form (ဆေးမှာယူရန်ပုံစံ)

P6

Name of Clinic (ဆေးမှာယူသည့်ဆေးခန်းအမည်) Date (ဆေးမှာယူသည့်ရက်စွဲ) D/.....M/.....Y.

No. (အမှတ်စဉ်)	Code (ကုတ်နံပါတ်)	Items (အမျိုးအမည်)	Accounting Unit (ရေတွက်ပုံ)	Stock Balance (ဆေးလက်ကျန်)	Requested Amount (မှာယူသော ဆေးပမာဏ)	Remark (မှတ်ချက်)

ဆေးလွှဲပြောင်း၊ လက်ခံပုံစံ

Drug Donation Form (ဆေးလွှဲပြောင်း၊ လက်ခံပုံစံ)					P9
					Date.....
No စဉ်	Item အမျိုးအမည်	Accounting Unit ရေတွက်ပုံ	Expiry Date သက်တမ်းကုန်ဆုံးသည့် ရက်စွဲ	Qty အရေအတွက်	Remarks မှတ်ချက်
<i>Issued by</i>			<i>Received by</i>		
Signature.....			Signature.....		
Name.....			Name.....		
Position.....			Position.....		
Clinic			Clinic		

ဆေး နှင့် ဆေးပစ္စည်း စစ်ဆေး ရေတွက်ခြင်း ပုံစံ

Stock Verification Form (ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများ စစ်ဆေးရေတွက်ခြင်းပုံစံ)							P10	
Name of department (ဌာနအမည်).....								
Date of Verification (စစ်ဆေးသည့်ရက်).....								
Inventory Sheet (စာရင်းစာရွက်)				(စာရွက်နံပါတ်) Sheet No.....				
SR No (နံပါတ်စဉ်)	Code No ကုတ်နံပါတ်	Items အမျိုးအမည်	Expired Date (သက်တမ်း ကုန်ဆုံးရက်)	Physical stock (အမှန်တကယ် လက်ကျန်)	Stock Card (မှတ်တမ်းကမ်း လက်ကျန်)	Stock Ledger (စာရင်းချုပ် လက်ကျန်)	Surplus (အပို) Or Shortage (လျော့)	Remarks (မှတ်ချက်)

Signature of verifier (စစ်ဆေးသူ လက်မှတ်)								

ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်း သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများကို စောင့်ကြပ် အကဲဖြတ်ခြင်း

ဆေးနှင့် ဆေးပစ္စည်း သိုလှောင်သိမ်းဆည်းခြင်းဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများ စနစ်တကျ ရှိစေရန် ပုံမှန် စောင့်ကြပ်အကဲဖြတ်ခြင်း (monitoring and evaluation) ပြုလုပ်ရပါမည်။ သက်ဆိုင်ရာ ဆေးခန်းရှိ ဆေးဝါး စီမံခန့်ခွဲရေးဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူမှ လိုအပ်လျှင် လိုအပ်သလို စောင့်ကြပ် ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း ပြုလုပ်နေရမည်ဖြစ်ပြီး အဆင့်ဆင့်သော တာဝန်ရှိသူများမှ လစဉ်၊ ၃ လ တစ်ကြိမ်၊ ၆ လတစ်ကြိမ် စသဖြင့် ပုံမှန် စစ်ဆေးခြင်း ပြုလုပ်ရပါမည်။

ဤကဲ့သို့ စစ်ဆေးဆောင်ရွက်ရာတွင် အောက်ပါဇယားကွက်များတွင် ပါရှိသည့် အခြေခံ အချက်အလက်များကို မှတည်စစ်ဆေးရပါမည်။ အဆောက်အဦ၏ လုံခြုံစိတ်ချရမှု၊ ဆေးဝါး အရေအတွက်၊ ဆေးဝါး အရည်အသွေး ၊ မှတ်တမ်းမှတ်ရာများ ပြည့်စုံမှန်ကန်မှု စသည်တို့အားလုံး အကျုံးဝင်သော စစ်ဆေးခြင်းကို ပြုလုပ်ရပါမည်။

တွေ့ရှိချက်များပေါ် မူတည်၍ လိုအပ်သောကြီးကြပ်မှုများ၊ အရေးယူမှုများ ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြင့် ဆေးဝါး သိုလှောင်ထိန်းသိမ်းခြင်းစနစ်၏ အရည်အသွေး တိုးတက်မြင့်မားစေမည် ဖြစ်ပါ သည်။

ဆေး နှင့် ဆေးပစ္စည်း သိုလှောင် သိမ်းဆည်းခြင်း ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများကို စောင့်ကြပ် အကဲဖြတ်ရန် စစ်ဆေးသည့် ပုံစံများ

Name of State	
Name of Township	
Name of Village Tract	
Name of Warehouse / Village	
Name of interviewer	
Date Inspected	

1. The General Work Environment

Checklist	Needs to be Addressed	Yes	N/A
Storage area has sufficient capacity.			
Storeroom is well ventilated.			
Storage area has sufficient lighting			
Is each worksite clean, sanitary, and orderly?			
Are work surfaces kept dry or the surfaces are slip-resistant?			
Is debris, and waste stored safely and removed promptly from work sites?			
Are the required number of toilets and washing facilities provided?			
Are all toilets and washing facilities clean and sanitary?			

2. Warehouse Safety

Checklist	Needs to be Addressed	Yes	N/A
Pharmacy store is locked for security.			
Are there Double Locked System			
Are there log books for entrance register			
Is the store room well ventilated?			
Are the windows and doors safe			
Are there cupboards for controlled medicines			

3. Record keeping

Recordkeeping Checklist	Needs to be Done	Completed	Not Applicable
Stock card are recorded for every medicines.			
Expired dates of medicines from each delivery are recorded.			
Damage items are recorded.			
Delivery forms are stored.			
Are Drug requisition/ issued forms filed systematically and update			
Are monthly drug inventory reports sent regularly and timely			
Are quarterly drug inventory reports sent regularly and timely			
Are other Pharmacy forms available			
Are all records filled up to date, kept systemically and clean and tidy?			
Are opening and checking forms filled regularly			

4. Medical Storage Management Checklist

Checklist	Needs to be Addressed	Yes	N/A
Use generic names of each medicine in Pharmacy.			
Each group of medicine arrange the supplies in alphabetical order by generic name.(Medicines are classified properly.)			
Room Temperature is recorded.			
Cold chain temperature are recorded (2 times per day)			
Top shelves are stored with tablets, capsules and ORS.			
Middle shelves are stored with liquid including injectable and ointments.			
Bottom shelves are stored with surgical items, laboratory supplies, condom etc.			
Vaccines are stored in cold chain between +2°C to +8°C.			
Damaged or expired vaccines are separated.			
First-expired, First out (FEFO)			
First-in, First-out (FIFO)			
Expired drugs are disposed according to proper procedures.			

5. Fire Protection - Fire Safety Checklist

Checklist	Needs to be Done	Yes	N/A
If you have a fire alarm system?			
If you have outside private fire hydrants, are they flushed at least once a year?			
Do you have the adequate number and type of portable fire extinguishers?			
Are the fire extinguishers mounted in readily accessible locations?			

Action recommended:

1. -----
2. -----
3. -----
4. -----
5.

Signature

Name of Supervisor

Position

နိဂုံး

ဤစာအုပ်သည် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု စနစ် ဖော်ဆောင် ရာတွင် မဖြစ်မနေ အရေးပါသော ဆေးဝါး နှင့် ဆေးပစ္စည်း စီမံခန့်ခွဲမှု ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်များ အားလုံးအတွက် လမ်းညွှန်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ရန် ပြုစုထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ တိုင်းရင်းသား ကျန်းမာရေးအဖွဲ့အစည်းများ အနေဖြင့် မိမိ နှင့် ဆီလျော် သလို ပြင်ဆင်၊ ဖြည့်စွက် အသုံးပြုရန် အထောက်အကူ ဖြစ်လိမ့်မည် ဟုလည်း ယုံကြည်ပါသည်။

ဤ စာအုပ် ဖြစ်မြောက်စေရန် နိုင်ငံတကာ မှ စံအဖြစ် အသုံးပြုနေသော စနစ်များ၊ ပြည်တွင်း မှ နိုင်ငံတော် နှင့် ပုဂ္ဂလိက လုပ်ငန်းများမှ ကိုက်ညီ ဆီလျော်မည့် နည်းနာများကို အဆင်ပြေအောင် မွမ်းမံထားပါသည်။ WHO , UNICEF စသော ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ၏ လမ်းညွှန်ချက်များ ကိုလည်း သင့်လျော်သလို ပေါင်းစပ်ထားပါသည်။

စာအုပ်ပါ လမ်းညွှန်များ ကို တသွေမတိမ်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် ပြဋ္ဌာန်းခြင်းမျိုး မဟုတ်ပါ။ မိမိ တို့ ၏ လုပ်ငန်း အလိုက် အကောင်းဆုံး ဖြစ်အောင် မွမ်းမံ ဆောင်ရွက်ရေးသာ အဓိက ဖြစ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေး ဌာန အလိုက် အခြေခံ လုပ်ဆောင်ရမည့် အချက်များမှ သွေဖီခြင်း မရှိဘဲ အလျဉ်းသင့်သလို စီမံ အကောင်အထည် ဖော်ခြင်းဖြင့် ဆေး နှင့် ဆေးပစ္စည်း ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲခြင်းကို အရည်အသွေး မြင့်မားစေရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ဤသို့ လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းကလည်း ကျန်းမာရေး စနစ် ခိုင်ခန့် အားကောင်းရေး အတွက် ထောက်တိုင် တခု ဖြစ်စေလိမ့်မည် ဟု ယုံကြည်ပါကြောင်း ထပ်လောင်း အတည်ပြုရပါသည် ။ ။

References

-Pharmacy Management Training Manual, EHSSG, 2018-2019

-Pharma Stock and Basic Management Course , Loreal Health Training , Myanmar - 2016

-Procurement Strategies for Health Commodities, the United States Agency for International Development prepared by the DELIVER project, 2006

-Guidelines for the Storage of Essential Medicines and Other Health Commodities. 2003. Arlington, Va.: John Snow, Inc./DELIVER, for the U.S. Agency for International Development. John Snow, Inc./DELIVER in collaboration with the World Health Organization.

-Guide to Good Storage Practices for Pharmaceuticals. (Annex 9 to the Thirty-seventh Report of the WHO Expert Committee on Specifications for Pharmaceutical Preparations). WHO. 2001.

-Interagency Guidelines: Operational Principles for Good Pharmaceutical Procurement. WHO/EDM/PAR/99.5. WHO. 2000.

-Management of Drugs at Health Center Level – Training Manual – WHO -Regional Office for Africa -2004