පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන

සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා
මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය

2021

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය

පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන

සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා
මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය

2021

පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය ඒකකය විසින් 2021 වර්ෂයේ දී මුද්‍රණය කරන ලදී.

ප්‍රථම මුද්‍රණය: 2011

දෙවන මුද්‍රණය: 2018

තෙවන මුද්‍රණය: 2021

පාසල් සෞඛ්‍ය ඒකකය

පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය

ශ්‍රී ලංකාව.

දුරකතනය : 0112692746

ෆැක්ස් : 0112692746

ඊමේල් : sh_fhb@yahoo.com/schoolfhb@gmail.com

වෙබ් අඩවිය : www.schoolhealth.fhb.health.gov.lk

සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්තුමාගේ පණිවුඩය

අධ්‍යාපනික ප්‍රතිඵල සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා පාසල් දරුවාගේ සෞඛ්‍ය බෙහෙවින් වැදගත් වේ. අවුරුදු 6 සිට 19 දක්වා වසර 13 කාලයක් පාසල තුළ ගත කරන දරුවා, එහිදී චරිතගත කරගන්නා යහජීවන පුරුදු මුළු ජීවිත කාලය පුරාම සෞඛ්‍යවත්ව සිටීමට පිටිවහලක් කරගනු ඇතැයි අපගේ විශ්වාස-යයි.

එම අරමුණු පෙරදැරිව ක්ෂේත්‍ර සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය බලවත්කරණය කිරීම සඳහා සකස් කර ඇති මෙම අත්පොත මගින් ළමුන්ගේ සෞඛ්‍ය ගැටළු හඳුනාගැනීමටත්, ඒවා නිවැරදි කිරීම හෝ අදාල ආයතන වෙත යොමු කිරීමටත්, දරුවන්ගේ පෝෂණ තත්වය නගා සිටුවීම, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය, පෞරුෂත්ව වර්ධනය සහ උපදේශන සේවා ලබාදීම ආදි කරුණු පිළිබඳවත් අවශ්‍ය උපදෙස් ඇතුලත් කර ඇත.

සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා වූ මෙම මාර්ගෝපදේශන අත්පොත මගින් සෞඛ්‍ය සේවාවන් වඩාත් ඵලදායි ලෙස ක්‍රියාත්මක කිරීමට අනුබලයක් වනු ඇති බව මාගේ විශ්වාසයයි.

මෙම සත්කාරයට උරදුන් පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ අධ්‍යක්ෂකතුමිය ඇතුළු, පාසල් සෞඛ්‍ය ඒකකයේ කාර්ය මණ්ඩලයටත්, නන් අයුරින් සහය දුන් සැමටත් මාගේ ස්තුතිය පිරිනමමි. මේ තුලින් වඩාත් නීරෝගිමත් මනා පෞරුෂයකින් හෙබි, තමාට සපයා ඇති අධ්‍යාපන අවස්ථා වලින් උපරිම ප්‍රයෝජන ගතහැකි දරු පරපුරක් මෙරටට බිහිකිරීමට හැකිවේවා! යි මාගේ ප්‍රාර්ථනයයි.

වෛද්‍ය අසේල ගුණවර්ධන
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂක ජනරාල්
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශය

පෙරවදන

සෞඛ්‍යවත් පාසල් දරුවා යනු රටකට ඇති වටිනාතම සම්පතයි. රටක අනාගතය සහ සෞභාග්‍යය දරුවන් අත රඳා පවතී. මිලියන 21 ක් පමණ වන ශ්‍රී ලංකාවේ ජනගහනයෙන් මිලියන 4.2 ක් පමණ පාසල් දරුවෝ වෙති. මොවුන්ගෙන් 60% කට වැඩි ප්‍රමාණයක් නව යොවුන් වියෙහි පසුවෙති ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතා අනෙක් අයගෙන් වෙනස් වේ. පාසල් ළමුන් සෞඛ්‍යවත් කිරීමත්, තමන්ගේ පවුලේ හා සමාජයේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීමෙහිලා ස්වයං හැකියාවන් ඇති අය බවට ඔවුන් බලවත්කරණය කිරීමත් ලැබී ඇති අධ්‍යාපනික අවස්ථාවලින් ඔවුනට උපරිම ඵල ප්‍රයෝජන ලබාගැනීමත් අරමුණු කරගනිමින් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශ්‍ය හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය ඒකාබද්ධව ක්‍රියාත්මක කරනු ලබයි.

පාසල් දරුවන් අවදානම් හැසිරීම්වලින් වලකා යහ ජීවන පුරුදු චරිතගත කිරීමේ අරමුණින් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩසටහන දියත් කර ඇත. එම වැඩ සටහන සාර්ථකව කරගෙන යාම සඳහා භාවිතා කළ හැකි මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයක් ලෙස මෙම පොත එළි දක්වන අතර මෙම කර්තව්‍ය සාර්ථකව නිමකර ගැනීම සඳහා ඉමහත් කැපවීමෙන් ක්‍රියා කළ සියළු දෙනාටම අපගේ ප්‍රණාමය පුදකර සිටිමු.

වෛද්‍ය චිත්‍රමාලි ද සිල්වා
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ
අධ්‍යක්ෂ (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය)
පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

වෛද්‍ය අයේෂා ලොකුබාලසූරිය මිය
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ
පාසල් සෞඛ්‍ය අංශය
පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය.

උපදේශක මණ්ඩලය - පළමු මුද්‍රණය

වෛද්‍ය එච්.එම්. ප්‍රනාන්දු මහතා	නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (ම.සෞ.සේවා) සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
වෛද්‍ය වී. කරුණාරත්න මිය	අධ්‍යක්ෂ (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය එන්. එන්. රාජරත්න මිය	ප්‍රධාන වෛද්‍ය නිලධාරී(පාසල් සෞඛ්‍ය) පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය යූ. කේ. ඩී. පියසීලි මිය	නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂිකා (ක්ෂේත්‍ර සේවා) ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය
වෛද්‍ය ඒ. ලොකුබාලසූරිය මිය	ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ වෛද්‍ය නිලධාරී (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) ගම්පහ
වෛද්‍ය අභය තිසේරා මහතා	ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන කාර්යාංශය
වෛද්‍ය සී. ගල්වඩුගේ මිය	ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ මධ්‍යම පළාත.
වෛද්‍ය එල්. ලියනගේ මහතා	වෛද්‍ය නිලධාරී (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) ප්‍රා. සෞ. සේ. අ. කා කොළඹ
වෛද්‍ය උදය උස්ගොඩආරච්චි	ප්‍රජා දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍ය විශේෂඥ දන්තායතනය - කොළඹ.
වෛද්‍ය පූජිත වික්‍රමසිංහ	ළමා රෝග විශේෂඥ වෛද්‍ය රිජ්වේ ආර්යා ළමා රෝහල
වෛද්‍ය අසේලා වික්‍රමසිංහ	වෛද්‍ය නිලධාරී පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
ආර්. බුලත්සිංහල මයා	මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක පිටකෝට්ටේ.
ඉන්ද්‍රා වික්‍රමසිංහ මිය	සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරී ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය
දමයන්ති බාලසූරිය මෙනෙවිය	නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂිකා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය (විද්‍ය හා තාක්ෂණ)
එච්. එම්. වටලියද්ද මිය	නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂිකා (පෝෂණ) අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
ආර්. ඒ. කුලරත්න මහතා	නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ (ශාරීරික අධ්‍යාපන) බස්නාහිර පළාත
එම්. ඒ. වහීඩ් මහතා	ව්‍යාපෘති අධ්‍යක්ෂ (ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය) ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
රාජපක්ෂ මහතා	විදුහල්පති ධර්මපාල විද්‍යාලය - පන්නිපිටිය
රවි මහතා	විදුහල්පති භාරතී දෙමළ විද්‍යාලය දොලොස්වල, නිවිතිගල.

උපදේශක මණ්ඩලය - දෙවන මුද්‍රණය

වෛද්‍ය අයේෂා ලොකුබාලසූරිය	ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය දුමින්ද සමරසිංහ මහතා	ළමා හෘදරෝග විශේෂඥ වෛද්‍ය රිජ්වේ ආර්යා ළමා රෝහල
වෛද්‍ය එස්. ඒ. මුතුතන්ත්‍රි	දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍ය පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය ප්‍රදීපා සිරිවර්ධන	ලේකම් - අක්ෂි රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන්ගේ සංගමය

ළමා රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන්ගේ සංගමය

චර්ම රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන්ගේ සංගමය

සංස්කරණය - පළමු මුද්‍රණය

වෛද්‍ය එන්. එන්. රාජරත්න මිය	ප්‍රධාන වෛද්‍ය නිලධාරී - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය (පාසල් සෞඛ්‍ය ඒකකය)
වෛද්‍ය සී.එස්. තලගල	වෛද්‍ය නිලධාරී - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය ඩී.කේ.එන්.එන්. හේමචන්ද්‍ර	වෛද්‍ය නිලධාරී - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
අයි. ලියනගේ	පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
ආර්.පී. නුවන් සමීර	මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

සංස්කරණය - දෙවන හා තෙවන මුද්‍රණය

වෛද්‍ය අයේෂා ලොකුබාලසූරිය	ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය ගනේෂමූර්ති ප්‍රගාසන්	ලේඛකාධිකාරී ප්‍රජා වෛද්‍ය අංශය පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය අයි.ඕ.කේ. කේ. නානායක්කාර	වෛද්‍ය නිලධාරී - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
වෛද්‍ය කාංචනා එල් කේ මහගමගේ	වෛද්‍ය නිලධාරී - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
ආර්.පී. නුවන් සමීර	මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

සම්බන්ධීකරණය

අනිල් එස්. කරුණාතිලක	සංවර්ධන නිලධාරී - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

පරිගණක අකුරු ඇමුණුම

ජී. ඒ. නිමාලි චන්ද්‍රලතා

පරිගණක පිටු නිර්මාණය

ආර්.පී. නුවන් සමීර	මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

විවිධ සහය

එම්.ජේ. හිරුණිමාලි ප්‍රසාදි	සෞඛ්‍ය කාර්ය සහායක - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය

පටුන

සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්තුමාගේ පණිවුඩය	iii
පෙරවදන	iv
සම්පත්දායකත්වය	v
පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනෙහි ඉතිහාසය	ix
හැඳින්වීම	x
පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන	01
සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල	06
සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සතු කාර්යභාරය	09
පාසල් සෞඛ්‍ය සංවිධාන ව්‍යුහය	13
පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම	14
පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ ගැටළු හඳුනාගැනීම	24
මුද්‍රිත ආකෘති පත්‍ර පිරවීම	52
ඇමුණුම්	69

ඇමුණුම්

ඇමුණුම් 1 - පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම චක්‍රලේඛය

ඇමුණුම් 2 - පාසල් වැසිකිළි කැසිකිළි අවශ්‍යතා පිළිබඳ වගුව

ඇමුණුම් 3- ආබාධ නිවැරදි කිරීම අර්ථ දැක්වීම

ඇමුණුම් 4 - පාසල් සෞඛ්‍ය ඉදිරි වැඩසටහන- වාර්ෂික/ ත්‍රෛමාසික (එච් 1016)

ඇමුණුම් 5 - පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තාව (එච් 1015 ඒ)

ඇමුණුම් 6 - පාසල් දරුවන්ගේ ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන (එච් 457)

ඇමුණුම් 7 - පාසල් සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණය - සෞඛ්‍ය ගැටළු සටහන (එච්. 456)

ඇමුණුම් 8 - පාසල් සෞඛ්‍ය යොමුකිරීම් පත (එච් 606)

ඇමුණුම් 9 - පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සාරාංශය (එච් 1247)

ඇමුණුම් 10 - පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ මාසික වාර්තාව (එච් 1014)

ඇමුණුම් 11 - දත්ත හා තොරතුරු ගැලීම් සටහන

ඇමුණුම් 12 - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් ප්‍රමිති

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනෙහි ඉතිහාසය

ශ්‍රී ලංකාවේ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනට දීර්ඝ ඉතිහාසයක් ඇත. එහි මූලාරම්භය 1918 දක්වා දිව යයි. එය ලංකාවේ මෙන්ම බොහෝ අනෙකුත් රටවල සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන් වලට වඩා ඉපැරණි වැඩ සටහනකි. 1918 දී පාසල් සෞඛ්‍ය සේවාවන් සඳහා ප්‍රථම වරට වෛද්‍ය නිලධාරීවරයකු කොළඹ මහ නගර සභාව විසින් පත් කරන ලදී. මෙම වෛද්‍යවරයා විසින් කොළඹ නගර සීමාවේ පාසල් වල ළමුන් පරීක්ෂා කර අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර ලබාදීමට කටයුතු කරන ලදී.

එම වර්ෂය තුළදීම තවත් වෛද්‍යවරුන් තුන් දෙනෙක් නුවර, යාපනය හා ගාල්ල යන ප්‍රධාන නගර තුනෙහි පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා පත් කරන ලදී.

1926 ජූලි 01 දින කලුතර දී ප්‍රථම සෞඛ්‍ය ඒකකය ජාතික ස්වස්ථායතනයේ (දැනට ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය) ආරම්භයත් සමගම මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය කටයුතු මෙන්ම පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු ග්‍රාමීය පාසල් දක්වා ව්‍යාප්ත විය. එතැන් පටන් සෞඛ්‍ය ඒකක (සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී) මගින් මෙම වැඩ සටහන දියත් කරනු ලැබීය පාසල් කටයුතු සඳහා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී, මහජන සෞඛ්‍ය හෙදිය හා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සහභාගී විය ළමුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට ලක් කිරීම, පණු ප්‍රතිකාර ලබාදීම, ආබාධ නිවැරදි කිරීම සඳහා ප්‍රතිකාර ගැනීමට යොමු කිරීම, විටමින් වර්ග ලබාදීම සහ ප්‍රතිශක්තිකරණ යන සේවාවන් මෙමගින් සිදුකරන ලදී. පාසල්වල වසූරිය එන්නත් කටයුතු ඇතුළු බෝවන රෝග මර්ධනය පාරිසරික සෞඛ්‍ය පිළිබඳ කටයුතු මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ ප්‍රධාන වගකීමක් විය. මීට අමතරව කොළඹ සහ මහනුවර, ගාල්ල, යාපනය මහ නගර සභා බල ප්‍රදේශ තුල ඇති පාසල්වල සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන් එම නගර සභාවලට අනුයුක්ත කර ඇති වෛද්‍ය නිලධාරීන් විසින් සිදුකෙරිණි.

පාසල් දන්ත සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය සේවාව 1949 දී ප්‍රථම වරට කොළඹ මහනගර සීමාවේ පාසල් දෙකක දී දන්ත වෛද්‍යවරියක විසින් ආරම්භ කරන ලදී.

1953 වසරේදී පාසල් දන්ත චිකිත්සක වරියන් පත්කිරීමත් සමගම දැනට පවත්වාගෙන යන පාසල් දන්ත චිකිත්සක සේවාව ආරම්භ විය.

වර්ෂ 1980දී සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන පිළිබඳ මධ්‍ය ආයතනය ලෙස පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය නම් කරන ලදී. ඒ අනුව ලංකාවේ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන වඩාත් සංවිධානාත්මකව පූර්ණ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනක් ලෙසින් සැලසුම් කිරීම, සම්බන්ධීකරණය අධීක්ෂණය ඇගයීම් හා පුහුණු කටයුතු කිරීම ආරම්භ විය. දිස්ත්‍රික් මට්ටමේ නියෝජනය හා සම්බන්ධීකරණය මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත පවරණ ලදී.

1980 වසරේදී පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනේ ආවරණය සියයට 8 ක් පමණක් වූ හෙයින් පාසල් දරුවන්ගේ ආබාධ හඳුනා ගැනීම හා ප්‍රතිකාර කිරීම සඳහා යොමුකිරීම පිළිබඳව මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් හා මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිළධාරිනියන් සඳහා මූලික පුහුණුවක් ලබාදෙන ලදී. මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් මූලික පරීක්ෂණය කිරීම තුළින් පෝෂණ ගැටලු සහ අනිකුත් සෞඛ්‍ය ගැටලු හඳුනාගනු ලබන අතර, මෙය වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ වෛද්‍ය පරීක්ෂණ කටයුතුවලට බෙහෙවින් උපකාරී විය.

1978 අල්මාආටා ගිවිසුමේ ඉලක්ක සපුරා ගැනීම උදෙසා ශ්‍රී ලංකාව තුල ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ වැඩසටහන 1980 ජුනි 07 වෙනි දින ආරම්භ වූ අතර ඒ යටතේ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනටද වැඩි අවධානයක් යොමු විය. එහිදී පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනේ ප්‍රධාන වගකීම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී සහ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයා වෙත පැවරුණි.

වර්ෂ 2007 දී පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන ආරම්භ කොට මෙම වැඩසටහනෙහි විශාල වගකීමක් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයට ද පැවරිණි. සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශ දෙකෙහිම වගකීමක් ලෙස දැන් මෙම වැඩසටහන ශ්‍රී ලංකාවේ සියලුම පාසල්වල ක්‍රියාත්මක වේ.

හැඳින්වීම

පාසල් දරුවාගේ සෞඛ්‍ය අවශ්‍යතා සපුරාලීම බෙහෙවින් වැදගත් වන්නේ නිරෝගී බව ඉගෙනුමට කෙලින්ම බලපාන බැවිනුත් එය එදිනෙදා ජීවිතයේ වටිනා සම්පතක් බැවිනුත් එය ළමුන්ගේ මූලික අයිතිවාසිකමක් වන බැවිනුත් පාසල, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා වඩාත්ම සුදුසු ස්ථානය වන බැවිනි.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන පාසල් සංස්කෘතියේ එක් වැදගත් අංගයක් ලෙස පාසල තුළින්ම බිහිවිය යුතු අතර, සෞඛ්‍ය නිලධාරීන්ගේ තාක්ෂණික දැනුම සහ කුසලතා තුළින් සංවර්ධනය විය යුතුය.

සෞඛ්‍යයට බලපාන හේතු සාධක පාලනය කරගනිමින් තමන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්වය දියුණු කර ගැනීම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය ලෙස අර්ථ කථනය කර ඇත. මෙම හේතු සාධක පාරිසරික, ජානමය, සමාජීය හෝ ජීව විද්‍යාත්මක වැනි කුමක් වුවත් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන තුළින් සෞඛ්‍යමත් චර්යා රටාවක් බිහි කිරීමෙන් ඒවා බොහෝ දුරට පාලනය කර ගැනීමට හැකිවේ. තවද නාගරීකරණය, ගෝලීයකරණය මාධ්‍ය බලපෑම්, ළමා අපයෝජනය, මන්දපෝෂණය, අධිබර, එච්.අයි.වී. ඒඩ්ස් ඇතුළු බෝ නොවන සහ බෝවන රෝග, දෙමාපියන් අහිමිවීම ආදී පාසල් දරුවන් මුහුණ දෙන විවිධාකාර අභියෝග ජය ගැනීම සඳහා ඔවුන්ගේ දැනුම හා කුසලතා ගොඩ නැංවීමට මෙම වැඩ සටහන ඉමහත් පිටිවහලක් වනු ඇත.

2021 දෙසැම්බර් මස වන විට 359 ක් වන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශ මගින් ලංකාවේ 10162 ක් වන සියලුම පාසල් ආවරණය වන පරිදි පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක වන අතර සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් හා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් මේ සඳහා වගකීම දරයි. කොළඹ, මහනුවර, යාපනය, ගම්පහ, ගාල්ල, යන මහනගර සභා ප්‍රදේශවල පාසල් සෞඛ්‍ය කාර්යාල විසින් එය මෙහෙයවනු ලබයි.

පූර්ණ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනෙහි ළමුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට ලක් කිරීම එක් ප්‍රධාන අංගයකි. මෙහිදී 200 ට අඩු පාසල්වල සියලුම ළමුන් ද අනිකුත් පාසල්වල 1, 4, 7, සහ 10 ශ්‍රේණිවල සියලුම ළමුන් ද වාර්ෂිකව වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් පරීක්ෂා කොට ඔවුන්ගේ හඳුනාගන්නා ලද ආබාධ නිවැරදි කිරීම් සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීම සහ අවශ්‍ය විට විශේෂඥ වෛද්‍ය සායනවලට යොමුකිරීමට කටයුතු සලසනු ලැබේ. විශේෂඥ සායනවලදී එම ළමුන් පෝලිමේ නොතබා මූලිකත්වය ලබාදී ක්‍රියා කළ යුතු බවට සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය උපදෙස් දී ඇත.

මීට අමතරව ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබාදීම, සුළු ආබාධ සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීම, විටමින් වර්ග, යකඩ, ෆෝලික් අම්ල ප්‍රතිකාරය සහ පණු බෙහෙත් ලබාදීම සිදුකරන අතර, මෙය මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ වගකීම වේ. ළමුන් ප්‍රතිකාර සඳහා යොමුවී ඇති බව තහවුරු කිරීමට පන්ති භාර ගුරුවරයා සහ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් වගබලා ගත යුතුය. නව යොවුන් වයසේ පසුවන 10 ශ්‍රේණියේ ළමුන් සඳහා වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදු කිරීම 2007 වසරේ සිට ආරම්භ කර ඇත.

සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සැලසුම් කොට ක්‍රියාත්මක කිරීම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනෙහි තවත් වැදගත් අංගයකි. මේ අනුව හඳුනා ගන්නා ලද ගැටළු නිරාකරණය කිරීම සඳහා පාසල් මට්ටමේ පෝෂණ, පරිසරය පිළිබඳ, මනෝ සමාජීය සෞඛ්‍ය ආදිය සඳහා ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාත්මක වන අතර ජාතික මට්ටමේ ප්‍රතිපත්ති ද පෝෂණ ගැටළු නිරාකරණය කිරීම දුම්වැටි, මත්පැන්වලින් වැලකීම සහ ඩෙංගු ආදී බෝවන රෝග වැලැක්වීම සඳහා සැලසුම් ක්‍රියාත්මක වේ.

සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය පාසල් දරුවන්ගේ හැසිරීම් රටාව සෞඛ්‍යවත් කිරීම සඳහා බෙහෙවින් වැදගත් වේ. පාසල් විෂය නිර්දේශය තුළ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන පණිවිඩ බෙහෙවින් අන්තර්ගත වුවත් ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් සංකල්පය පාසල තුළට ස්ථාපිත කිරීම අවශ්‍යතාවයකි.

මේ අනුව මනෝ සමාජීය නිපුණතා වර්ධනය කිරීම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයට බෙහෙවින් වැදගත් වන හෙයින් එයද සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක වැදගත් අංගයක් ලෙස හඳුනාගෙන ඇත.

සෞඛ්‍යමත් පාසල් පරිසරක් ඇති කිරීම ළමුන්ගේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා බෙහෙවින් වැදගත් වේ. මේ සඳහා මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂකවරුන් විසින් වාර්ෂිකව සමීක්ෂණයක් සිදුකොට නිවැරදි කළ යුතු සෞඛ්‍ය ගැටළු හඳුනාගෙන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ නිර්දේශය සහිතව විදුහල්පති වෙත දැනුම් දෙනු ලැබේ. ඒවා නිවැරදි කිරීමට අධ්‍යාපන බලධාරීන්ගේ සහාය ලබාගැනීම විදුහල්පතිගේ වගකීම වන අතර, සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් නිරන්තරයෙන් ඒ පිළිබඳව සොයා බැලිය යුතු අතර, අධ්‍යාපන බලධාරීන් සමග ඒ පිළිබඳව සාකච්ඡා කළ යුතුවේ.

පාසල හා ප්‍රජාව අතර සම්බන්ධතාවය පාසල් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය දියුණු කිරීමට මෙන්ම ප්‍රජාවේ සෞඛ්‍ය දියුණු කිරීමට ඉමහත් පිටිවහලක් වනු ඇත.

1985 වසරේදී පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජ පිහිටුවනු ලැබූ අතර එමගින් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සඳහා පාසල් ප්‍රජාවේ දායකත්වය වඩාත් සංවිධානාත්මකව ලබා ගැනීමට අවස්ථාව ලැබුනි. ඊට සමගාමීව පිහිටුවා ඇති පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුව, කලාප සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව, පළාත් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව හරහා සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වීම නියාමනය සිදුවන අතර පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පිළිබඳ සම්බන්ධීකරණ කමිටුව සහ පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ජාතික මෙහෙයුම් කමිටුව මගින් ප්‍රතිපත්ති සැලසුම් සහ මාර්ගෝපදේශ සපයනු ලැබේ.

2018 වර්ෂයේ සිට පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ දත්ත කළමණාකරණ තොරතුරු පද්ධතිය මගින් (eRHMIS) එක් එක් පාසල් වල සෞඛ්‍ය දින ක්‍රියාකාරකම්, පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය ඇතුළු පාසල් ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ දත්ත පරිගණක ජාලගත කිරීම නිසා ජාතික මට්ටමේ නියාමනය සහ ආවේක්ෂණයට පහසුකම් සලසා ඇත.

කොවිඩ් වසංගතය හේතුවෙන් පුහුණු කරුවන් රැස්කර වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී ගැටළු ඇතිවීම නිසා ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයේ ආධාර ඇතිව "සෞඛ්‍යමත් පාසල් දිවිය" නමින් වෙබ් අඩවිය සහ අන්තර්ජාල ඉගෙනුම් වේදිකාව ඔසසේ පුහුණු වැඩසටහන් 2022 වසරේ සිට ක්‍රියාත්මක වේ.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන

ප්‍රධාන අරමුණ

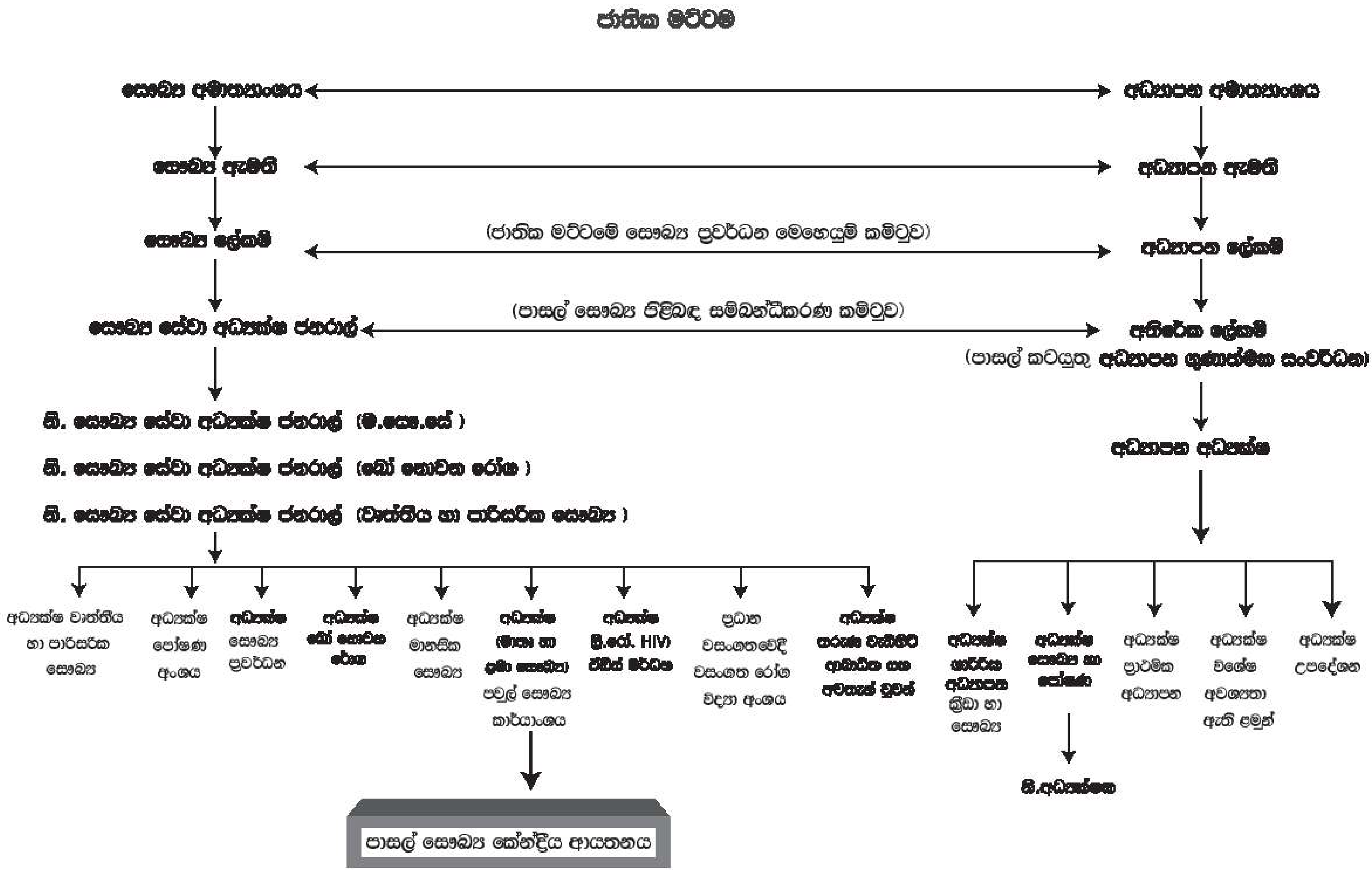
පාසල් ළමුන් සෞඛ්‍යමත් කිරීම, තමන්ගේ, පවුලේ හා සමාජයේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ස්වයං හැකියාවන් ඇති අය බවට ඔවුන් බලවත්කරණය කිරීම හා ලැබී ඇති අධ්‍යාපනික අවස්ථාවලින් ඔවුනට උපරිම ඵල ප්‍රයෝජන ලබා ගැනීමට සැලැස්වීම

වැඩ සටහනේ විශේෂිත අරමුණු

1. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීමෙහිලා, අධ්‍යාපන හා සෞඛ්‍ය ක්ෂේත්‍රවල ඇති සහයෝගය හා සම්බන්ධීකරණය ශක්තිමත් කිරීම.
2. පාසල් ළමුන්ගේ පූර්ණ වර්ධනය සඳහා අවශ්‍ය අවස්ථා හඳුනා ගැනීම.
3. සුදුසු සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් මගින් පාසල් ළමුන්ට තමන්ගේ සෞඛ්‍යයට බලපාන හේතු සාධක පාලනය කිරීම හා ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ඇති හැකියාවන් වැඩි දියුණු කිරීම.
4. පවුල හා සමාජය තුල සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා විපර්ය කාරකයන් ලෙස කටයුතු කිරීමට පාසල් ළමුන් තුළ ඇති හැකියා වැඩි දියුණු කිරීම.
5. ඉගෙනීම හා ඉගැන්වීම සඳහා සුදුසු පරිදි සෞඛ්‍යමත් ලෙස හා ආරක්ෂාකාරී ලෙස පාසල් පරිසරය සකස් කිරීම.
6. බෝවන රෝග (එන්නත් මගින් වැලැක්විය හැකි රෝගද ඇතුළුව) හා බෝනොවන රෝගවලින් පාසල් දරුවන් ආරක්ෂා කිරීම.
7. සෞඛ්‍ය ගැටළු හැකි ඉක්මනින් හඳුනාගෙන පිළියම් කිරීම සඳහා පාසල් ළමුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ වලට ලක් කිරීම.
8. නිතිපතා සොයා බැලීම් හා සුදුසු මැදහත්වීම් තුලින් පාසල් දරුවන්ගේ පෝෂණ තත්වය දියුණු කිරීම හා හිතකර සෞඛ්‍ය පුරුදු ප්‍රගුණ කිරීම.
9. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සංවර්ධනය සඳහා උපරිම ප්‍රජා සහභාගිත්වය ලබා ගැනීම.
10. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනේ සාර්ථකත්වය සඳහා නියාමන හා ඇගයීම් ක්‍රියාවලියක් පවත්වාගෙන යාම.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනෙන් උපරිම ප්‍රයෝජන ලබා ගැනීමට හා ඉහත අරමුණු සහ ඉලක්ක සපුරාගැනීම සඳහා සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් ස්ථාපිත කිරීම, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය විසින් 2007 වර්ෂයේ සිට ආරම්භ කිරීමට කටයුතු සිදුකොට ඇත.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන සඳහා සංවිධාන ව්‍යුහය



සංවිධාන ව්‍යුහය - පළාත් අමාත්‍යාංශය

පළාත් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය ↔ පළාත් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය ↔ පළාත් පාලන අමාත්‍යාංශය

පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම් ↔ පළාත් අධ්‍යාපන ලේකම්

පළාත් පාලන ලේකම්

පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ↔ පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (පළාත් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව) ↔ පළාත් පාලන කොමසාරිස්

- පළාත් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ
- පළාත් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක

නගරාධිපති/නගරසභාපති/ප්‍රාදේශීය සභාපති

නාගරික කොමසාරිස් / ලේකම්

ප්‍රදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ↔ (කලාප සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව) ↔ කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ

- දිස්ත්‍රික් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ
- වෛද්‍ය නිලධාරී (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය)
- ප්‍රදේශීය වසංගත රෝග විද්‍යාඥ
- ප්‍රදේශීය දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍ය
- ප්‍රදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක
- සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරී

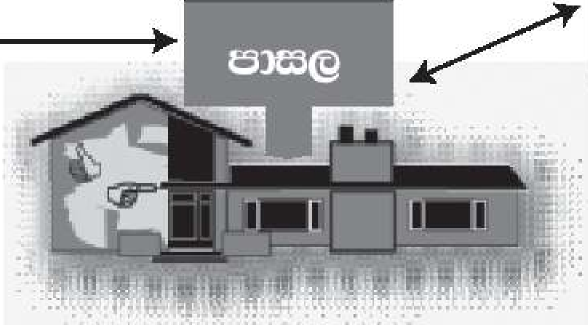
සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී ↔ (කොට්ඨාශ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව) ↔ කොට්ඨාශ අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ

පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක

අනිකුත් සෞඛ්‍ය නිලධාරීන්

විදුහල්පති
පාසල් ගුරු මණ්ඩලය
පාසල් ළමුන්
දෙමාපියන් සහ ප්‍රජාව



සෞඛ්‍ය යනු කුමක්ද?

ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය නිර්වචනය අනුව සෞඛ්‍ය යනු ලෙඩ රෝගවලින් තොරවීම පමණක් නොව පූර්ණ කායික, මානසික, සමාජීය හා අධ්‍යාත්මික යහපැවැත්ම වේ.

දරුවාගේ පූර්ණ වර්ධනය සහ සංවර්ධනය සඳහා වැදගත්වන අවශ්‍යතා

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනෙහි වැදගත්කම

පාසල් දරුවකුට පාසල් දිවිය තුළින් ලැබෙන පිටිවහල සමාජයට වැඩදායී පුද්ගලයකු වීම සඳහා ඉගෙනුම ලබන කාලයට අවශ්‍ය කායික සුවය, මානසික සහනය, යහපත් සමාජ සම්බන්ධතා හා අධ්‍යාත්මික ගුණාංග වර්ධනය කිරීම පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන තුළින් බලාපොරොත්තු වේ.

පාසල් සෞඛ්‍ය සලකා බැලීමේදී ළමයා, පාසල පමණක් නොව නිවස, දෙමාපියන්, ගුරුවරුන්, නෑදෑයින්, බාහිර පුද්ගලයන් යන මේ අය හා ස්ථාන වෙන් වෙන්ව ගත නොහැක. එමෙන්ම දරුවකු ළමාවියේ වැඩි කාලයක් (අවු 5 - 19) පාසල් පරිසරය තුළ හා ගුරුවරුන් සමග ගත කරයි. මෙම නිසා සෞඛ්‍ය ගැටළු හඳුනා ගැනීම ඒවා වැලැක්වීම හෝ අවම කිරීම, යොමු කිරීම, පසු විපරම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා දැනුම ආකල්ප සහ කුසලතාවයන් වර්ධනය කිරීම වැනි අතිවිශාල කාර්ය භාරයක් ගුරු කාර්ය මණ්ඩලයට පැවරේ.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය ඇති කිරීමට සුදුසුම ස්ථානය පාසල ලෙස මුලු ලොවම එකහෙලාම තීරණය කර ඇත. මෙයට හේතුව වන්නේ සෞඛ්‍ය පුරුදු ඇති කිරීම සහ එමගින් සෞඛ්‍ය ක්‍රමානුකලව ජීවිතයක් ගත කිරීමට අවශ්‍ය දැනුම, කුසලතා, ආකල්ප සහ ඒ සඳහා උචිත පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීම පාසල් කාලය තුළ පමණක් නොව ජීවත්වන සෑම මොහොතක් සඳහාම සලසා දිය හැකි බැවිනි. මෙමගින් රටක අනාගතය භාර ගැනීමට සිටින මෙම පාසල් දරුවා සෞඛ්‍යමත් ජීවන රටාවකට හුරු කිරීම පාසල තුළින් සිදු වේ.

මීට අමතරව විධිමත් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනක් තුළින් මන්දපෝෂණය, අධිබර හා ස්ථූල බව, බෝවන රෝග, බෝ නොවන රෝග, මත්පැන්, මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇබ්බැහිවීම, ලිංගික අතවරවලට ලක්වීම, ළමාවියේ ගැබ් ගැනීම ආදී විශාල සෞඛ්‍ය ගැටලු සංඛ්‍යාවකින් දරුවන් ආරක්ෂා කරගත හැකි වේ.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන තවදුරටත් ශක්තිමත් කිරීම සඳහා සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය එක්ව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩසටහන දියත් කිරීමට කටයුතු යොදා ඇත.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය යනු කුමක් ද ?

තමාගේ සෞඛ්‍ය තත්වයට බලපාන සාමාජීය ආර්ථික හා පාරිසරික සාධක පාලනය කරගන්නා අතරම එය වැඩි දියුණු කරගත හැකි කෙනෙකු බවට බලවත්කරණය කිරීමය (ඔටාවා සම්මුතිය)

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් යනු කුමක් ද?

පාසල සතුව ඇති සම්පූර්ණ සංවිධානාත්මක සහ අධ්‍යාපන ශක්තිය, පාසල් දරුවන්, විදුහල්පති, ගුරු කාර්ය මණ්ඩලය, දෙමාපියන් සහ පාසල් ප්‍රජාවේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා යොදා ගනු ලබන පාසලක් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් ලෙස හැඳින්වේ.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් පාසලේ දී මෙන්ම ප්‍රජාවේදී ද ජීවිතයේ සෑම කටයුත්තටම සෞඛ්‍ය අනුගත කිරීමට කටයුතු කරයි.

එමගින් පරිපූර්ණ දරුවකු බිහිකිරීමට පසුබිම සකසයි.

පාසල තුළ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය ස්ථාපනය කිරීම යනු රෝග වැලැක්වීම හෝ ප්‍රතිකාර කිරීමට වඩා ගැඹුරු ක්‍රියාවලියකි.

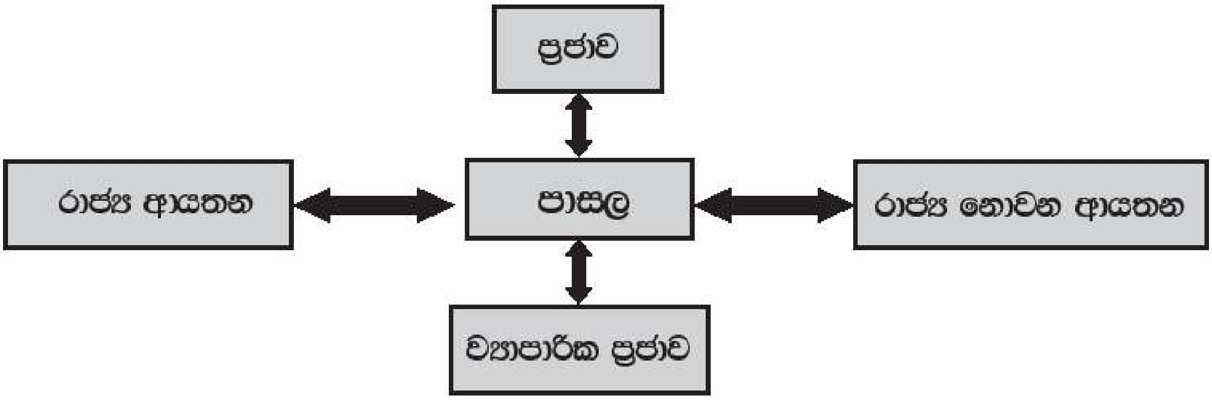
එවැනි පාසලක පාසල් ප්‍රජාව තුළ පහත සඳහන් ලක්ෂණ දැකිය හැකිවේ.

- තම තමන්ට හා එකිනෙකාට දක්වන සැලකිල්ල හා රැකවරණය.
- සෞඛ්‍යයට බලපාන තත්ත්වයන් පාලනය කිරීම සඳහා තීරණ ගැනීම.
- සෞඛ්‍යමත් පැවැත්මකට අවශ්‍ය සාමාජීය තත්ත්වය ඇති කිරීම.
- සෞඛ්‍ය සංකල්පය පිළිබඳව පාසල් ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීම සහ ඒවා එදිනෙදා ජීවන ක්‍රියාවලියට අන්තර්ග්‍රහණය කරගැනීම.
- සෞඛ්‍යයට එදිනෙදා ජීවන ක්‍රියාවලියේ වටිනා ස්ථානයක් ලබාදීම.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් පහත සඳහන් අංග 06 කින් සමන්විත විය යුතු වේ.

01. පාසලේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාවලියට පහත සඳහන් සියළුම කණ්ඩායම් කැපවී ක්‍රියා කරයි.

- අධ්‍යාපන නිලධාරීන්
- විදුහල්පති, ගුරුවරුන්, සිසුන්
- සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය
- දෙමාපියන්
- සුභපතන්නන්
- ප්‍රජා නායකයින්
- රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන



02. සෞඛ්‍යවත් ප්‍රතිපත්තීන් ක්‍රියාත්මක වෙයි.

තම පාසල් ප්‍රජාවට සහ පරිසරයට ආවේණික වූ සෞඛ්‍ය ගැටළු හඳුනාගෙන ඒ සඳහා මෙම ප්‍රතිපත්තීන් සකස් කරගත යුතුවේ. උදාහරණ වශයෙන් පහත කරුණු දැක්විය හැකිය.

- දරුවන්ගේ පෝෂණය නංවාලීම හා නියාමනය (පාසල් දිවා ආහාර වේල සහ ආපනශාලා ප්‍රතිපත්තිය)
- දරුවන්ගේ මානසික සෞඛ්‍ය නංවාලීම උදා: සෑම සිසුවෙකුටම සමානව සැලකීම, හිංසනයෙන් තොරවීම.
- පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය, මත්පැන් හා දුම්වැටි භාවිතයෙන් තොරවීමට වගබලා ගනී.

03. සෞඛ්‍යවත් හා ආරක්ෂිත පරිසරයක් පවත්වා ගනී.

- ආරක්ෂිත ජල පහසුකම් ලබාදෙයි.
- ප්‍රමාණවත් වැසිකිළි / කැසිකිළි පහසුකම් ලබාදෙයි.
- හිංසනය, අපයෝජනය හා අපචාර වලින් තොර පාසල් පරිසරයක් ඇති කරයි.
- රැකවරණය, විශ්වාසය හා ගෞරවය සහිත පරිසරයක් පාසල තුළ ඇති කරයි.
- භෞතික මෙන්ම මානසික හා සමාජීය සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කරයි.
- පාසල් භූමිය අනතුරුවලින් තොර ස්ථානයක් බවට පත් කරයි.
- ශාරීරික අධ්‍යාපනයට සහ නිර්මාණාත්මක කුසලතාවයන්ට අවස්ථාවන් ලබාදෙයි.
- පාසල තුළ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත හා පෝෂ්‍යදායක ආහාර භාවිතය ප්‍රවර්ධනය කරයි.
- මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන නොමැති බවට වගබලා ගනී.

04. නිපුණතා පදනම් කරගත් අධ්‍යාපනය ලබාදෙයි

- විෂය නිර්දේශයෙන්, විෂය බාහිර හා සමගාමී ක්‍රියාකාරකම් මගින් සෞඛ්‍ය සහ එයට බලපාන කරුණු පිළිබඳව සිසුන් දැනුවත් කරයි.
- ඔවුන් එදිනෙදා ජීවිතයේ දී මුහුණ දෙන අභියෝගවලට සාර්ථකව සහ ධනාත්මකව අනුගත වීමට අවශ්‍ය ජීවන නිපුණතා ලබා දෙයි.
- සෞඛ්‍ය හා යහ පැවැත්ම දියුණු කරන අතර එමගින් අධ්‍යාපනික අවස්ථාවලින් උපරිම ප්‍රයෝජනය ලබාගත හැකිවේ.
- අනාගතයේ ඔවුන්ගේ සංවර්ධනයට බාධා ඇතිකරන සෞඛ්‍ය ගැටළු වලක්වා ගැනීමට අවශ්‍ය දැනුම හා නිපුණතාවය ලබාදේ උදා : දියවැඩියාව, අධික රුධිර පීඩනය, අඝාතය, මානසික රෝග, තරබාරු බව, එච්.අයි.වී./ඒඩ්ස්, ලිංගික අතවර, දුම්බීම, මත්පැන්, මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇබ්බැහිවීම.

- සමාජීය හා අධ්‍යාත්මික යහ පැවැත්ම වැඩිදියුණු කිරීම පිණිස අවශ්‍ය දැනුම හා කුසලතා ලබාදෙයි.

05. පාසලේ සෞඛ්‍ය සේවාවන් ප්‍රතිසංවිධානය කිරීමට කටයුතු කරයි.

- ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය සේවාවන් සපයන ආයතන හා සම්බන්ධතාවයන් ගොඩ නගා ගනියි.
- එමගින් ළමයින්ගේ සහ ගුරු කාර්ය මණ්ඩලයේ සෞඛ්‍ය දියුණු කිරීමට කටයුතු කරයි.
- ප්‍රථමාධාර පහසුකම් සපයා ගනී.
- උපදේශන සේවාවන් වැඩි දියුණු කරයි.

06. පාසල් ප්‍රජා සහභාගීත්වය වැඩිදියුණු කිරීමට ක්‍රියා කරයි.

- ප්‍රජාවේ සෞඛ්‍ය වැඩිදියුණු කිරීමේ ව්‍යාපෘති ක්‍රියාත්මක කරයි.

  උදා: - පාසල හා රෝගී සත්කාර සඳහා රෝහල් ආශ්‍රිත ව්‍යාපෘති
- ප්‍රජාවේ සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ඇති ආකල්ප සහ පුරුදු ගැන සැළකිල්ලට ගෙන ඔවුනගේ සෞඛ්‍ය නගා සිටුවීමට කටයුතු කරයි.
- පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා ප්‍රජා දායකත්වය ලබා ගනී.

මේ අනුව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය, රෝග වැළැක්වීම යන ආකෘතියෙන් පරිබාහිර වන අතර එය ප්‍රජාවගේ චර්යාවන් වැඩි දියුණු කිරීමට, වඩා සාර්ථකව උපයෝගී කර ගත හැකි ක්‍රියාදාමයකි.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සඳහා සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සතු කාර්යභාරය

ජාතික මට්ටමින්

පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය පිළිබඳ ජාතික මෙහෙයුම් කමිටුව

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ ලේකම්, අතිරේක ලේකම් (වෛද්‍ය සේවා), සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (ම.සෞ.සේ) සහ අදාල සියළුම නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්වරුන් සහ අධ්‍යක්ෂකවරුන් ගෙන් ද

අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශයේ ලේකම්, අතිරේක ලේකම් (පාසල් කටයුතු/ අධ්‍යාපන ගුණාත්මක සංවර්ධන), අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ), අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සෞඛ්‍ය, ක්‍රීඩා හා ශාරීරික අධ්‍යාපන) සහ අදාල සියළුම අධ්‍යක්ෂවරුන්ගෙන් හා පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරයකු ගෙන් ද මෙම කමිටුව සමන්විත වේ.

මෙම කමිටුවේ කාර්ය භාරය

- ජාතික මට්ටමේ ප්‍රතිපත්තිමය තීරණ ගැනීම
- ජාතික මට්ටමේ සම්බන්ධීකරණය හංචාලීම

පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය පිළිබඳ ජාතික සම්බන්ධීකරණ කමිටුව

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්තුමාගේ ප්‍රධානත්වයෙන් සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශවල නිලධාරීන්ද ජාතික අධ්‍යාපන කොමිසමේ නිලධාරීන්ද පළාත් අමාත්‍යාංශ වල තෝරාගත් නිලධාරීන්ද ඇතුළු 30 දෙනෙකුගේ පමණ සහභාගීත්වයෙන් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් තුමාගේ නිල සේවා ස්ථානයේදී පවත්වනු ලැබේ. මෙම කමිටුව සෑම තුන් මසකට වරක් රැස්වන අතර පාසල් සෞඛ්‍ය සේවාව පිළිබඳ ගැටළු සාකච්ඡා කිරීමත් තීරණ ගැනීමත් සිදුකරනු ලැබේ.

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ මධ්‍ය කේන්ද්‍රීය ආයතනය ලෙස පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ කාර්යභාරය

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනෙහි මධ්‍ය කේන්ද්‍රීය ආයතනය ලෙස පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය 1980 වර්ෂයේ සිට කටයුතු කරයි. විශේෂයෙන්ම අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය සමග සම්බන්ධීකරණය සහ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ අනිකුත් ආයතන සමග ද වෙනත් රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන ආයතන සමගද සම්බන්ධීකරණය සිදු කරනු ලබයි.

- අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය සමග ජාතික මට්ටමින් ප්‍රතිපත්ති සැලසුම් කිරීම.
- අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය, පළාත් සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශ හා පළාත් පාලන අමාත්‍යාංශය සහ වෙනත් අදාළ අංශ සමග සම්බන්ධීකරණය පවත්වාගෙන යාම.
- පුහුණු පාඨමාලා මාර්ගෝපදේශ අත්පොත් හා ශ්‍රව්‍ය දෘෂ්‍ය උපකරණ සකස් කිරීම.
- සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන විෂය පාඨමාලා සකස් කිරීමට සහ ප්‍රතිසංස්කරණය කිරීමට ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයට සහ ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනයට සහාය වීම.
- කාර්ය මණ්ඩල පුහුණු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය කටයුතු සම්පාදනය කිරීම.
- අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය හා එක්ව වැඩ සටහන නියාමනය කිරීම සහ ඇගයීම.
- මුද්‍රිත ආකෘති පත්‍ර, උපකරණ සහ අනිකුත් සැපයීම් පිළිබඳව සොයා බැලීම.

- ප්‍රගති සමාලෝචනය නියාමනය සහ ඇගයීම ජාතික මට්ටමින් සිදුකිරීම සහ එම කටයුතු සඳහා පළාත්/දිස්ත්‍රික් මට්ටමට සහායවීම.
- වැඩ සටහන සංවර්ධනය කිරීම සඳහා පර්යේෂණ සිදු කිරීම.

1989 වර්ෂයේ බලය විමධ්‍යගත කිරීමත් සමගම ජාතික ප්‍රතිපත්තියට අනුකූලව වැඩ සටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීමේ පූර්ණ බලතල පළාත් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශ සහ පළාත් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශ වෙත පැවරී ඇත.

පළාත් මට්ටමින්

1. පළාත් මට්ටමින් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන පිළිබඳ වගකීම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂක සහ පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂක වෙත පැවරේ.

   පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම පළාත් සෞඛ්‍ය, අධ්‍යාපන සහ පළාත් පාලන අමාත්‍යාංශ මගින් සිදු කෙරේ. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා පළාත් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය, පළාත් සෞඛ්‍ය සහ පළාත් පාලන අමාත්‍යාංශය මූලිකව කටයුතු කළ යුතුවේ. ඇතැම් අවස්ථාවලදී අනිකුත් පළාත් අමාත්‍යාංශ සමගද ඉතා කිට්ටු සම්බන්ධතාවයකින් ක්‍රියා කිරීම ඉතා වැදගත් වේ.

   මේ සඳහා පළාත් පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුවක් ස්ථාපිත කරගත යුතුවේ.

පළාත් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව

පළාත් අධ්‍යාපන ලේකම් විසින් කැඳවනු ලබන මෙම කමිටුවේ සාමාජිකයින් ලෙස පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම්, පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂක, පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂක, පළාත් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥවරු, පළාත් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක, නියෝජ්‍ය පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකවරු, ඒ ඒ පළාතට අදාල ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකවරුන්, දිස්ත්‍රික් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන්, දිස්ත්‍රික් මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරුන්, දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන්, කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකවරුන්ගෙන් සමන්විත විය යුතුය. මෙම නිලධාරීන් මාස 06 කට වරක් රැස්වී වැඩ සටහන සැලසුම් කිරීම, නියාමනය කිරීම හා ගැටළු විසඳා ගැනීම මගින් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සාර්ථකව ක්‍රියාත්මක කිරීම සිදුකල හැක.

එම කමිටුවේ කාර්ය භාරය වනුයේ

- ජාතික ප්‍රතිපත්තියට අනුකූල වන පරිදි ප්‍රතිපත්ති සැලසුම් කිරීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීම
- පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය ඒකකය සමග හා අනිකුත් අදාල ආයතන සමග සම්බන්ධීකරණ කටයුතු කිරීම
- පුහුණු කරන්නන් පුහුණු කිරීමේ කටයුතු මධ්‍යම අමාත්‍යාංශය විසින් සිදුකරනු ලැබූ පසු අනිකුත් කාර්ය මණ්ඩල පුහුණු කිරීමේ කටයුතු ක්‍රියාත්මක කිරීම.
- පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම
- පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන අධීක්ෂණ කිරීම
- පාසල් සෞඛ්‍යවැඩ සටහන නියාමනය කිරීම සහ ඇගයීම් කටයුතු සිදුකිරීම

පළාත් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ කාර්යභාරය

- පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳව සංවිධානාත්මක සැලැස්මක් සකස් කොට දියත් කිරීම සඳහා අවශ්‍ය පසුබිම සකස් කිරීමට අවශ්‍ය සහාය දැක්විය යුතුය.
- ාත තුළ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳව පළාත් මට්ටමින් දත්ත එක් රැස් කිරීම හා එම වාර්තා කාර්යාලයේ නඩත්තු කළ යුතු අතර නිරන්තරයෙන් එවා යාවත්කාලීන කල යුතුය.
- දිස්ත්‍රික් මට්ටමින් හා පළාත් මට්ටමින් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වරුන් කැඳවා ප්‍රගති සමාලෝචන රැස්වීම් පැවැත්වීම.

- එහිදී හඳුනාගනු ලබන අවශ්‍යතාවයන් අඩුපාඩු සහ නිවැරදි කළ යුතු තැන් පිළිබඳව අදාල පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වරුන් මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී සහ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ සමග සාකච්ඡා කොට අවශ්‍ය ක්‍රියා මාර්ග ගැනීම.
- පළාත තුල සේවය කරන ම.සෞ.ප. වරුන්ගේ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු අධීක්ෂණය කිරීම, මග පෙන්වීම හා උපදෙස් දීම.
- අවශ්‍ය පුහුණු පාඨමාලා සංවිධානය කොට ක්‍රියාත්මක කිරීමට සහාය දීම.
- පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකට වගකිය යුතු වේ.
- අදාළ සියළුම අංශ සමග සම්බන්ධීකරණය කිරීම.

දිස්ත්‍රික් මට්ටමින්

2. දිස්ත්‍රික් මට්ටමින් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන පිළිබඳ වගකීම ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂක වෙත පැවරේ.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනෙහි දිස්ත්‍රික් මට්ටමේ ප්‍රධාන වගකීම මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය භාර ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥවරයා/වරිය හෝ මාතෘ හා ළමා වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත පැවරෙන අතර, ප්‍රාදේශීය වසංගතරෝග විද්‍යඥ සහ ප්‍රාදේශීය දන්ත වෛද්‍යවරයාගේ හා සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරීන්ගේ සහයද ලබාගත යුතුය. දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ අධීක්ෂණය සහ සහභාගිත්වය පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සඳහා අනිවාර්යෙන්ම ලබාගත යුතුය. මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරයා පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය ඒකකය සමග සම්බන්ධීකරණ සිදු කරන අතර පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහනට අදාල වන අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන් සහ අනිකුත් අදාල නිලධාරීන් සමග සම්බන්ධීකරණ කටයුතු සිදුකිරීමට ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකට සහාය වනු ඇත.

මේ අනුව දිස්ත්‍රික් මට්ටමේදී පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන පිළිබඳව ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකවරයාට වගකියනු ලබන්නේ දිස්ත්‍රික් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) හෝ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරයාය.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සඳහා ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරයාට සහය වන අනෙකුත් කාර්යය මණ්ඩලය

- ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක
- ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරිණිය
- සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරී
- පරිපාලන පාසල් දන්ත චිකිත්සක
- සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ නිලධාරී හෝ වැඩ සටහන් සහකාර

පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කළාප කමිටුව

කළාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ විසින් කැඳවනු ලබන මෙම කමිටුවට ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ වෛද්‍ය මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය හෝ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/ දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක/සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරී සහභාගි විය යුතුය.

කොට්ඨාස සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව - කොට්ඨාස අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ විසින් කැඳවනු ලබයි.

පාසල් සෞඛ්‍ය උපදේශක කමිටුව - විදුහල්පතිගේ මූලිකත්වයෙන් පාසල තුල ක්‍රියාත්මක වේ.

පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජය - සිසුන්ගේ මූලිකත්වයෙන් පාසල තුල ක්‍රියාත්මක වේ.

මෙම කමිටු පිහිටුවීම සඳහා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සම්බන්ධ විය යුතුය.

ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) සහ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ කාර්ය භාරය

- ජාතික ප්‍රතිපත්තියට අනුව පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සැලසුම් කිරීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවශ්‍ය පියවර ගැනීම.
- අවශ්‍ය ඖෂධ සහ උපකරණ, මුද්‍රිත ආකෘති පත්‍ර අඛණ්ඩව ප්‍රමාණවත්ව සැපයීම
- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ මාසික රැස්වීම්වල දී පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු ඇගයීම හා ඒ පිළිබඳ පසු විපරම් සිදුකිරීම.
- පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය, පළාත් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය /අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය හා වෙනත් රජයේ හා රජයේ නොවන ආයතන සමග සම්බන්ධීකරණය කිරීම.
- පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කලාප කමිටුවට සම්පත් දායකයකු ලෙස සහභාගී වීම.
- අවශ්‍ය සේවාස්ථ පුහුණු සැලසුම් කොට ක්‍රියාත්මක කිරීම. (සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා)
- වැඩ සටහන අධීක්ෂණය කිරීම.
- නියාමනය සහ ඇගයීම් කටයුතු සිදු කිරීම.

පාසල් වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ කාර්ය භාරය

දිවයිනේ ඇතැම් නගර සහා බල ප්‍රදේශ තුල පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු මෙහෙයවීම සඳහා පාසල් වෛද්‍ය කාර්යාල පිහිටුවා ඇත. තමාට අයත් නගර සභා බල ප්‍රදේශය තුල ඇති පාසල්වල පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම පාසල් වෛද්‍ය කාර්යාලයේ පාසල් වෛද්‍ය නිලධාරීවරයාගේ/ වරියගේ වගකීම වේ. මෙම කාර්යාල අතරින් කොළඹ පාසල් වෛද්‍ය කාර්යාලය, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය යටතේ පවතින අතර අනෙකුත් සියළු පාසල් වෛද්‍ය කාර්යාල අදාල දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරයා යටතේ පවතී

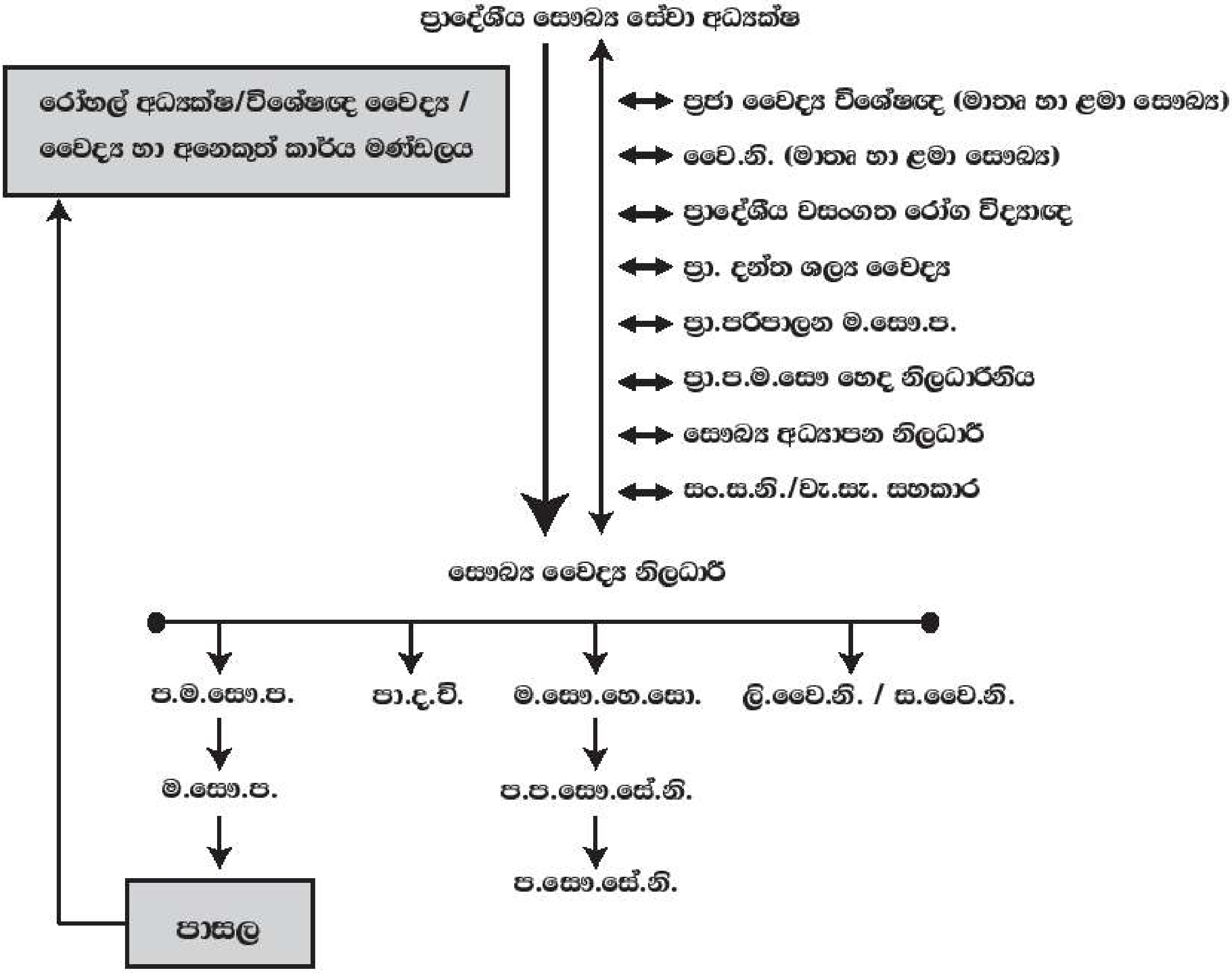
පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ අධ්‍යක්ෂ/ දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරයාගේ ඉල්ලීම මත, තම බල ප්‍රදේශයෙන් පිටත පාසල්වල සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු සිදු කිරීමට පාසල් වෛද්‍ය නිලධාරී වරයාට ඉඩ හසර ඇත.

දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ කාර්ය භාරය

- පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳව දිස්ත්‍රික් සැලැස්මක් සකස් කොට ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා අවශ්‍ය සහාය දැක්විය යුතුය.
- දිස්ත්‍රික්කය තුළ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳව දත්ත එක් රැස් කිරීම හා එම වාර්තා කාර්යාලයේ නඩත්තු කල යුතු අතර නිරන්තරයෙන් ඒවා යාවත්කාලීන කල යුතුය.
- පාසල් සෞඛ්‍යට අදාල මුද්‍රිත ආකෘතිපත්‍ර පිළිබඳ ඇස්තමේන්තු පිළියෙල කර ඒවා පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය මගින් ලබාගැනීමට ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) සහය වීම.
- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ ප්‍රගති සමාලෝචන මාසික රැස්වීමට ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ හෝ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී සමග සහභාගී විය යුතුයි.
- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාල මට්ටමින් පැවැත්වෙන මාසික රැස්වීම්වලට සහභාගී වීම හා පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු මාසිකව නියාමනය.
- දිස්ත්‍රික්කයේ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන්ගේ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු අධීක්ෂණය කිරීම, මග පෙන්වීම හා උපදෙස් දීම.
- අවශ්‍ය පුහුණු පාඨමාලා සංවිධානය කොට ක්‍රියාත්මක කිරීමට සහාය දැක්වීම.
- පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකට වගකිය යුතුය.
- අදාළ සියලුම අංශ සමග සම්බන්ධීකරණය කිරීම.

පාසල් සෞඛ්‍ය සංවිධාන ව්‍යුහය

ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කොට්ඨාශය



පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සඳහා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ කාර්යභාරය

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශ මට්ටමේ දී පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු වල මූලික වගකීම පැවරෙන්නේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙතටයි.

පහත සඳහන් සියළුම අංග ක්‍රියාත්මක වන පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහනක් තම කොට්ඨාශය තුළ ක්‍රියාත්මක කිරීමට වග බලාගත යුතුයි.

1. **සෞඛ්‍යමත් පාසල් පරිසරයක් ඇතිකිරීම**

   පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ ක්‍රියාකාරකම් මෙහෙයවීම

   මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂකවරුන් විසින් වර්ෂයේ පළමුවන කාර්තුව තුළ, පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය සම්පූර්ණ කරන බවට වගබලා ගැනීම. එච් 1015A වාර්තාව පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයාගේ අනුමැතියෙන් පසු පරිගණකගත තොරතුරු පද්ධතියට (eRHMIS) ඇතුළත් කිරීම. එසේ ඇතුළත් කළ වහාම, පරිගණකගත තොරතුරු පද්ධතිය හරහා එම පාසලට අදාළව ලැබෙන මුද්‍රිත වාර්තාව සෞ.වෛ.නි. වරයාගේ අත්සනින් අදාළ පාසලේ විදුහල්පතිට ලබා දිය යුතුය. පළමුවන කාර්තුව අවසානයේ දී සියලුම පාසල්වල 1015A වාර්තා පරිගණකගත කර අවසන් කළ යුතුය. එවිට එම තොරතුරු පද්ධතිය හරහා 1015B වාර්තාව ස්වයංක්‍රීයව ජනනය කර ගත හැකි අතර එම වාර්තාව කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ වෙත යැවිය යුතුය.

   - වැසිකිලි පහසුකම්
     - නොමැති
     - ප්‍රමාණවත් නොමැති (ප්‍රමිතියට අනුව - ඇමුණුම "ජේ" බලන්න)
     - පිරිසිදුව පවත්වා ගැනීමට ක්‍රමයක් නොමැති (උදා: වැසිකිලි තුළ ජල පහසුකම් නොමැති)
   - පානීය ජල පහසුකම්
     - නොමැති
     - අනෙකුත් කටයුතු සඳහා ජල පහසුකම් නොමැති පාසල්
   - පාසල් භූමිය තුල ඇති අනාරක්ෂිත ගොඩනැගිලි, අනාරක්ෂිත ළිං, මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන
   - පාසල් භූමිය තුළ හෝ ඒ අවට සෞඛ්‍යයට අහිතකර ආහාර සහ බීම වර්ග විකිණීම සිදුකරන ස්ථාන
   - වාර්තා කරන ලද වෙනත් විශේෂ ගැටළු සහ අනිකුත් විශේෂිත ගැටලු පිළිබඳ විස්තරයක්

     ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ/වෛද්‍ය නිලධාරී මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය මගින් කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකට ලබාදී එම නිර්දේශ කිරීමට අවශ්‍ය සහාය ලබාදිය යුතුයි.
   - පාසල් පරිසරය සකස් කර ගැනීමට අවශ්‍ය නිර්දේශ අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශ නිලධාරීන්ට (ජාතික පාසල් පිළිබඳව රේඛීය අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශයේ ජාතික පාසල් අධ්‍යක්ෂකට ද පළාත් පාසල් පිළිබඳව පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ හා කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන්ට)/ විදුහල්පතිවරුන්ට ඉදිරිපත් කිරීම සහ පසු විපරම් ද සිදුකළ යුතුය.
   - බෝවන සහ බෝනොවන රෝග වැලැක්වීම් සඳහා විශේෂ වැඩ සටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම.
   - ආපන ශාලා ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කරන බව තහවුරු කිරීම සඳහා පාසල් ආපන ශාලා ශ්‍රේණිගත කළ යුතු අතර සී ශ්‍රේණිය ලබා ඇති ඒවායෙහි කොන්ත්‍රාත්තුව අත්හිටුවීමට හෝ ක්‍රියාකල යුතුය
   - පාසල් දිවා ආහාර වේල පිළිබඳ වාර්තා මසකට වරක් ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකට/ අධ්‍යක්ෂ, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයට වාර්තා කිරීම.
   - විශේෂ සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන් - උදා: තරඟ/වාද විවාද/පෝෂණ ව්‍යාපෘති/නාට්‍ය/ ප්‍රදර්ශණ ආදිය සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සහ පාසල් ගුරු මණ්ඩලය සංවිධානය කළ විට අවශ්‍ය සහයෝගය ලබාදිය යුතුය.

2. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදුකිරීම

තම කොට්ඨාශයේ සියළුම පාසල්වල වෛද්‍ය පරීක්ෂණය වාර්ෂිකව සිදු කිරීම සහ සොයා ගන්නා ලද සෞඛ්‍ය ගැටළු නිවැරදි කරන බවට සොයාබැලීම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ ප්‍රධාන වගකීමකි.

වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සැලසුම් කිරීම.

- විදුහල්පතිගේ වාර්ෂික සැලැස්මට සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන් ඇතුලත් කර ගැනීම.
- විදුහල්පතිවරුන් හමුවී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් විදුහල්පති සමග සාකච්ඡා කර යොදාගත් පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දින (සති 2කට වත් කලින්) ස්ථිර කර ගැනීම.
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් ඉදිරි වැඩසටහන් හා වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සැලසුම් කරන බවට වගබලා ගැනීම.
- එම සැලැස්මට අනුව හැකි සෑම විටම වෛද්‍ය පරීක්ෂණ කටයුතු නියමිත දිනවලදී සිදු කිරීම, දින වෙනස් වන්නේ නම් විදුහල්පතිවරුට දන්වා වෙනත් දිනයක් වෙන් කරවා ගැනීම.
- තම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශය තුළ පිහිටා ඇති රජයේ වෛද්‍ය ආයතනවල වෛද්‍ය නිලධාරීන්/ ලි.ප.වෛ. / ස.වෛ.නි. විසින් එම ආයතන ආසන්නයේ ඇති (කිලෝ මීටර් 5 ක් ඇතුළත) පාසල්වල වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සඳහා අවශ්‍ය විටක දී සහභාගී කරවා ගැනීම. ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයේ ආයතන භාර නිලධාරීන්ගේ රැස්වීම්වලදී මෙම කටයුතු සාකච්ඡා කොට සංවිධානය කර ගැනීම.

- පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදු කිරීම

  මෙහිදී ළමුන් 200 ට අඩු කුඩා පාසල් වල සෑම ළමයෙක්ම වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට භාජනය කරන අතර 200 ට වැඩි පාසල් වල 1-4-7 හා 10 ශ්‍රේණිවල සෑම ළමයෙක්ම පරීක්ෂා කෙරේ. එමෙන්ම ගුරුවරුන් හෝ දෙමාපියන් හඳුනාගත් ආබාධ සහිත ළමුන් පරීක්ෂා කිරීම සිදු කරන අතර ගුරුවරුන් සඳහා ද වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සේවාවන් ලබා දීම ද වැදගත් වේ.

  - දෙමව්පියන් දැනුවත් කල යුතුය
  - ළමා සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන ගෙන ඒමට උපදෙස් දිය යුතුයි
  - 1 ශ්‍රේණියේ ළමුන්ගේ දෙමව්පියන් සහභාගී කරගත යුතුයි

පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය කොටස් 2 කින් සිදු කෙරෙයි.

පෙර පරීක්ෂණය

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයා විසින් සිදු කෙරේ

මෙහිදී

- ආබාධ හඳුනා ගැනීම
- පණු ප්‍රතිකාර
- නීරක්තිය, විටමින් ඌණතා සඳහා ප්‍රතිකාර
- පෝෂණය මැනීම
- සුළු ආබාධ සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීම (උදා - ස්කේබීස්, උකුණන්)
- සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය
- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු
- අක්ෂි පරීක්ෂාව
- ඇසීම පරීක්ෂාව

වෛද්‍ය පරීක්ෂණය

අනිවාර්යයෙන්ම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී, අතිරේක සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙනත් වෛද්‍යවරයෙක් හෝ ලියාපදංචි වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් සිදුකළ යුතුය.

මෙහිදී

- ප්‍රතිශක්තිකරණය (වෛද්‍යවරයා වෛද්‍ය පරීක්‍ෂණය සිදු කිරීමෙන් අනතුරුව මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්‍ෂකවරයා විසින් සිදු කෙරේ.)
- ආබාධ හඳුනා ගැනීම
- ප්‍රතිකාර කිරීම
- විශේෂඥ සායන සඳහා යොමු කිරීම
- උපදේශණය (මේ සඳහා මානසික රෝග පිළිබඳ වෛද්‍ය නිලධාරීවරයාගේ සහාය ලබාගත හැක)

➢ තමාට අයත් පාසල්වල වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදු කළ පසු විශේෂඥ ආයතනවලට යොමු කල යුතු දරුවන් එච් 606 යොමු කිරීම් පත නිවැරදිව සම්පූර්ණ කොට දෙමාපියන්ට අදාල උපදෙස් ලබා දී සායනවලට යොමු කිරීම. (විශේෂඥ සායනවල දින සහ වේලාවන් සහිත කාල සටහනක් සෑම විටම වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සඳහා රැගෙන යා යුතුය).

➢ වෛද්‍ය ආයතනවලට යොමු කරන ලද සිසුන්ට එම සේවාවන් නිසියාකාරව ලැබේ දැයි විපරම් කිරීම.

➢ එසේ නොමැති නම් ඒ පිළිබඳව ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ හෝ වෛද්‍ය නිලධාරී (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකට දැනුම් දී නිසි පියවර ගැනීම.

  - හෘදයාබාධ සහිත ළමුන් යොමුකරන ලද විශේෂඥ වෛද්‍ය නිලධාරීන් හමුවී ඔවුන් පිළිබඳ තොරතුරු නඩත්තු කළ යුතු අතර නිවැරදි කරගැනීම පිළිබඳ ගැටළු ඇතිවිට ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ/වෛද්‍ය නිලධාරී (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) වෙත දැනුම් දිය යුතුය.
  - ශ්‍රව්‍ය දෘෂ්‍ය උපකරණ අවශ්‍ය ළමුන්ට ඒවා ලබාගැනීමට හැකි ස්ථාන පිළිබඳව විදුහල්පතිවරු දැනුවත් කිරීම (පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයට අනුයුක්ත අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ / විශේෂ අධ්‍යාපන, සමාජ සේවා නිලධාරී, ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාල සහ අනිකුත් සේවා සපයන ආයතන, විෂන් 2020).

➢ පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී හඳුනාගත් සෞඛ්‍ය ගැටළු සඳහා විශේෂ සායනයක් සෙනසුරාදා දිනවල සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයේදී පැවැත්වීමට කටයුතු කිරීම

➢ ගුරු සහාය ලබාගැනීම සඳහා ගුරුවරුන්ගේ කාර්යභාරය පිළිබඳව විදුහල්පතිවරුන් සහ ගුරුවරුන් දැනුවත් කිරීම.

➢ ආබාධ නිවැරදි කිරීම් සොයා බැලීම සඳහා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක නිසි අයුරින් පසු විපරම් සිදුකරන්නේ දැයි සොයා බැලීම.

➢ විශේෂඥ සායන වෙත යොමුකරන ලද දරුවන් එම සායනවලට ගොස් ප්‍රතිකාර ලබාගන්නා බව සහ ආබාධ නිවැරදි කරගන්නා බවට පසු විපරම් මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් සිදුකරන බවට වගබලා ගත යුතුයි. මේ සඳහා ආබාධ සටහනේ (එච්. 456) පිටපතක් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීට ලබාදෙන ලෙස මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන්ට උපදෙස් දිය යුතු අතර, එම සටහන භාවිතා කොට මාසික රැස්වීම්වලදී පසු විපරම් කිරීම. විශේෂයෙන් හෘද රෝග හැසිරීම් ගැටළු ඇසීමේ ආබාධ සහ පෙනීමේ ආබාධ නිවැරදි කර ගැනීමට වගබලා ගන්න.

➢ විශේෂඥ සායනවලට යොමු කරන ලද දරුවන්ට ඇතිවන ගැටළු පිළිබඳව මාසික රැස්වීමට සහභාගී වන ආයතන ප්‍රධානීන් දැනුවත් කොට එම කටයුතු සාර්ථකව ඉටුකර ගැනීමට වගබලා ගැනීම (ගැටළු ඇතිවිට ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ විසින් පවත්වනු ලබන ආයතන ප්‍රධානීන්ගේ රැස්වීම්වලදී ද ඒවා නිවැරදි කර ගැනීමට කටයුතු කල යුතුයි. වෛද්‍ය නිලධාරී (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) වෙත මෙම ගැටළු ඉදිරිපත් කිරීමෙන් අවශ්‍ය විසඳුම් විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන් සහ ආයතන ප්‍රධානීන් සමග සාකච්ඡා කොට විසඳා ගැනීම වඩාත් යෝග්‍ය වේ).

- නව යොවුන් දරුවන් සඳහා වෛද්‍ය පරීක්ෂණය (7, 10 ශ්‍රේණි) පැවැත්වීම සහ විශේෂ වැඩ සටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම උදා: නව යොවුන් ගැටළු පිළිබඳ ඔවුන් දැනුවත් කිරීම සහ උපදේශය ද ක්‍රියාත්මක කිරීම

3.සෞඛ්‍යමත් ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාත්මක කිරීම

- ජාතික ප්‍රතිපත්තිවලට අමතරව (උදා: - පාසල් ආපනශාලා ප්‍රතිපත්තිය) පාසල් ප්‍රජාවේ හඳුනාගත් ගැටළු නිරාකරණය කිරීම සඳහා පාසල තුළ ප්‍රතිපත්ති හා වැඩ සැලැස්මක් සකස් කර ක්‍රියාත්මක කළ යුතුය.
- පාසල් දරුවන් තුල නීරක්තිය වැලැක්වීම සඳහා පණු ප්‍රතිකාර ලබා දීමෙන් අනතුරුව යකඩ ෆෝලික් අම්ලය පෙත්තක්, විටමින් සී පෙත්තක් සතියකට එක් වරක් බැගින් සති 24 ක් ලබා දීම. මෙයට අමතරව විටමින් ඒ අධි මාත්‍රාව ලබාදීම ද නව යොවුන් ගැටළු පිළිබඳව ඔවුන් දැනුවත් කිරීම සහ උපදේශනයද සිදු කිරීම.

4 ජීවන නිපුණතා පාදක සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන වැඩ සටහන් දියත් කිරීම

- නව යොවුන් වයසේ දරුවන් සඳහා ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන් සැලසුම් කොට සෑම පාසලකම ක්‍රියාත්මක කිරීම. මේ සඳහා අදාල ගුරුවරුන්ට පුහුණුව ලබාදීමට කටයුතු කිරීම.
- 8 ශ්‍රේණිය අවසන් කිරීමට පෙර අවදානම් හැසිරීම් මගහරවා ගැනීමට අවශ්‍යවන ජීවන නිපුණතා ලබාදිය යුතුය.
- එච්.අයි.වී./ඒඩ්ස් ඇතුළු ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය ගැටළු දුම්බීම, මත්පැන්, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කර ගැනීම යහපත් ජීවන රටාවක් ඇති කිරීමට අවශ්‍ය නිපුණතා සංවර්ධන වැඩ සටහන් නව යොවුන් දරුවන් සඳහා දියත් කිරීම.
- 9 ශ්‍රේණිය වන විට වයසට හිසි පරිදි ලිංගික හා ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් කළයුතු අතර 12 ශ්‍රේණියේදී ලිංගික හා ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය පිළිබඳ පූර්ණ දැනුවත් කිරීම කළ යුතුයි.

5. පාසල් සෞඛ්‍ය දියුණු කිරීම සඳහා ප්‍රජා සහභාගිත්වය ලබාගැනීම.

- පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුව සහ පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජ පිහිටුවීමට මැදිහත් වී ක්‍රියා කිරීම
- දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම
- ප්‍රජා සහභාගිත්වය ලබාගැනීම සඳහා කටයුතු සංවිධානය කර ගැනීම
- දරුවන් වැරදි හැසිරීම්වලට පොළඹවන දේට විරුද්ධව කටයුතු කිරීම උදා: - සෞඛ්‍යට අනුකූල නොවන කෑම පාසල අසල විකිණීමට ඉඩ නොදීම

6. නියාමනය සහ ඇගයීම

- මාසික රැස්වීම්වල දී පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන ඇගයීමට කාලය යොදා ගත යුතුය.
- පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතුවලට අවශ්‍ය බෙහෙත්/සැරහුම් ඇස්තමේන්තු කොට ඇනවුම් කළ යුතුය. ලැයිස්තු සඳහන් කිරීම කළ යුතුය.
- විශේෂ සායන අවශ්‍ය වූ විට ඒවා සංවිධානය කළ යුතුයි. උදා: අක්ෂි/ දන්ත/ උගුර කන, නාස
- පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු ඇගයීම මාසික රැස්වීම්වලදී සහ දිස්ත්‍රික් ප්‍රගති සමාලෝචන රැස්වීමේදී සිදු කිරීමට අවශ්‍ය දත්ත පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක මගින් ලබාගත යුතු අතර, ඒවායේ නිරවද්‍යභාවය තහවුරු කළ යුතුය.
- සමාලෝචන රැස්වීම්වලදී මෙම දත්ත ඉදිරිපත් කොට ගැටළු සාකච්ඡා කිරීම හා නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක කිරීම සිදුකළ යුතුය.
- සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා පුහුණු කිරීම කළ යුතුය.
- තම කොට්ඨාශය තුළ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු නියාමනය සහ ඇගයීම කළ යුතුය. එම දත්ත යොදාගනිමින් කොට්ඨාශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන දියුණු කිරීමට කටයුතු කළ යුතුයි.
- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් ඇගයීමට සක්‍රියව දායක විය යුතුය (ඇමුණුම බලන්න)

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් නියාමනය කිරීම සඳහා නිර්නායක ලැයිස්තුවක් පිළියෙල කොට ඇති අතර ඒ අනුව ඇගයීම් කටයුතු සිදුකොට පාසල් වර්ගීකරණය කොට දිරිමත් කිරීමේ වැඩ සටහනක් සැලසුම් කොට ඇත.

උපදේශන කටයුතු.

උපදේශන කටයුතු සඳහා හා පාසල් වලින් යොමු කරනු ලබන ළමුන් සඳහා යොවුන් මිතුරු සේවා සපයා දීම. මෙම සේවාව සතියේ දිනක සවස්වරුවේ හෝ සෙනසුරාදා දිනවල සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයේ ඒ සඳහා යොදාගත් ස්ථානයක පැවැත්විය හැකිය. සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය නව යොවුන් උපදේශනය සඳහා පුහුණුකරගත යුතු අතර යොවුන් මිතුරු සේවාවල පහත සඳහන් අංග එම ස්ථානයේදී ක්‍රියාත්මක කළ හැක.

- අවශ්‍ය සිසුන් සඳහා නව යොවුන් සෞඛ්‍ය ගැටළු පිළිබඳ උපදේශනය ලබාදීම
  - මන්දපෝෂණය සහිත සිසුන් සඳහා අවශ්‍ය සේවා ලබාදීම. විශේෂයෙන්ම ස්ථූල භාවය සහිත දරුවන් සඳහා මෙම සායනයේදී බර අඩු කිරීම සඳහා පෝෂණ උපදෙස් සහ ව්‍යායාම පිළිබඳ උපදෙස් ලබාදීම සහ අවශ්‍යතාවය අනුව අනිකුත් සේවා සැපයීම.
  - දරුවන්ගේ දැනුම ආකල්ප සහ කුසලතා වර්ධනය සඳහා ක්‍රියාකාරකම් ඇතිකිරීම

රැස්වීම්වලට සහභාගී වීම

- විදුහල්පති මාසික රැස්වීම
- සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ කමිටු රැස්වීම (කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ විසින් කැඳවනු ලබන)

පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ කාර්යභාරය

තම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශය තුළ පාසල් සෞඛ්‍යයට අදාල ආයතන හා සමග මනා අන්තර් සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනගා ගනිමින් පහත දැක්වෙන කාර්යභාරයන් ඉටුකළ යුතුවේ.

- කොට්ඨාශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සැලසුම් කිරීම සඳහා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන්ට සහායවීම
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් විසින් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලය වෙත එවන වාර්ෂික සැලසුම් සහ කාර්තු ඉදිරි වැඩසටහන් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ අනුමැතිය ලබාගැනීම සහ ඒවා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් වෙත ලබාදීම
- වැඩසටහන දියත් කිරීමේදී ඇතිවන ගැටළු මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සමග සාකච්ඡා කිරීම සහ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීට ඉදිරිපත් කොට විසඳුම් ලබාගැනීම.
- පාසල් සෞඛ්‍යට අදාල මුද්‍රිත ආකෘතිපත්‍ර පිළිබඳ ඇස්තමේන්තු පිළියල කර ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කාර්යාලයෙන් සපයා ගැනීම
- අවශ්‍ය උපකරණ, බෙහෙත්, සැරහුම්, විටමින් වර්ග කල්වේලා ඇතිව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලය වෙත සපයා ගැනීමට අවශ්‍ය පියවර ගැනීම
- මහජන සෞඛ්‍ය හෙදි සොයුරිය, පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියන්ගේ සහාය ලබා ගැනීමට සාකච්ඡා කිරීම / සැළසුම් කිරීම
- පාසල් සෞඛ්‍යයට අදාලව ලැබෙන සියලු වාර්තා නිසිපරිදි ගොනුකර තැබීම සහ දත්ත එකතු කිරීම විශ්ලේෂණය කිරීම.
- වැඩසටහන අධීක්ෂණය කිරීම වැඩසටහන නියාමනය කිරීම

- මාසික රැස්වීමේදී ගැටළු සාකච්ඡා කිරීම
- කොට්ඨාශ කාර්යාලයේ පැවැත්වෙන විදුහල්පති රැස්වීම්වලට සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි සමග සහභාගී වී සෞඛ්‍ය දත්ත පිලිබඳව සාකච්ඡා කල යුතුය
- වාර්තා නිවැරදිව පිළියෙළ කිරීම සහ නියමිත දිනට අදාල ආයතන වෙත යැවිය යුතු වාර්තා යැවීම හෝ දත්ත පද්ධතියට ඇතුල්කිරීමට කටයුතු කිරීම
- විශේෂ වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම සහ ඇගයීම
- කැඳවනු ලබන රැස්වීම්වලට (දිස්ත්‍රික්, පළාත්, ජාතික) සහභාගීවීම
- පුහුණු පාඨමාලා සඳහා සහභාගීවීම හා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් ඒ අනුව පුහුණු කර ගැනීම
- පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය සමග / කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන්, සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් සහ අනිකුත් අදාල නිලධාරීන් සමග සම්බන්ධීකරණය

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ කාර්යභාරය

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ රාජකාරි අතර ඉතා වැදගත් ස්ථානයක් පාසල් සෞඛ්‍ය වෙනුවෙන් හිමිවී ඇත. මෙතෙක් පැවති පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනට වඩා පුළුල් විෂය පථයක් තුල සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක වන බැවින් මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයාද තම පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු ගුණාත්මක භාවයෙන් පිරිපුන් වැඩසටහනක් බවට පත්කර ගත යුතුය. ඒ සඳහා සැලසුම් සහගතව සියළු කටයුතු සංවිධානය කර ක්‍රියාත්මක කළ යුතුව ඇත.

එසේ කිරීමට නම්...

01. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන සඳහා දත්ත හා තොරතුරු ලබාගැනීම

- තමාගේ කොට්ඨාශයට අයත් සියලුම පාසල් පිළිබඳ තොරතුරු හා එම පාසල්වල ළමුන් හා ගුරුවරුන් සංඛ්‍යාව
- පෙර වර්ෂයේ පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදුකළ හා සිදු නොකරන ලද පාසල් හා සිදුකළ දිනයන්
- හඳුනාගත් ආබාධ
- විශේෂ ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කරන ලද ළමුන් පිළිබඳ දත්ත උදා: හෘද රෝග, අක්ෂි ආබාධ
- වාර්තා වී ඇති ඉගෙනීමේ ආබාධ සහ හැසිරීමේ ගැටළු නව යොවුන් සෞඛ්‍ය ගැටළු
- පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණයේදී හඳුනාගත්, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය හා සාකච්ඡා කළ යුතු ගැටළු
- පාසල තුළ ක්‍රියාත්මක කළ යුතු විශේෂ සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන්
- දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීමේ අවශ්‍යතාවය
- පාසල් වාර සටහන හා විශේෂ වැඩ සටහන්
- පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන සඳහා පාසලින් ලැබිය යුතු සහයෝගය දියුණු කිරීම සඳහා වන අවශ්‍යතා

02.වාර්ෂික ඉදිරි පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන පිළියෙල කිරීම

එක්රැස් කරගත් දත්ත උපයෝගී කරගනිමින් මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් තම වාර්ෂික පාසල් සෞඛ්‍ය ඉදිරි වැඩ සටහන පිළියෙල කල යුතුය. ඒ සඳහා මුද්‍රිත ආකෘති පත්‍රය (පාසල් සෞඛ්‍ය ඉදිරි වැඩ සටහන - එච් 1016) යොදා ගත යුතුය.

පාසල් සෞඛ්‍ය වාර්ෂික ඉදිරි වැඩ සටහන පිටපත් දෙකකින් පිළියෙල කර වර්ෂයේ ඔක්තෝම්බර් මස 25 වෙනි දිනට පෙර සෞ.වෛ.නි ට එවිය යුතුය. සෞ.වෛ.නි විසින් අනුමත කරන ලද එක් පිටපතක් තම කාර්යාලයේ අදාල ගොනුවේ ගොනුකර තැබිය යුතුයි.

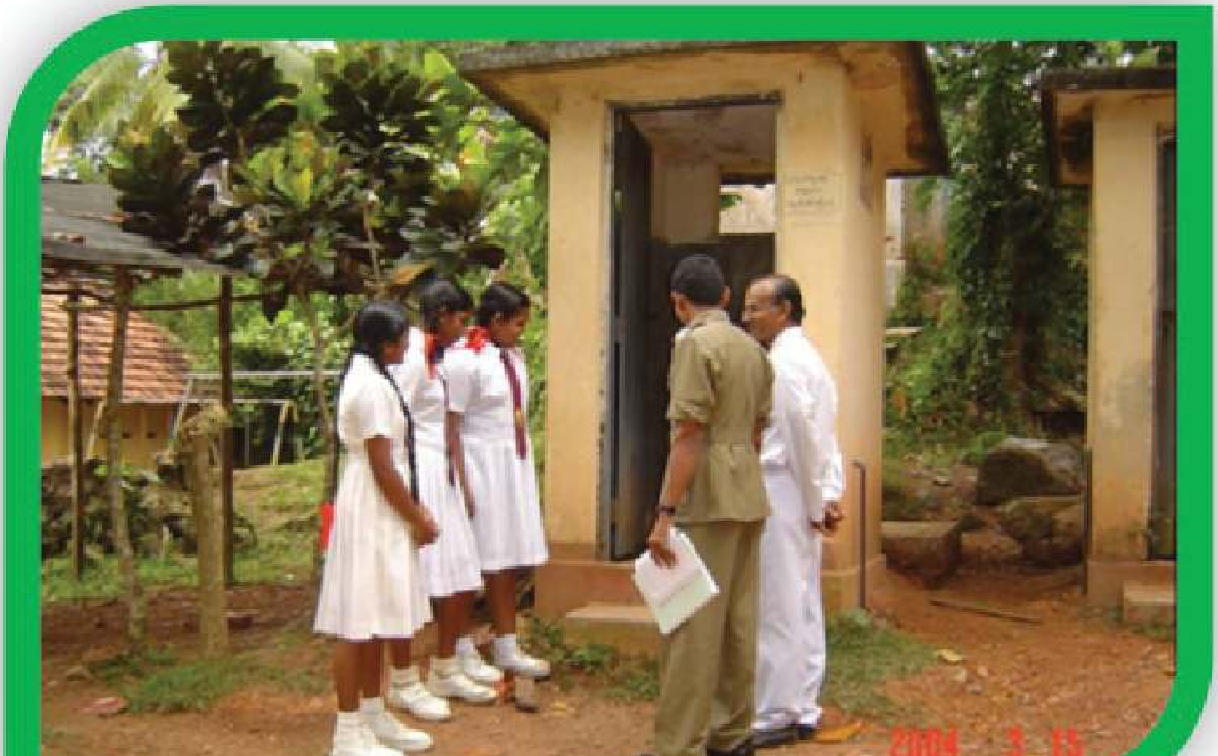
ත්‍රෛමාසික ඉදිරි වැඩසටහනද පිටපත් දෙකකින් පිළියෙල කර අදාල කාර්තුවට පෙර කාර්තුවේ අන්තිම මස 25 වෙනි දිනට පෙර සෞ.වෛ.නි ට ඉදිරිපත් කල යුතුය. සෞ.වෛ.නි විසින් අනුමත කරන ලද එක් පිටපතක් තම කාර්යාලයේ අදාල ගොනුවේ ගොනුකර තැබිය යුතුයි.

03. සෞඛ්‍යමත් පාසල් පරිසරයක් ඇති කිරීම

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩසටහනෙහි එක් ප්‍රධාන අංගයක් ලෙස දක්වා ඇත්තේ සෞඛ්‍යමත් පාසල් පරිසරයක් ඇති කිරීමයි එහි ප්‍රාථමික පියවර ලෙස පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය හැඳින්විය හැක මේ සඳහා සෑම වර්ෂයකම පළමු කාර්තුව තුළ පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය සිදු කළ යුතු අතර එම තොරතුරු පරිගණකගත දත්ත පද්ධතියට (eRHMIS) ඇතුලත් කළ යුතුය.

එහිදී පහත සඳහන් කරුණු පිළිබඳව විශේෂයෙන් සැලකිලිමත් විය යුතුය.

1. වැසිකිළි/කැසිකිළි
2. ජල පහසුකම්
3. ආහාර සුරක්ෂිතතාවය (ආපන ශාලා, දිවා ආහාර පිළියෙල කරන ස්ථාන, නේවාසිකාගාර)
4. මදුරුවන් බෝවිය හැකි ස්ථාන
5. අනාරක්ෂිත ස්ථාන (අනාරක්ෂිත ළිං, වලවල් ආදිය)
6. කුණු කසල බැහැරලීම
7. පාසල් පරිසරය ආරක්ෂිත වීම, අලංකාර කිරීම සහ පිරිසිදු කිරීම වැනි දෑ ඉන් සමහරකි.



මෙලෙස ලබාගත් තොරතුරු ඇතුලත් පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තාව පිටපත් 3 කින් මුද්‍රණය කර තම නිර්දේශ සහිතව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත භාර දිය යුතුය. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ නිර්දේශය සහිතව එක් පිටපතක් අදාල පාසලේ විදුහල්පති වෙත ලබා දිය යුතු අතර පාසලේ පසු විපරම් සිදු කරන සෑම අවස්ථාවකදී එම නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක වී ඇතිදැයි සොයා බැලීම සඳහා විදුහල්පති සමග සාකච්ඡා කළ යුතුය.

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත ලැබෙන එම සමීක්ෂණ වාර්තා සම්පිණ්ඩනය කොට පළමුවන කාර්තුව අවසානයේ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ/වෛද්‍ය නිලධාරී (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය) වෙත ලබාදිය යුතුය. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් එම දත්ත කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකට ද ලබාදිය යුතුවේ.

පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සැලසුම් කිරීම

- විදුහල්පතිවරුන්, සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී සහ අනිකුත් කාර්ය මණ්ඩලය සමග සාකච්ඡා කොට පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ හා අනෙකුත් පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා දිනයන් වෙන්කර ගත යුතුය. එම දිනය පාසල් සෞඛ්‍ය දිනය වශයෙන් ප්‍රකාශයට පත්කරගත හැකිය.
- පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට අඩුම වශයෙන් සති 2 කට පෙර පාසලට ගොස් විදුහල්පති සමග නැවතත් සාකච්ඡා කොට පෙර සූදානම් සිදුකළ යුතුය.

  මෙහිදී,

- 1 ශ්‍රේණියේ දරුවන්ගේ දෙමාපියන් ගෙන්වා ගැනීමට කටයුතු කිරීම
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණය හා ප්‍රතිශක්තිකරණ කටයුතු පිළිබඳ අදාල දරුවන්ගේ දෙමාපියන්ට දැනුම් දීම සහ අවසර ගැනීම

- 1, 4, 7, 10 ශ්‍රේණි සහ එන්නත් ලබාදිය යුතු සියලුම දරුවන්ගේ ළමා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහන එදිනට ගෙන එන ලෙස දැනුම් දීම
- හැකි සෑම විටම පාසල් වෛද්‍ය පරීක්‍ෂණය සඳහා ළමා සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන භාවිත කළ යුතුය. ළමා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහන නොමැති විට දී එච්. 457 භාවිත කළ හැක.
- ළමා සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහනෙහි හෝ එච්. 457 හි ගුරු සහය කොටස සම්පූර්ණ කර තබන ලෙස පන්තිභාර ගුරුවරුන්ට දැන්වීම කළ යුතුය.
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනට අදාළ පංතිවල ගුරුවරුන්ට මුළු කාලය තුළම දරුවන්ගේ ආබාධ හඳුනාගැනීමට වෛද්‍යවරයාට ක්‍රියාකාරීව සහාය වන ලෙස දැනුම් දීම.
- හැකි නම් එදිනම දන්ත සායනය පැවැත්වීමට අවශ්‍ය කටයුතු සංවිධානය කිරීම.
- සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය/දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම - හැකි පමණින් එම දිනයේම එම කටයුතු සිදුකිරීමට වගබලා ගැනීම.
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනට පෙර දරුවන්ගේ බර කිරීම/ උස මැනීම/ අක්ෂි පරීක්ෂා කිරීමට සූදානම් කළ යුතුය.
- සෑම මාස 04 කට වරක්වත් පුහුණුව ලද සිසුන් විසින් පෝෂණ තත්ත්වය මැන බැලිය යුතුය.
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී ගුරුවරුන්ගේත් වැඩිහිටි පාසල් දරුවන්ගේ පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සමාජ සාමාජිකයින්ගේ සහාය ලබාගැනීමට අවශ්‍ය කටයුතු සංවිධානය කළ යුතුය.

පෙර පරීක්ෂණ දිනය :

පෙර පරීක්ෂණය සඳහා දින යොදාගත් පරිදි මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක අදාල පාසලට කල් වේලා ඇතිව යාම ඉතා වැදගත් වේ. මෙදින වැඩසටහන සඳහා අවශ්‍ය උස බර හා ඇස් පරීක්ෂා කිරීම සඳහා අවශ්‍යවන උපකරණ හා අනෙකුත් අවශ්‍ය දෑ රැගෙන යාම පිළිබඳව සැලකිලිමත් වීම වැදගත්ය.

පාසලට ගිය පසු පෙර පරීක්ෂණ ස්ථානය සුදුසු පරිදි සකස් කළ යුතුය.

එහිදී අදාල උපකරණ නිසි පරිදි හා සදුසු පරිදි සවි කිරීම හා තබා ගැනීම පිළිබඳවත් සැලකිලිමත් විය යුතුය.

මෙහිදී දරුවන්ගේ බර කිරීම, උස මැනීම, අක්ෂි පරීක්ෂා කිරීම, බාහිරව හඳුනාගත හැකි සමේ රෝග සහ වෙනත් ආබාධ හඳුනා ගැනීම සිදුකළ යුතුය.

- ගැටලු ඇත්නම් x ද
- ගැටලු නැත්නම් 0 සටහන් කිරීම
- හැසිරීමේ ගැටළු හෝ ඉගෙනීමේ අපහසුතා පිළිබඳ පන්තිභාර ගුරුවරයාගෙන් විමසා ඒ බව වෛද්‍යවරයාට දන්වන්න.

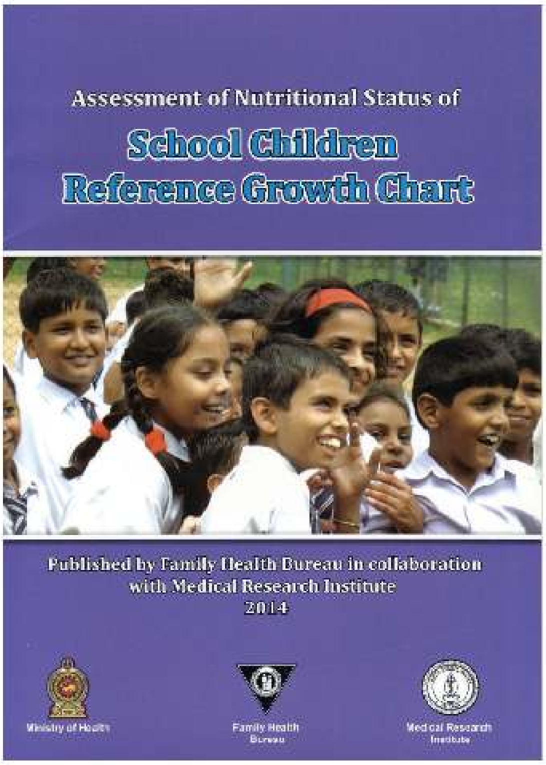
වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනය

වෛද්‍ය පරීක්ෂණය අනිවාර්යයෙන්ම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි අතිරේක සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි වෙනත් වෛද්‍යවරයෙක් හෝ සහකාර වෛද්‍ය නිලධාරි / ලියාපදිංචි වෛද්‍ය නිලධාරි විසින් සිදුකළ යුතුය.

- ➢ පෙර පරීක්ෂණයේ දී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් හඳුනාගත් ආබාධ සෞ.වෛ.නි/වෛ.නි විසින් තහවුරු කර ළමා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහනේ (CHDR) සටහන් කළ යුතුය.

පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී හඳුනාගත යුතු සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ ගැටළු

පෝෂණ ගැටළු හඳුනා ගැනීම



ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය

මේ සඳහා සපයා ඇති උපදෙස් පොත භාවිතා කළ යුතුය.

(Assesment of Nutritional Status of School Children Reference Growth Charts)

පෝෂණ ගැටළු (Malnutrition)

- **මිටි බව** (Stunted) - දිගු කාලීන ඌණ පෝෂණ තත්ත්වයකි

  මේ දරුවන් වයසට නිසි උස පෙන්නුම් නොකරයි. අවුරුදු 5-19 ළමුන්ගේ වයසට නිසි උස ප්‍රස්ථාරයේ (ගැහැණු/ පිරිමි) තැඹිලි සහ රතු කොටසට අයත් වේ.

- **කෘෂ බව** (Wasted) - ඌණ පෝෂණ තත්ත්වයකි. වයසට නිසි ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය ප්‍රමාණවත් නොමැති වීම කෘෂ බවයි. අවුරුදු 5-19 ළමුන්ගේ වයසට නිසි ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය සටහන් ප්‍රස්ථාරයේ (ගැහැණු/ පිරිමි) තැඹිලි සහ රතු කොටසට අයත් වේ.

  මෙම දරුවන් ප්‍රශස්ත වර්ධන වේගය පෙන්නුම් නොකරයි. නිතර අසනීප වේ. සුළු වැඩක් කිරීමෙන් පසුව වුවද විඩාවට පත්වේ. ඉගෙනීමේ අපහසුතා ඇතිවේ. එදිනෙදා කටයුතුවල කාර්යක්ෂම බව අඩුය. ක්ෂුද්‍ර පෝෂණ ඌණතා රෝග ලක්ෂණ ද පෙන්වයි.

ඌණ පෝෂණයට හේතු කිහිපයක් තිබේ

- දිළිදුකම නිසා ඇතිවන ආහාර හිඟකම (විශේෂයෙන් ප්‍රෝටීන් සහ ශක්ති ඌනතාවය)
- සනීපාරක්ෂක පහසුකම් ප්‍රමාණවත් නොවීම හා අපවිත්‍ර පරිසරය නිසා නිතර නිතර අසනීප වීම.
- පවුලේ සාමාජික සංඛ්‍යාව වැඩිකම නිසා නිවසේ ඉඩ පහසුකම් හා ආහාර හිඟකම ඇතිවීමෙන් සෞඛ්‍ය තත්වය දුර්වල වී නිතර අසනිපවලට ගොදුරු වීම.
- නූගත්කම හෝ දෙමව්පියන්ගේ නොසැලකිල්ල නිසා පෝෂ්‍යදායී ආහාර නොලැබීම.

- ➢ නිසි වේලාවට සුදුසු ආහාර නොගැනීම - දෙමාපිය කාර්ය බහුල බව හා වැරදි ආහාර පුරුදු අනුගමනය කිරීම හේතුවෙන් වැඩෙන වයසේ දරුවන්ට පෝෂ්‍යදායී ආහාර නොලැබීම

උදා : සමහර ළමයි උදෑසන ආහාර වේල වෙනුවට කිරි වීදුරුවක් පානය කරති. මේ නිසා උදෑසන ආහාර වේල මගහැරේ. පාසල් විවේක කාලයේදී පාන් හෝ වෙනත් ක්ෂණික ආහාර වර්ගයක් අනුභව කරති. එබැවින් දිවා ආහාර වේල ද මගහැරීමට ඉඩ ඇත. ඔවුහු සවස තේ පැනයේදී ද පාන් හෝ පැණි රස ආහාර වර්ගයක් අනුභවයට පෙළඹෙති. එයින් ඔවුන්ට රාත්‍රියේ ආහාර වේල ගැනීමට අවශ්‍යතාවය අඩුවේ.

මෙවැනි ළමුන් වේල් 3 ක් ආහාර ගෙන ඇති නමුත් එයින් බොහෝමයක් පිෂ්ඨය හා තෙල් අධික ආහාර වේ. මේ නිසා නිවසේ පිළියෙල කරන එළවළු, මස්, මාළු සහිත ප්‍රධාන ආහාර වේල් මගහැරී ඇත. සෑම දරුවෙකුම වැඩෙනා වයසේදී උදේ, දවල් සහ රාත්‍රියට ප්‍රමාණවත් ප්‍රධාන ආහාර වේල් 3 ක් ගත යුතුයි. ප්‍රධාන ආහාර වේල් අතරට පළතුරු හෝ ධාන්‍ය වර්ග ආහාරයට ගැනීම සුදුසුය.

බර අඩු දරුවෙකුගේ ආහාර වේල

- ➢ දරුවාගේ බර ප්‍රමාණය අනුව දියයුතු ආහාර ප්‍රමාණය වෙනස් වේ සමාන්‍ය ආහාර දෙන අතරම දිනකට වැඩිපුර 50% කැලරි ප්‍රමාණයක් ලැබෙන පරිදි අමතරව ආහාර ලබාදී මසකට වරක් බර කිරා බලමින් බර වැඩිවේදැයි නිරීක්ෂනය කරන්න. බර වැඩි නොවේ නම් වෛද්‍ය උපදෙස් පතන්න
- ➢ දරුවකුගේ බර කිලෝ ග්‍රෑමයකට අවම වශයෙන් ප්‍රෝටීන් ග්‍රෑම් 1.5 ක් දිය යුතුය. (සාමාන්‍ය අඟලක ඝනකමින් යුතු මාළු කැබැල්ලක් ප්‍රමාණවත් වේ)
- ➢ විටමින් සහ ඛනිජ ලවන අවශ්‍ය පරිදි
- ➢ ආහාර ලබාදීමේ දී ප්‍රමාණය සහ ගුණාත්මක භාවය වැඩි කළ යුතු අතර ප්‍රධාන ආහාර වේල් 3 ට අමතරව තවත් වේල් 2 ක්වත් දිය යුතුය. (නින්දට යාමට පෙරද ආහාරයක් දිය හැක) නමුත් නින්දට යාමට පෙර දත් මැදීම ඉතා වැදගත්ය.
- ➢ ව්‍යායාම - මෙයින් බඩගිනි ඇතිවන අතරම ආහාර අවශෝෂණය ද වැඩි කරයි. තවද මාංශ පේශිවල තානය (Tone) වැඩිවේ. ශරීරයේ මාංශ පේශී හා අස්ථි ශක්තිමත් වීමටත් වර්ධනයටත් උපකාරී වේ.

අධි බර හා ස්ථූලභාවය. (Over Weight and Obesity)

මේ සඳහා "පාසල් දරුවන් තුළ අධිබර සහ ස්ථූලතාවය වැළැක්වීම මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය" පරිශීලනය කරන්න. අධි පෝෂණ තත්වයකි. සථූලභාවය රෝගී තත්ත්වයක් ලෙස සැලකිය හැකි අතර අධිබර යනු ස්ථූලතාවය ඇතිවීමට පෙර ඇතිවන අවදානම් තත්වයකි.

ස්ථූලතාවය බොහෝ රෝගී තත්ත්ව සඳහා මූලාරම්භය වේ. එනම් දියවැඩියාව, හෘද ආබාධ, අධික රුධිර පීඩනය, රුධිරයේ කොලෙස්ටරෝල් ප්‍රමාණය වැඩිවීම, අස්ථිවල රෝගී තත්ත්ව, අක්මාවේ තෙල් තැන්පත් වීම, පිත්තාශයේ රෝග, නිදා ගැනීමේ අපහසුතා නිසා දිවාකාලයේ නිදිබර වීම, ක්‍රියාශීලී බව අඩුකම ආදියයි. මෙයට අමතරව මොවුන් බොහෝ විට මානසික ආතතියෙන් ද පෙළේ.

අධිබර/ස්ථූලභාවයට හේතු

1. අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට වඩා හෝ නිතර නිතර ආහාර ගැනීම.
2. මානසික ආතතිය, තනිකම කාන්සිය ආදී හේතූන් නිසා සමහර ළමුන් අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට වඩා ආහාර ගැනීම.
3. දරුවන්ට තෙල් /සීනි /පිටි සහිත ආහාර සහ පැණි බීම වර්ග වැඩි වශයෙන් ලබාදීම.

   උදා: පේස්ට්‍රි වැනි ආහාර, බීම සහ කාබනීකෘත අධික ලෙස සීනි සහිත පළතුරු බීම, අයිස් පැකට්, ක්ෂණික ආහාර.
4. ශාරීරික ව්‍යායාම හා ක්‍රීඩා නොකිරීම.
5. පරිගණක ක්‍රීඩා, රූපවාහිනී නැරඹීම වැනි ක්‍රියාකාරී බවින් තොර කටයුතුවලට වැඩි වේලාවක් යෙදවීම.

අධිබර හෝ ස්ථූල බව මගහරවා ගැනීමට සුදුසු පිළිවෙත්

සැමවිටම ප්‍රධාන ආහාර වේල් සඳහා සමබල ආහාර වේලක් ගැනීමත් අමතර ආහාර වේල් සීමා කිරීමත් වැදගත් ය.

රෝල්ස්, පේස්ට්‍රි, පැටිස් වැනි තෙල් වැඩි ආහාරත්, පීසා, ෆ්‍රයිඩ් රයිස්, කොත්තු වැනි ක්ෂණික ආහාර, බර්ගර්, මීට් බෝල්ස්, සොසේජස් වැනි සැකසූ ආහාර ගැනීමෙන් වැළකිය යුතුය.

දිනපතා එළවළු හා පළතුරු වර්ග 5 ක් හෝ ඊට වැඩියෙන් ආහාරයට ගැනීමත් කෙඳි සහිත එළවළු (පතෝල, වැටකොළු, කොහිල පලා වර්ග) වැඩිපුර ආහාරයට එක් කර ගැනීමත් වැදගත්ය.

පැණි රස කෑම හැකි තරම් අඩු කිරීමත් සීනි සහිත බීම, ශක්ති ජනක පාන වෙනුවට උණුකර නිවා ගත් ජලය දිනකට වීදුරු 6-8 ක ප්‍රමාණයක් පානය කිරීමත් සුදුසුය

රූපවාහිනී, වීඩියෝ හා පරිගණක භාවිතය දිනකට පැයකට සීමා කිරීමත් එක දිගට පැය 1 කට වඩා වැඩි වෙලාවක් වාඩිවී සිටීමෙන් වැළකිය යුතුය

දිනකට පැයක් හෝ ඊට වැඩි කාලයක් ක්‍රීඩා හෝ ශාරීරික ව්‍යායාම වල නිරත විය යුතුය.

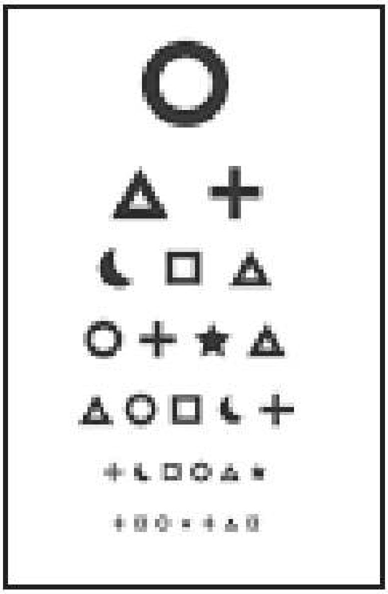
හඳුනාගත් පෝෂණ ගැටළු (මිටි බව, කෘෂ බව, අධිබර) සහිත දරුවන් සෞඛ්‍යය වෛද්‍ය නිළධාරී කාර්යාලයේ පෝෂණ සායනය වෙත යොමු කළ යුතුය.

ස්ථූල දරුවන් ළමා රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙක්, කායික රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකුගේ හෝ අන්තරාසර්ග ග්‍රන්ථි රෝග පිළිබඳ විශේෂඥ වෛද්‍යවරයා වෙත උපදෙස් සඳහා යොමුකළ යුතුය.

සෞඛ්‍ය ගැටළු

දුර පෙනීම පරීක්ෂා කිරීම

පරීක්ෂා කිරීමට ස්නෙලන්ගේ වගුව භාවිතා කළ යුතුය. අකුරු කියවිය නොහැකි දරුවන් සඳහා සංකේත දක්වා ඇති වගුව භාවිතා කරන්න.



දෘෂ්ඨිය පරීක්ෂා කිරීම (Checking Visual Acuity)

උපැස් යුවල් පළඳින හා උපැස් යුවල් නොපළඳින දරුවන්ගේ දෘෂ්ඨිය පරීක්ෂා කළ යුතුයි. මෙය ගුරුවරුන්ටද භාවිතා කල හැක. ස්නේලන්ගේ (Snellen) කාඩ්පත දරුවාගේ ඇස් මට්ටමේ සිටින ලෙස හොඳින් ආලෝකය ඇති තැනක එල්ලන්න. කාඩ්පත සිට මීටර් 6 ක (අඩි 20 ක) දුරින් සිට මෙය කියවිය යුතුයි. දෘෂ්ඨිය පරීක්ෂා කිරීමේදී කාඩ් පත කියවන්නා වූ ළමයාගේ මුහුණට තද හිරු එළිය හෝ අව් රශ්මිය වැටීම සුදුසු නැත.

එක් ඇසක් ඝන කොළයකින් වසා අනිත් ඇසින් උඩ සිට පහලට අකුරු කියවිය යුතුයි. වසන ලද ඇස කිසිවිටකත් පොඩි නොවිය යුතුය. ස්නේලන්ගේ කාඩ්පතේ 6/60, 6/36, 6/24, 6/18, 6/12, 6/9, 6/6, 6/5, යනුවෙන් උඩ සිට පහලට අකුරු පේළි නම් කර ඇත.

යම් දරුවෙකුට 6/60 පේළිය පමණක් කියවීමට හැකි නම් ඉන් අදහස් කරන්නේ ඔහුට මීටර් 6 ක දුර දී කියවීමට හැකි වන්නේ සාමාන්‍ය කෙනෙකුත් මීටර් 60 ක දුර දී කියවන පෙල බවයි. එම නිසා මේ ළමයාගේ දුර දෘෂ්ඨිය 6/60 නම් ඔහුට දෘෂ්ඨියේ ආබාධයක් තිබේ.

යම් දරුවෙකුට කියවීමට හැකි වන්නේ උඩ සිට 6/24 පේළිය වනතෙක් නම් ඔහුගේ දුර දෘෂ්ඨිය 6/24 වේ. ඉන් අදහස් කරන්නේ මේ ළමයාට මීටර් 6 ක දුර සිට කියවන්නට පුලුවන් වන්නේ සාමාන්‍ය දෘෂ්ඨිය තිබෙන කෙනෙක් මීටර් 24 ක දුර සිට කියවන අකුරු පෙල බවයි. එම නිස මේ ළමයාගේ දුර දෘෂ්ඨිය 6/24 නම් ඔහුට දෘෂ්ඨියේ ආබාධයක් තිබේ.

6/18, 6/12 හා 6/9 පේළි පමණක් කියවිය හැකි දරුවන්ද දෘෂ්ඨියේ ආබාධ සහිත දරුවන් වේ.

යම් දරුවෙකුට 6/6 පේළිය වන තෙක් කියවන්නට හැකි නම් ඉන් අදහස් කරන්නේ ඔහුට මීටර් 6 ක දුර දී කියවන්නට හැකි වන්නේ සාමාන්‍ය කෙනෙකුත් මීටර් 6 ක දුර දී කියවන පෙල බවයි. එම නිසා ඔහුගේ දුර දෘෂ්ඨිය 6/6 එය සාමාන්‍ය දෘෂ්ඨියයි.

යම් ළමයෙකුට 6/5 කියවන්නට හැකි නම් ඔහුගේ දෘෂ්ඨිය 6/5 වේ. එහි අදහස සාමාන්‍ය කෙනෙක් මීටර් 5 දී කියවන අකුරු මේ දරුවා මීටර් 6 දී කියවන බවයි. ඔහුගේ දෘෂ්ඨිය සාමාන්‍යයටත් වඩා හොඳයි.

සටහන් තැබීම = වගුව කියවූ දුර / කියවිය යුතු දුර

පෙනීම වම දකුණ වශයෙන් පැහැදිලිව සටහන් තැබිය යුතුය

උදා:
1. L 6/6 R 6/6
2. L 6/36 R 6/60
3. L 6/60 R 6/60

දැනට උපැස් යුවලක් පාවිච්චි කරන දරුවෙකුගේ නම් උපැස් යුවල සමග දෘෂ්ඨිය පරීක්ෂා කරන්න. එවිට දෘෂ්ඨිය 5/6 හෝ 6/6 නම් උපැස් යුවල වෙනස් කිරීමට අවශ්‍ය නැත. උපැස් යුවල සමග පෙනීම 6/12, 6/18, 6/24, 6/36 හෝ 6/60 යන අගයන් එක් ඇසක හෝ සටහන් වේ නම් උපැස් යුවල මාරුකළ යුතුය.

ළඟ පෙනීම පරීක්ෂා කිරීම

පරීක්ෂා කිරීමට අදාල සටහන (Near Vision Chart) භාවිතා කර පෙනීම පරීක්ෂා කරන්න.

N = 5 නම් ළඟ පෙනීම සාමාන්‍යයි. එසේ නොමැතිනම් අක්ෂි විශේෂඥ වෛද්‍ය සායනයට පොන්වන්න.

- **වර්තන දෝෂ (Retractive Error)**

කළුලෑල්ල කියවීමට අපහසුව හෝ පොත කියවන විට ඇස් කිට්ටුවට ගෙන යෑම මෙහි රෝග ලක්ෂණ වේ. ඇස් කණ්නාඩි දැමීමට සිදු වෙයි. මේ සිසුන් ප්‍රමාද නොවී කණ්නාඩි ලබාගෙන ඒවා දිනපතා පාවිච්චි කරන බවට ගුරුවරු වගබලා ගත යුතුයි. දෘෂ්‍යාබාධ පවුලේ කිහිප දෙනෙකුට තිබෙන්නට පුළුවන. පවුලේ දෙමාපියෙක් හෝ සහෝදර/සහෝදරියෙක් උපැස් යුවලක් පළඳී නම් දරුවාටද වර්තන දෝෂයක් තිබීමේ හැකියාව වැඩිවේ. ප්‍රතිකාර නොගතහොත් ඇස් පේශිවල විධාව ඇතිවී හිසරදය ඇති වේ. වර්තන දෝෂ සඳහා දිනපතා උපැස් යුවල භාවිතා නොකලහොත් හෝ කලක් තිස්සේ ප්‍රතිකාර නොමැතිව මෙම තත්ත්වය තිබුනහොත් ඇස් පෙනීම නැවත සාමන්‍ය තත්ත්වයට පත්කිරීම උපැස් යුවලක් පැළඳීමෙන් වුවද සිදුකළ නොහැක. (Strabismus/Amblyopia) මේ පිළිබඳව දරුවන් සහ දෙමාපියන් අනිවාර්යයෙන් දැනුවත් කළ යුතුය.

- **විෂම දෘෂ්ඨිකතාව (Astigmatism)**

පොත් කියවන විට කඳුළු ගැලීම, ඇස්වල වේදනාව හෝ හිස රුදාව දෘෂ්ඨියේ ආබාධ නිසා වන්නට පුලුවන. විෂම දෘෂ්ඨිකතාව ඇතිවන්නේ ඇස් දෙකේ ගෝලාකාරකමේ සුළු වෙනසක් තිබීමෙන්ය. පොත් කියවීම හෝ මැහුමක් මැසීම දීර්ඝ වේලාවක් කල විට හෝ චිත්‍රපටි බැලීමෙන් පසු හිස කැක්කුම, ක්ලාන්තය, කැරකිල්ල හෝ වමනය ඇති වේ. නැතහොත් ළමයා නිතර ඇස් පිය ගසයි.

රෝග ලක්ෂණ බොහෝ විට ඇතිවන්නේ සවස් කාලයේය. නමුත් රාත්‍රියේ දීර්ඝ කලක් පොත් කියවීම නිසා පසුදින උදෑසන ද රෝග ලක්ෂණ ඇතිවන්නට පුලුවන. මේ අය කණ්නාඩි දැමීමෙන් සුවය ලබයි. එයට ප්‍රමාද නොවී වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගත යුතුයි.

වෛද්‍යවරයා වෙත යොමු කළ යුතු අවස්ථා

- දරුවකුගේ දුර පෙනීම එක් ඇසක වුව 6/6 හෝ 6/5 නොවේ නම්,
- දරුවකුගේ ළඟ පෙනීම N = 5 නොවේ නම්,
- බාහිර අක්ෂි ආබාධයක් හෝ වර්තන දෝෂයක් තිබේ නම්,
- ඇස්වලින් කඳුළු ගැලීම, හිසරදය, ඇස කැසීම වැනි දේ ගැන දරුවා පැවසුවහොත්,

- **ඇස් පිය එල්ලා වැටීමෙන් ඇස් වැසීම (Ptosis)**

මෙය උත්පත්තියෙන් ඇති වේ. ශල්‍ය කර්මයකින් සුව කිරීමට හැකිය. අක්ෂි රෝහලට/සායනයට යොමු කළ යුතුවේ.

- **ඇසේ පිහාටු වියලි වීම (Blepharitis)**

දෘෂ්ඨියේ ආබාධ, නිතර තමාගේ ඇස් අපිරිසිදු ඇඟිලි වලින් කැසීම, සෞඛ්‍ය හීනතාව සහ ඇස් අධික වෙහෙසවීම ද මෙයට හේතු විය හැක. අක්ෂි රෝහලට/සායනයට යොමු කළ යුතුවේ.

- **නගන (Stye)**

ඉහත කී අන්දමට දෘෂඨියේ ආබාධ නිසා ඇස් නිතර කැසීමෙන් හෝ සෞඛ්‍ය හීනතාව නිසා නගන ඇති වෙයි. එය මුල් අවස්ථාවේදී උණු වතුරෙන් තැවීමෙන් සුව වේ. නිතර නිතර නගන ඇති වේ නම් අක්ෂි සායනයකට යොමු කළ යුතුයි.

- **ඇස් පිහාටු වල ලේඩින් සිටීම (Lice in eye lids)**

මේවා ශරීරයේ ඇතිවන උකුණන්ගේ (Body lice) බිත්තරයයි. ඇස් චිකිත්සාගාරයකින් ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි.

- **කළු කොටසේ සුදු ලපයක් ඇතිවීම (Keratitis)**

තුවාලයක් සිදුවීමෙන් හෝ ආසාදනය සංක්‍රමනයකින් (පැතිරීමෙන්) හෝ ඉහත සඳහන් විටමින් අඩුකමකින් ඇසෙහි කලු කොටසෙහි තුවාලයක් ඇති වුවහොත් එම තුවාලය සුව වූ පසු සුදු ලපයක් ඇතිවේ. මෙය තුවාල කැලළයි. නමුත් එය ඇසේ මැද තිබීමෙන් දෘෂ්ඨිය දුර්වල වෙයි.

- **ඇසේ සුද (Cataract)**

මේ අයගේ ඇස තුළ තිබෙන කාචය සුදු පාටය. මෙය උත්පත්තියෙන්ම සමහර දරුවන්ට තිබේ. ළමයා හිස පැත්තකට ඇල කර බලයි. මෙය ඉවත් කිරීමෙන් පෙනීම ලැබෙයි.

- **ඇස් දෙක සෑම විටම එහා මෙහා සෙලවීම (Nystagmus)**

මෙයට අක්ෂි වෛද්‍යවරයෙකුගෙන් උපදෙස් ලබා ගත යුතුයි.

- **තමස් අන්ධතාවය (Night Blindness)**

සවස් කාලයේ ඇස් නොපෙනීම විටමින් ඒ ඌණතාවයේ රෝග ලක්ෂණයක් වේ. මෙය තමස් අන්ධතාවය ලෙස හඳුන්වනු ලැබේ. මෙයට ප්‍රතිකාර නොකලහොත් ඇසේ සුදු සහ කලු කොටස් වියලීමට ලක්වේ. එවිට එහි තුවාල ඇති වී පසුව ඇස් අන්ධවීමට ඉඩ තිබේ. රෝගයේ මුල් අවස්ථාවේ දී ඒ විටමින් දීමෙන් අන්ධවීම වලක්වන්නට පුලුවන. විටමින් A බහුල ආහාර දිනපතා ගැනීමෙන් මෙය වලක්වා ගත හැක.

- **වපරය (Squint)**

පලමු වසරේදී සිදු කරන පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේ දී හඳුනාගෙන යොමු කිරීම අත්‍යාවශ්‍ය වේ. මෙයට ප්‍රමාද නොවී ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි. කල් දැමීමෙන් වපර ඇසේ පෙනීම ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අඩු වෙයි. පේශි ව්‍යායාමෙන් හෝ සුළු ශල්‍ය කර්මයකින් හෝ කණ්නාඩි දැමීමෙන් සුව කරන්නට පුලුවන.

ශ්ලේෂ්මල පටලය (Conjunctiva)

- ඇස් රතුවීම සහ කඳුලු ගැලීම හෝ කබ ගැලීම (Conjunctivitis)

ඇසට තුවාලයක් වීමෙන් හෝ විෂබීජයන් ඇතුලු වීමෙන් හෝ ආසාත්මික තාවයක් නිසා (Allergy) මෙය සිදුවේ. මේවාට වහාම ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි. විෂබීජයන්ගෙන් ඇතිවන රෝගයක් නම් කබ කඳුලුවලින් වෙන අයට බෝ වෙයි.

- **ඇසේ සුදු කොටසේ වියලි බව හෝ දුඹුරු පැහැ ගැන්වීම.**

  මෙය විටමින් ඒ ඌණතාවය නිසා ඇතිවේ. බිටෝ ලප ඇතිවීමේ මූලික අවස්ථාව ලෙසද මෙය හැඳින්විය හැක.

- **බිටෝ ලප (Bitot spot)**

  ඇසේ සුදු ඉංගිරියාවේ දිස්නය නැතිවීම හෝ දුඹුරු පැහැයක් ඇතිවීම හෝ සුදු හුනු කුඩු වැනි හෝ මාලු කොරපොතු මෙන් දස්වේ. මෙයට බිටෝ ලප යයි කියයි. මෙය විටමින් ඒ ඌණතාවයේ ප්‍රථිපලයකි.

වහාම අක්ෂි වෛද්‍යවරයෙක් වෙත යොමු කල යුතුය. ඉක්මන් ප්‍රතිකාර නොලදහොත් අන්ධභාවය ඇතිවේ. ප්‍රතිකාර කිරීමෙන් රෝගය සුව වුවද ලපය මැකී නොයයි.

දිළිඳු සිසුන්ට කණ්නාඩි

ඇස් කණ්නාඩි මිලදී ගත යුතු සිසුන්ට රජයෙන් නොමිළයේ ඇස් කණ්නාඩි ලබා ගන්නට පුළුවන. මේ අය අක්ෂි වෛද්‍ය විශේෂඥවරයාගෙන් ලබාගත් කණ්නාඩි වට්ටෝරුව සහිතව පාසල් විදුහල්පතිතුමා මගින් කොට්ඨාශ අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ හරහා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ අංශයෙන් හෝ සමාජ සේවා දෙපාර්තමේන්තුවෙන් හෝ පළාත් අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශයේ විශේෂ අධ්‍යාපන ඒකකයේ නිළධාරීන් මගින් ලබාගත හැක.

නොමිලේ උපැස් යුවල් පාසල් දරුවන්ට ලබාගත හැකි වෙනත් ක්‍රම -

- විෂන් 2020 ආයතනය මගින්
- ළමා රෝහල/ කොළඹ අක්ෂි රෝහල මගින්
- අක්ෂි තාක්ෂණවේදීන් ලාදෙන උපැස් යුවලක් ගැනීමට අවශ්‍ය ලිපි විදුහල්පතිට ලබාදී රක්ෂණ මුදල් ලබාගත හැක

ඇසීම (Hearing)

ඇසීමේ ආබාධ පරීක්ෂා කිරීම :

පංතිභාර ගුරුවරයාගෙන් විමසා මෙවැනි ආබාධ හඳුනාගත් සිසුන් වේ නම් ඔවුන් විශේෂ පරීක්ෂාවකට භාජනය කිරීමත් අනෙකුත් සිසුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ අවස්ථාවේ සරසුල භාවිත කරමින් සිදු කරන පරීක්ෂාවක් මගින් තහවුරු කර ගත හැක.

ගුරුවරයාට තමාගේ පංතියේ ළමයින්ගේ ඇසීම විනිශ්චය කරන්නට පුළුවන. මදක් නිශ්ශබ්ද කාමරයක් සොයාගන්න. එයට එක එක ළමයා බැගින් ගෙන දිනකට සිසුන් 5 ක් හෝ වැඩි ගණනක් විනිශ්චය කරන්නට පුලුවන. ළමයාට පිටුපසින් ගුරුවරයාගේ මුහුණ ළමයාට නොපෙනෙන සේ පුටුවක ගුරුවරයා වාඩි වී ළමයාගේ වම් කන ඔහුට ඇඟිල්ලෙන් තදට වසා ගැනීමට උපදෙස් දෙන්න. ඊට පසු තරමක් සිහින් හඬකින් ළමයාට යම් වගන්තියක් කියන්න. එය ළමයාට නිවැරදිව එය ආපසු කියන්නට පුළුවන් නම් ඔහුගේ දකුණු කනේ ඇසීමේ ආබාධයක් නැත කියා සිතන්නට පුලුවන. ඊට පසු දකුණු කන වසා ගැනීමට උපදෙස් දෙන්න. අනතුරුව වෙන වගන්තියක් කියා ළමයාගේ වම් කනේ ඇසීම සෝදිසි කරන්නට පුළුවන. මේ විනිශ්චයෙන් යම් ළමයෙකුගේ ඇසීම ගැන සැකයක් තිබේ නම් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට භාජනය කරන්න. මෙම පරීක්ෂණය ගුරුවරයෙකුට ද කළ හැක.

කන

කන් පැසවීම (Otitis Media)

කන පිරිසිදු කිරීමට බාහිරින් ඇතුළු කළ කන් හැඳි, කොත්ඩ කටු, කොටින් බඩ් වැනි දේකින් සිදුවූ තුවාලයක් හෝ ශාක බීජ ඇටයක්, කුඩා සතෙකු කන තුල රැඳීම හේතුවෙන් කනෙන් දියර/සැරව ගැලීමක් ඇතිවිය හැක. නමුත් බොහෝ විට ඇතිවන්නේ විෂබීජයක් ඇතුල් වීමෙන්ය. මෙම දියර/ සැරව බොහෝ විට දුර්ගන්ධයෙන් යුක්තය.

මෙම රෝගී තත්ත්වය හේතුවෙන් දරුවා පංති කාමරය තුලදී අපහසුතාවයට පත්විය හැක මේ සඳහා ප්‍රතිකාර අතපසු කිරීමෙන් බිහිරි බව පවා ඇතිවන්නට පුළුවන. තවද මෙම විෂබීජ මොළයට ඇතුල් වීමෙන් මොළයෙහි ආසාදිත තත්ත්වයන් ද ඇතිවන්න පුළුවන. එම නිසා මෙයට ඉක්මණින් ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි. සම්පූර්ණයෙන් සුවය ලැබීමට බොහෝ කලක් ගතවිය හැකිය. මේ පිළිබඳ දරුවන් හා දෙමාපියන් දැනුවත් කළ යුතු වේ.

කථන ආබාධ

- **ගොත ගැසීම (Stammering)**

  මෙය බරපතල රෝග තත්වයක් නොවේ. මෙම දරුවා මානසික අසහනයට ගොදුරු නොවන සේ ගුරුවරයා සහ අනිකුත් දරුවන් කටයුතු කල යුතුය. ඒ සඳහා අන් අයගේ අවධානය යොමු නොවන සේ කටයුතු කල යුතු අතර මෙය වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට යොමු කළ යුතුය.

හිස

- **හිසකෙස් වල පැහැය වෙනස් වීම**

  ප්‍රෝටීන් සහ විටමින් ඌනතාවය නිසා වන්නට පුළුවන. කෙස් හිඟකම, දුඹුරු පැහැ ගැනීම, දුර්වල ශරීර වර්ධනය හෝ මන්දපෝෂණයේ වෙනත් රෝග ලක්ෂණයක් ද මීට හේතුවිය හැක.

- **හිසකෙස් වැටීම හෝ කෙස් අඩුකම**

  දුර්වල සෞඛ්‍ය තත්ත්වයේ ලක්ෂණයකි. විශේෂයෙන් ප්‍රෝටීන් හා විටමින් අඩුකම නිසාය. මෙවැනි ළමුන්ට පෝෂණීය සමබල ආහාරයක් ලබාගැනීමට උනන්දු කළ යුතුය.

- **උකුණන් බෝවීම (Pediculosis)**

  උකුණාගේ ගැහැණු සතා මාසයක් තුළ එක දිනකට බිත්තර 5-7 ක් බැගින් ලේඩි 150-200 ක් පමණ දමයි. මේවා පුපුරා කුඩා උකුණන් පිට වේ. මොවුන් හිසෙන් ලේ උරා බොයි. සති 2 ක පමණ කාලයකදී ඔවුන් වැඩී ගැහැණු සතුන් නැවත බිත්තර දමන්නට පටන් ගනී. බෝවීම සිදුවන්නේ උකුණන් යමෙකුගේ හිසේ හෝ ඇඳුම්වලට වැටීමෙනි.

  ලේ උරා බීමේදී කැසීම ඇතිවේ. නිතර කැසීම නිසා සිසුන්ගේ ඉගෙනීමට අපහසුතා ඇතිවේ. තවද කැසීමෙන් හිසේ තුවාල සෑදී එයින් බෙල්ලේ වසා ග්‍රන්ථි ඉදිමුම සහ උණ ඇතිවේ. උකුණන් මර්ධනය සඳහා නිර්දේශිත ඖෂධ භාවිතා කළ යුතුය.

  උකුණන් බෝවී ඇත්නම් පවුලේ සියලු දෙනාටම එකවර ප්‍රතිකාර කිරීමෙන් නැවත බෝවීම පාලනය කර ගත හැකිය. කෙස් කොටට කපා නිතර හිස සෝදා පිරිසිදුව සිටීමෙන් උකුණන් බෝවීමෙන් වැලකීමට පුළුවන.

මුඛය

■ දත් දිරා යාම (Dental caries)

පැණිරස ආහාර නිතර ගැනීමෙන් ඒවායේ ඇති සුක්‍රෝස් (සීනි) මත මුඛයේ ඇති බැක්ටීරියා සමග ප්‍රතික්‍රියා කර අම්ල සාදයි. මෙම අම්ල දත්වල මතුපිට ස්ථරය වන එනැමලයේ ඇති කැල්සියම් දියකර හරී. එවිට එනැමලයේ ශක්තිය අඩුවේ. මෙසේ දුර්වල වූ එනැමලය කඩා වැටීමෙන් දත්වල කුහර සෑදේ. මෙය දත් දිරායාමේ ක්‍රියාවලියයි. මෙම කුහර වල ආහාර එකතු වී දත් දිරායාමේ ක්‍රියාවලිය දිගටම පවතී. මෙම විෂබීජ දතේ ජීවය සහිත කොටස වන කල්කය දක්වා ගමන් කළ විට එය ආසාදනය වී දතේ වේදනාව හට ගනී. ඉන්පසුව ආසාදනය වූ කල්කය මැරී මැරුණු කොටස්මත විෂබීජ ක්‍රියාකර සැරව බවට පත් වේ. මෙසේ සෑදෙන සැරව දතේ මුල එකතු වී විටින් විට හනුව තුලින් මුඛයට පැමිණේ ඒවා හනුවේ සැරව ගෙඩි හා කම්මුලේ ඉදිමීමක් ලෙස පිටතට පෙනේ. දත් හරක් වීමේ මුල් අවස්ථාවේදී හොඳිලිසෙන සුදුලපයක් ලෙස ඇතිවී පසුව දුඹුරු පාටට හැරෙයි. ඉන් පසුව එනැමලයේ සෑදෙන කුහරය දන්තිනය හරහා කල්කය දෙසට ගමන් කරයි. දත් දිරා යාමේ මුල් අවස්ථාවේදී පාසල් දන්ත සායනයට ගොස් එම මුල් අවස්ථාවේ ඇතිවන කුඩා කුහර ශුද්ධ කර පුරවා ගත හැක. දතක තද වේදනාව හට ගැනීමෙන් පසු සාමාන්‍ය ආකාරයට දත් පිරවීමක් කිරීමට නොහැකිය.

මේ මුල් අවස්ථාවේ දී දත් පිරවීම නොකලහොත් දත් දැක්කුම, හක්ක ඉදිමීම යනාදී රෝග නිසා අසනීප ඇති වී ඉගෙනීමට බාධා ඇති වේ. පසුව දත් දිරා හැලී යයි. නැතහොත් එය නිසි කාලයට ප්‍රථම ගලවන්නට සිදු වෙයි. දත් පිරවීමට වඩා දත් ගැලවීම බෙහෙවින් වේදනා සහිතය. නියමිත කල් පිරීමට පෙර කිරි දත් ගැලවීම ස්ථිර දත් අක්‍රමවත්ව පිහිටීම සඳහා හේතුවකි. නිතර නිතර මෙම රෝග නිසා හෝ දත් කැක්කුම් නිසා හෝ අසනීප වීමෙන් දරුවාගේ ශාරීරික වැඩීම බාල වේ. තවද අසනීප වීම නිසා පාසල් යාම අතපසු වීමෙන් ඉගෙනීම දුර්වල වෙයි. එම නිසා දත් දිරා යාම වලක්වා ආරක්ෂා කර ගැනීමට නම් ,

1. පැණිරස ආහාර ගැනීමෙන් හැකිතාක් දුරට වැලකී සිටින්න.
2. එසේ නොහැකිනම් පැණිරස ආහාර ගන්නා වාර ගණන හා ප්‍රමාණය අඩුකරන්න.
3. පැණි රස ආහාර ප්‍රධාන ආහාර වේල්වලට පසු පමණක් සීමා කරන්න.
4. පැණිරස ආහාර ගැනීමෙන් පසු වතුර පානය කිරීමට හෝ කට සෝදා දැමීමට පුරුදුවන්න.
5. ෆ්ලෝරයිඩ් අඩංගු දන්තාලේපයකින් දිනකට දෙවතාවක් දත් මදින්න (උදේ ආහාරයට පසු හා රාත්‍රී ආහාරයෙන් පසුව)
6. පැණිරස වෙනුවට පළතුරු, කජු, රටකජු, යෝගට් හෝ චීස් ආහාරයට ගන්න.
7. දරුවාට වයස අවුරුද්දේ සිට අවුරුද්දකට වතාවක් දත් පරීක්ෂා කරවා ගන්න (වයස අවු 13 ට වඩා අඩු දරුවන්)

■ අධිධාරණය විකෘතිව දත් හෝ හනු පිහිටීම (Malocclusions)

දත් නිසි පරිදි නියමිත ආකාරයට පෙලට නොපිහිටීම හෝ උඩ හනුවේ හා යටි හනුවේ දත් නිවැරදි ආකාරයට එක මත නොගැටීම අධිධාරණය වේ. මෙය උඩ හා යටි හකුවල ප්‍රමාණය හෝ පිහිටීම එකිනෙකට නොගැලපීම නිසා හෝ හකුවල ප්‍රමාණය, දත්වල ප්‍රමාණයට නොගැලපීම නිසාද සිදුවේ.

මේ නිසා නිසි පරිදි ආහාර විකා කෑමට, නිවැරදි වචන උච්චාරණයට හා ප්‍රසන්න පෙනුමට බාධා විය හැකිය.

මෙය පරම්පරාවෙන් උරුම වන්නක් හෝ නියමිත කල් පිරීමට ප්‍රථම කිරිදත් ගලවා දැමීම, ස්ථිර දත් මතුවන කාලයේදී හා ඉන් පසුව ඇඟිලි හෝ සූප්පු ඉරීම, නිය හෝ පැන්සල් හැපීම හෝ බෝතලයෙන් කිරි පෙවීම වැනි කරුණු නිසා ඇතිවේ.

කිසියම් විකෘතිතාවයක් පිළිබඳ ලක්ෂණ ඇත්නම් ඔබට ආසන්නතම දන්ත වෛද්‍යවරයා හමුවී අවශ්‍ය උපදෙස් ලබාගන්න.

- **දන්ත ෆ්ලෝරෝසියාව (Dental Fluorosis)**

  ෆ්ලොරයිඩ් දත් හා අස්ථි වැඩීමට අවශ්‍යයය. සාමාන්‍යයෙන් අප භාවිතා කරන ජලයෙහි ෆ්ලොරයිඩ් අඩංගු වේ. නමුත් අතැම් ප්‍රදේශවල ජලයෙහි ෆ්ලොරයිඩ් සාන්ද්‍රණය අධිකව ඇත.

  උදා - අනුරාධපුර, කුරුණෑගල, හම්බන්තොට

  මෙසෙ අධිකව ෆ්ලොරයිඩ් අඩංගු ජලය භාවිතයෙන් දත් දුර්වර්ණ වී ඉන් අනතුරුව දිරායාමට පවා මෙය හේතුවේ. දත් දිරායාම වැලැක්වීමට ෆ්ලෝරෝසියියාව තිබෙන අය අනිවාර්යයෙන් ෆ්ලොරයිඩ් අඩංගු දන්තාලේපයක් භාවිතා කළ යුතුය.

- **විදුරුමස්වල ආබාධ - පරිදන්තික රෝග (Periodontal Disease)**

  මුල් අවස්ථාවේදී මෙය විදුරුමසේ රතුවීමක්, ඉදිමීමක් හා ලේ ගැලීමක් ලෙස පැවතුනද රෝගය උත්සන්න වීමේදී සැරව ගැලීම හා දත් බුරුල් වී වැටීම දක්වා උග්‍ර වේ.

මෙම රෝගයට ප්‍රධානතම හේතුව දත් හා විදුරුමස් හොඳින් පිරිසිදු නොකිරීමයි. විදුරුමස් දාරය තුල රැඳෙන කෑම කැබලි මත බැක්ටීරියා ක්‍රියා කිරීම නිසා නොයෙකුත් රසායන ද්‍රව්‍ය නිපදවේ. මෙම ද්‍රව්‍ය විදුරුමසට, හකු ඇටයට හා දත් විදුරුමසට හා හනුවට බැඳ තබාගන්නා පරිදන්තික පටලයට හානි කරයි. මෙමගින් කල්යාමේදී විදුරුමස් දියවීමත් සමගම එයට සාපේක්ෂව දත් සවිවන හකු ඇටය දියවී යයි. රෝගය විදුරුමසට පමණක් සීමාවී ඇති අවස්ථාවේදී ඉතා හොඳින් විදුරුමස් පිරිසිදු කිරීමෙන් හා දන්ත සායනයට ගොස් දත් ශුද්ධ කර ගැනීම මගින් නැවත යථා තත්ත්වයට පත් කර ගත හැක. හකු ඇටය දියවන තෙක් රෝගය උත්සන්න වූ පසු නැවත මුල් අවස්ථාවට පත් කල නොහැක. එම නිසා කුඩා කල සිට විදුරුමස්වල හා දත්වල පවිත්‍රතාව රැකගැනීම ජීවිතයේ පුරුද්දක් කර ගැනීමට උනන්දු වන්න. විදුරුමසින් රුධිරය වහනය වුවද දත් මැදීම නොකඩවා කරගෙන යා යුතුය.

- **දිව හම යෑම සහ ආහාර ගන්නා විට දිවේ දැවිල්ල ඇතිවීම (Glossittis)**

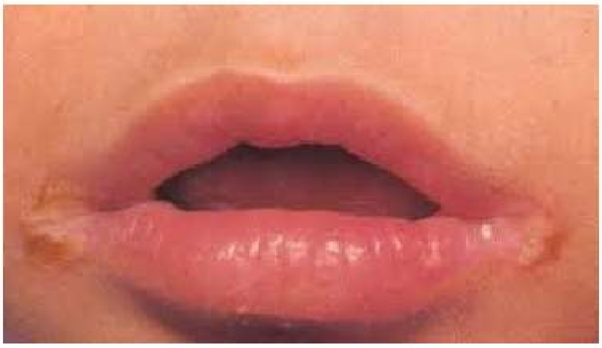
  මෙයත් රයිබොප්ලේවින් යන බී විටමින් වර්ගයේ ඌනතාවක් නිසා ඇති වේ.

- **මුඛයේ ගඳක් ඇතිවීම (Halitosis)**

මෙය බොහෝවිට මුඛයේ අපිරිසිදුකම නිසා ඇතිවේ. දිරාගිය දත්වල ඇති කුහරවල ආහාර පල්වීම, විදුරුමස් රෝග, ශ්වසන මාර්ගයේ හෝ ආමාශයික රෝග නිසා මෙය සිදුවීමට පුලුවන.

- **කට කොන් වනවීම (Angular Stomatitis)**

බී විටමින් ඌනතාවයකි. නිවුඩු හාල් වැනි බී විටමින් අඩංගු ආහාර හෝ විටමින් පෙති ගැනීමෙන් සුවකර ගත හැක.



උගුර කණ නාසය

- **නාසයෙන් දියර ගැලීම (Rhinitis)**

බොහෝ විට ආසාත්මිකතාවය නිසා හෝ ආසාදනය නිසා විය හැක. ළමයා විසින්ම ඇතුල් කරගත් ගල් කැටයක් හෝ ශාබ බීජ ඇටයක් රැඳීමෙන් වන්නට පුලුවන. එක් නාස් පුඩුවකින් පමණක් දුගඳක් හෝ දියර ගැලීමක් සිදුවන්නේ නම් වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගත යුතුය. නාසයෙන් දයර ගලන ළමයින්ට නාසය පිරිසිදු කිරීම සඳහා පාසැලට පිරිසිදු රෙදි කැබැල්ලක් දිනපතා ගෙන එන ලෙස උපදෙස් දෙන්න. නාසය පිරිසිදු කිරීමෙන් පසු ඔවුන්ගේ අත් සබන් දමා සෝදන්නට පුරුදු කරන්න. නාසය පිසින රෙදි කැබැල්ල මේස/පුටු මත නොතැබීමට උපදෙස් දෙන්න.

සුරතල් සතුන්, දූවිලි සහිත පරිසරය, පින්නට සහ සීතල පරිසරයට නිරාවරණය වීම වැනි මෙම සාධක සඳහා නිරාවරණය නොවී සිටීමෙන් ආසාත්මිකතාවය නිසා නාසයෙන් දියර ගැලීම අඩුකර ගත හැකිය.

නිතර කැස්ස සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව ඇතිවීම (Recurrent Cough and colds)

සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ තත්ත්වයේ දුර්වලකමක් නිසා වෙන්නට පුළුවන. සති තුනකට වඩා කැස්ස පවතීනම් වෛද්‍යවරයෙක් වෙත යොමු කිරීම සිදු කළ යුතුය. පීනස නිසාද මෙසේ විය හැක. තවද විටමින් සහ ඛනිජ ලවණ සපිරි සමබල ආහාරයක් ගැනීම සඳහාද ළමුන් උනන්දු කළ යුතුය.

- **වසා ග්‍රන්ථි ඉදිමීම (Lymphadenopathy)**

කුඩා දරුවන්ගේ (වයස 8 - 12) වසා ග්‍රන්ථි සමහරක් සුළු තරමින් විශාල වීම ආබාධයක් නොවේ. නමුත් ඒවා වඩා විශාල වේ නම් හෝ වේදනා ඇති වේ නම් වෛද්‍යවරයකුවෙත යොමුකල යුතුයි.

- **තයිරොයිඩ් ග්‍රන්ථිය ඉදිමීම හෝ ගලගණ්ඩය (Goitre)**

වැඩිවිය පැමිණීමේදී ගැහැණු ළමයින්ගේ තයිරොයිඩ් ග්‍රන්ථිය මඳක් විශාල වීම සාමාන්‍ය දෙයකි. නමුත් එය කල් පවතී නම් පරීක්ෂා කළ යුතුය.

සම

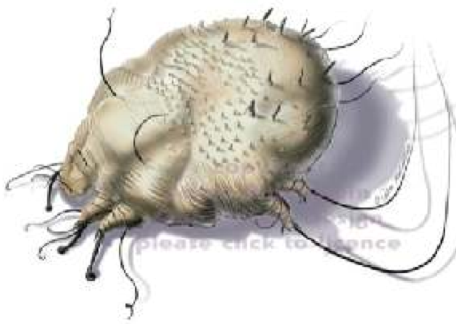
■ කුරුළෑ (Pimple)

නව යොවුන් වියේ දරුවන් අතර සුලභ ගැටලුවකි. හෝමෝන ශ්‍රාවය වීම නිසා ස්නේහ ස්‍රාවී ග්‍රන්ථිවල ක්‍රියාකාරීත්වය වැඩිවීම නිසා මෙම තත්ත්වය ඇතිවේ. මානසික සෞඛ්‍යට බෙහෙවින් බලපායි. නිදි වැරීම, මානසික ආතතිය, අධික වෙහෙස නිසා මෙම තත්ත්වය වැඩිවිය හැක. ඉහත දැක්වූ සාධක අවම කර ගැනීමත්, නිතර සම පිරිසිදු කිරීමත්, කුරුළෑ කැඩීමෙන් තුවාල ඇතිකර නොගැනීමත් ඉතා වැදගත් වේ. කුරුළෑව මත ඇතිවන කලු පැහැති කොටස (Comedone) ඉවත් නොකිරීමට තරයේ උපදෙස් දිය යුතුය. එසේ කිරීමෙන් මුහුණේ වලවල් ඇතිවේ. වෙළඳ පොළෙහි ඇති විවිධ ආලේපන වර්ග භාවිතා කිරීම හානි දායක විය හැකි බව ඒත්තු ගන්වන්න. බෙහෙවින් පීඩාකාරීනම් ප්‍රතිකාර සඳහා සමේ රෝග සායනයකට යොමුකරන්න.

■ පණු හොරි හෙවත් බෝවෙන හොරි (Scabies)

සාකොප්ටිස් ස්කේබිස් නම් වන පරපෝෂිතයා නිසා ඇති වෙයි. කීටයා හම සිදුරු කොට බිත්තර දමයි. මින් පිටවන කීටයන් වෙනත් තැන් සිදුරු කරයි. සම මත බිබිලි මතුවෙයි. මේවා කැසීමෙන් තුවාල ඇති වෙයි

රෝගය මුලින් ඇතිවන්නේ ඇඟිලිවල සහ ඇඟිලි කරුවලය. නමුත් ශරීරයේ වෙනත් ස්ථාන වලද විශේෂයෙන්ම හම රැළි නොවන ස්ථානවලට මෙය බෝ වෙයි. තදබල කැසීම ඇති වෙයි. පවුලක කිහිප දෙනෙකුට හෝ එකට සෙල්ලම් කරන මිතුරින් අතර සීඝ්‍රයෙන් බෝ වෙයි.



අන්වීක්ෂයකින් විශාල කරන ලද පරපෝෂිතයා

බෙන්සයිල් බෙන්සෝඒට්, සල්ෆර් හෝ පර්මෙත්‍රින් ඖෂධ වර්ග වලින් සුවකළ හැක. බෙන්සයිල් බෙන්සෝඒට් හෝ සල්ෆර් ප්‍රතිකාරකය දින 3 ක් භාවිතා කළ යුතුය. පවුලේ සියලු දෙනාටම එක් වර ප්‍රතිකාර කළ යුතුය. හොඳින් පිරිසිදු වී ආලේපනය හිස සහ මුහුණේ හැර ශරීරයේ ඉතිරි සෑම තැනම ආලේප කර පිරිසිදු ඇඳුම් ඇඳ ගත යුතුය. ආලේපය පැය 24 ක් නොසෝදා තබා ගත යුතුය. දෙවන දිනයේදී ද පළමු දින අඳින ලද ඇඳුම් සෝදා තම්බා ඉවත් කර නා පිරිසිදු වී ආලේපය පෙර පරිදිම ගෑම සිදුකළ යුතුය.

මෙය දින 3 ක් නොකඩවා කළ යුතුය. පර්මෙත්‍රින් ආලේපය භාවිතා කරන්නේනම් රාත්‍රී කාලයේදී පැය 12ක් ශරීරය පුරා (හිස හා මුහුණ හැර) ආලේප කිරීම ප්‍රමාණවත්ය. මෙය එක් දිනක් ආලේප කර සතියකට පසු නැවත පෙර සේම ආලේප කර පැය 12ක් පුරා තබාගත යුතුය. බෙහෙත් භාවිතා කරන කාලය තුල ඇඳ ඇතිරිලි, පැදුරු කොට්ටා ආදිය අව්වේ වේලා පිරිසිදු කර ගත යුතුය. රෝගය නැවත මතුවුවහොත් සතියකින් යලි ප්‍රතිකාර ගත යුතුය.

තදබල කැසීම් ඇත්නම් වෛද්‍ය උපදෙස් ලබාගන්න. මේ බෙහෙත් වැඩි කලක් පාවිච්චි කිරීම සුදුසු නැත. කැසීමෙන් ඇතිවන්නා වූ තුවාල වල විෂබීජ ආසාදනය වීම නිසා දරුණු වකුගඩු ආබාධ පවා ඇතිවීමට ඉඩ ඇත. එම නිසා පණු හොරි ඇති විට ප්‍රමාද නොවී ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි.

- **ලා පැහැති අසංවේදී ලප (Hypopigmented patches)**

සමේ තැනින් තැන ඇති අළුහම් වැනි ලප අංසවේදී බව තහවුරු වේ නම් ඒවා සටහන් කර විශේෂ පරීක්ෂාවකට භාජනය කරන්න.

ලාදුරු (Leprosy) හමේ සුදු පාටට හුරු පැල්ලම් සේ පෙනේ. අළුහම් හෝ පණු කැවිලිවලට සමාන වේ. ස්පර්ශ දැනීම ද නැත. එයට වහා ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි. ලාදුරු ඇති සිසුන්ට බෙහෙත් ගන්නා අතරම පාසලට සාමාන්‍ය ලෙස පැමිණිය හැකිය. මෙම රෝගයට නිසි ප්‍රතිකාර ගැනීමෙන් නිට්ටාවටම සුවකල හැක.

- **වෙනත් චර්මාබාධ**

පණු කැවිලි - කැසීම ඇති කරන්නා වූ දද විශේෂයෙන් ඉකිලි වල හෝ කිහිලිවල හට ගනී. දිලීර වර්ගයකින් ඇතිවේ. තුවාය සහ ඇඳුම්වලින් වෙනත් අයට බෝ වෙයි. ඇඳුම්, තුවා තද අව්වේ වේලා ගැනීම. ඇඳුම්, තුවා පොදුවේ භාවිතා නොකිරීමෙන් මෙම රෝගය පැතිරීම වලක්වා ගත හැක. මෙය ස්පර්ශයෙන් බෝවන නිසා වැසිකිලි අසුන් මගින් ද බෝවිය හැක. වෛද්‍ය උපදෙස් අනුව දිලීර නාශක ඖෂධ නියමිත කාලය තුළම භාවිතා කිරීමෙන් සම්පූර්ණ සුවය ලැබිය හැක.

- **අළුහම්** - දිලීර වර්ගයකින් ඇති වේ. සුදු හෝ දුඹුරු ලප මෙන් පෙනේ. බෝවිය හැක. ප්‍රතිකාර සඳහා වෛද්‍යවරයෙක් වෙත යොමු කරන්න.

- **සුදු කබර** (Vitiligo) - ඉතා සුදු පැහැයට ලප ශරීරයේ ඇතිවෙයි. තොල් වල එය රතු පාටට පෙනේ. මෙය ඇතිවෙන්නේ මීයෙක් සපා කෑමෙන් යයි කීම සත්‍යයක් නොවේ. එය වෙන අයෙකුට බෝවන්නේ නැත. ප්‍රතිකාර සඳහා සමේ රෝග විශේෂඥ සායනයක් වෙත යොමු කරන්න.

- **සමේ වියලි ගතිය සහ කොරල** (Ichthyosis) හම වියලී පිපිරීමක් සේ පෙනේ. රෝගයක ලක්ෂණ නොවේ. පවුලේ අන් අයට ද තිබිය හැක. චර්ම රෝග වෛද්‍යවරයෙකුට යොමු කරන්න. නිතිපතා ආලේපන භාවිතයෙන් පාලනය කරගත හැක.

- **දද හෝ කුෂ්ඨ** (Eczema) - බොහෝවිට වලලුකර, දණහිස පිටුපස, වැලමිට පිටුපස හා පාදවල ඇතිවේ. අධික ලෙස කැසීම සහ දියර ගැලීම දැකිය හැක. පැසවීම ද සිදුවේ. සමහර ආහාර වර්ග වලට සහ පලඳින ආභරණවලට අසාත්මිකතාවයක් ලෙස ඇතිවන නමුත් බොහෝවිට හේතුවක් සොයාගත නොහැක. මේවාට ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි. සමේ රෝග සායනයකට යොමු කරන්න.

■ අස්ථි ආබාධ

අස්ථි විකලාංග හා කොඳු නාරටියේ ඇදවීම් (Scoliosis) මුල් අවස්ථාවේදීම විශේෂඥ වෛද්‍ය සායනයකට යොමු කිරීම සුදුසුය.

■ රූමටික ආබාධ

මෙය සන්ධි ආශ්‍රිතව ඇතිවිය හැකි රෝගී තත්ත්වයකි. රූමටික රෝගයට ගොදුරුවී ප්‍රතිකාර ලබාගනිමින් සිටින ළමුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේ දී හඳුනාගතහොත් එම ළමුන් නිසි පරිදි ප්‍රතිකර ලබාගන්නේදැයි පසු විපරම් කිරීමත්, ප්‍රතිකාර පැහැර හැර ඇති නම් වහාම ඒ සඳහා යොමුකරවීමටත් අවශ්‍ය පියවර ගැනීමත් ඉතා වැදගත්ය.

■ හෘදය ආශ්‍රිත රෝගාබාධ

වෛද්‍යවරයා විසින් නාඩි (Pulse) හා හෘද ස්පන්ධනය (Auscultation) පරීක්ෂා කර සටහන් තැබිය යුතුයි.

ළමා රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමුකළ යුතු අවස්ථා

- නියපොතු වක ගැසීම (Clubbing)
- නීලායනය (Cyanosis)
- අසාමාන්‍ය හෘද ශබ්ද (Cardiac murmur/ Splitting of the second heart sound)
- නාඩි වේගය වැඩි වීම (High pulse rate)

සාමාන්‍යයෙන් ආශ්වාසයේදී හෘද ස්පන්ධන වේගය ප්‍රාශ්වාසයේදී ට වඩා වැඩිය. මෙය වැඩිහිටියන්ට සාපේක්ෂව කුඩා දරුවන්ගේ වඩා ප්‍රකටය. මෙය අසාමාන්‍ය තත්ත්වයක් නොවේ.

පෙනහළු

වෛද්‍යවරයා විසින් පරීක්ෂා කර සටහන් තැබිය යුතුයි.

- **ඇදුම** (Wheezing)
  පංතිභාර ගුරුවරයාගෙන් විමසා තොරතුරු දැන වෛද්‍යවරයා වෙත යොමු කරන්න.
- **හතිය** (Dyspneoa)
  හෘදයේ ආබාධ හෝ පෙනහලු වල ආබාධ හෝ ශරීරයේ ස්ථූල බව හෝ රක්තහීනතාවය නිසා වන්නට පුලුවන. වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමු කළ යුතුය

හැසිරීමේ ආබාධ සහ මානසික කම්පනය

පංතිභාර ගුරුවරයාගේ සටහන අනුව සම්පූර්ණ කරන්න.

සාමාන්‍ය සිසුවා තමන්ගේ පාඩම්වලට ආසාව දක්වයි. සැම දෙනාටම මිත්‍රකම් පෙන්වයි. ඔහු දඟකාර වුවත් පාඩමට ඇහුම් කන් දෙයි. තමාට හෝ ගුරුවරයාට කරදර ඇතිවන අන්දමට නොහැසිරෙයි.

යම් දරුවෙක් සාමාන්‍ය අන්දමට වඩා වෙනස් අන්දමට නිතර හැසිරේ නම් ඔවුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට භාජනය කළ යුතුයි. මේවා නොසැලකීම නිසා පසුව දරුණු මානසික ආබාධ බවට පත්විය හැක.

පාඩමට නිතර ඇහුම්කන් නොදීම, පාසැල් නීති රීති කඩ කිරීම, නිතර බොරු කීම, සොරකම් කිරීම, දඬර කිරීම, පාසැලෙන් කට්ටි පැනීම, හැසිරීමේ ආබාධ වේ. තද ඊර්ෂ්‍යාව, නිතර කෝපයෙන් පසුවීම, සුළු දෙයට හැඬීම, ඉතාමත් ලජ්ජාශීලි ගතිය, බය ගතිය, මිත්‍රයින් නැතිකම, ඉතා නිශ්ශබ්ද වීම මානසික කම්පනයන් වේ.

ඉගෙනීමට දක්ෂතාවය අඩු කම හෝ ඉගෙනීමේ අපහසුතා

සමහර විට බුද්ධිය අඩුකම නිසා වන්නට පුළුවන. තවත් සමහරකුට සාමාන්‍ය බුද්ධිය තිබියදීත් නිතේ අධික කරදරයක් හෝ මානසික ගැටළු නිසා හෝ තම පාඩම් හරියාකාර කරගැනීමට නොහැකි වේ. මේවාද පරීක්ෂණයට භාජනය කළ යුතුයි. සමහර විට පෙනීමේ හෝ ඇසීමේ ආබාධ මෙයට හේතු වන්නට පුළුවන.

වෙනත් ආබාධ

පරීක්ෂණයෙන් හෝ ප්‍රශ්න කිරීමෙන් වෙනත් කිසියම් ආබාධයක් හඳුනා ගතහොත් වෙනත් ආබාධ කොටුවෙහි ඒ බව සඳහන් කළ යුතුය.

ස්නායු දෝෂ සහ වලිප්පුව

මීමැස්මොරය/අපස්මාරය, ගැස්ම සහ වෙනත් ස්නායු ආබාධ හෝ ස්නායු දුර්වලකම් තිබේ නම් ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කළ යුතුයි.

රක්තහීනතාවය (Anaemia)

මෙයට හේතු කිහිපයක් ඇත. පෝෂණය අඩුකම, විශේෂයෙන් යකඩ ඌණතාවය මේ සඳහා බලපානු ලැබේ. කොකු පණු රෝගය, මැලේරියා උණ ඉන් සමහරකි. සම සුදුමැලිවීම, සුළු වැඩක් කිරීමේදී මහන්සිය දැනීම, මුහුණේ පිපුණු ගතිය ඇතිවීම, සරඹවල යෙදීමට අසතුටුවීම මෙහි රෝග ලක්ෂණ වේ. කම්මැලිකම සහ ධාරණ ශක්තිය අඩුවීම නිසා මෙය ඉගෙනීමට බලපායි.

අංගවිකලත්වය

- උත්පත්තියෙන් හෝ රෝග වැළඳීමෙන් පසුව මෙය සිදු වේ. පෝලියෝ රෝගයෙන් පසුව අත් පා සිහින් වී අප්‍රාණික වේ. වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ප්‍රතිකාර මේ අයට ලබාගත හැක. අවශ්‍ය උපදෙස් ලබාදී පුනරුත්ථාපනය සඳහා යොමුකළ යුතුය.

අපිරිසිදුකම

අපිරිසිදුව පාසලට ඒමට හේතු කිහිපයක් තිබේ.

1. දිළිඳුකම
2. සෞඛ්‍ය හා සනීපාරක්ෂාව පිළිබඳ දැනුම අඩුවීම
3. දෙමව්පියන්ගේ අසමගිකම හෝ නොසැලකිල්ල නිසා දරුවන්ගේ වැඩ කටයුතු අතපසු කිරීම.
4. දරුවාගේ මානසික දුර්වලතාවය (මෙයට ප්‍රතිකාර ගත යුතුයි)

පාසැලට පැමිණීමේ දුර්වලතා

මෙයට හේතු :

1. ගෙදර වැඩ කටයුතු නිසා පාසැලට නොපැමිණීම.
2. දෙමව්පියන්ගේ නොසැලකිල්ල/ නොදැනුවත්කම / දෙමාපියන් හැරයාම විදේශ
3. නිතර නිතර අසනීප වීම. (මෙවැනි සිසුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට භාජනය කළ යුතුයි.)
4. පාසල තුළදී/ගමනා ගමනයේදී ඇතිවන ශාරීරික /මානසික ගැටළු නිසා.

පණු රෝග

කිරිපණු රෝග (Pin worm)

නූල් කැබලි සේ පෙනෙන මේ පණුවන් බඩවැලේ ජීවත් වේ. ඔවුන්ගේ ගැහැණු සතුන් රාත්‍රී කාලයේ ගුදයෙන් පිටතට විත් ගුදය වටේ සම මත බිත්තර දමයි. මේ නිසා ගුද මාර්ගය අවට තදබල කැසීම ඇති වේ. කුඩා දරුවන් මේ අවධියේ ඇඟිලි වලින් කැසීමෙන් ඇඟිලිවල බිත්තර ඇලවී ඒවා නැවත මුඛය හරහා ඇතුළු වීමෙන් රෝගය නැවත නැවත බෝ වෙයි. තවද මේ දරුවන්ගේ ශරීරයෙන් මෙම බිත්තර විසිරී ගොස් දූවිලි සමග මිශ්‍ර වී වෙනත් අයට ද මුඛ මාර්ගයෙන් රෝගය බෝවේ. එම නිසා බොහෝ විට පවුලේ කිහිප දෙනෙකුට මේ රෝගය තිබේ. ඒ සියලු දෙනාටම එක වර ප්‍රතිකාර නොකලහොත් එය නැවත නැවත බෝ වෙයි. රෝගය ඇති කුඩා දරුවන්ට රාත්‍රියේදී පිජාමා කලිසමක් අන්දවා තිබීමෙන් සහ නියපොතු කොටට කපා තැබීමෙන් රෝගය අලුත් වීම වලක්වා ගත හැක. තවද, ඔවුන් රාත්‍රියේදී අඳින ඇඳුම් උදේ උණු වතුරෙහි දමා තැම්බීමත් තද අව්වේ හොඳින් වියලා ගැනීමත් කළ යුතුයි. පණුවන් සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීම අවශ්‍යයි. නැතහොත් දරුවාට නින්දට බාධා වීම නිසා අසහනකාරී තත්වයක් ඇතිවනවා මෙන්ම පෝෂණ ඌණතා ද ඇතිවිය හැක.

වටපණු රෝගය (Round worm)

මේ පණුවන් කුඩා බඩවැලේ ජීවත් වේ. ඔවුන් දමන්නා වූ බිත්තර අසූචි සමග පිටවේ. බිත්තර පොලව මත සති දෙකකින් මෝරයි. මේරූ බිත්තර මුඛ මාර්ගයෙන් ඇතුළු වීමෙන් රෝගය බෝ වෙයි. විශේෂයෙන් අමුවෙන් අනුභව කරන්නා වූ පළතුරු, එළවළු සහ පළා වර්ග සේදීමෙන් තොරව ආහාරයට ගැනීමෙන් රෝගය බෝවිය හැක. මීට අමතරව දරුවන් එළිමහනේ සෙල්ලම් කිරීමෙන් අනතුරුව හොඳින් අත් සේදීමකින් තොරව ආහාර ගැනීමෙන් ද රෝගය බෝවේ. දරුණු ලෙස වටපණු රෝගය ඇතිවිට මන්දපෝෂණය මෙන්ම පණුවන් අන්ත්‍ර සහ ශ්වසන මාර්ගය ආදිය අවහිර කිරීම නිසා මරණය පවා සිදුවන අවස්ථා ඇත. එබැවින් පුද්ගලික ස්වස්ථතාවය රැකගැනීම සහ වෛද්‍ය උපදෙස් අනුව පණු ප්‍රතිකාර ලබාදීම සිදු කළ යුතුය.

කොකු පණු රෝගය (Hook worm)

මේ කුඩා පණුවන් බඩවැලේ එල්ලී ලේ උරා බොති. නිරක්තිය ඇතිකරන ප්‍රධාන හේතුවකි. ඔවුන්ගේ බිත්තර අසූචි සමග පිටවේ. පොළොව මත මේ බිත්තර පුපුරා කුඩා පණුවන් පිට වේ. මේ කුඩා පණුවන් යම් කෙනෙකුගේ පාදයේ සහ අතෙහි ඇඟිලිකරු අතර හම සිදුරු කොට ශරීරයට ඇතුල් වේ. සැමවිට වැසිකිළි භාවිතයෙන් සහ පාවහන් පැලදීමෙන් ආසාදනය අවම කර ගත හැක. වෛද්‍ය උපදෙස් අනුව ප්‍රතිකාර කළ යුතුය.

පණු රෝග වැලැක්වීමට

ලොකු කුඩා සෑම දෙනාම වැසිකිලි භාවිතා කළ යුතුයි. අසූචි වලින් පොළව අපවිත්‍ර කිරීමෙන් වැළකිය යුතුයි. ආහාරයට පෙර අත් සබන් දමා සේදීම, නියපොතු කොටට කපා පිරිසිදුව තිබීම, අමුවෙන් ආහාරයට ගන්නා එළවළු, පළතුරු සහ පළා වර්ග හොඳින් සේදීම, එළිමහනේ දී පාවහන් පාවිච්චි කිරීම මගින් රෝග බෝවීම වලක්වාගත හැක. පණු රෝග සඳහා ප්‍රතිකාර ලබාගැනීමේදී පවුලේ සියලු දෙනා එකවර පණු ප්‍රතිකාරය ලබාගැනීම වඩා සුදුසුය.

පුද්ගලික ස්වස්ථතාවය

- පාසල් සිසුන්ට යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු කුඩා වයසේ පටන් හුරුකළ යුතුය
- ගුරුවරුන් සෑම විටම ආදර්ශමත් ව හොඳ සෞඛ්‍ය පුරුදු පිළිපැදිය යුතුය
- ආහාර පිළියෙල කිරීමට පෙර සහ අනුභවයට පෙර සබන් යොදා අත් සේදීම
- නියපොතු කොටට කපා පිරිසිදුව තබා ගැනීම
- වැසිකිලිය භාවිතයෙන් පසු වතුර යොදා හොඳින් පිරිසිදු කිරීම
- වෙන අයට අප්‍රසන්න වන සේ වැසිකිලිය අපවිත්‍ර නොකිරීම
- වැසිකිලි භාවිතයෙන් පසු සබන් යොදා අත් සේදීම

යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු

- උදේ හා රාත්‍රියට කෑමෙන් පසු දත් බුරුසුවකින් දත් මැදීම
- ප්‍රමාණවත් ලෙස ජලය පානය කිරීම
- දත් හෝ විදුරු මස් ආබාධ දැනගත් විගසම දන්ත සායනයට ගොස් ප්‍රතිකාර ගැනීම
- කුඩා කාලයේ සිටම ලේන්සුවක් භාවිතයට හුරු කළ යුතුය (සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව ඇතිවිට විශේෂයෙන් සැලකිලිමත් විය යුතුයි)
- නාසය පිරිසිදුව තබා ගැනීම.
- නාසය ඇතුලේ ඇඟිලි දැමීම හෝ සොටු සූරා ඇඳුම්වල හෝ වෙනත් ස්ථාන වල ඇතිල්ලීමෙන් වැලකී සිටීම.
- දිනපතා නෑම සහ හිස පිරිසිදු කර උකුණන්ගෙන් තොරව තබා ගැනීම
- තැන් තැන් වල කෙළ ගැසීමෙන් හා හොටු දැමීමෙන් වැළකීම
- කහින විට හෝ කිවිසන විට මුඛයට අත හෝ ලේන්සුව තබා ගැනීම
- පිරිසිදු යට ඇඳුම් ඇඳීම, ඒවා දිනපතා සේදීම හා තද අව්වේ වියලා ගැනීම හා මාරු කිරීම
- වතුර බීමට තම තමන් වෙන් වෙන් වශයෙන් භාජන පාවිච්චි කිරීම
- දද, වණ, තුවාල ඇති අවස්ථාවල ඒවා පිරිසිදුව තබාගැනීම හා සුදුසු පරිදි ආවරණය කර තැබීම
- වැඩිවියට පැමිණි ගැහැණු ළමයින්ට මාසික ඔසප් දිනවලදී සැළකිය යුතු සෞඛ්‍ය පිළිවෙත් ගැන කියා දීම.
- හැකි සෑම විටම පාවහන් පැළඳීම.

ගුරුවරුන් විසින් වාර්තා කරන ලද ඉගෙනීමේ ආබාධ සෑම විටම වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී තහවුරු කළ යුතුය. ඇදුම, වලිප්පුව හෝ වෙනත් නිදන්ගත රෝගී (රූමටික, උණ හෘද රෝග, තැලිසීමියා, වකුගඩු ආබාධ වැනි) තත්ත්වයන් කායික පරීක්ෂණ මගින් තහවුරු කළ නොහැකි විට, දරුවා, දෙමව්පියන් හා ගුරුවරුන් සමග සාකච්ඡා කර තහවුරු කර ගත යුතුය.

හඳුනාගත් අබාධ සඳහා ගත් ක්‍රියා මාර්ග

හඳුනාගත් අබාධ ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කළ ස්ථාන හා කරන ලද ප්‍රතිකාර පිළිබඳ විස්තර සටහන් තැබිය යුතුයි. ප්‍රතිඵල පිළිබඳ තොරතුරු පසු විපරම් වලදී සොයා රෝග විනිශ්චය සටහන් කරන්න.

- ගුරුවරුන් විසින් වාර්තා කරන ලද ඉගෙනීමේ සහ හැසිරීමේ ගැටළු සැමවිටම වෛද්‍යවරයා විසින් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී පන්ති භාර ගුරුවරයා සමග සාකච්ඡා කොට තහවුරු කරගත යුතුය.
- වෛද්‍යවරයා විසින් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදුකල යුතු ශ්‍රේණිවල සියළුම දරුවන් පරීක්ෂා කළ යුතු අතර, ම.සෞ.ප. විසින් පෙර පරීක්ෂණයේදී හඳුනාගත් ආබාධ සහිත දරුවන් සහ ගුරුවරයා විසින් හඳුනාගත් ආබාධ සහිත දරුවන්ට විශේෂ අවධානය යොමුකොට ඒවා තහවුරු කළ යුතුවේ.
- හඳුනාගන්නා ලද ආබාධ සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර වෛද්‍යවරයා විසින් කළ යුතු අතර, ඒ සඳහා අවශ්‍ය බෙහෙත්, සැරහුම් වාර්ෂික ඇස්තමේන්තුවලට ඇතුළත් කොට ප්‍රාදේශිය බෙහෙත් ගබඩාවෙන් ලබාගත යුතුවේ. එසේ නොහැකි අවස්ථාවලදී ළගම ඇති රෝහලෙන් එම බෙහෙත් වර්ග ලබාගැනීම සඳහා යොමු කළ යුතුවේ.
- ප්‍රතිකාර සඳහා විශේෂඥ සායනවලට යොමු කළ යුතු දරුවන් හමුවීම් පත එච්. 606 නිවැරදිව සම්පූර්ණ කොට උපදෙස් ලබාදී යොමු කිරීම් කළ යුතුවේ. මේ සඳහා ළගම ඇති රෝහල්වල විශේෂඥ සායන දින සටහනක් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනයට ගෙන යා යුතුවේ.
- විටමින් වර්ග සහ පණු බෙහෙත් අවශ්‍ය දරුවන්ට ලබාදීම
- කාලීන සෞඛ්‍ය ගැටලු පිළිබඳ අධ්‍යාපනය ලබාදීමත් පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේ දී සිදුකළ යුතුයි.

ප්‍රතිශක්තීකරණය ලබාදීම

- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වරයා විසින් පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනයේදීම ප්‍රතිශක්තිකරණ කටයුතු සිදුකළ යුතුය.
- හදිසි අසාත්මික තත්ත්වයන්ට ප්‍රතිකාර කිරීම සඳහා වෛද්‍ය නිලධාරීවරයෙකු සිටිය යුතුය.
- ප්‍රතිශක්තිකරණ කටයුතු සිදු කිරීම අදාල කාර්ය මණ්ඩලයේ අනෙකුත් සාමාජිකාවන් (මහජන සෞඛ්‍ය හෙදි සොහොයුරිය, පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනිය) දැනුවත් කර ඔවුන්ගේ සහයෝගය ලබාගැනීම.
- සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් එක් එක් එන්නත ලබාදුන් දිනය හා එන්නත් කාණ්ඩ අංකය ළමා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහනෙහි (CHDR) ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන (H 457) සටහන් කල යුතුය.
- DT/OPV සායනයේදී ලබා නොදුන් දරුවන්ට 1 ශ්‍රේණියේ වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී ලබා දිය යුතුය. වයස අවු 10 සිට 14 දක්වා දරුවන්ට HPV සහ aTd එන්නත් වසංගත රෝග විද්‍යා ඒකකයෙන් ලබාදෙන ලද උපදෙස් අනුව වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනයේදී ලබාදිය යුතුය. පාසලේ ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව අනුව එක් දිනක් ප්‍රමාණවත් නොවන විටදී දින කිහිපයකදී වුවද ප්‍රතිශක්තිකරණ කටයුතු සම්පූර්ණ කල යුතුය. මෙතෙක් ලබානොගත් එහෙත් ලබාදිය යුතු අනෙක් දරුවන්ට ද වෙන් වෙන් වශයෙන් සටහන් සටහන් තැබීම සිදුකළ යුතුය.
- ප්‍රතිශක්තිකරණ සිදුකරන විට හදිසි අවශ්‍යතා සඳහා බෙහෙත් රැගෙන යා යුතුය. (Emegency tray)

වෛද්‍ය පරීක්ෂණය අවසානයේ

- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයා විසින් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයෙන් පසු අදාල සෑම පන්තියක් සඳහාම එච් 456 සෞඛ්‍ය ගැටළු සටහන පිටපත් දෙකකින් සම්පූර්ණ කර මුල් පිටපත විදුහල්පතිවරයා මගින් පංති භාර ගුරුවරයාට ලබාදීමටත්, අදාල ගුරුභවතා විසින් පසු විපරම් කලයුතු ආකාරය පිළිබඳවත් උපදෙස් ලබාදීමටත් කටයුතු කළ යුතුය. අනෙක් පිටපත මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක ගොනුකොට තබාගෙන පසු විපරම් පිළිබඳ සොයා බැලීම් සහ සටහන් තැබීම කළ යුතුය.
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණය දිනයේදී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් දන්ත ආබාධ සහිත ළමුන්ගේ නාම ලේඛන සකස් කර පාසල් දන්ත චිකිත්සක වෙත යොමුකළ යුතුයි. එසේ යොමුකල ළමුන්ගෙන් ප්‍රතිකාර ලබානොගත් ළමුන් පිළිබඳ පසු විපරම් සිදුකළ යුතුය.
- පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී හඳුනාගත් ආබාධ නිවැරදි කිරීම් සිදුකරන්නේද යන්න පිළිබඳව පසු විපරම් මගින් තහවුරු කර ගැනීමත් අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී ඒ පිළිබඳ උනන්දු කරවීමත් සිදුකළ යුතුය.
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී සොයාගත් දරුවන් අතර ඇති සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ ගැටලු පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සාරාංශය (H1247) පෝරමය පිටපත් දෙකකින් පුරවා එක් පිටපතක් මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක ගොනුකොට තබා අනෙක් පිටපත සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලය වෙත බාරදිය යුතුය සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ පරිගණක ගත කළ පිටපතක් විදුහල්පති වෙත ලබාදිය යුතුය.

අනෙකුත් පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු

- වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී හඳුනාගත් ආබාධ ඇතුළුව පාසල් ළමුන්ගේ සෞඛ්‍ය ගැටළු පිළිබඳව එක් එක් පංතිවල අදාල දෙමාපියන් සමග සාකච්ඡා කළ යුතුය. පන්ති කවයේදී මේ සඳහා දිනයක් වෙන්කර ගත හැක.
- බෝවන සහ බෝනොවන රෝග වැලැක්වීම් සඳහා විශේෂ වැඩ සටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම
- ගුරු භවතුන් සඳහාද බෝනොවන රෝග කලින් හඳුනාගැනීම වැලැක්වීම් සඳහා සුදුසු පරීක්ෂණ පැවැත්වීම
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් මසකට වරක් ඩෙංගු මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන සඳහා පාසල් භූමි පරීක්ෂා කිරීම.
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් නිරන්තරව දිවා ආහාර ලබාදෙන පාසල් සහ ආහාර නිෂ්පාදනය පිළියෙල කරන ස්ථාන පරීක්ෂා කොට සෞ.වෛ.නි ට වාර්තා කිරීම.

- ආපන ශාලා ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කරන බව තහවුරු කිරීම. ආපන ශාලා එච් 1306 ට අනුකූලව ශ්‍රේණිගත කර බී සහ සී ශ්‍රේණිවලට අයත් ආපන ශාලා සඳහා හිසි පියවර ගන්න
- දිවා ආහාරය පිළියෙල කරන ස්ථාන එච් 800 මගින් පරීක්ෂා කිරීම
- පාසලේ උපදේශන ගුරුවරයා සමග එක්ව උපදේශනය අවශ්‍ය දරුවන් සඳහා සැසි පැවැත්විය යුතුයි. එම දරුවන් වෛද්‍යවරුන්ට යොමු කිරීම අවශ්‍ය නම් සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ සෙනසුරාදා පැවැත්වෙන නව යොවුන් මිතුරු සේවා සායනවලට හා ප්‍රතිශක්තිකරණ සායනවලට යොමුකල යුතුය.
- පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සමාජ පිහිටුවීම හා පවත්වාගෙන යෑම සඳහා විදුහල්පතිතුමාට හා ගුරු මණ්ඩලයට අවශ්‍ය සහයෝගය හා උපදෙස් ලබාදීම.
- ළමුන්ගේ සෞඛ්‍ය දියුණු කිරීම සඳහා විශේෂ වැඩ සටහන් සැලසුම් කොට විදුහල්පතිවරුන්ගේ/ ගුරුවරුන්ගේ සහාය ඇතිව දියත් කළ යුතුය (ජීවන නිපුණතා වැඩ සටහන්, සෞඛ්‍ය දැනුම මිනුම තරග, වාද විවාද තරග, ප්‍රදර්ශන, නාට්‍ය........)
- සතිපතා දෙන යකඩ, ෆෝලික් අම්ල (WIFS) වැඩ සටහන හිසි පරිදි සිදුවේ දැයි සොයා බැලීම.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් ඇති කිරීම සඳහා දැනුවත් කිරීම

අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයෙන් නිකුත් කරන ලද චක්‍රලේඛ අංක 02/2019 අනුව පාසල සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් බවට තහවුරු කළ යුතුය.

i. පාසල තුළ සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්ති ප්‍රදර්ශනය කර තිබේද ? එය ක්‍රියාත්මක වේදැයි සොයා බැලීම.
ii. ළමුන් අතර හිංසනය වැළැක්වීමට කටයුතු කිරීම
iii. පාසලේ සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා දෙමාපියන් ඇතුලු සෑම දෙනාගේම ක්‍රියාකාරී සහභාගිත්වය ලබාගැනීම සඳහා ප්‍රජා උපදේශක කමිටු පිහිටුවීම හා ක්‍රියාකාරීව පවත්වාගෙන යාම
iv. පාසල් සෞඛ්‍ය නගා සිටුවීමට ප්‍රජා සහභාගිත්වය.
v. පෝෂ්‍යදායක සහ සෞඛ්‍යමත් ආහාර පරිභෝජනය
vi. නව යෞවන පාසල් දරුවන් සඳහා විශේෂිත වැඩ සටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම. උදාහරණ : පෝෂණය, මත්පැන්, මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩ සටහන් සහ ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන්, එච්.අයි.වී. ඒඩ්ස් නිවාරණය පිළිබඳ වැඩ සටහන්.
vii. ජීවන නිපුණතා පාදක අධ්‍යාපන වැඩ සටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම.
viii. කමිටු රැස්වීම්වලට සහභාගී වී පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු ඇගයීම.

මහජන සෞඛ්‍ය හෙදි සොහොයුරියගේ කාර්යභාරය

සෞ.වෛ.නි. උපදෙස් පරිදි අවශ්‍ය සෑම අවස්ථාවකදීම පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා සහාය ලබාදිය යුතුයි. විශේෂයෙන්ම ප්‍රතිශක්තිකරණ කටයුතුවලදී සහ නව යොවුන් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන්වලදී මහජන සෞඛ්‍ය හෙදි සොහොයුරියගේ දායකත්වය ඉතා වැදගත් වේ.

පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ කාර්යභාරය

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක නිලධාරී විසින් සැලසුම් කරන ලද පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සඳහා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ අනුමැතිය සහිතව සහභාගී විය යුතු අතර, අනිකුත් පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු වලදී ද අවශ්‍ය සහයෝගය ලබාදිය යුතුවේ. විශේෂයෙන්ම නව යොවුන් වියේ පාසල් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය කටයුතුවලදී පළාතේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණියගේ දායකත්වය ලබාදිය යුතුවේ.

විදුහල්පතිතුමා මගින් අපේක්ෂිත කාර්යභාරය

පාසලක සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු සඳහා ප්‍රධාන උපදේශක ලෙස ක්‍රියාකරන්නේ විදුහල්පතිවරයාය.

මේ සඳහා ඔහු/ඇය විසින්

01. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් ඇති කිරීම සඳහා අවශ්‍ය සම්මුතීන් සහ ප්‍රතිපත්ති සකස් කිරීම, ඒ සඳහා ගුරුවරුන්, ශිෂ්‍යයන්, දෙමාපියන් ආදීශිෂ්‍යයන් හා සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සහභාගිත්වය සුදුසු පරිදි ලබා ගැනීම.

02. එම සකස්කරගත් වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීම ක්‍රියාත්මක කිරීම නියාමනය හා අගයීම සඳහා කමිටුවක් පත් කර ගැනීම (සෞඛ්‍ය සමාජය ලෙස හෝ වෙනත් නමකින් විය හැක) මේ සඳහා විදුහල්පති, ගුරුවරුන්, උපදේශන කටයුතු භාර ගුරුවරුන්, ශිෂ්‍යයන්, දෙමාපියන් හා ප්‍රජා සහභාගිත්වය තිබිය යුතුය) හා ඒවා සාර්ථකව ක්‍රියාත්මක කිරීම. මෙම කටයුත්ත සඳහා වගකීමෙන් යුතුව ක්‍රියා කළ හැකි ගුරුවරයෙකු පත්කර ගැනීම යෝග්‍ය වේ. (සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපන ගුරුවරයකු වඩා සුදුසු වේ) තවද පාසල් සංවර්ධන සමිතියේ අනු කමිටුවක් ලෙස ප්‍රජා උපදේශන කමිටුවක් පත්කර ගැනීම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු සඳහා පහසුවක් වේ. සෞඛ්‍ය සමාජයේ ප්‍රධාන සාමාජිකයන් ලෙස පාසල් ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවන් කටයුතු කරන අතර විදුහල්පති, ගුරුවරුන්, දෙමව්පියන්, සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සහ අනෙකුත් ප්‍රජාව උපදේශක මට්ටමේ ක්‍රියාකරනු ඇත.

03. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සංවිධානය කිරීම හා පවත්වාගෙන යාම සඳහා උපදේශකයකු ලෙස ක්‍රියාකාරී ලෙස සහභාගී වීම.

04. පාසලේ වාර්ෂික සැලැස්ම පිළියෙල කිරීමේදී සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සහාය ඇතිව සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන් ඇතුලත් කිරීම

05. මූලික පහසුකම් ලබා ගැනීමට කටයුතු කිරීම, (ජල පහසුකම්, වැසිකිළි පහසුකම් ආදිය)

06. පිරිසිදු පානීය ජලය හා සෞඛ්‍ය ආරක්ෂිතව පිළියෙල කළ පෝෂ්‍යදායී ආහාර දරුවන් පාසල තුළදී ලබාගන්නා බවට වග බලා ගැනීම සහ ආපනශාලාව සෞඛ්‍ය ක්‍රමානුකූලව පවත්වා ගැනීම.

07. පාසල් පරිසරය පිරිසිදුව සහ අලංකාරව පවත්වාගෙන යාම සහ ආරක්ෂිත බව සහ දූෂණයෙන් තොර බවට වග බලා ගැනීම.

08. කැලි කසල විධිමත්ව බැහැර කිරීමේ ක්‍රමයක් පාසල තුළ සකස් කර සහ මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන බැහැර කිරීම.

09. සෞඛ්‍ය සම්පන්න ඉරියව් පවත්වාගෙන යාමට අවශ්‍ය පරිදි ලී බඩු සපයා ගැනීමට කටයුතු කිරීම.

10. පාසල් දරුවන්ට උදය ආහාර ලබාගැනීම සඳහා කාලයක් ලබාදීම.

11. ළමුන්ට පාසල් කාලය සතුටින් ගත කිරීමට හිතකර පාසල් පරිසරයක් ගොඩනැගීම.

12. දරුවන්ගේ ජීවන නිපුණතා (ආත්ම අභිමානය, ගැටළු නිරාකරණය, ආතතියන්ට මුහුණ දීම වැනි) ප්‍රගුණ කිරීමට අවශ්‍ය කටයුතු කිරීම.

උදා.

- ගුරු පුහුණුව
- සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සමග එම කටයුතු සංවිධාන කොට ක්‍රියාත්මක කිරීම.

13. දිනපතාම සෑම ළමයෙකුටම ක්‍රීඩාවන්හි අවම වශයෙන් විනාඩි 20 ක්වත් ශාරීරික ව්‍යායාමයන්හි යෙදීමට අවස්ථාවන් සලසාදීම.

14. ප්‍රථමාධාර පහසුකම් නිසි අයුරින් පවත්වාගෙන යාම හා අසනීප වූ විට ප්‍රථමාධාර ලබාදීමට ස්ථානයක් පිළියෙල කර තිබීම.

15. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී සහ ඔවුන්ගේ කාර්ය මණ්ඩලය සමග යහපත් සම්බන්ධීකරණ පවත්වා වාර්ෂික පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය, වාර්ෂික පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සහ අනෙකුත් සෞඛ්‍ය කටයුතු සාර්ථකව ඉටුකර ගැනීම සඳහා සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයට සහාය දීම සහ එම නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක කිරීම.

16. පාසල් ගොඩනැගිලි සඳහා නිසි වාතාශ්‍රය හා ආලෝකය ලැබෙන බවට සහතික වීම.

මෙම කටයුතු සඳහා විදුහල්පති විසින් පාසලකින් එක් ගුරුවරයෙකු නම් කිරීම යෝග්‍ය වේ.

- පාසල් සෞඛ්‍ය සඳහා ප්‍රජා සහභාගීත්ව කමිටුවක් පිහිටුවා ගැනීම. (පාසල් සංවර්ධන සමිතියේ අනු කමිටුවක් ලෙස මෙය පත්කර ගැනීම)
- පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව මගින් සංවිධානය කරන සියලු සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතුවල දී සක්‍රීය ලෙස සහභාගී වීම.
- ඒ සඳහා ප්‍රජාවේ හා දෙමව්පියන්ගේ සහයෝගය ලබා දීමට කටයුතු කිරීම.
- අවශ්‍ය අවස්ථාවල සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයේ සහභාගිත්වය හා උපදෙස් ලබා ගැනීම
- සෞඛ්‍ය කමිටුවේ ක්‍රියාකාරකම් ඇගයීම හා නියාමනය.

17. ගුරු මණ්ඩලයට සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා අවශ්‍ය දැනුම සහ හැකියාවන් වැඩිදියුණු කර ගැනීමට අවස්ථාව ලබාදීම.
18. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා අදාල සියලුම රාජ්‍ය සහ රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන සමග මනා සම්බන්ධීකරණය පවත්වා ගැනීම.
19. පුස්තකාල පහසුකම් සැලසීම, විවේක කාලය ගත කිරීම සඳහා පහසුකම් සහ ක්‍රීඩා පිට්ටනි ඇති කිරීම, දරුවන්ට කණ්ඩායම් ක්‍රීඩා කිරීමට ඉඩ ලබාදීම.
20. පාසලේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු පිළිබඳ ස්වයං ඇගයීම සඳහා සකස් කරන ලද ඇගයීම් පත්‍රිකාව යොදාගෙන සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සමග එම කටයුතු සිදු කිරීම.
21. සතිපතා දෙන යකඩ ෆෝලික් අම්ල (WIFS) වැඩසටහන සඳහා සහය දීම.

පංතිභාර ගුරුවරයාගෙන් අපේක්ෂිත කාර්යභාරය

මෙම ගුරුවරයා සක්‍රියව දායක වීමෙන් පහත ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාත්මක කිරීමට කටයුතු කිරීම

i. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා අදාල ප්‍රතිපත්ති හා සම්මුතීන් සම්බන්ධයෙන් දැනුවත් වීම හා ක්‍රියාත්මක වීම

- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් ඇති කිරීම සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සකස් කර ගැනීමට විදුහල්පතිතුමාට සක්‍රියව දායකත්වයක් ලබාදීම.
- ඒවා ක්‍රියාත්මක කිරීමට ශිෂ්‍යයන්, දෙමව්පියන් හා ප්‍රජාවගේ සහභාගිත්වය ලබා ගැනීමට කටයුතු කිරීම.
- වැඩ සටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීමට හා නියාමනය කිරීමට සහයෝගය ලබාදීම.
- පාසල තුළ දරුවාගේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීමට තමා දායක වූ ආකාරය පිළිබඳව හඳුනා ගැනිම සඳහා ස්වයං ඇගයීමක යෙදීම.
- පාසල තුළ ක්‍රියාත්මක වන සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කටයුතු නිරතුරුව සොයා බැලීම සහ ඇගයීම

ii. දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්වය නගා සිටුවීම

- ළමුන්ගේ සෞඛ්‍ය ගැටලු පිළිබඳව දැනුවත් වීම
- එබඳු ගැටලුවක් ඇති ළමුන්ගේ දෙමාපියන් ඒ පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම හා ඔවුන් ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කිරීම සෞඛ්‍ය ගැටලු සහිත ළමුන් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කාර්යාලයේ සෙනසුරාදා උදය වරුවේ පවත්වන බහු සායනය වෙත යොමු කළ හැක
- ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කළ ළමුන් පසු විපරම් කිරීම.
- හොඳ සෞඛ්‍ය පුරුදු ප්‍රවර්ධනය සඳහා කටයුතු කිරීම
- ළමුන් බුද්ධිමත් විචාරවත් අය බවට පත් කිරීම. උදා: අඩු වියදම්, පෝෂ්‍යදායී ආහාර පිළිබඳව අවබෝධය හා ඒවා තෝරා ගැනීම, ආරක්ෂිත ලෙස පරිභෝජනය කිරීමට අවශ්‍ය දැනුම හා හැකියාවන් දරුවන්ට ලබාදීම.
- සතිපතා ලබාදෙන යකඩ ෆෝලික් අම්ල (WIFS) වැඩසටහන සාර්ථකව ක්‍රියාත්මක කිරීම

iii. සෞඛ්‍යමත් පාසල් පරිශ්‍රයක් ඇති කිරීම

- ➢ පන්ති කාමර නිසි ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය හා ඉඩකඩ ලැබෙන පරිදි ක්‍රමානුකූලව පවත්වා ගෙන යාම.
- ➢ පාසල් පසරය පිරිසිදුව හා අලංකාර ලෙස පවත්වාගෙන යාම (පංතිකාමරය තුළ හා පිටත)
- ➢ පාසල් පරිසරය දරුවන් සඳහා ආරක්ෂිත බව සහ දූෂණයෙන් තොරබව නිරතුරුවම සොයා බැලීම සහ ඒ සඳහා නිසි පියවර ගැනීමට විදුහල්පතිවරයාට සහාය වීම (උදා - අනාරක්ෂිත ළිං, වළවල්, අනාරක්ෂිත ගොඩනැගිලි, මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන, දඩාවතේ යන බල්ලන් හා වෙනත් සතුන්, හානිකර රසායන ද්‍රව්‍යයන්/දුම්වැටි මත් ද්‍රව්‍යයන්, අපචාර ක්‍රියා).

- ➢ සෞඛ්‍ය ක්‍රමානුකූලව කැලි කසල බැහැර කිරීමේ ක්‍රමයක් පාසල තුළ සකස් කර ගැනීම
- ➢ පිරිසිදු පානීය ජලය හා සෞඛ්‍ය ආරක්ෂිතව පිළියෙල කළ පෝෂ්‍යදායී ආහාර දරුවන් පාසල තුළදී ලබාගැනීම සඳහා උනන්දු කිරීම හා සොයා බැලීම.

iv. මනෝ සාමාජීය වශයෙන් සෞඛ්‍යවත් භාවය ඇති කිරීම සඳහා

- ගුරුවරුන් සෑම විටම ආදර්ශමත් වීම.
- තමාගේ හැසිරීම හා ඇඳුම් පැළඳුම් ආදිය ආදර්ශමත් ලෙස හා ප්‍රසන්න ලෙස පවත්වා ගැනීම.
- ගුරුවරුන් තමාගේ සෞඛ්‍යය රැක ගැනීමට ක්‍රියා කිරීම, ජීවන නිපුණතා තමා තුළද ඇති කර ගැනීම.

  උදා: කේන්ද්‍රිය ආතතිය පාලනය කර ගැනීම
- සියලුම ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවන්ට සමානාත්මතාවයෙන් සැලකීම.
- ළමුනට සවන්දීම, රහස්‍යභාවය රැකීම හා දරුවාගේ ගරුත්වය ආරක්ෂා කිරීම.
- දරුවනට කායික හා මානසික පීඩා ඇති නොවන පරිදි කටයුතු කිරීම (සියලු කටයුතුවලදී පන්තියේ සෑම දරුවෙකුම සහභාගී කරවා ගැනීම, අවසන් ප්‍රතිඵලය නොව දරුවාගේ උත්සාහය අගය කිරීම, දරුවාගේ වැරදිවලට අන් අය ඉදිරියේ දරුවාගේ පෞරුෂත්වය බිඳ වැටෙන ආකාරයේ දඬුවම් කිරීම් හා ලජ්ජාවට පත් කිරීම් සිදු නොකිරීම.)
- ළමුන්ගේ අවශ්‍යතා පිළිබඳව සහ ඔවුන්ගේ නිවසේ තත්ත්වය (සමාජීය හා ආර්ථික) පිළිබඳව දැනුවත් වීම හා සංවේදී වීම.
- ළමුන්ට අවශ්‍ය අවස්ථාවන්හිදී උපදේශනය ලබාදීම.
- දරුවන් සමග දිනපතා සිදුවන සිද්ධි (දරුවන්ට අදාල) අධ්‍යයනය කිරීම
- දරුවාගේ පෞරුෂත්වය වර්ධනය වන ආකාරයට කටයුතු කිරීම (ළමයින්ගේ නිර්මාණශීලිත්වය සහ රස වින්දන හැකියාවන් හඳුනාගෙන ඇගයීම, ඉදිරිපත් වීමට අවස්ථාව ලබා දීම
- දරුවන් අතර හිංසනයන් වැලැක්වීමට කටයුතු කිරීම මගින් උදා: උසුළු විසුළු කිරීම, ශාරීරික වදහිංසාවලින් තොර පරිසරයක් ගොඩනැගීම පාසලේ ප්‍රතිපත්තියක් බවට පත් කිරීම.

- දරුවන් පාසලට පැමිණෙන දින ගණන වැඩි කිරීම සඳහා කටයුතු කිරීම. මේ සඳහා පාසැල දරුවාට ප්‍රිය ජනක, රැකවරණය සහිත ස්ථානයක් බවට පත් කිරීම
- පාසල් ප්‍රජාව සමග සුහදව සිටීම.

v. ජීවන නිපුණතා පදනම් වූ අධ්‍යාපනයක් ලබාදීම සඳහා

- අවශ්‍ය කුසලතා ගුරුවරයා ලබා ගැනීම.
- දරුවන් සඳහා ප්‍රායෝගික වැඩ සටහන් පැවැත්වීම (ජීවන නිපුණතා ගුරුවරයා විසින්)

vi. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ හා සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් කෙරෙන පසු විපරම් වලදී පංතිභාර ගුරුවරයාගේ කාර්ය භාරය

- වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට පෙර ළමුන්ගේ ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන් පත්හි (එච් 457) ගුරු සහාය කොටස) සම්පූර්ණ කිරීම.
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදු කෙරෙන අවස්ථාවේදී අදාල පන්ති භාර ගුරුවරයා දරුවන්ගේ ගැටළු හඳුනාගැනීමට සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයට සහය විය යුතු අතර විශේෂ ගැටළු ඇති දරුවන් (ඉගෙනීමේ ආබාධ හා හැසිරීමේ ගැටළු වැනි) සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී/වෛද්‍ය නිළධාරී අවධානයට යොමු කිරීම.
- පළමු ශ්‍රේණිය දරුවන්ගේ දෙමව්පියන්ට හා අනිකුත් ශ්‍රේණිවල හඳුනාගත් ගැටළු ඇති දරුවන්ගේ දෙමව්පියන්ට වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනයේදී සහභාගී වීම සඳහා දැනුම් දීම. අනෙක් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන් පත් ගෙන්වා ගැනීම.
- 200 ට වැඩි පාසල් වල 1,4,7,10 ශ්‍රේණිවල සිසුන්ට අමතරව අනෙක් ශ්‍රේණිවල ආබාධ සහිත සිසුන් සිටීනම් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට යොමු කිරීම.

- විටමින් හා ඖෂධ වර්ග ලබාදුන් දරුවන්ට නිසි පරිදි ලබා දීම සඳහා දෙමව්පියන් දැනුවත් කිරීම
- කිසියම් දෙමව්පියෙක් තම දරුවාගේ ආබාධයක් හෝ රෝගී තත්ත්වයක් හඳුනාගෙන ඇත්නම් ඒ සම්බන්ධව වෛද්‍යවරයා සමග සාකච්ඡා කිරීමට අවස්ථාව සලස්වා දීම.

- යොමු කිරීම් කල දරුවන් (ආබාධ සටහනට එච් 456 හි සඳහන් පරිදි) නියමිත සායන වලට සහභාගී වීද යන්න පිළිබඳව සොයා බැලීම හා ඒ සඳහා ඔවුන්ගේ දෙමව්පියන් දැනුවත් කිරීම
- ප්‍රතිකාර නිම කිරීමෙන් පසු එච් 606 යොමු කිරීම් පත තමා භාරයට ගෙන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක මහතා පාසලට පැමිණි විට ඔහුට ලබාදීම.
- පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයෙන් පසු ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන් පත් (එච් 457) නැවත අවශ්‍ය වූ විට ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි වන සේ සුරක්ෂිතව තබා ගැනීම, සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයට අවශ්‍ය වන විටදී ඒවා ලබාදීම.
- මෙම ශ්‍රේණියේ දී ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන් පත් (එච් 457) ලබා දී ඇත්නම්, එම සිසුන් ඉහළ ශ්‍රේණියට යන විට එම ශ්‍රේණිය භාර ගුරුවරයාට භාරදීම මෙන්ම වෙනත් පාසලකට එම සිසුවා ඇතුලත් වන්නේ නම් එය සිසුවාට ලබාදීම.
- දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහන් පොත් (CHRD) දෙමව්පියන්ගෙන් ගෙන්වා ගැනීම සහ වෛද්‍ය පරීක්‍ෂනයෙන් අනතුරුව නැවත දෙමව්පියන්ට සුරක්‍ෂිතව භාර දීම.

මග පෙන්වීම සහ උපදේශන කටයුතු භාර ගුරුවරයාගේ වගකීම

- උපදේශන සේවාවන් සඳහා සුදුසු ස්ථානයක් විදුහල්පතිතුමාගේ එකඟතාවය අනුව වෙන්කොටගෙන අවශ්‍ය පරිදි සකස් කර ගැනීම.
- අනාවරණය කෙරෙන තොරතුරු පිළිබඳ රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කිරීම.
- එම සේවාව අවශ්‍ය දරුවන්ට නොපමාව ලබාදීම හා අනෙකුත් ගුරුවරුන්ගේ සහාය ඇතිව ගැටළු සහිත දරුවන් හඳුනාගැනීම මෙන්ම උපදේශනයෙන් සොයා බැලීම.
- එම දරුවන් පිළිබඳව කලින් දැනගත් තොරතුරුවලින් තීරණ නොගැනීම.
- එම දරුවන්ගේ ගැටළු සඳහා අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමු කිරීම.

දෙමාපියන්ගේ සහ අනෙකුත් ප්‍රජාවගේ වගකීම

තම දරුවන්ගේ යහපත් ජීවන පැවැත්මක් සඳහා පහත සඳහන් මූලික අවශ්‍යතා නොඅඩුව සැපයීම ඔවුන්ගේ වගකීමයි

01. නිසි වයසට පාසල් අධ්‍යාපනය ලබාදීමට අවශ්‍ය කටයුතු සැලසීම.
02. දරුවන්ගේ පාසල් අධ්‍යාපන ක්‍රියාවලිය සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය සම්පත් දරුවන්ට ලබාදීම.
03. උදෑසන ආහාරය දී පාසලට එවීම හා අනෙකුත් සෑමවිටකදීම පෝෂ්‍යදායී ආහාර වේලක් දරුවාට ලබාදීම.(අඩුම වශයෙන් ආහාර වේල් 3 ක් වත්)
04. තම දරුවාගේ ආබාධයක් හෝ රෝගී තත්ත්වයක් හඳුනාගෙන ඇත්නම් පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ දිනයේදී තම දරුවා ඒ සඳහා යොමු කිරීම. එම ආබාධ නිවැරදි කර ගැනීම සඳහා දෙන ලද උපදෙස් ක්‍රියාත්මක කිරීම.
05. ළමයා සම්බන්ධව බලාපොරොත්තු ඇති කරගැනීමේදී යථාර්තවාදී වීම සහ ළමයාගේ පූර්ණ වර්ධනය සඳහා කටයුතු කිරීම.
06. දරුවාගේ හැකියාවන් හඳුනා ගැනීම, අගය කිරීම හා ඒවා දියුණු කිරීමට කටයුතු කිරීම.
07. ළමයා පිළිබඳ තීරණ ගැනීමේදි දරුවාද සහභාගි කරවා ගැනීම.
08. පාසලේ සෞඛ්‍ය කටයුතු වලදී සක්‍රියව දායකත්වය ලබාදීම පාසල් භෞතික පරිසරය සෞඛ්‍යමත් කිරීමට අවශ්‍ය සක්‍රිය දායකත්වය ලබාදීම.
09. ආකල්පමය වෙනසක් තුලින් තම දරුවා සෞඛ්‍යමත් කිරීමට කටයුතු කිරීම.

10. දරුවාගේ අවශ්‍යතාවයන් වන ආදරය, රැකවරණය සහ ආරක්ෂාව නොඅඩුව ලබාදීම.

11. දරුවා අන් අය සමග සංසන්දනය නොකිරීම.

12. ළමුන්ගේ අදහස් වලට සවන් දීම හා ගරු කිරීම.

13. අසල්වාසීන් හා සම වයස් කණ්ඩායම් අතර සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීමට අවස්ථාව ලබාදීම.

14. විදුහල්පති සහ ආචාර්ය මණ්ඩලයට සහාය දීම.

15. දරුවාට දිනකට විනාඩි 20 ක්වත් එළිමහනේ සෙල්ලම් කිරීමට ඉඩ සැලසීම

16. දෙමාපියන් ආදර්ශමත් ජීවිත ගත කිරීම

    - මෙම කටයුතු සංවිධානාත්මකව ඉටුකිරීම සඳහා පාසල් සංවර්ධන සමිතියේ අනු කමිටුවක්, සෞඛ්‍ය සඳහා ප්‍රජා උපදේශක කමිටුවක් ලෙස පත්කර ගැනීම.

17. දරුවා සමග දිනකට පැය ½ ක් හෝ ප්‍රතිචාරාත්මකව කටයුතු කිරීම

18. ඕනෑම ප්‍රශ්නයකදී දරුවාට දෙමාපියන් සිටින බවට විශ්වාසය ඇති කිරීම

පාසල් ළමුන්ගේ කාර්යභාරය

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩ සටහන සඳහා දරුවන්ට විශාල වගකීමක් දැරීමට සිදු වේ.

- යහපත් අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධතා ගොඩ නගා ගැනීම සහ අන්‍යයනට ගරු කිරීම.
- පාසල් සෞඛ්‍ය කමිටු පිහිටුවා ගැනීම (උදා: සෞඛ්‍ය සමාජ, සුවමිතුරු වැනි) හා ඒවා පවත්වාගෙන යාම සහ එමගින් පාසලේ සෞඛ්‍ය කටයුතු දියුණු කිරීමට අවශ්‍ය කටයුතු සිදු කිරීම.
- පාසලේ වැසිකිලි පිරිසිදුව පවත්වාගෙන යාම සඳහා වැඩ පිළිවෙලක් පවත්වාගෙන යාම
- පාසලේ සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳව සක්‍රියව සහභාගී වීම සහ වගකීම් භාරගැනීම, ඒවා පවත්වාගෙන යාම.
- සාරධර්ම වලට ගරු කිරීම හා ඒ අනුව ක්‍රියා කිරීම.
- ළමුන්ට හිංසා කිරීම සහ තරහ ගැන්වීම අපහාස කිරීම ආදිය සිදු නොකිරීම සහ සියල්ලන්ටම සමානව සැලකීම.
- පාසලේ සියලු කටයුතු සංවිධානයට සක්‍රීයව දායක වී සැලසුම් කිරීම තීරණ ගැනීම සහ සංවිධානාත්මක කුසලතා දියුණු කර ගැනීම

- විපර්ය කාරකයන් ලෙස කටයුතු කිරීම. හිතකර චර්යාවන් දියුණු කර ගැනීම හා අහිතකර චර්යාවන් අවම කර ගැනීම.
- පාසල හා අවට පරිසරය ක්‍රමානුකූලව හා පවිත්‍රව පවත්වා ගැනීමට සහාය වීම.
- පාසලේ සෞඛ්‍ය ප්‍රශ්න හඳුනාගෙන ඒවා නිරාකරණය කරගැනීම සඳහා ප්‍රතිපත්ති නොකඩවා පවත්වා ගැනීම.
- පාසල් පරිසරය පිරිසිදුව තබාගැනීම, (උදා: මැසි මදුරුවන් බෝවන තැන් නැති බවට වගබලා ගැනීම මේ සඳහා සතියකට වරක්වත් මැසි මදුරු බෝවන ස්ථාන ඇත්නම් එවැනි ස්ථාන පිරිසිදු කිරීම)
- දඩාවතේ යන බල්ලන්, පූසන් වැනි සතුන් හා අනාරක්ෂිත ස්ථාන අවම කිරීමට කටයුතු කිරීම.
- ජීවන කුසලතා දියුණු කර ගැනීම තුලින් තම ජීවිතය සාර්ථක කරගැනීමට කටයුතු කිරීම.

උදා :-

1. තීරණ ගැනීම
2. ගැටලු නිරාකරණය
3. නිර්මාණශීලී චින්තනය
4. විශ්ලේෂණාත්මක චින්තනය
5. ඵලදායී සන්නිවේදනය
6. යහපත් අන්තර් පුද්ගල සබඳතා
7. ස්වයං අවබෝධය
8. අනුවේදනය/ සහකම්පනය
9. චිත්තවේගයන්ට මුහුණ දීම
10. මානසික ආතතීන්ට මුහුණ දීම

පාසල් දරුවන් සඳහා යකඩ ෆෝලික් අම්ල අතිරේකය ලබාදීමේ වැඩසටහන (WIFS)

පාසල් දරුවන් තුළ නීරක්තිය වැළැක්වීමේ අරමුණින් 2007 වසරේ සිට යකඩ ෆෝලික් අම්ල අතිරේකය ලබාදීමේ වැඩසටහන (WIFS) ක්‍රියාත්මක වේ. මෙම වැඩසටහනට අනුව 1 සිට 13 ශ්‍රේණිය දක්වා සියලුම පාසල් දරුවන්ට යකඩ ෆෝලික් අම්ල සහ විටමින් සී පෙති සතියකට වරක් මාස 06 ක කාලයක් තුල ලබාදේ. මෙම වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමට අදාල චක්‍රලේඛ සහ උපදෙස් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය යටතේ මෙන්ම අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය යටතේ නිකුත් වන අතර ඊට අනුගතව ක්‍රියා කිරීමට සෞඛ්‍ය අංශයේ මෙන්ම අධ්‍යාපන අංශයේ වගකිව යුතු නිලධාරීන් කටයුතු කළ යුතුය.

පාසල් සෞඛ්‍ය මුද්‍රිත ආකෘතිපත්‍ර පිරවීම සඳහා උපදෙස්

පාසල් සෞඛ්‍ය මුද්‍රිත ආකෘතිපත්‍ර පිරවීමේදී පහත සඳහන් දත්ත සියළු පෝරම වලට පොදු වන අතර ඒවා පිරවීම සඳහා උපදෙස් පහත පරිදි වේ.

පොදු උපදෙස්

- ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කොට්ඨාශය - තමා අයත්වන ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කොට්ඨාශය සඳහන් කළ යුතුය
- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී කොට්ඨාශය - පාසල අයත්වන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී කොට්ඨාශය සඳහන් කළ යුතුය
- වර්ෂය, කාර්තුව හා මාසය - අදාල පරිදි සඳහන් කරන්න.
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක කොට්ඨාශය - තම කොට්ඨාශයට අදාලව සඳහන් කරන්න. (වැඩ ආවරණය කරන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක කොට්ඨාශ සඳහා වෙන් වෙන් ව ආකෘති පත්‍ර පිරවිය යුතුයි)
- පාසල් සංගණන අංකය - මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වරයා විසින් ඔහුගේ ප්‍රදේශයේ පාසල්වලට හඳුනා ගැනීම සඳහා අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව විසින් ලබා දෙන ලද පාසල් සංගණන අංකය යොදා ගත යුතුය. එබැවින් පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ සියළුම වාර්තා සම්පූර්ණ කිරීමේදී දෙන ලද පාසල් සංගණන අංක වලින් එම පාසල් හැඳින්විය යුතුය.
- පාසලේ නම - පාසලේ නම සඳහන් කරන්න.
- දිනය සඳහන් කරන්න.

2018 වර්ෂයේ සිට පරිගණකය මගින් දත්ත ඇතුලත් කිරීමේ දී

පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තාව (H 1015 A) පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සාරාංශය (H 1247) පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ මාසික වාර්තාව (එච් 1014) යන පෝරම පරිගණක ගත කර ඇති ඇති අතර සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශයේ ඇති සියළු පාසල්වල තොරතුරු මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක කොට්ඨාශ මට්ටමින් ඇතුලත් කර ඇත. අදාල පෝරමය තෝරාගැනීම, වර්ෂය හා මාසය තෝරාගැනීම සිදුකල යුතුය.

පාසල් සෞඛ්‍ය ඉදිරි වැඩසටහන- වාර්ෂික/ ත්‍රෛමාසික (එච් 1016) (ඇමුණුම 4)

වාර්ෂික ඉදිරි වැඩසටහන පිළියෙල කිරීම මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ කාර්යභාරයකි.

වාර්ෂික පාසල් සෞඛ්‍ය ඉදිරි වැඩසටහන

මෙය පිටපත් දෙකකින් යුතුව පිළියෙල කර අනුමැතිය සඳහා පෙර වර්ෂයේ ඔක්තෝම්බර් 25 දිනට පෙර පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක මගින් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී වෙත ඉදිරිපත් කලයුතු ය.

ත්‍රෛමාසික පාසල් සෞඛ්‍ය ඉදිරි වැඩසටහන

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් පිටපත් දෙකකින් සකස්කර අනුමැතිය සඳහා පෙර කාර්තුවේ අවසන් මස 25 දිනට පෙර පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක මගින් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී වෙත ඉදිරිපත් කළ යුතුය. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් අනුමත කළ එක් පිටපතක් මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වෙත ලබාදිය යුතු අතර ඉතිරි පිටපත සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී කාර්යාලීය ගොනුවෙහි තැබිය යුතුය

ආකෘති පත්‍රය පිරිවීම සඳහා උපදෙස්

1. **පාසලේ නම** - මේ යටතේ තම ප්‍රදේශය තුළ ඇති සියළුම පාසල්වල නම් සඳහන් කළ යුතුය.
2. **පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ දිනය** - අදාළ පාසලේ පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය සඳහා යෝජිත දිනය සඳහන් කළ යුතුය.
3. **පෙර සූදානම් කරන දිනය** - පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේ පෙර සූදානම සඳහා සැලසුම් කර ඇති දිනය සඳහන් කරන්න.
4. **පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය** - පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සඳහා යෝජිත දිනය හා නිලධාරියා සඳහන් කළ යුතුය. මෙම දිනය අදාල විදුහල්පතිවරයා සමග සාකච්ඡා කිරීමෙන් අනතුරුව එම පාසලේ ක්‍රියාකාරී සැලැස්මටද ඇතුළත් කිරීමට වග බලාගත යුතුය. මෙම කාර්යයේදී පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ වලට සුදුසු දින ලබාගැනීම සඳහා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයාට සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී, දිස්ත්‍රික් වෛද්‍ය නිලධාරී, වෛද්‍ය නිලධාරී, සහකාර වෛද්‍ය නිලධාරී, ලියාපදිංචි වෛද්‍ය නිලධාරී ආදීන් හමුවීමට සිදුවනු ඇත. පාසල් ප්‍රධානීන් වෙත ඔවුන්ගේ පාසල් වලදී සිදු කිරීමට නියමිත සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් පිළිබඳව පෙර වසරේ නොවැම්බර් මාසයට ප්‍රථම දින වේලාවන් විස්තර සහිතව දැනුම් දිය යුතුය. (පාසල් වාර්ෂික සැලැස්මට සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් ද ඇතුළත් කිරීම සඳහා)
5. **ප්‍රතිශක්තිකරණය හා ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ලබාදීම** - පාසලේදී දරුවන් වෙත ක්ෂුද්‍ර පෝෂක හා ද්විත්ව, පෝලියෝ, වැඩිහිටි පිටගැස්ම හා ඩිප්තීරියා ආදී එන්නත් ලබාදීමට යෝජිත දිනයන් හා වගකිවයුතු නිලධාරියාගේ තනතුර සඳහන් කළ යුතුය.
6. **සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු** - පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණයට අමතරව ඉදිරියේදී පාසල්වල සිදුකරන්නා වූ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන් මෙහිදී සඳහන් කළ යුතුය. උදාහරණඃ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන වැඩසටහන්, පෝෂණ වැඩසටහන්, සෞඛ්‍ය සමාජ වැඩසටහන්, බෝවන හා බෝ නොවන රෝග පිළිබඳ වැඩසටහන්, උපදේශන වැඩසටහන්, ජීවන නිපුණතා වැඩසටහන ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් හා වෙනත් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන්. වැඩසටහන සඳහා යෝජිත දිනයන් හා සහභාගීවන නිලධාරීන් ද සඳහන් කරන්න.
7. **පසු විපරම් දින** - පසු විපරම් සිදුකිරීමට යෝජිත දිනයන් සඳහන් කළ යුතුය. මෙය වෛi පරීක්ෂණයෙන් මාසයකට හා මාස 3 කට පසු වශයෙන් සිදුකළ යුතුය. පසු විපරම් නිසි පරිදි සිදු කිරීමට. පළමු සහ දෙවන වාර තුළ පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ අවසන් කළ යුතුය.

පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තාව (H 1015 A) (ඇමුණුම 5)

සෑම වසරකම ප්‍රථම කාර්තුව අවසන් වීමට පෙර මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් තම ක්ෂේත්‍රයේ සෑම පාසලකම පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය පැවැත්විය යුතුය. මෙහි සඳහන් කරන දත්ත ඉතා නිවැරදි විය යුතු බව සලකන්න. මෙම සමීක්ෂණයේ වාර්තාව පිටපත් දෙකකින් පිළියෙල කර එක් පිටපතක් තම කාර්යාලයේ ගොනුකර අනෙක් පිටපත පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ නිර්දේශ සහිතව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත යැවිය යුතුය. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයට යවන පිටපත පරිගණකය වෙත දත්ත ඇතුලත් කිරීම සඳහා භාවිතා වන අතර මෙම පිටපත පරිගණකය ඇතුලත් කිරීම (Compleateted by) පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් කළයුතු අතර අනුමත කිරීම (Approve) කිරීම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින්ද කල යුතුය. එසේ පරිගණක ගත කළ වහාම පරිගණකගත තොරතුරු පද්ධතිය හරහා එම පාසලට අදාලව ලැබෙන 1015 A පරිගණක මුද්‍රිත වාර්තාව සෞ.වෛ.නි. වරයාගේ අත්සනින් අදාල පාසලට ලබාදිය යුතුය. පළවන කාර්තුව අවසානයෙදී සියලුම පාසල් වල 1015 A වාර්තා පරිගණක ගතකර අවසන් විය යුතුය එවිට එම තොරතුරු පද්ධතිය හරහා 1015 B වාර්තාව ස්වයංක්‍රීයව ජනනය කරගත හැකි අතර එම වාර්තාව කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලයට යැවිය යුතුය.

1. පාසල පිළිබඳ තොරතුරු

ලිපිනය හා දුරකතන අංකය - පාසලේ ලිපිනය හා දුරකතන අංකයක් ඇත්නම් සඳහන් කරන්න.

- ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව - 1 සිට 13 ශ්‍රේණිය දක්වා පාසලේ ඇතුළත් වී සිටින ළමුන් සංඛ්‍යාව පිරිමි/ගැහැණු වශයෙන් සඳහන් කළ යුතුය. විශේෂ අධ්‍යාපන ඒකක වල ළමුන් හා, පිරිවෙන්හි පාසල් යන වයසේ භික්ෂූන් වහන්සේලා සිටී නම් එම සංඛ්‍යාව "වෙනත්" කොටසෙහි සඳහන් කරන්න. ළමුන් සංඛ්‍යාවේ එකතුවද සඳහන් කරන්න. අදාළ වසරවල ළමුන් නැතිනම් ඒ බව ද සඳහන් කළ යුතුය.
- ගුරුවරුන් මුළු ගණන - විදුහල්පතිද ඇතුළුව මුළු ගුරුවරුන් ගණන සඳහන් කරන්න.
- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු සඳහා පුහුණු ගුරුවරු ගණන - අධ්‍යාපන හෝ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය මගින් පුහුණුවක් ලබාදුන් ගුරුවරු ගණන විදුහල්පතිගෙන් අසා දැන එය සඳහන් කරන්න.
- උපදේශනය සඳහා නම් කරන ලද ගුරුවරු ගණන - පාසලේ උපදේශනය සඳහා නම් කරන ලද ගුරුවරුන් ගණන පුහුණු/නුපුහුණු ස්වභාවය අනුව සඳහන් කරන්න.

  පුහුණු ගුරුවරු - අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය මගින් නම් කරන ලද අදාළ පුහුණුව ලබාගත් ගුරුවරු ගණන විදුහල්පතිගෙන් අසා සඳහන් කරන්න.

  නුපුහුණු ගුරුවරු - අදාළ පුහුණුව නොලබා උපදේශනය සඳහා පත්කළ ගුරුවරු ගණන මේ යටතේ සඳහන් කරන්න.

2. භෞතික පරිසරය

- **පාසල් ගොඩනැගිලි** - සෞඛ්‍ය ආරක්ෂිත නොවන ගොඩනැගිලි ඇත/නැත යන්න සඳහන් කරන්න

  ආරක්ෂිත නොවන ගොඩනැගිලි සඳහා උදාහරණ ලෙස අබලන් ගොඩනැගිලි, දිරාගිය වහල, පුපුරාගිය බිත්ති, බිත්ති අබලන්, නිසි පරිදි වාතාශ්‍රය හා ආලෝකය නොලැබීම් ආදී තත්ත්ව ඇති ගොඩනැගිලි සලකා ඒවායෙහි ගැටළු සඳහන් කරන්න.

උදා:-

- 3 ශ්‍රේණියේ වහල අබලන්
- 6 පන්තියට නිසි ආලෝකය වාතාශ්‍රය නැත

- ගුරු කාමරය - ගුරු මණ්ඩලය සඳහා සුදුසු ගුරු කාමරයක් තිබේද? ගැටළු ඇත්නම් සඳහන් කරන්න.
- පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සඳහා සුදුසු ස්ථානයක් තිබේ ද ? - සඳහන් කරන්න.

3. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ඒකකය

- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ඒකකය - පාසලේ සෞඛ්‍ය කටයුතු මෙහෙයවීම සඳහා ඒ වෙනුවෙන් වෙන්වූ ස්ථානයක් තිබේද යන වග සඳහන් කරන්න.
- අවම පහසුකම් ඇති බව - මේසයක්, පුටුවක්, ලිපිලේඛන තැබීමට කබඩ් එකක්, බර කිරීමට තරාදියක් අවම වශයෙන් තිබිය යුතුය.
- ප්‍රථමාධාර පහසුකම් ඇති බව - පාසලේදී බහුලව සිදුවන හදිසි අනතුරුවලදී ප්‍රථමාධාර දිය හැකි මූලික ඖෂධ සැරහුම් තිබේද නැතිද යන බව සඳහන් කරන්න.
- පුහුණු වූ ප්‍රථමාධාරකරුවන් සිටීද? - යම් විධිමත් පුහුණුවක් ලැබ තිබීම මෙයින් අදහස් කෙරේ. සෞඛ්‍ය/අධ්‍යාපන/රතු කුරුස සංවිධානය ආදියෙන් ලැබූ පුහුණුවක් විධිමත් අංශයකින් ලද පුහුණුවක් ලෙස සැලකිය හැක.
- ඒකකයේ අනෙකුත් ක්‍රියාකරකම් සඳහන් කරන්න - පාසල් ළමුන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය නංවාලීම සඳහා සිදුකරන්නාවූ වෙනත් ක්‍රියාකාරකම් ඇත්නම් සඳහන් කරන්න. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු සඳහා ශ්‍රව්‍ය දෘශ්‍ය උපකරණ තිබේද යන්නත් සඳහන් කරන්න.

4. දන්ත සායනය

- දන්ත සායන පහසුකම් ඇති නැති බව සඳහන් කරන්න.
- දන්ත සායනයක් නැතිනම් අනුබද්ධ කර ඇත්තේ කවර දන්ත සායනයටද? - මෙම පාසලේ දන්ත සායනයක් නොමැතිනම් සේවාව ලබා දීමට ළමුන් යොමු කිරීමට අනුබද්ධ කර ඇත්තේ කවර දන්ත සායනයටද යන්න සඳහන් කරන්න.
- පාසලේ දන්ත සායන පහසුකම් - දන්ත සායන පහසුකම් ඇත්නම් එහි වර්ගය පහත පරිදි සඳහන් කරන්න.
  - ළමා දන්ත සායනය - අවුරුදු 3 -13 ළමුන් සඳහා ඇති දන්ත සායනය ළමා දන්ත සායනයකි. එහි දන්ත චිකිත්සකවරිය පමණක් සේවය කරයි.
  - යොවුන් දන්ත සායනය - සියළුම වයස්වල ළමුන් සඳහා ඇති දන්ත සායනය යොවුන් දන්ත සායනයකි. එය දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍යවරයකු/ වරියක මෙහෙයවයි.
- වැඩිහිටි දන්ත සායනය -මෙය දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍යවරයකු/වරියක මෙහෙයවයි.

අදාළ සායන වර්ගය ඉදිරියෙන් (✓) යොදන්න.

- සායන පහසුකම්
- ජලය - දන්ත සායනයේ මූලික වැඩ කටයුතු සඳහා ප්‍රමාණවත් ලෙස ජලය සැපයේද යන්න සඳහන් කරන්න.
- විදුලිය - දන්ත සායනයට විදුලිය සැපයේද යන බව සඳහන් කරන්න. ලබා දී ඇති පහසුකම් ඉදිරියෙන් (✓) යොදන්න
- එය ක්‍රියාත්මකද ? - වර්තමානයේ එම සායනයෙන් සේවාව සැපයීමක් සිදු කරන්නේද යන බව සඳහන් කරන්න.
- ක්‍රියාත්මක නැතිනම් හේතු සඳහන් කරන්න.

  උදා - දන්ත චිකිත්සකවරියක් නැත

  විදුලිය, ජලය වැනි මූලික පහසුකම් නැත

5. වැසිකිළි පහසුකම්

- පාසලේ ඇති මුළු වැසිකිළි සංඛ්‍යාව භාවිතා කළ හැකි හා නොහැකි වැසිකිළි ලෙස බෙදා වෙන් කර සඳහන් කරන්න. (මෙහිදී කාර්ය මණ්ඩලය හා ළමුන් සඳහා ඇති මුළු වැසිකිළි ගණන සැලකිය යුතුයි).
- භාවිතා කළ හැකි වැසිකිළි සඳහා පමණක් පහත වර්ගීකරණය අනුව විස්තර සටහන් කරන්න.

  ජල මුද්‍රිත වැසිකිළි හා වෙනත් වැසිකිළි ලෙස ගණන සඳහන් කරන්න.
- කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා - ගුරු/සේවක පිරිස සඳහා පමණක් ඇති වැසිකිළි ගැහැණු පිරිමි හා පොදු ලෙස වෙන වෙනම සඳහන් කරන්න.
- ළමුන් සඳහා - ළමුන් සඳහා නිර්දේශිත ගණන හා තිබෙන ගණන ශිෂ්‍යයන් හා ශිෂ්‍යාවන් අනුව වෙන වෙනම සටහන් කරන්න. නිර්දේශිත ගණන සඳහා ඇමුණුම "ජේ" බලන්න. (වැසිකිළි/කැසිකිළි අවශ්‍යතා පිළිබඳ වගුව).

  ළමුන්ට පොදු - ශිෂ්‍යයන් හා ශිෂ්‍යාවන්ට පොදු වැසිකිළි ඇත්නම් මේ යටතේ සඳහන් කරන්න.
- වැසිකිළි තුළ ජල පහසුකම් ඇති වැසිකිළි ගණන - වැසිකිළිය තුළට නල ජලය සපයා ඇති වැසිකිළි ගණන, ළමුන්ගේ හා කාර්ය මණ්ඩලයේ වැසිකිළි අනුව වෙන වෙනම සටහන් කරන්න.
- පිරිසිදුව තිබෙන වැසිකිළි ගණන - ළමුන්ට අවශ්‍ය අවස්ථාවකදී නොපැකිලව යා හැකි ලෙස වැසිකිළි පිරිසිදුව තිබිය යුතු ය. මෙහිදී සමීක්ෂණය කරන අවස්ථාවේ පිරිසිදු තත්ත්වයේ පවතින ගණන සඳහන් කරන්න.
- පිරිමි ළමුන් සඳහා ඇති කැසිකිළි ගණන - කැසිකිළි වෙන් වෙන්ව හෝ සමූහයක් ලෙස තිබිය හැක. සමූහයක් ලෙස ඇතිවිටදී ද එය එක් කැසිකිළියක් ලෙස ගණනය කිරීම සුදුසුය.
- පිරිසිදුව තිබෙන කැසිකිළි ගණන - පිරිමි ළමුන්ට අවශ්‍ය අවස්ථාවකදී නොපැකිලව යා හැකි ලෙස පිරිසිදුව තිබෙන ගණන සඳහන් කරන්න.
- පිරිසිදු කිරීම සඳහා අනුගමනය කරන ක්‍රියා මාර්ගය කුමක්ද? - දිනපතා පිරිසිදු කිරීම සඳහා ක්‍රමානුකූල ස්ථිර වැඩපිළිවලක් ක්‍රියාත්මක කෙරේද යන්න සඳහන් කරන්න.
- නඩත්තු කිරීම සඳහා අනුගමනය කරන ක්‍රියා මාර්ගය කුමක්ද? - මේ සඳහා ක්‍රමවත් වැඩපිළිවෙලක් පාසල මගින් ක්‍රියාත්මක කෙරේද යන්න සහ පාසල් දැරියන්ගේ සනීපාරක්ෂක තුවා ඉවත් කිරීමට ක්‍රමවේදයක් සකසා තිබේද යන්න සඳහන් කරන්න.

6. ජල පහසුකම්

පාසලේ ඇති සියළු ජල සැපයුම් මාර්ග සඳහන් කරන්න.

ආරක්ෂිත නල ජලය
ආරක්ෂිත ළිඳ
අනාරක්ෂිත ළිඳ
නල ළිඳ
වෙනත් (සඳහන් කරන්න)

} අදාළ ජල සැපයුම් මාර්ගය ඉදිරියෙන් ඇති තීරුවේ (✓) ලෙස සඳහන් කරන්න

- පසුගිය වසරේ ලබා ගත් ජල සාම්පල ගණන හා අදාළ කාර්තුවේ අවසන් වාර්තාවේ ස්වභාවය සාම්පල වර්ගය අනුව කාර්තුවට අදාළව සඳහන් කරන්න.

  වාර්තාවේ ස්වභාවය - සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි ලෙස සඳහන් කරන්න.
- ජල පහසුකම් ප්‍රමාණවත්ද? - ඔව්/නැත ලෙස සඳහන් කරන්න.
- ජල සැපයුම ආරක්ෂිතද? - ජල සාම්පල වාර්තාව අනුව තීරණය කරන්න.
- පානීය ජලය තිබේද? - නැතිනම් අනුගමනය කරන ක්‍රියා මාර්ගය කුමක්ද?

7. කසළ කළමනාකරණය

කසළ කළමනාකරණය සඳහා පාසලේ අනුගමනය කරන ක්‍රමය/ක්‍රම සඳහන් කරන්න.

- කසළ වර්ග කිරීම
- කසළ විධිමත් ලෙස බැහැර කිරීම
- කොම්පෝස්ට්කරණය
- වෙනත් (සඳහන් කරන්න.)

} භාවිතා කරන ක්‍රමය/ක්‍රම සඳහන් කරන්න.

8. පාසල් භූමිය

පහත සඳහන් සෞඛ්‍යයට හානිකර ස්ථාන ඇති නැති බව සඳහන් කරන්න

- මදුරුවන් බෝවන ස්ථාන
- මැස්සන් බෝවන ස්ථාන
- අනතුරුදායක ස්ථාන

} මෙම ස්ථාන ඇත්නම් ඒ මොනවාද යන්න දක්වන්න

- දඩාවතේ යන සතුන් (එළු, ගව, බලු, බළල් ආදී සතුන් සිටීනම්)
- ක්‍රීඩා කිරීමට ස්ථානයක්
- ගෙවතු වගාවක්
- පිරිසිදු පරිසරයක්

9. ආපන ශාලාව

- පාසලේ ආපන ශාලාවක් ඇති නැති බව දක්වන්න.
- ඇත්නම් එය පාසල් ආපන ශාලා අධීක්ෂණය සඳහා වූ අධීක්ෂණ පත්‍රිකාව එච් 1306 මගින් අධීක්ෂණය කර ඇති දැයි සඳහන් කරන්න.(ඇමුණුම 1)
- අවසන් වරට කරන ලද ආපන ශාලා අධීක්ෂණයේදී ඉහත අධීක්ෂණ පත්‍රිකාවට අනුව ලබා ඇති ලකුණු මට්ටම සඳහන් කරන්න (A,B,C)
- C ශ්‍රේණියට අයත් ආපන ශාලා පිළිබඳව සපයා ඇති උපදෙස් අනුව ක්‍රියා කරන්න.
- පාසල තුළ ආපනශාලා ප්‍රතිපත්තිය අනුගමනය කෙරේද? යන්න සඳහන් කරන්න.
- පාසල ආශ්‍රිතව සෞඛ්‍යයට හානිකර ආහාර වෙළඳාම් ඇති නැති බව හා ඇත්නම් ඒ
- මොනවාද යන්න සඳහන් කරන්න.

10. දිවා ආහාරය පිළියෙල කරන ස්ථාන

- දිවා ආහාරය පිළියෙල කරන ස්ථාන එච් 800 මගින් පරීක්ෂා කෙරේද යන්න සඳහන් කරන්න.
- ලබා දී ඇති වට්ටෝරුවට අනුව ආහාර සැපයේ දැයි පරීක්ෂා කොට සඳහන් කරන්න.

11. පාසල් මුළුතැන්ගෙය / ගෘහ විද්‍යාගාරය

පාසල් මුළුතැන්ගෙයක් /ගෘහ විද්‍යාගාරයක් තිබේද?
එය සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ද? } ඔව්/නැත ලෙස සඳහන් කරන්න.

අවසන් අධීක්ෂණයේ දී එච් 800 වර්ගීකරණයට අනුව ලබා ඇති ලකුණු මට්ටම සඳහන් කරන්න.

12. නේවාසිකාගාර පහසුකම්

නේවාසිකාගාර පහසුකම් තිබේ ද ?
ඇත්නම්, සෞඛ්‍ය පහසුකම් ප්‍රමාණවත්ව තිබේද? } ඔව්/නැත ලෙස සඳහන් කරන්න.
නේවාසික ළමුන් ගණන සඳහන් කරන්න.

ළමුන් සඳහා වැසිකිළි ප්‍රමාණවත්ද යන්න පරීක්ෂා කොට සඳහන් කරන්න.

(ඇමුණුම 2)

නේවාසිකාගාරයේ මුළුතැන්ගෙය සෞඛ්‍යාරක්ෂිතද? ඔව්/නැත ලෙස සඳහන් කරන්න.

අවසන් අධීක්ෂණයේදී එච් 800 වර්ගීකරණයට අනුව ලබා ඇති ලකුණු මට්ටම සඳහන් කරන්න.

නේවාසිකාගාරවල අවදානම් ස්ථාන ඇත්නම් සඳහන් කරන්න.

13. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්ති ඇති බව
එම ප්‍රතිපත්ති ප්‍රදර්ශනය කිරීම
එම ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාත්මක කිරීම
ක්‍රියාත්මක වීම සුපරීක්ෂණය කිරීම } සතුටුදායකයි / සතුටුදායක නැතිබව කෙටියෙන් සඳහන් කරන්න

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වර්ගීකරණය - අදාළ ලකුණු මට්ටම (✓) ලෙස සඳහන කරන්න.

(ඇමුණුම 1 - පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන ඇගයීම).

ක්‍රියාකාරී මදුරු මර්දන කමිටු - ඇත /නැත ලෙස සඳහන් කරන්න.

14. අවධානය යොමුකළ යුතු කරුණු

විදුහල පිළිබඳව මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ නිරීක්ෂණ හා නිර්දේශ කෙටියෙන් සඳහන් කරන්න.

ම.සෞ.ප නම, අත්සන, ඉදිරිපත් කරන දිනය සඳහන් කරන්න.

පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ නිර්දේශය :-

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ නිර්දේශය පරීක්ෂා කොට පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් කරනු ලබන නිර්දේශය සහිතව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත ඉදිරිපත් කරන්න.

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ නිර්දේශය :-

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ හා පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ නිර්දේශ පරීක්ෂා කොට විදුහල පිළිබඳව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ නිර්දේශය කෙටියෙන් සඳහන් කරන්න.

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ නම, අත්සන, දිනය හා නිල මුද්‍රාව යොදන්න.

මෙම පිටපත පරිගණකය ඇතුලත් කිරීම (Compleateted by) පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින්ද (Approve) කිරීම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින්ද කළ යුතුය. මෙම දත්ත ඇතුලත් කිරීමෙන් පසු 1015 B වාර්තාව පරිගණකය මගින් ස්වයංක්‍රීයව සකස් වේ.

පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය - තොරතුරු සාරාංශය (1015 B)

පළවන කාර්තුව අවසානයේදී සියලුම පාසල්වල 1015 A වාර්තා පරිගණක ගතකර අවසන් විය යුතුය. එවිට එම තොරතුරු පද්ධතිය හරහා 1015 B වාර්තාව ස්වයංක්‍රීයව ජනනය කරගත හැකි අතර එම වාර්තාව සෞ. වෛ. නි. අනුමැතිය සහිතව කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලයට යැවිය යුතුය.

පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් පරිගණක ගත කරන ලද පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තා අනුව පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය තොරතුරු සාරාංශය (1015 B) අකෘති පත්‍රය ස්වයංක්‍රීයව සකස් වන අතර මෙම වාර්තාව, කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ වෙත යැවිය යුතු අතර පසුගිය වසරේ පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තාව සමග සසඳා, ලබා ඇති ප්‍රගතිය ප්‍රගති සමාලෝචන වාර්තාවේ සඳහන් කළ යුතුය. ප්‍රගතියක් ලබා නොමැති අංශ කෙරෙහි විශේෂ අවධානයක යොමු කර කලාප කමිටු රැස්වීමේ දී ඒ පිළිබඳ සාකච්ඡා කර අවශ්‍ය කටයුතු සඳහා පියවර ගත යුතුය.

පාසල් දරුවන්ගේ ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන (H 457) (ඇමුණුම 6)

ළමා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහනෙහි (CHDR) හි මෙම ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන (H 457) මුද්‍රණය කර ඇති අතර පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සඳහා පෙර සූදානම කරන දිනයේදී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් ළමුන් පරීක්ෂා කොට සම්පූර්ණ කළ යුතුය. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී වෛද්‍යවරයා විසින් ළමුන් පරීක්ෂා කර අදාළ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය සටහන් කළ යුතුය.

(1) ශිෂ්‍යායාගේ මූලික තොරතුරු - සඳහන් කරන්න

(2) ගුරු සහාය - වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට ළමුන් සහභාගී කෙරෙන සෑම වසරකදීම පන්ති භාර ගුරුවරයා විසින් සම්පූර්ණ කළ යුතුය. දරුවා පිළිබඳ මනා අවබෝධයකින් යුතුව මෙය මූලික සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයට ප්‍රථම සිදු කළ යුතුය. එසේ කිරීමෙන් වෛi පරීක්ෂණයේදී දරුවාගේ තත්ත්වය හඳුනාගැනීමට පහසු වනු ඇත.

සතුටුදායක නම් 0 ගැටළු ඇත්නම් x ලකුණද යොදන්න

(3) හඳුනාගැනීමේ තොරතුරු

පාසල පිහිටි සෞ.වෛ.නි කොට්ඨාශය
පාසල පිහිටි ම.සෞ.ප. කොට්ඨාශය
ළමයා පදිංචි ප.සෞ.සේ.නි. කොට්ඨාශය
} ම.සෞ.ප. විසින් නිවරදිව සටහන් කළ යුතුය.

ළමයා පදිංචි වී සිටින්නේ වෙනත් සෞ.වෛ.නි කොට්ඨාශයක නම් ඒ බව සඳහන් කරන්න

(4) වෛද්‍ය පරීක්ෂණය

උපදෙස් අබාධ තිබේ නම් x ලකුණ ද

අබාධ නැතිනම් 0 ලකුණද යොදන්න

මෙහිදී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් පරීක්ෂා කරනු ලබන හා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් පරීක්ෂා කරනු ලබන තොරතුරු සටහන් කිරීමට තීරු දෙකක් වෙන් කර ඇත අදාල නිලධාරී විසින් නිවරදිව සටහන් තැබිය යුතුය.

දිනය : මූලික පරීක්ෂණය / වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදු කරනු ලබන දිනය

වයස : උපන් දිනයට අනුව ආසන්න මාසයට

උස : ආසන්නතම සෙන්ටි මීටරයට මිණුම් ගත යුතුය

බර : ආසන්නතම ග්‍රෑම් 100ට කිලෝ ග්‍රෑම් හා ග්‍රෑම් වලින් මිණුම ගත යුතුය

ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය (BMI) - එක් එක් ළමයාට අනුව සඳහන් කරන්න.

පෝෂණ ගැටළු - හඳුනාගත් පෝෂණ ගැටළු සියල්ලම අදාල තීරුවල (x) ලකුණ යොදා සඳහන් කරන්න.

සෞඛ්‍ය ගැටළු - ළමයාගේ හඳුනාගත් සෞඛ්‍ය ගැටළු සියල්ලම අදාල තීරුවල (x) ලකුණ යොදා සඳහන් කරන්න. නම් කොට ඇති ගැටළුවලට අමතරව වෙනත් ගැටළු තිබේ නම් වෙනත් තීරුවේ සඳහන් කරන්න.

(5) දෙන ලද ප්‍රතිකාර

ඒ ඒ ශ්‍රේණියට අදාලව පණු ප්‍රතිකාර ලබාදුන් දිනය සඳහන් කරන්න

යකඩ ෆෝලික් අම්ල අතිරේකය ආරම්භ කළ දිනය සහ දෙන ලද වෙනත් ප්‍රතිකාර මෙම කොටසෙහි සඳහන් කරන්න.

(5) දෙන ලද ප්‍රතිකාර - වයසට නියමිත ප්‍රතිශක්තිකරණ ලබාදීමට කැමැත්ත ලබාගැනීම

ඒ ඒ එන්නතට අදාලව මව/ පියා/ භාරකරුගේ අවසරය ලබාගැනීමට පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට පෙර පන්ති භාර ගුරුවරයා දැනුවත් කළ යුතුය. ඒ සඳහා ළමා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහනෙහි (CHDR) ඇති මෙම කොටස භාවිතා කළ යුතුය.

මා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහන භාවිතා කර සෑම දරුවකුම වයසට නිසි එන්නත් ලබාගෙන ඇති බව තහවුරු කිරීම අනිවාර්යෙන් කළ යුතු වේ.

පාසලට ඇතුලු කිරීමෙන් පසු ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබා දීම.

සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් එක් එක් එන්නත ලබා දුන් දිනය හා එන්නත් කාණ්ඩ අංකය ළමා සෞඛ්‍ය සහ සංවර්ධන සටහනෙහි සඳහන් කළ යුතුය.

ද්විත්ව	1 ශ්‍රේණිය	සායනයේදී ලබා නොදුන් ළමුන්ට සියළුම ළමුන්ට
පෝලියෝ		
මානව පැපිලෝමා වෛරසය (HPV)	6 ශ්‍රේණිය	සියළුම ගැහැණු ළමුන්ට පළමු එන්නතින් මාස 06 කට පසුව දෙවන එන්නත ලබාදිය යුතුය
වැඩිහිටි පිටගැස්ම හා ඩිප්තීරියා (aTd)	7 ශ්‍රේණිය	සියළුම ළමුන්ට

පාසල් සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණය - සෞඛ්‍ය ගැටළු සටහන (එච්. 456) (ඇමුණුම 7)

මෙය පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට අදාළව පිරවිය යුතු පෝරමයකි

එක් පෝරමයක් එක් පන්තියක් සඳහා වන අතර පන්තියේ සිටින සියළුම ළමුන් ඇතුලත් කළ හැකි පරිදි සකස් කොට ඇත. මෙය පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සඳහා පෙර සූදානම කරන දිනයේදී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් සියළුම ළමුන් පරීක්ෂා කොට පිරවිය යුතුය. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී වෛද්‍යවරයා විසින් ළමුන් පරීක්ෂා කර අදාළ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය ඔවුන්ගේ ළමා සෞඛ්‍ය වර්ධන සටහනෙහි (CHDR) හි සටහන් කළ යුතු අතර මෙම පෝරමයද පරීක්ෂා කොට නිවැරදිව යෙදී ඇති බව තහවුරු කළ යුතුය. සෑම පන්තියක් සඳහාම මෙම පෝරමය පිටපත් 2 බැගින් පිරවිය යුතුය.

සෑම පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයක් අවසානයේදීම මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් සෞ.වෛ. නිළධාරී./ අ.සෞ.වෛ.නි. / වෛ.නි. සහතික කරන ලද එක් පිටපතක් තමා ළඟ ඇති ලිපිගොනුවේ තබා දෙවැනි පිටපත පන්ති භාර ගුරුවරයාට ලබා දිය යුතුය. පන්ති භාර ගුරුවරයා විසින් ආබාධ සහිත ළමුන් ප්‍රතිකාර ලබාගන්නේ දැයි පසු විපරම් කිරීමට මෙම පෝරමය භාවිතා කළ යුතුය.

නම - අදාල ශ්‍රේණියේ සියළුම ළමුන්ගේ නම් ලියන්න. මිශ්‍ර පාසල් වල පිරිමි/ගැහැණු ළමුන් වෙන් කොට සඳහන් කරන්න එකතුවද වෙන් කොට සඳහන් කරන්න.

උපන් දිනය, වයස, උස, බර සහ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය (BMI) - එක් එක් ළමයාට අනුව සඳහන් කරන්න.

පෝෂණ ගැටළු - හඳුනාගත් පෝෂණ ගැටළු සියල්ලම අදාල තීරුවල (X) ලකුණ යොදා සඳහන් කරන්න.

සෞඛ්‍ය ගැටළු - ළමයාගේ හඳුනාගත් සෞඛ්‍ය ගැටළු සියල්ලම අදාල තීරුවල (X) ලකුණ යොදා සඳහන් කරන්න. නම් කොට ඇති ගැටළුවලට අමතරව වෙනත් ගැටළු තිබේ නම් වෙනත් තීරුවේ ගැටළුවට අදාළ අක්ෂරය/අක්ෂර සඳහන් කරන්න.

(පෝරමයේ පහළින් අදාළ අක්ෂර සඳහන් කර ඇත)

ගැටළු සහිත බව - ඒ ඒ ළමයාගේ හඳුනාගත් ආබාධ එකක් හෝ ඇත්නම් (පෝෂණ ගැටළු හැර) මෙම තීරුවේ (X) ලකුණ යොදන්න. එම සලකුණු ගණන පහළට එකතු කිරීමෙන් ආබාධ සහිත ළමුන් ගණන පහසුවෙන් දැන ගත හැක.

එක් එක් පෝෂණ ගැටළු හා සෞඛ්‍ය ගැටලු තීරු පහළට එකතු කිරීමෙන් ඒ ඒ ගැටළුවල එකතුව පහසුවෙන් ලබා ගත හැක.

ගත් ක්‍රියාමාර්ගය - ප්‍රතිකාර කිරීම/රෝහලකට හෝ වෛද්‍යවරයෙකුට යොමු කිරීම ගුරුවරුන්/ දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම ආදී වශයෙන් ගැටලුවට අදාළව සඳහන් කරන්න.

පසු විපරම් දින - පසු විපරම්වල දී සොයාගත් තොරතුරු දිනය සහිතව මෙහි සටහන් කළ යුතුය. ආබාධ නිවැරදි කරීම පිළිබඳව තොරතුරු මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් පහත ලෙස පසු විපරම් කළ යුතුය.

1 වන පසු විපරම - මාසයකට පසු

2 වන පසු විපරම - මාස 3 කට පසු

පාසල් සෞඛ්‍ය යොමුකිරීම් පත (එච් 606) (ඇමුණුම 8)

පොදු උපදෙස්

- ලා නිල් පැහැයෙන් යුත් කාඩ්පතක මුද්‍රණය කර ඇති මෙම යොමුකිරීම්පත (සුදු පැහැ කාඩ්පත් වුවද විය හැක) විශේෂ ප්‍රතිකාර සඳහා යොමුකරන සෑම ළමයෙකු සඳහාම නිකුත් කළ යුතුය
- කාඩ්පත රැගෙන එන සෑම ළමයෙකුම රෝහලේ අදාල විශේෂඥ සායන වෙත කෙලින්ම යොමු කරන ලෙස විශේෂ සටහනක් යොදා ඇත
- වෙනත් ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමේදීද ප්‍රමුඛතාවය ලබාදෙන ලෙස කාඩ්පතේ ඉහලින්ම සඳහන් කර ඇත
- මේ පිළිබඳව දෙමව්පියන් පංතිභාර ගුරු භවතුන් දැනුවත් කරන්න
- ප්‍රතිකාර නිම කිරීමෙන් පසු කාඩ්පත නැවත පංතිභාර ගුරුතුමා/තුමිය වෙත ලබාදෙන ලෙස ගුරුවරුන් මගින් දෙමව්පියන් දැනුවත් කල යුතුය
- ආබාධ නිවැරදි කිරීම පිළිබඳව තොරතුරු පසු විපරම් ගමන්වලදී මෙම කාඩ්පත් පරීක්ෂා කිරීමෙන් මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයාට ලබාගත හැක.

පාසල් සෞඛ්‍ය යොමුකිරීම් පත පිරවීම සඳහා උපදෙස්

ප්‍රා.සෞ.සේ.අ. කොට්ඨාශය - පාසල අයත්වන ප්‍රා.සෞ.සේ අ සඳහන් කරන්න

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී කොට්ඨාශය - පාසල අයත්වන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී කොට්ඨාශය සඳහන් කරන්න එහි දුරකථන අංකය සඳහන් කරන්න

පාසල් ශිෂ්‍යාගේ නම - හඳුනාගත් ආබාධ සහිත ශිෂ්‍යාගේ/ශිෂ්‍යාවගේ නම සඳහන් කරන්න

ලිපිනය - අදාල ශිෂ්‍යාගේ/ශිෂ්‍යාවගේ ලිපිනය සඳහන් කරන්න

පාසල - එම ශිෂ්‍යයා/ශිෂ්‍යාවගේ පාසල සඳහන් කරන්න

ශ්‍රේණිය - අදාල ශ්‍රේණිය හා කොටස සඳහන් කරන්න උදා - 4 ශ්‍රේණිය ඒ 7 ශ්‍රේණිය ඩී ආදී වශයෙන්

විශේෂඥ වෛද්‍ය නිළධාරී / වෛද්‍ය නිළධාරී අත්සන - ළමයා යොමු කරන සායනයේ හෝ රෝහලේ විශේෂඥ වෛද්‍යවරයා හෝ වෛද්‍යවරයාගේ නම හෝ තනතුර සඳහන් කරන්න

උදා: - ළය රෝග පිළිබඳ විශේෂඥ වෛද්‍ය නිළධාරී ළය චිකිත්සාගාරය ගම්පහ

යොමු කිරීමට හේතුව - ළමයා විශේෂඥ වෛද්‍යවරයා වෙත යොමුකිරීමට හේතුව සටහන් කර කොටුවේ පහළ තීරුවේ අත්සන හා නිළ නාමය යොදන්න

යායුතු රෝහල/ සායනය - සෞඛ්‍ය ගැටලු හඳුනාගත් ළමයා ප්‍රතිකාර සඳහා යොමුකල යුතු රෝහල සායනය යා යුතු දිනය හා වේලාව පැහැදිලිව සටහන් තැබීම වැදගත් වේ

රෝග විනිශ්චය - විශේෂ සායනයේදී පරීක්ෂා කර බලන වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් රෝග විනිශ්චය සටහනක් තැබිය යුතුය

නිරීක්ෂණ/නිර්දේශ/ප්‍රතිකාර/යොමු කළ වෛද්‍ය නිළධාරී වෙත උපදෙස් - ආබාධ සහිත ශිෂ්‍යායා/ශිෂ්‍යාව පරීක්ෂා කර ඒ පිළිබඳ නිර්දේශ අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර හා යොමුකරන ලද වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත යම් උපදෙසක් ඇතොත් ඒ බව සටහන් කරන්න

විශේෂඥ වෛද්‍ය නිළධාරී අත්සන හා නිළ නාමය/මුද්‍රාව -

විශේෂඥ වෛද්‍ය නිළධාරී විසින් මෙම කොටසේ අත්සන හා නිල නාමය මුද්‍රාව තැබිය යුතුයි.

ප්‍රතිකාර සම්පූර්ණ කිරීමෙන් දෙමව්පියන් වෙත ලැබෙන මෙම කාඩ්පත පන්ති භාර ගුරුවරයාට ආපසු භාර දෙන ලෙස දෙමව්පියන් දැනුවත් කරන්න.

පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සාරාංශය (එච් 1247) (ඇමුණුම 9)

සෑම පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයක් අවසානයේදීම මෙම පෝරමය පිටපත් දෙකකින් පිරවිය යුතුය. මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයා එක් පිටපතක් තමා ලග ඇති ලිපිගොනුවේ තබා අනෙක් පිටපත සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයට ලබාදිය යුතුය.

සෞවෛනි කාර්යාලයට ලබාදෙන පිටපත පරිගණකගත තොරතුරු පද්ධතියට (eRHMIS) ඇතුලත් කළ යුතුය. එමගින් ලැබෙන H 1247 වාර්තාව පිටපත් දෙකකින් මුද්‍රණය කර සෞ.වෛ.නි. වරයාගේ අත්සනින් අදාල පාසලටද කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලයට ද භාරදිය යුතුය.

අධ්‍යාපන කලාපය, සෞ.වෛ.නි. කොට්ඨාශය ම.සෞ.ප. කොට්ඨාශය නිවැරදිව සඳහන් කරන්න.

පාසලේ නම සහ සංගණන අංකය ඇතුලත් කර පාසලේ මුළු ළමුන් ගණන 200 හෝ ඊට අඩු ද 200 ට වැඩි ද යන්න (✓) ලකුණකින් සඳහන් කරන්න.

1. දිනය - පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය පවත්වන ලද දිනය සඳහන් කරන්න
2. ම.සෞ.ප. මගින් මූලික පරීක්ෂාව කලේ ද නැති ද යන වග සඳහන් කරන්න
3. සහභාගී වූ විවිධ නිලධාරීන් ගණන සංඛ්‍යා ලෙස සටහන් කරන්න

උදා: -

සෞ.වෛ.නි	01
අ.සෞ.වෛ.නි	02
වෙනත් වෛ.නි	01
ලි.වෛ.නි/ස.වෛ.නි	-
ප.ම.සෞ.ප	01
ම.සෞ.ප	03
ම.සෞ.හෙ.සො.	-
සෞ. අ. නි	-
පා. ද. චි	01
ප.සෞ.සේ.නි	02

4. **පරීක්ෂා කළ ළමුන් ගණන**

1,4,7,10 ශ්‍රේණිවල පරීක්ෂා කළ ළමුන් ගණන පිරිමි/ ගැහැණු ළමුන් ලෙසම වෙන් වෙන්ව සඳහන් කරන්න

වෙනත් ළමුන් යටතට ගැනෙන ළමුන් - ළමුන් 200 හෝ ඊට අඩු පාසල් වල 1,4,7,10 ශ්‍රේණිවල ළමුන්ට අමතරව අනෙකුත් ශ්‍රේණිවල සිටින ළමුන් විශේෂ අධ්‍යාපනය ලබන ළමුන් හා 200 ට වැඩි පාසල් වල ආබාධිතව සිටින හෝ විශේෂ අධ්‍යාපනය ලබන ළමුන් මේ යටතේ ඇතුලත් කරන්න

5. සොයාගත් සෞඛ්‍ය ගැටළු සහ ආබාධ - පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී හඳුනාගත් ගැටළු පිළිබඳව ඒ ඒ ශ්‍රේණියට අදාල තීරුවේ සඳහන් කරන්න.

පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ මාසික වාර්තාව (එච් 1014) (ඇමුණුම 10)

පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදුකරනු ලබන සෑම පාසලකම තොරතුරු මෙම වාර්තාවට ඇතුලත් කල යුතුය. සෑම මාසයක් අවසානයේදී මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් පිටපත් දෙකකින් පිළියෙල කර එක් පිටපතක් සෞ.වෛ.නි. වෙත ඊලග මාසයේ 5 වෙනි දිනට පෙර යැවිය යුතුය අනෙක් පිටපත මසොප කාර්යාලයේ ගොනුකර තැබිය යුතුය. එකම පාසලකට දින කිහිපයකදී ගියේ නම් සියළුම දින එකම තීරුවට ඇතුළු කරන්න. සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයට එවන ලද පිටපතෙහි ඇති තොරතුරු මාසිකව පරිගණක ගත තොරතුරු පද්ධතියට (eRHMIS) ඇතුලත් කළ යුතුය.

වාර්තාව පිරවීම සඳහා උපදෙස් :

ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කොට්ඨාශය - තමා අයත්වන ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ කොට්ඨාශය සඳහන් කළ යුතුය.

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී කොට්ඨාශය - තමා අයත්වන සෞඛ්‍ය වෛ්‍ය කොට්ඨාශය සඳහන් කළ යුතුය.

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක කොට්ඨාශය - තම මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක ප්‍රදේශය සඳහන් කළ යුතුය.

වර්ෂය සහ මාසය - සඳහන් කරන්න

පාසල් සංගණන අංකය - සඳහන් කරන්න

දිනය - සඳහන් කරන්න

01. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සහ අධ්‍යාපන වැඩසටහන්

ක්‍රියාකාරකම් (1 සිට 4 දක්වා)

අදාල මාතෘකාව යටතේ පවත්වන ලද වැඩසටහන් ගණන, ඊට සහභාගී වූ සිසුන් ගණන සහ ගුරුවරුන් ගණන සඳහන් කරන්න. අදාල මාසය තුල පාසල් වල සිදුකරනු ලැබූ වැඩසටහන් වල එකතුව සඳහන් කරන්න.

5. ම.සෞ.ප. විසින් උපදේශණය ලබාදුන් යොවුන් සිසුන් - අවශ්‍යතාවයට අනුව උපදේශනය ලබාදුන් සිසුන් වේ නම් එසේ සහභාගී වූ ගණන සඳහන් කරන්න.
6. ප්‍රජා සහභාගීත්වයෙන් සිදුකරන ලද පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු - ඩෙංග මර්ධන වැඩසටහන් ශ්‍රමදාන, දුම්වැටි නිවාරණ වැඩසටහන්, වෙනත්...... ආදිය පිළිබඳව සඳහන් කරන්න
7. වෙනත් විශේෂ වැඩසටහන් - ක්ෂය රෝග, ඒඩ්ස් මර්දන, ලාදුරු හා වෙනත් ඕනෑම විශේෂ වැඩසටහන් සටහන් කරන්න

02. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය - පසු විපරම

පෙනීමේ ආබාධ, ඇසීමේ ආබාධ, හෘද අසාමාන්‍ය තත්ත්ව, හැසිරීමේ ගැටළු (ගුරුවරයාට අනුව) සහ දන්ත ගැටළු සම්බන්ධයෙන් පසු විපරම් කිරීම අනිවාර්ය වේ. පෙනීමේ ආබාධ, ඇසීමේ ආබාධ, හෘද අසාමාන්‍ය තත්ත්ව, හැසිරීමේ ගැටළු සම්බන්ධයෙන් විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු විසින් පරීක්ෂා කළ ළමුන් සංඛ්‍යාව සහ නිවැරදි කළ සංඛ්‍යාව වෙන් වෙන්ව අදාල පාසල යටතේ සඳහන් කරන්න. දන්ත ගැටළු සඳහා දන්ත වෛද්‍ය වරයෙකු විසින් පරීක්ෂා කළ ළමුන් සංඛ්‍යාව සහ නිවැරදි කළ සංඛ්‍යාව වෙන් වෙන්ව අදාල පාසල යටතේ සඳහන් කරන්න.

03. ප්‍රතිශක්තිකරණය

පාසලේ සංගණන අංකය - අදාල අංකය සඳහන් කරන්න

දිනය - ප්‍රතිශක්තිකරණය ලබාදෙන දිනය සඳහන් කරන්න

ද්විත්ව පෝලියෝ (DT/OPV) වැඩිහිටි පිටගැස්ම ඩිප්තීරියා (aTd) මානව පැපිලෝමා වෛරස (පජඩ) සහ වෙනත් එන්නත් පිළිබඳව අසා ඇති තොරතුරු පිරවිය යුතුය

04. ක්ෂුද්‍ර පෝෂක, පණු ප්‍රතිකාර සහ පසු විපරම් ක්‍රියාකාරකම්

පණු ප්‍රතිකාර දුන් ගණන - පණු ප්‍රතිකාර ලබා දුන් ළමුන් ගණන සඳහන් කරන්න (ඒ ඒ පාසල් අනුව)

ක්ෂුද්‍ර පෝෂක - පාසලේ දී සති 24 යකඩ ෆෝලික් අතිරේකය ආරම්භ කලේ ද නැති ද යන වග සඳහන් කරන්න

යකඩ ෆෝලික් අතිරේකය - ලබා දුන් ළමුන් ගණන සඳහන් කරන්න (ඒ ඒ පාසල් අනුව)

වෙනත් විටමින් වර්ග - ලබා දුන් ළමුන් ගණන සඳහන් කරන්න (ඒ ඒ පාසල් අනුව)

පසු විපරම් කළ ගණන - මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක විසින් පසු විපරම් සඳහා පාසලට හා නිවසට ගිය වාර ගණන තීරු දෙකෙහි වෙන් වශයෙන් සඳහන් කරන්න.

ත්‍රෛමාසික පාසල් සෞඛ්‍ය වාර්තාව - (එච් 797)

පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂක විසින් පාසල් සෞඛ්‍ය මාසික වාර්තාව හා පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සාරාංශ පෝරම පරිගණක ගත කිරීමෙන් අනතුරුව මෙම ත්‍රෛමාසික පාසල් සෞඛ්‍ය වාර්තාව ස්වයංක්‍රීයව සකස් වේ. එම වාර්තාව මුද්‍රණය කර සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ ලිපිගොනු ගත කළ යුතුය. මෙම ඇතුල් කරන ලද දත්ත පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය/ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා කාර්යාලය මගින් නිරීක්ෂණය කළ හැකි අතර අවශ්‍ය තොරතුරු ලබාගත හැක.

ඇමුණුම්

පොදු චක්‍රලේඛ අංක - **01 - 43/2021**

මගේ අංකය: **FHB/SH/Gen/2021**
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
2021.12 07 දින

සියළුම පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම්වරුන්
සියළුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්
සියළුම ප්‍රාදේශිය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්
සියළුම විශේෂ වැඩසටහන් භාර අධ්‍යක්ෂවරුන්
අධ්‍යක්ෂ, ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය
පළාත් හා දිස්ත්‍රික් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන්
රෝහල් අධ්‍යක්ෂවරුන්, රෝහල් අධිකාරීවරුන් දිස්ත්‍රික් වෛද්‍ය නිලධාරීන් ඇතුළු සියළුම රෝහල් භාර වෛද්‍ය නිලධාරීන්
සියළුම මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්
සියළුම මහ නගර සභා ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්
ප්‍රාදේශිය වසංගත රෝග විද්‍යාඥවරුන්
සියළුම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්
සියළුම පාසල් වෛද්‍ය නිලධාරීන්

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම පිළිබඳ ජාතික මාර්ගෝපදේශය

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය මගින් නිකුත් කරන ලද 01.37/2007 (1) අංක දරණ 2016/01/06 දිනැති චක්‍රලේඛය අවලංගු කරමින් මින් ඉදිරියට මෙම චක්‍රලේඛය ක්‍රියාත්මක වේ.

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය මඟින් 1918 වර්ෂයේ, කොළඹ නගර සභා බල ප්‍රදේශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ආරම්භ කරන ලදී. 1926 වර්ෂයේ ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය ස්ථාපිත කිරීමෙන් ඇරඹුණු සෞඛ්‍ය ඒකක පිහිටුවීමත් සමගම මෙම වැඩසටහන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ කාර්යභාරයක් බවට පත්විය. මහ නගර සභා බල ප්‍රදේශ තුළ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සිදු කිරීම ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී ගේ කාර්යභාරය වන අතර සීඝ්‍ර ජනගහන වර්ධනය සැළකිල්ලට ගනිමින් ප්‍රධාන මහ නගර සභා බල ප්‍රදේශ වල එම කටයුතු සඳහා පාසල් වෛද්‍ය නිලධාරීන් ද, පත් කර ඇත.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනෙහි ප්‍රධාන අරමුණ වන්නේ "ස්වකීය සෞඛ්‍යය මෙන්ම තම පවුලේ හා සමාජයේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීම හා දෙන ලද අධ්‍යාපන අවස්ථා වලින් උපරිම ප්‍රයෝජන ලබාගැනීමට හැකියාවක් ඇති දරු පරපුරක් ඇති කිරීම" යි. මෙම අරමුණ කරා ළඟා වීමට සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ එකඟත්වයෙන් පාසල්, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් බවට පත් කිරීමට කටයුතු යොදා ඇත. (ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රමවේදයන්ට අනුකූලව).

පාරිසරික විපර්යාසයන් හා මානව හැසිරීම් මත බැඳුණු බෝවන හා බෝ නොවන රෝග වැඩි වීමත් සමග වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට අමතරව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා පාසල් ප්‍රජාව බලකරණය කිරීමද පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනේ විෂය පථය යටතට අයත් විය.

සියළු පාසල් දරුවන්ට සෞඛ්‍ය සේවා සැපයීමට සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය බැඳී ඇත. ඒ අනුව, දිවයින පුරා ඇති සියලුම පාසල්, විශේෂ අධ්‍යාපන ඒකක, පිරිවෙන් හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ ලියාපදිංචි පෞද්ගලික පාසල් වල පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන යටතේ පහත සේවාවන් සැපයීම අනිවාර්ය වේ. ඒ අනුව වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සිදු කිරීම, ආබාධ සහිත දරුවන් ප්‍රතිකාර කිරීම, අවශ්‍ය විශේෂඥ වෛද්‍ය සේවාවන් වෙත යොමු කිරීම, පසු විපරම් කිරීම හා සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු සඳහා පාසල් ප්‍රජාව බලකරණය කිරීම යන මූලික ක්‍රියාකාරකම් සිදුකල යුතුය.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන යටතේ පහත සඳහන් ක්‍රමෝපායන් පාසල් වලට හඳුන්වාදීම අත්‍යවශ්‍ය වේ .

1. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්ති සැකසීම
2. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා අවශ්‍ය නිපුණතා වර්ධනය
3. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයට හිතකර ආරක්ෂිත පරිසරයක් ඇති කිරීම
4. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා පාසල් ප්‍රජා සබඳතා වර්ධනය
5. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා අවශ්‍ය සේවාවන් ලබාදීම

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් අරමුණු

1. පාසල් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීමෙහිලා, අධ්‍යාපන හා සෞඛ්‍ය ක්ෂේත්‍රවල ඇති සහයෝගය හා සම්බන්ධීකරණය ශක්තිමත් කිරීම
2. පාසල් ළමුන්ගේ පූර්ණ ප්‍රශස්ත සංවර්ධනයට හේතු වන අවශ්‍යතා හඳුනා ගැනීම
3. පාසල් ළමුන්ට තමන්ගේ සෞඛ්‍යයට බලපාන හේතු සාධක පාලනය කිරීමට හා සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ඇති හැකියාවන් වැඩි දියුණු කිරීමට සුදුසු සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් හඳුන්වා දීම
4. පවුල හා සමාජය තුල සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා විපර්ය-කාරකයන් ලෙස කටයුතු කිරීමට පාසල් ළමුන් තුල ඇති හැකියා වැඩි දියුණු කිරීම
5. ඉගෙනීම හා ඉගැන්වීම සඳහා සුදුසු පරිදි පාසල් පරිසරය සෞඛ්‍යවත් ලෙස හා ආරක්ෂාකාරී ලෙස සකස් කිරීම
6. බෝවන හා බෝ-නොවන රෝග වලින් පාසල් දරුවන් ආරක්ෂා කිරීම
7. සෞඛ්‍ය ගැටළු හැකි ඉක්මනින් හඳුනා ගෙන පිළියම් කිරීම සඳහා පාසල් ළමුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණවලට ලක් කිරීම
8. පාසල් දරුවන්ගේ පෝෂණ මට්ටම නිතිපතා මැන බැලීම හා ඊට සුදුසු මැදිහත්වීම් මගින් පෝෂණ තත්වය වැඩි දියුණු කිරීම හා හිතකර සෞඛ්‍ය පුරුදු ප්‍රගුණ කිරීම
9. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සංවර්ධනය සඳහා උපරිම ප්‍රජා සහභාගීත්වය ලබා ගැනීම
10. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනේ සාර්ථකත්වය සඳහා නියාමන හා ඇගයීම් ක්‍රියාවලියක් පවත්වාගෙන යාම

පාසල් යන වයසේ පසුවන නමුත් පාසල් නොයන දරුවන් නැවත පාසල් වෙත යොමුකළ යුතු අතර එසේ කළ නොහැකි දරුවන් සඳහා ඉගන සේවාවන් ක්ෂේත්‍රය තුළදී සැපයීම පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියගේ වගකීම වේ. මේ පිළිබඳව මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරිනී සහ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි සුපරීක්ෂණය කළ යුතුයි. හඳුනාගත් සෞඛ්‍ය ගැටළු සහිත දරුවන් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කාර්යාලයේ නව යොවුන් සෞඛ්‍ය සායනය ට හෝ යොවුන් මිතුරු සුව සේවා සායන වෙත යොමු කළ හැක.

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන පිළිබඳ වගකීම

ජාතික මට්ටම

පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය හා ක්‍රමෝපායන සැලැස්ම සකස් කිරීම අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ මූලිකත්වයෙන් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශයේ තාක්ෂණික දායකත්වයෙන් සහ අනෙකුත් අදාළ අමාත්‍යාංශය වල සම්බන්ධීකරණයෙන් සිදුකළ යුතුයි. සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය එම ක්‍රියාකාරකම් පාසල් මට්ටමෙන් ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා පාසල් ප්‍රජාව බලකරණය කිරීම ට අවශ්‍ය මාර්ගෝපදේශයන් සැපයීම සිදු කළ යුතුය.

අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශයේ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ මධ්‍ය කේන්ද්‍රීය ආයතනය ලෙස සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ අංශය නම් කර ඇත
පාසල් සෞඛ්‍ය සඳහා මධ්‍ය කේන්ද්‍රීය ආයතනය ලෙස සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශය විසින් පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය නම් කර ඇත. ඒ අනුව පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමේ වගකීම මෙන්ම සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශය යටතේ පවතින බෝ නොවන රෝග අංශය, පාරිසරික සහ වෘත්තීය සෞඛ්‍ය අංශය, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය, වසංගත රෝග විද්‍යා අංශය, ආහාර ස්වස්ථතා අංශය, මානසික සෞඛ්‍ය අංශය, නව යොවුන් සෞඛ්‍ය අංශය සහ තරුණ හා වැඩිහිටි සේවා අංශය ආදිය මගින් පාසල් වල ක්‍රියාත්මක කරන වැඩසටහන් වලදී සම්බන්ධීකරණ දායකත්වය ලබා දීම ද පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය මගින් සිදු කරනු ලැබේ. **(ඇමුණුම ඒ)**

පළාත්, දිස්ත්‍රික් හා ප්‍රාදේශීය මට්ටමෙන් පරිපාලනමය වගකීම

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා සියළුම පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම් වරුන්, සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන බලධාරීන් වෙත මග පෙන්වීම සහ සහයෝගය දැක්වීම සිදු කරනු ඇත. පළාත් මට්ටමින් පරිපාලනමය වශයෙන් එම වගකීම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වෙත ද, දිස්ත්‍රික් මට්ටමෙන් ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වෙත ද පැවරී ඇත.

පළාත්, දිස්ත්‍රික් සහ ප්‍රාදේශීය මට්ටමෙන් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනේ සැලසුම් ක්‍රියාත්මක කිරීම

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී පළාත්/දිස්ත්‍රික් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ විසින් අවශ්‍ය තාක්ෂණික මාර්ගෝපදේශකත්වය සැපයීම සහ වැඩසටහන අධීක්ෂණය සිදුකල යුතුය. දිස්ත්‍රික් මට්ටමෙන් මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරු ද, ප්‍රාදේශීය මට්ටමින් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරු ද, නගර සභා බල ප්‍රදේශ තුල ප්‍රධාන වෛද්‍ය නිලධාරීන් හෝ පාසල් වෛද්‍ය නිලධාරීන් ද කේන්ද්‍රීය වගකීම දරණ නිලධාරීන් වේ. ඔවුන්ගේ අධීක්ෂණය යටතේ පාසල තුල පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සංවිධානය කිරීමේ වගකීම මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සතුවේ. පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන්ද, මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොහොයුරිය, පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියන්ද, පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනියන්ද, පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතුවලට දායක විය යුතුය.

ප්‍රාදේශීය වසංගත රෝග විද්‍යාඥ, ප්‍රාදේශීය දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍ය, මානසික සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි, බෝ-නොවන රෝග පිළිබඳ වෛද්‍ය නිලධාරි, වෛද්‍ය නිලධාරි සැලසුම්, පළාත් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක, දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක, ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරීන්, සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරි ඇතුළු සියළු පළාත් සහ දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය, පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීමේදි, ක්‍රියාත්මක කිරීමේදි, නියාමනය සහ ඇගයීම් සඳහා අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී තාක්ෂණික මග පෙන්වීම සිදුකල යුතුය.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා පිහිටුවා ඇති පළාත් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටු, කලාප සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටු සහ කොට්ඨාශ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටු වල රැස්වීම් වලට සෞඛ්‍ය අංශය නියෝජනය කරමින් අදාල නිලධාරීන් සහභාගි විය යුතුය. **(ඇමුණුම වී)** එහිදී හඳුනා ගන්නා විශේෂිත ගැටළු නිරාකරණයට සක්‍රියව දායක වීමත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තු නිලධාරීන්ගේ ද සහාය ඇතිව කමිටු නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක කිරීමත් සිදුකල යුතුය.

<u>පාසල තුල පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනේ සැලසුම් ක්‍රියාත්මක කිරීම ට අදාළ ව සෞඛ්‍ය නිලධාරීන්ගේ වගකීම්</u>

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් සහ නගර සභාවල ප්‍රධාන පාසල් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් විසින් කාර්යාලීය දින සටහනේ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා සෑම සතියකම එක් දිනයක් වෙන්කිරීම අනිවාර්ය වේ. මෙම ක්‍රියාමාර්ගය තුලින් පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා ප්‍රමුඛත්වයක් ලැබේ.ඉහත වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ අධීක්ෂණය යටතේ පාසල තුල පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සංවිධානය සහ සම්බන්ධීකරණය කිරීමේ වගකීම මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සතුවේ.
- පාසල් ප්‍රජාවගේ සෞඛ්‍ය දියුණු කිරීමට අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තු නිලධාරීන් සමඟ සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම
- පාසල් විදුහල්පති ඇතුළු ගුරු කාර්ය මණ්ඩලයේ සහාය ඇතිව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුව පිහිටුවා ඒ ඒ පාසල් මට්ටමින් පවතින සෞඛ්‍යමය ගැටළු විශ්ලේෂණය කොට පාසල් තුල දියත් කල හැකි ක්‍රියාකාරකම් හඳුනාගැනීමත්, ඒ සඳහා අවශ්‍ය පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම පිළියෙළ කිරීමටත් පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජය බලකරණය කිරීම (**ඇමුණුම වී**)
- ශිෂ්‍යයන්ගේ වර්ධනය සහ සංවර්ධනය සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රමුඛතා හඳුනාගෙන ඒ සඳහා විසඳුම් සෙවීමට මග පෙන්වීම

- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සම්බන්ධ තීරණ ගැනීමට අවශ්‍ය වන දැනුම, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන් දියත් කිරීම හා නොකඩවා පවත්වාගෙන යාම සඳහා අවශ්‍ය ආකල්ප හා කුසලතා පාසල් ප්‍රජාව තුළ ඇති කිරීම
- වෛද්‍ය පරීක්ෂණ මගින් පාසල් දරුවන්ගේ පෝෂණ ගැටළු දන්තාබාධ කායික සහ මානසික සෞඛ්‍ය ගැටළු හඳුනාගෙන ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කිරීම (එච් 606) මගින් පාසල් ශිෂ්‍යයන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්වය නගා සිටුවීමට උදව් වීම
- විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති දරුවන් හඳුනාගෙන අවශ්‍ය යොමු කිරීම් සිදු කිරීම
- පාසල් දරුවන් සඳහා ප්‍රතිශක්තිකරණ එන්නත් ලබාදීම
- පාසල් දරුවන් සඳහා ඒ ඒ ශ්‍රේණියට නියමිත දැනුවත් කිරීමේ දේශන හෝ වැඩසටහන් (ජීවන නිපුණතා) පැවැත්වීම
- පාසල් ආපන ශාලා එච් 1306 (2019) ආකෘතියට **(ඇමුණුම සී)** අනුව ශ්‍රේණිගත කල යුතු අතර එම ඇගයීම් පත්‍රිකාවට අනුව "සී ශ්‍රේණිය" ට ඇතුළත් වන පාසල් ආපන ශාලා සඳහා ලබා දී ඇති කොන්ත්‍රාත්තුව වහාම අත්හිටු වීමට නිර්දේශ කර අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයට දැන්වීම
- පාසල් ළමුන් සඳහා ආහාර සකස් කෙරෙන නේවාසිකාගාර, වෙනත් පාසල් මුළුතැන්ගෙවල් හා පාසල් දිවා ආහාර සැකසුම් ස්ථානයන් එච් 800 ආකෘතියට අනුවද අධීක්ෂණය කිරීම
- පාසල් දිවා ආහාර වැඩසටහන අධීක්ෂණය කිරීම
- යකඩ, ෆෝලික් අම්ල, විටමින් සී අතිරේකය ලබාදීමේ වැඩසටහන නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක කිරීම සහ නියාමනය කිරීම (සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ 01-12/2019 අංක දරණ 2019/01/28 දිනැති පාසල් දරුවන් සඳහා ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ලබා දීම පිළිබඳ චක්‍රලේඛය)
- පාසල් පරිසරය පිරිසිදුව, ආරක්ෂිත ව මෙන්ම, කළහකාරී බවෙන්, හිංසනයෙන්, අපයෝජනයෙන් සහ ශාරීරික හා මානසික දඬුවම් වලින් තොරව පවත්වා ගැනීමට ත් මනෝ සමාජීය කුසලතා දියුණු කරන ධනාත්මක දඬුවම් තුළින් විනය පවත්වා ගැනීමට ත් මග පෙන්වීම
- පාසල තුළ මදුරු මර්දන වැඩසටහන අධීක්ෂණය කිරීම
- බෝවන සහ බෝ-නොවන රෝග වලින් වැලකී සිටීමට පාසල් ප්‍රජාවට මග පෙන්වීම
- ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය ඉගැන්වීම, උපදේශනය සහ මනෝ සමාජීය නිපුණතා (ජීවන නිපුණතා) පිළිබඳ ගුරුවරුන් තුළ ඉගැන්වීමේ කුසලතා දියුණු කිරීම
- පාසල් සෞඛ්‍ය ක්‍රියාකාරකම් වලට ප්‍රජාවේ සහාය ලබා ගැනීමට කටයුතු කිරීම
- පාසල් ශිෂ්‍යයන් ප්‍රජා ක්‍රියාකාරකම් සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන් වලට සහභාගී වීමට මග පෙන්වීම සහ දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම
- පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය, වාර්ෂික පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ දත්ත, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ දත්ත කළමණාකරන තොරතුරු පද්ධතියට (eRHMS) ඇතුලත් කිරීම සහ ඒ ඒ වාර්තා අදාළ අංශ වෙත (පන්ති භාර ගුරුභවතාට පාසල් විදුහල්පතිට සහ කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකට) නියමිත දිනට පෙර ලබාදීම සහ එම දත්ත කළමණාකරණය පිළිබඳ කටයුතු අධීක්ෂණය **(ඇමුණුම ඩී සහ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන පිළිබඳ මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය)**
- අධ්‍යාපන නිලධාරීන් සමඟ පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන නියාමනය, ඇගයීම සහ ප්‍රතිපෝෂණයක් ලබාදීම **(ඇමුණුම ඊ)**

ආංශික සංවර්ධන සැලසුම්වලට ඇතුල් කිරීම

පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන යටතේ නිතිපතා සිදු කරන ක්‍රියාකාරකම් හැරුණු කොට ගුරුවරුන් සඳහා සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන්, අධ්‍යාපන නිලධාරීන් සඳහා උද්දේශන වැඩසටහන් යනාදිය අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ පළාත්, කලාප සහ කොට්ඨාස අධ්‍යක්ෂවරුන් සමඟ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටු වලදී සැලසුම් කර ඒවා පළාත් සෞඛ්‍ය ආංශික සංවර්ධන සැලසුම්වලට, සහ පළාත් අධ්‍යාපන ආංශික සංවර්ධන සැලසුම්වලට ඇතුළත් කල යුතුයි. වෙනත් පාර්ශවකරුවන් විසින් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් සැලසුම් කරන්නේ නම් ඉහත සැලසුම් වලට ඇතුළත් කිරීමට අමතරව සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය මඟින් සහ අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ අංශය සමඟ සම්බන්ධීකරණය කළ යුතුය. **(ඇමුණුම ඒ)**

මෙම චක්‍රලේඛයේ අඩංගු තොරතුරු පිළිබඳව ඔබගේ කාර්ය මණ්ඩල හා ඔබේ පරිපාලනයේ පවතින ආයතන දැනුවත් කරන්න. ඔවුන් මෙම චක්‍රලේඛය පිළිපදින බවට වගබලා ගන්න.

වෛද්‍ය එස්. එච්. මුණසිංහ
ලේකම්
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.

....
වෛද්‍ය. එස්. එච්. මුණසිංහ
ලේකම්/සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය

පිටපත්-
ලේකම්/අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/කෘෂිකර්ම අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/පරිසර අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/ජල සම්පාදන හා ජලාප්‍රවාහන අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවා, වසංගත රෝග හා කොවිඩ් රෝග පාලන කටයුතු රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/ඖෂධ නිෂ්පාදනය සැපයීම හා නියාමන රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/නිපුණතා සංවර්ධන, වෘත්තීය අධ්‍යාපන, සමීක්ෂණ සහ නව නිපැයුම් පිළිබඳ රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/ කාන්තා සහ ළමා සංවර්ධන, පෙර පාසල්, ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන සහ පාසල් යටිතල පහසුකම් සහ අධ්‍යාපන සේවා රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/පශු සම්පත්, ගොවිපළ ප්‍රවර්ධන සහ කිරි හා බිත්තර ආශ්‍රිත කර්මාන්ත පිළිබඳ රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/ වී හා ධාන්‍ය, කාබනික ආහාර, එළවළු, පලතුරු, මිරිස්, ළූණු හා අර්තාපල් වගා ප්‍රවර්ධන, බීජ නිෂ්පාදන සහ උසස් තාක්ෂණික කෘෂිකර්ම රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/ ග්‍රාමීය සහ පාසල් ක්‍රීඩා යටිතල පහසුකම් ප්‍රවර්ධන රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය
සභාපති ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය
අතිරේක ලේකම් (වෛද්‍ය සේවා)/ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
අතිරේක ලේකම් (මහජන සෞඛ්‍ය)/ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
අතිරේක ලේකම්/අධ්‍යාපන ගුණාත්මක සංවර්ධන, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්/ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (ම.සෞ.සේ. II)/ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්(බෝ නොවන රෝග)/සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (පාරිසරික සහ වෘත්තීය සෞඛ්‍ය)/ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (වෛද්‍ය සේවා)/ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
අධ්‍යක්ෂ (මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය)/පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය
අධ්‍යක්ෂ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය
ප්‍රධාන වසංගත රෝග විද්‍යාඥ /වසංගත රෝග විද්‍යා අංශය
අධ්‍යක්ෂ, පෝෂණ අංශය
අධ්‍යක්ෂ, මානසික සෞඛ්‍ය අංශය
අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ/සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ/අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ/ජාතික පාසල් /අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ/ සෞඛ්‍ය, ක්‍රීඩා හා ශාරීරික අධ්‍යාපන /අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ/ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන /අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ/අවිධිමත් හා විශේෂ අධ්‍යාපන/අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
ලේකම්/රජයේ වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ සංගමය

5

ඇමුණුම ඒ

<u>පාර්ශවකරුවන් විසින් පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සැලසුම් කිරීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී සැලකිය යුතුයි</u>

A. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සැලසුම් කර ඇති සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ සියළුම විශේෂිත වැඩසටහන් භාර අධ්‍යක්ෂවරුන්, එම සැලසුම් පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනෙහි මධ්‍ය කේන්ද්‍රීය ආයතනය වන පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ අධ්‍යක්ෂ/මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය මගින් පෙර වසරේ ඔක්තෝම්බර් 01 දිනට පෙර අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ වැඩසටහන් භාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ වෙත දැනුම් දිය යුතුය.

B. එම සෞඛ්‍ය කටයුතු සෑම විටම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ සහ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන් හරහා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/පාසල් වෛද්‍ය නිලධාරී/ නගර සභා - ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී මගින් ක්‍රියාත්මක කල යුතුය. කිසිවිටෙකත් ඔවුන්ගේ අනුදැනුමකින් තොරව පාසල් තුල සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක නොකළ යුතුය.

C. සැළසුම් කල පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ පළාත්, කළාප සහ කොට්ඨාස අධ්‍යක්ෂවරුන් සමඟ සැලසුම් කර ඒවා පළාත් සෞඛ්‍ය, සහ පළාත් අධ්‍යාපන ආංශික සංවර්ධන සැලසුමට ඇතුළත් කල යුතුයි.

D. අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ ජාතික මට්ටමේ කමිටුව මගින් අනුමත නොකරන ලද සහ පළාත් අධ්‍යාපන ආංශික සංවර්ධන සැලැස්මට ඇතුළත් නොකරන ලද, රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන/ව්‍යාපාර/පුද්ගලයන් මගින් පාසල් ළමුන් සඳහා සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් සිදු නොකල යුතුයි. එසේ අනුමත නොකල වැඩසටහන් සිදුකරන අවස්ථා වලදී සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී හෝ අනිකුත් රජයේ වෛද්‍ය නිලධාරීන් විසින් උදව් දීම හෝ සහභාගී වීම නොකල යුතුය. එබඳු අවස්ථා පිළිබඳව පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයට හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ සෞඛ්‍ය/පෝෂණ වැඩසටහන භාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන් වෙත දැනුම් දිය යුතුය.

ඇමුණුම බී

<u>සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටු</u>

1. **පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජය (පාසල තුළ)**
2. **පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුව (පාසල තුළ)**
3. **කොට්ඨාශ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව**
4. **කලාප සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව**
5. **පළාත් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව**
6. **පාසල් සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ජාතික සම්බන්ධීකරණ කමිටුව (ක්‍රියාකාර කමිටුව)**
7. **ජාතික මට්ටමේ පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය පිළිබඳ මෙහෙයුම් කමිටුව**

1. පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජය

සංයුතිය	කමිටුවේ කාර්යභාරය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම සහ කමිටුව පැවැත්වීම	කමිටුව නියාමනය
සභාපති/ උප සභාපති / සම ලේකම්වරුන්/ භාණ්ඩාගාරික හා කාරක සභිකයින් සිසුන් අතරින් පත් කෙරේ සමාජිකත්වය - ඕනෑම ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාවකට ලබාගත හැක පාසලේ අවශ්‍යතාවය මත උප කමිටු පිහිටුවාගත හැක විදුහල්පති, සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් භාර නියෝජ්‍ය විදුහල්පති/ අංශ ප්‍රධාන/ සෞඛ්‍ය භාර ගුරු භවතා/ ගුරුවරුන් මෙම කමිටුවේ උපදේශකත්වය දරනු ලැබේ. (සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපන /ජීවන නිපුණතා/ විද්‍යාව හෝ වෙනත් ගුරු භවතෙකු විය හැක.)	පාසල් ප්‍රජාව සමග සෞඛ්‍ය කටයුතු සැලසුම් කොට ක්‍රියාත්මක කිරීමට මූලිකත්වය ගැනීම. සෞඛ්‍ය ක්‍රියාකාරකම් ඇගයීම හා නියාමනය	**කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම** විදුහල්පති **කමිටුව පැවැත්වීම-මාසිකව**	මාසික නියාමනය - උපදේශකත්වය දරනු ලබන ගුරුවරුන් හා කමිටු සමාජිකයන් ත්‍රෛමාසික නියාමනය - විදුහල්පති ගුරුවරුන් හා කමිටු සමාජිකයන් වාර්ෂික නියාමනය - කොට්ඨාශ/කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ, සෞ.වෛ.නි. හෝ මහජන සෞඛ්‍ය නිලධාරීන්

ප්‍රමුඛත්වය දී සිදුකල යුතු ක්‍රියාකාරකම්

පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්තියක් සකස් කිරීම

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වාර්ෂික ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම පිළියෙළ කිරීම, පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුවේ අනුමැතිය ලබාගැනීම හා ක්‍රියාත්මක කිරීම

පාසල් හැරයන ළමුන් සංඛ්‍යාව අවම කිරීම සඳහා ක්‍රමවේදයක් පාසල තුල ඇතිකිරීම

පාසල් දරුවන්ගේ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය, පෝෂණ මට්ටම හා ශාරීරික යෝග්‍යතා මට්ටම නියාමනය

වාර්ෂිකව පාසල් සෞඛ්‍ය දිනයක් පැවැත්වීම

මනෝ සමාජයීය සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා සුදුසු ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම

<u>වාර්ෂික ක්‍රියාකාරකම් සැලසුමෙහි අඩංගු කළහැකි ක්‍රියාකාරකම්</u>

(a) පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජයේ මාසික රැස්වීම
(b) විශේෂ ක්‍රියාකාරකම් පැවැත්වීම - ආරාධිතයන්ගේ දේශන, සාකච්ඡා, භූමිකා රංගන,දෙබස් ,කෙටි නාට්‍ය වැඩසටහන්, චිත්‍රපට, සම වයස් කණ්ඩායම්, සාකච්ඡා ආදිය
(c) දිනපතා සෞඛ්‍ය කතා, පොදු ඇමතීම් පද්ධතිය මගින් සිදු කිරීම
(d) සෞඛ්‍යට සම්බන්ධ තරඟ පැවැත්වීම - උදා- නාට්‍ය, දේශන, විවාද, චිත්‍ර තරඟ
(e) ශරීරික ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රවර්ධනය
(f) සෞඛ්‍ය සහ ගෘහ විද්‍යා ගුරුවරුන් ගේ සහාය ඇතිව, විළිමහනේ ආහාර පිසීමේ කදවුරු, සෞඛ්‍යමත් ආහාර වට්ටෝරු පිළියෙල කර ආදර්ශණය කිරීම මගින් සෞඛ්‍යමත් ආහාර පුරුදු ප්‍රවර්ධනය
(g) සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන බිත්ති පුවත්පත් පවත්වාගෙන යාම
(h) සෞඛ්‍යමත් ආපනශාලා ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීමට සහාය දීම
(i) සෞඛ්‍ය සම්පත් මධ්‍යස්ථානයක් / සෞඛ්‍ය මුල්ලක් ඇති කර එහි අවශ්‍යකරන පත්‍රිකා, වීඩියෝ, පෝස්ටර්, පත්තර, ලිපි ආදිය භාවිතය සඳහා තැබීම
(j) සහචර අධ්‍යාපන වැඩසටහන් සංවිධානය
(k) ජීවන නිපුණතා වර්ධනය සහ මනෝ සමාජයීය සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ වැඩසටහන් තුලින් පාසල තුල ගැටුම්, හිංසනය, අපයෝජන අවම කිරීම, අවදානම් ලිංගික හැසිරීම් අඩු කිරීම සහ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් වැඩි කිරීම
(l) සතිපතා යකඩ, ෆෝලික් අම්ල, විටමින් සී අතිරේකය ලබාදීමේදී ගුරුවරුන්ට සහාය දීම
(m) පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණයෙන් හඳුනාගත් ගැටළු නිරාකරණය කිරීමට කටයුතු කිරීම
(n) කුණු කසල බැහැරලීමේ ක්‍රමවේදයක් තිබීම, ප්‍රතිචක්‍රීකරණ ක්‍රම භාවිතය සහ පරිසරය පිරිසිදුව පවත්වා ගැනීමට ක්‍රියාකිරීම
(o) ඩෙංගු වැනි මදුරුවන් මගින් බෝවන රෝග පාලනයට උපකාර වීම
(p) පාසල තුළ බීමට සුදුසු ජලය ලබාදීමට උදව් කිරීම
(q) පාසල තුළ වැසිකිළි පිරිසිදු කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් සැකසීම
(r) පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට උදව් කිරීම
(s) සෞඛ්‍ය ගැටළු සටහන (H456) පිළිබඳ තොරතුරු පංතිභාර ගුරුවරුන්ගෙන් ලබාගෙන තම පාසලේ ගැටළු පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීම
(t) ඊට අනුකූලව ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය ගැටළු වැලැක්වීම සඳහා දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම
(u) ආබාධ සහිත දරුවන් පසු විපරම් කිරීම් සඳහා සහාය දීම
(v) පාසල් ප්‍රජාවට යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු ඇතිකර ගැනීමට දිරිගැන්වීම
(w) දිවා ආහාර වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමට උදව් කිරීම
(x) ප්‍රථමාධාර මධ්‍යස්ථානය පවත්වාගෙන යාම සහ අවශ්‍ය අවස්ථාවල ප්‍රථමාධාර ලබාදීමට කටයුතු කිරීම

2. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුව

සංයුතිය	කමිටුවේ කාර්යභාරය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම සහ කමිටුව පැවැත්වීම	කමිටුව නියාමනය
අධ්‍යාපන අංශය විදුහල්පති (සභාපති) නියෝජ්‍ය විදුහල්පති නියෝජ්‍ය විදුහල්පති . (ප්‍රාථමික) අංශ ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය භාර ගුරු භවතා ගුරුවරු - (ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව මත පත් කිරීමට විදුහල්පතිට අවකාශ ඇත. (සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපන/ජීවන නිපුණතා / විද්‍යාව හෝ වෙනත් ගුරු භවතෙකු විය හැක.) ශිෂ්‍ය නියෝජිතයන් - පාසල් සෞඛ්‍ය සංගමයේ සභාපති, ලේකම් හා භාණ්ඩාගාරික දෙමාපිය නියෝජිතයන් සෞඛ්‍ය අංශය මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වෙනත් බාහිර සුභ පතන්නන්	සෞඛ්‍ය සමාජය විසින් සකස් කරන ලද වාර්ෂික සෞඛ්‍ය සැලැස්ම අනුමත කිරීම. ඒ සඳහා අවශ්‍ය සම්පත් සපයාදීම. සෞඛ්‍ය ක්‍රියාකාරකම් සඳහා මග පෙන්වීම. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ ප්‍රතිපෝෂණය සහ නියාමනය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම - විදුහල්පති මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක කමිටුව පැවැත්වීම- මාස 3 කට වරක්	ත්‍රෛමාසික නියාමනය - විදුහල්පති ඇතුළු කමිටු සමාජිකයන් වාර්ෂික නියාමනය - විදුහල්පති හා කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ

3. කොට්ඨාශ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව

සංයුතිය	කමිටුවේ කාර්යභාරය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම සහ කමිටුව පැවැත්වීම	කමිටුව නියාමනය
අධ්‍යාපන අංශය කොට්ඨාශ අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සභාපති) කොට්ඨාශ සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ වැඩසටහන් භාර නියෝජ්‍ය / සහකාර අ.අ. කොට්ඨාශ අධ්‍යාපන නිලධාරීන් විදුහල්පතිවරුන් සෞඛ්‍ය අංශය සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී / අතිරේක සෞ.වෛ. නිලධාරී පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරී	සපයා ඇති පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ඇගයීම් ලැයිස්තුව අනුව පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන ඇගයීම. සිදුකරන ලද පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු පිළිබඳව ප්‍රතිපෝෂණය කිරීම. සියළුම පාසල් සඳහා රජයේ අනුමත චක්‍රලේඛ සහ මාර්ගෝපදේශ වලට අනු ගතව පාසල් සෞඛ්‍ය සේවා සැපයෙන බව තහවුරු කර ගැනීම.	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම - කොට්ඨාශ භාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ කමිටුව පැවැත්වීම- මාස 2 කට වරක්	කොට්ඨාශ මට්ටමින් මාස 6කට වරක් අදාල විදුහල්පතිවරුන් විසින් ප්‍රගතිය ඉදිරිපත් කල යුතුය. කොට්ඨාශ අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂක හා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම සහ නියාමනය කල යුතුය.

4. කලාප සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව

සංයුතිය	කමිටුවේ කාර්යභාරය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම සහ කමිටුව පැවැත්වීම	කමිටුව නියාමනය
<u>අධ්‍යාපන අංශය</u> කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සභාපති) කලාප නියෝජ්‍ය/සහකාර අ.අ. සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ, ශාරීරික අධ්‍යාපන සහ ක්‍රීඩා, ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන, විශේෂ අධ්‍යාපන, සහ උපදේශණය වැඩසටහන් භාර කොට්ඨාශ අ.අ. වරුන් ගණකාධිකාරී (කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය) විදුහල්පතිවරුන් හතරදෙනෙකු (1AB,1C,Type2,Type3 පාසල් වලින් එක් විදුහල්පති බැගින්) <u>සෞඛ්‍ය අංශය</u> දිස්ත්‍රික්/ පළාත් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන් වෛද්‍ය නිලධාරී / මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ විසින් නම් කරන ලද නිලධාරීන් (ප්‍රාදේශීය වසංගතරෝග විශේෂඥ, ප්‍රාදේශීය දන්ත ශල්‍ය වෛද්‍ය) සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරී	පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා දිස්ත්‍රික් පස් අවුරුදු ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සහ පළමු වසර සඳහා සවිස්තරාත්මක ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කිරීම පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා අවශ්‍ය සම්පත් සපයාදීම මානව සම්පත්, මූල්‍යමය සහ වෙනත් සම්පත් (උපකරණ, සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන මෙවලම්, බෙහෙත් ද්‍රව්‍ය) සෞඛ්‍ය සහ අධ්‍යාපන කාර්ය මණ්ඩල සඳහා කුසලතා සංවර්ධන වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු මනාව පවත්වා ගෙනයෑම සඳහා පාසල් බලධාරීන් යොමු කිරීම. සපයා ඇති පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ඇගයීම් ලැයිස්තුවට අනුව පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන ඇගයීම. සිදුකරන ලද පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු පිළිබඳව ප්‍රතිපෝෂණය කිරීම. රන් පදක්කම් සඳහා සුදුසුකම් ලත් පාසල් ලැයිස්තුව අධ්‍යාපන හා සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශයන්ට ලබාදීම. සුදුසු කාලාන්තර වලදී පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය සහ සේවා පැකේජය පිළිබඳව සමාලෝචන සිදු කිරීම.	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම - කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ කමිටුව පැවැත්වීම- මාස 2 කට වරක්	කොට්ඨාශ අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂක වරුන් වාර්ෂිකව ප්‍රගතිය ඉදිරිපත් කළ යුතුයි. කලාප මට්ටමින් පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂක හා මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී/ දිස්ත්‍රික් / පලාත් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ විසින් සුපරීක්ෂණය සහ නියාමනය වාර්ෂිකව කල යුතුය.

කලාපය තුල පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු නියාමන වාර්තා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ, සෞඛ්‍ය/පෝෂණ වෙත ඉදිරිපත් කළ යුතුයි.

5. පළාත් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව

සංයුතිය	කමිටුවේ කාර්යභාරය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම සහ කමිටුව පැවැත්වීම	කමිටුව නියාමනය
අධ්‍යාපන අංශය පළාත් අධ්‍යාපන ලේකම් (සභාපති) පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ පළාත් නි .අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ. (ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන , විශේෂ අධ්‍යාපන, සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ ,ශාරීරික අධ්‍යාපන හා ක්‍රීඩා උපදේශණය සහ සැළසුම්) නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකවරුන් ගණකාධිකාරී (පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව) සෞඛ්‍ය අංශය පළාත් සෞඛ්‍ය ලේකම් පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ප්‍රාදේශිය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂකවරු දිස්ත්‍රික්/ පළාත් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන් මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් පළාත් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂක දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරික්ෂකවරු	ජාතික සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්ති වලට අනුකලව පළාත් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්ති සකස්කර ගැනීම. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා පළාත් පස් අවුරුදු ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සහ පළමු වසර සඳහා සවිස්තරාත්මක ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කිරීම. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා අවශ්‍ය සම්පත් සපයාදීම. මානව සම්පත්, මුල්‍යමය සහ වෙනත් සම්පත් (උපකරණ ,සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන මෙවලම්, බෙහෙත් ද්‍රව්‍ය) අත්‍යවශ්‍ය යොමු කිරීම් පටිපාටිය ක්‍රියාත්මක ව පවතින බව තහවුරු කිරීම. වර්ෂයක ට දෙවතාවක් වැඩසටහන ඇගයීම. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු සාර්ථකව සිදුකිරීම සඳහා ප්‍රතිපෝෂණය කිරීම.	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම -පළාත් අධ්‍යාපන ලේකම් කමිටුව පැවැත්වීම- මාස 6 කට වරක් සිදුකළ යුතුයි. කමිටු වාර්තා ජාතික මට්ටමේ මධ්‍ය කේන්ද්‍රිය ආයතන වෙත ඉදිරිපත් කළ යුතුයි.	කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකවරුන් ප්‍රගතිය ඉදිරිපත් කල යුතුයි. පළාත් අධ්‍යාපන ලේකම් වර්ෂයක ට දෙවතාවක් අධීක්ෂණය සහ නියාමනය කල යුතුයි.

6. පාසල් සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ජාතික සම්බන්ධීකරණ කමිටුව (ක්‍රියාකාරි කමිටුව)

සංයුතිය	කමිටුවේ කාර්යභාරය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම සහ කමිටුව පැවැත්වීම	කමිටුව නියාමනය
සෞඛ්‍ය අංශය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (සභාපති) නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්/(ම.සෞ.සේ 11) නියෝජ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්/(දන්ත සේවා) අධ්‍යක්ෂ/ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය අධ්‍යක්ෂ (පාරිසරික සහ වෘත්තීය සෞඛ්‍ය) අධ්‍යක්ෂ/ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය අධ්‍යක්ෂ/ බෝ නොවන රෝග අධ්‍යක්ෂ/ මානසික සෞඛ්‍ය අධ්‍යක්ෂ/ පෝෂණ අංශය අධ්‍යක්ෂ/ ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය ප්‍රධාන වසංගතරෝග විද්‍යඥ පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ 02 පාසල් සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ජාතික වැඩසටහන් කළමණාකාරි ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ නව යොවුන් සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ජාතික වැඩසටහන් කළමණාකාරි ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ මුඛ සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ජාතික වැඩසටහන් කළමණාකාරි ප්‍රජා දන්ත වෛද්‍ය විශේෂඥ ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ- වෛද්‍ය පර්යේෂණ ආයතනය දිස්ත්‍රික්/ පලාත් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ 01 මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි 01 සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි 01 ප්‍රධාන වෛද්‍ය නිලධාරි කොළඹ මහ නගර සභාව ගණකාධිකාරි සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය ප්‍රධාන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක අධ්‍යාපන අංශය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සෞඛ්‍ය,ශාරීරික අධ්‍යාපන සහ ක්‍රීඩා) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (බස්නාහිර පළාත්) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (නොවිධිමත් හා විශේෂ අධ්‍යාපන) ජාතික වැඩසටහන් නිලධාරි (සෞඛ්‍ය)/ ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය වෙනත් ශ්‍රී ලංකා ළමා වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන්ගේ සංගමය ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුවේ නියෝජිතයකු මධ්‍යම පරිසර අධිකාරියේ නියෝජිතයකු ක්‍රීඩා වෛද්‍ය ආයතනයේ නියෝජිතයකු ළමාරක්ෂණ අධිකාරියේ නියෝජිතයකු ළමා ලේකම් කාර්යාලයේ නියෝජිතයකු	පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තියට ඇතුළත් කළ යුතු විෂය පරාසය සහ ක්‍රමෝපායන සැළසුම් ක්‍රියාත්මක කිරීම පිළිබඳ තාක්ෂණික දායකත්වය සැපයීම. පාසල් සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ප්‍රතිපත්තිමය තීරණවලට එළඹීම. පාසල් සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ගැටළු නිරාකරණය එකුලේඛ උපදෙස් පිළිපදිමින් වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කරන බවට සියළු නිලධාරීන් වගකිව යුතුය. පුහුණු පැකේජයන්ට අදාළ ක්‍රියාකාරි පටිපාටිය සහ සේවා සැපයීම පිළිබඳ මනා ප්‍රමිතියෙන් යුතු මාර්ගෝපදේශ සැකසීම. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනේ සියළු පැතිකඩයන් ට අදාළ සුදුසු සම්මතයන් සහ ප්‍රමිතීන් සකස් කිරීම. පවතින සහ නවක කාර්ය මණ්ඩල සඳහා අවශ්‍ය තරම් පුහුණු සැසි සහ යාවත්කාලීන කිරීම් නිසි කලට පැවැත්වීම. අත්‍යවශ්‍ය යොමු කිරීම් පටිපාටිය ක්‍රියාත්මක ව පවතින බව තහවුරු කිරීම. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සහ පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම පිළිබඳ සුපරීක්ෂණය, ඇගයීම සහ නියාමනය. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් සහ සේවා පැකේජයන් පිළිබඳ නිසි කාල පරිච්ඡේදයන්හිදී ප්‍රගති සමාලෝචන සිදු කිරීම.	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම- සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් කමිටුව පැවැත්වීම මාස 3 කට වරක් සිදුකළ යුතුයි	සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

7. ජාතික මට්ටමේ පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන මෙහෙයුම් කමිටුව

සංයුතිය	කමිටුවේ කාර්යභාරය	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම සහ කමිටුව පැවැත්වීම	කමිටුව නියාමනය
අධ්‍යාපන අංශය ලේකම්, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය (සභාපති) අතිරේක ලේකම් (අධ්‍යාපන ගුණාත්මක සංවර්ධන) අතිරේක ලේකම් (සැලසුම් හා කාර්යසාධන සමාලෝචන) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සෞඛ්‍ය,ශාරීරික අධ්‍යාපන සහ ක්‍රීඩා) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ(විෂයානුබද්ධ මාර්ගෝපදේශ සහ උපදේශණය) අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (නොවිධිමත් හා විශේෂ අධ්‍යාපන) ප්‍රධාන ගණකාධිකාරී, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය සෞඛ්‍ය අංශය ලේකම් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය අතිරේක ලේකම් (සෞඛ්‍ය සේවා) සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් නි. සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් (ම.සෞ.සේ 11) අධ්‍යක්ෂ/ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය අධ්‍යක්ෂ/ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය අධ්‍යක්ෂ/ බෝ නොවන රෝග අධ්‍යක්ෂ/ මානසික සෞඛ්‍ය පාසල් සෞඛ්‍ය පිළිබඳ ජාතික වැඩසටහන් කළමණාකාර ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය වෙනත් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය මගින් නිර්දේශිත අනෙකුත් අදාල අමාත්‍යාංශ සහ රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශ ලේකම්වරුන්	පාසල් සෞඛ්‍ය ජාතික වැඩසටහන පිළිබඳ ප්‍රතිපත්තිමය තීරණ ගැනීම සහ පාසල් පද්ධතිය තුළ වැඩසටහන සාර්ථකව ක්‍රියාත්මක කිරීම් පිළිබඳ සැලසුම් සකස් කිරීම. වැඩසටහන නියාමනය කිරීම හා ඇගයීම. වැඩසටහනේ ගැටළු නිරාකරණය කිරීමට කටයුතු කිරීම. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන සාර්ථකව ඉටු කිරීම සඳහා මෙම චක්‍රලේඛ උපදෙස් පිළිපදින බවට නිලධාරීන් වගබලා ගත යුතුවේ. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් සංකල්පයේ තිරසාර පැවැත්ම තහවුරු කිරීම. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් ඇගයීම. පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනට අදාළ ව ප්‍රමුඛතාවය ලබාදිය යුතු පර්යේෂණාත්මක අංශයන් පිළිබඳ හඳුනාගැනීම.	කමිටුව පිහිටුවීමේ වගකීම- ලේකම් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය කමිටුව පැවැත්වීම- මාස 6 කට වරක් සිදුකළ යුතුය.	වසරකට දෙවරක් අධ්‍යාපන ලේකම් විසින් සිදු කළ යුතුයි.

එක් එක් කමිටු ස්ථාපිත කිරීම සහ නිසි වකවානුවල කමිටු රැස්වීම් පැවැත්වීම සෑම කමිටුවකම සභාපතිවරුන් සතුවගකීමකි.

ඇමුණුම සී H 1306

ආහාර පරිහරණ ආයතන ශ්‍රේණිගත කිරීම - පාසල් ආපනශාලා සඳහා

පළාත	
අධ්‍යාපන කලාපය	
සෞ.වෛ.නි. කොට්ඨාශය	
ම.සෞ.ප. කොට්ඨාශය	
ම.සෞ.ප. යොමු අංකය	
ආපන ශාලාව අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ ලැයිස්තු ගත වී	ඇත/ නැත

1) පාසලේ නම :- ....

පාසලේ සංගණන අංකය :- ....

ලිපිනය :- .... දුරකථන අංකය :- ....

2) ආපනශාලා හිමිකරුගේ නම :- ....

ලිපිනය :- .... දුරකථන අංකය :- ....

සේවක සංඛ්‍යාව :- ....

★ මෙම පෝරමය පිරවීමේදී **අතරමැදි ලකුණු** ලබා නොදීමට කටයුතු කරන්න

1. ආපන ශාලාවේ ස්ථානයේ යෝග්‍යතාවය (ලකුණු 11) **ආපන ශාලාව ගොඩනැගිල්ලක පවත්වාගෙන යයි - ඔව්/ නැත** **(ගොඩනැගිල්ලක් යනු බිත්ති වහලයක් සහිත ස්ථානයකි)**	**නිර්ණායකය** **(ගොඩනැගිල්ලක නැතිනම් A-K දක්වා ලකුණු 0 වේ)**	**★ ලකුණු**	**ලබාගත් ලකුණු**
A. පිහිටි ස්ථානයේ ආරක්ෂිත බව	සතුටුදායකයි/අසතුටුදායකයි	1/0	
B. සිසුන්ට පහසුවෙන් ලඟාවිය හැකි ස්ථානයක පිහිටා	ඇත/නැත	1/0	
C. ඉඩ කඩ පහසුකම් (සිසුන් හා ගුරුවරුන් සඳහා)	ප්‍රමාණවත් /ප්‍රමාණවත් නැත	1/0	
D. ආපන ශාලාවේ ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	1/0	
E. ගොඩනැගිල්ලේ ආරක්ෂිත බව (ගෙබිම/ බිත්ති/ සිවිලිම/ විදුලි සැපයුම)	සතුටුදායකයි/අසතුටුදායකයි	1/0	
F. වැසිකිළි / කැසිකිළි / ඇති ස්ථානවලින් ඈත්ව පිහිටා	ඇත/නැත	1/0	
G. මැස්සන්/කොඳුරුවන්/ දූවිලිවලින්/ දුර්ගන්ධයෙන් තොරව	ඇත/නැත	1/0	
H. බල්ලන්/ පූසන්/ වෙනත් සතුන්	නැත/ඇත	1/0	
I. සිසුන්ට ආකර්ශණීය ලෙස ආපනශාලාව පවත්වගෙන යාම	සතුටුදායකයි/අසතුටුදායකයි	1/0	
J. සාමාන්‍ය පවිත්‍රතාවය	සතුටුදායකයි/අසතුටුදායකයි	1/0	
K. කුහුඹුවන්/ කැරපොත්තන්/ මීයන්/ වෙනත් වාහක සතුන්	නැත/ඇත	1/0	
1. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/11

2. ජල සැපයුම (ලකුණු 08)	**නිර්ණායකය**	**ලකුණු**	**ලබාගත් ලකුණු**
A. ආරක්ෂිත ජලය අඛණ්ඩව හා ප්‍රමාණවත්ව	ඇත/නැත	2/0	
B. සිසුන් සංඛ්‍යාවට ප්‍රමාණවත් පරිදි අත් සේදීමේ පහසුකම්	ඇත/නැත	2/0	
C. වසරකට වරක්වත් ජල සාම්පල් පරීක්ෂා කර	ඇත/නැත	2/0	
D. සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ලෙස ජලය ගබඩා කර	ඇත/නැත	2/0	
2. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/08

3. පාසල් ආපනශාලා ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම (ලකුණු 11)	නිර්ණායකය	ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු
A. ක්‍රියාකාරී පාසල් ආහාර කමිටුවක්	ඇත/නැත	2/0	
B. මාසික ආහාර කමිටු රැස්වීම් වාර්තා	ඇත/නැත	1/0	
C. ආපනශාලා අධීක්ෂණ වාර්තා	ඇත/නැත	1/0	
D. සෞඛ්‍ය පණිවුඩ ප්‍රදර්ශනය කර	ඇත/නැත	2/0	
E. පිටතින් ආපන ශාලාවට ගෙනෙන ආහාරවල අනන්‍යතාවය තහවුරු කිරීමට හැකියාව	ඇත/නැත	2/0	
F. පැමිණිලි හා යෝජනා සඳහා අවස්ථාව දී	ඇත/නැත	1/0	
G. පාසල් ආපනශාලා චක්‍රලේඛය (35/2015) සහ ඒ පිළිබඳ දැනුම	සතුටුදායකයි/අසතුටුදායකයි	2/0	
3. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/11

4. ආහාර වල ගුණාත්මක භාවය (අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ පාසල් ආපන ශාලා සඳහා උපදෙස් සංග්‍රහයට අනුව)			
4a ගුණාත්මක ආහාර ප්‍රවර්ධනය කිරීම (ලකුණු 18) A සිට F දක්වා ඇති ඕනෑම කාණ්ඩයකට අයත් එක් ආහාර වර්ගයක් හෝ තිබේ නම් එම කාණ්ඩයට ලකුණු 03 ක් දෙන්න.	**නිර්ණායකය**	**ලකුණු**	**ලබාගත් ලකුණු**
A. බත් හෝ ඉඳිආප්ප පිට්ටු වැනි සහල් පිටි වලින් සෑදූ ආහාර අලෙවි කිරීමට	ඇත/නැත	3/0	
B. සත්ත්වමය කොටස් අඩංගු ආහාර අලෙවි කිරීමට (මාළු/ මස්/ කරවල/ බිත්තර/ වෙනත්)	ඇත/නැත	3/0	
C. මාෂ බෝග අලෙවි කිරීමට (මුං ඇට/ පරිප්පු/ කඩල/වෙනත්)	ඇත/නැත	3/0	
D. දේශීය නැවුම් පලතුරු අලෙවි කිරීමට	ඇත/නැත	3/0	
E. මඤ්ඤොක්කා/ බතල වැනි අල වර්ග	ඇත/නැත	3/0	
F. නැවුම් දියර කිරි/ නැවුම් පලතුරු යුෂ/ ඖෂධීය පාන/ කොළ කැඳ වර්ග අලෙවි කිරීමට	ඇත/නැත	3/0	
4b සෞඛ්‍යයට අහිතකර ආහාර අධෛර්යමත් කිරීම (ල.18) G සිට L දක්වා ඇති ඕනෑම කාණ්ඩයකට අයත් එක් ආහාර වර්ගයක් හෝ තිබේ නම් එම කාණ්ඩයට ලකුණු 0 ක් දෙන්න.	**නිර්ණායකය**	**ලකුණු**	**ලබාගත් ලකුණු**
G. මේද අධික ආහාර අලෙවි කිරීමට (රෝල්ස්/පැටිස්/ කට්ලට්/ සමෝසා/අල පෙති/ ඩුමස්ටික්/ නගට්ස්/සොසේජස්/ වෙනත්)	නැත/ ඇත	3/0	
H. සීනි අධික ආහාර අලෙවි කිරීමට (චොක්ලට්/ඩෝ නට්/ පුඩිං/ කේක්/ බිස්කට්/ වෙනත්)	නැත/ ඇත	3/0	
I. ලුණු අධික ආහාර අලෙවි කිරීමට (ලුණු ගල්වන ලද රටකජු/ කඩල/ බයිට් පැකට්/ පොරි/ අච්චාරු/ වෙනත්)	නැත/ ඇත	3/0	
J. කෘත්‍රිම රස උත්තේජක/ රසකාරක/ වර්ණකාරක අඩංගු ආහාර අලෙවි කිරීමට (ක්ෂණික සුප් මිශ්‍රණ/ ක්ෂණික නූඩ්ල්ස් මිශ්‍රණ/ වෙනත්)	නැත/ ඇත	3/0	
K. පෝෂණ ගුණයක් නොමැති හිස් ආහාර උදාහරණ - ටොෆි/ බුල්ටෝ/ ජුජුබීස්/ චුයින්ගම්/ ලොලිපොප්/ ජෙලි කප්/ අයිස් පැකට්/ ටිපි ටිප්/ වෙනත්	නැත/ ඇත	3/0	
L. කාබනීකෘත බීම/ කෘත්‍රිම බීම වර්ග	නැත/ ඇත	3/0	
4. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/36

5. ආපනශාලාවේ ආහාර ගබඩා කිරීම (ලකුණු 04)	නිර්ණායකය	ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු
A. පෙර සැකසූ හා පිසූ ආහාර ගබඩා කිරීම	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
B. පිසූ හා නොපිසූ ආහාර වෙන් වෙන්ව ගබඩා කිරීම	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
5. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/4

6. ආහාර පිළිගැන්වීම (ලකුණු 10)	නිර්ණායකය	ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු
A. සිසුන්/ ගුරුවරුන් සඳහා සෞඛ්‍ය ආරක්ෂිතව ආහාර පිළිගැන්වීම (ආහාර ඇල්ලීමට අත් වැසුම් හෝ වෙනත් ආදේශක භාවිතය)	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
B. මේස/ පුටු/ අල්මාරි/ රාක්ක/ වෙනත් උපකරණ නඩත්තුව හා පවිත්‍රතාවය	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
C. උපකරණ ප්‍රමාණවත් බව	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
D. ආහාර ලබාගැනීමට කවුළු ප්‍රමාණවත් බව	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
E. මිල දර්ශනය ප්‍රදර්ශනය කර	ඇත/නැත	2/0	
6. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/10

7. ආහාර පරිහරණය කරන්නන්ගේ ස්වස්ථතාව	නිර්ණායකය	ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු
A. වසරකට වරක් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට ලක් කිරීම හා වෛද්‍ය වාර්තා පවත්වාගැනීම	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
B. පෞද්ගලික ස්වස්ථතාවය	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
C. යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු ක්‍රියාත්මක කිරීම	කරයි/නොකරයි	2/0	
7. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/06

8. ආපන ශාලාව පවත්වා ගෙන යාමට අදාළ ව මානව සම්පත් කළමනාකරණය	නිර්ණායකය	ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු
A. ආහාර පරිහරණය කරන්නන් පුහුණුවක් ලබා	ඇත/නැත	2/0	
B. ආහාර සැපයුම් කරුවන් හා පරිහරණය කරන්නන් පිළිබඳ ලිපි ගොනුවක් පවත්වාගෙන	යයි/නොයයි	2/0	
8. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/04

9. අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය	නිර්ණායකය	ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු
A. ප්‍රමාණවත් කසළ බඳුන් පවත්වාගනී	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
B. කසළ වර්ගීකරණය සිදු කරයි	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
C. පහසුවෙන් ලඟාවිය හැකි පරිදි කසළ බඳුන් පවත්වාගනී	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
D. පොලිතීන් අවම කිරීම සඳහා ක්‍රියාමාර්ග ගෙන තිබීම	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
E. එකතුවන කසළ අවසන් බැහැර කිරීමේ ක්‍රමවේදය	සතුටුදායකයි/ අසතුටුදායකයි	2/0	
9. කොටස සඳහා ලබාගත් මුළු ලකුණු			/10

ලකුණු සාරාංශය

කොටස	විස්තරය	ලකුණු
1.	ආපනශාලාවේ ස්ථානයේ යෝග්‍යතාවය	/11
2.	ජල සැපයුම	/08
3.	පාසල් ආපනශාලා ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම	/11
4.a	ආහාර වල ගුණාත්මක භාවය	/18
4.b	ආහාර වල ගුණාත්මක භාවය	/18
4.	ආපනශාලාවේ ආහාර ගබඩා කිරීම	/04
5.	ආහාර පිළිගැන්වීම	/10
6.	ආහාර පරිහරණය කරන්නන්ගේ ස්වස්ථතාව	/06
7.	ආපන ශාලාව පවත්වා ගෙන යාමට අදාළ ව මානව සම්පත් කළමනාකරණය	/04
8.	අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය	/10
මුළු ලකුණු		**/100**

පාසල් ආපනශාලාව ශ්‍රේණිගත කිරීම

ලකුණු	විස්තරය	ශ්‍රේණිය
75% සහ ඊට වැඩි	ආදර්ශමත් ආපනශාලාවකි.	**A ★**
74-61 අතර	ආපනශාලාව පවත්වාගෙන යා හැකි ය. නමුත් මාස 03ක් ඇතුළත A මට්ටමට ළඟා විය යුතු යි. (නැවත මාස 03කින් පරීක්ෂා කළ යුතු ය.)	**B**
60% සහ ඊට අඩු	පාසල් ආපනශාලාවක් ලෙස පවත්වාගෙන යාමට නුසුදුසු ය.	**C**

★ **4.b** කොටසේ **G - L** දක්වා වූ ආහාර කාණ්ඩ අතුරෙන් එකකට හෝ ලකුණු 0 ලබා ඇති ආපන ශාලා සඳහා මුළු ලකුණු 75 ඉක්ම වුවද, කිසි විටකත් **A** ශ්‍රේණිය ලබා නොදිය යුතුය.

පාසල් ආපනශාලාව ලබා ගත් ශ්‍රේණිය ☐

නිර්දේශ -

අංකය	නිර්දේශ	නිර්දේශය අනුව කටයුතු කිරීමට ලබා දෙන කාලය
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		

මීළඟ සමීක්ෂණය සිදු කරනු ලබන දිනය - ..../......../..........

....

ම.සෞ.ප. අත්සන විදුහල්පති අත්සන

....

සෞ. වෛ. නි. අත්සන

(මෙහි එක් පිටපතක් පාසල් ආහාර කමිටුවේ සභාපති වෙත ලබාදිය යුතුය)

ඇමුණුම ඩී

A. පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තාවේ (H 1015A)

පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය අවසානයේ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් H 1015A පිටපත් දෙකකින් සම්පූර්ණ කර එක් පිටපතක් තම කාර්යාලීය ලිපි ගොනුවේ තබා ගෙන අනෙක් පිටපත පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වෙත භාරදිය යුතුයි. සියළු දත්ත සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ දී එහි කාර්ය මණ්ඩලය විසින් පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ දත්ත කළමණාකරන තොරතුරු පද්ධතියට (eRHMIS) ඇතුලත් කළ යුතුයි. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් අනුමත කළ පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය වාර්තාවේ (H 1015A) මුද්‍රිත පිටපතක් විදුහල්පතිට ලබා දිය යුතුය. ඒ අනුව පරිගණකය මගින් ස්වයංක්‍රීයව ජනනය වන පාසල් සෞඛ්‍ය තොරතුරු සාරාංශයේ (H 1015B) සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් අනුමත කළ මුද්‍රිත පිටපතක් කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකට පළමු කාර්තුව අවසානයේදී ලබා දිය යුතුයි.

B. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේ සෞඛ්‍ය ගැටළු සටහනේ (H 456)

පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේදී හඳුනාගන්නා සියළුම ගැටළු, සෞඛ්‍ය ගැටළු සටහනේ (H 456) සටහන් කර එහි පිටපතක් පන්තිභාර ගුරු භවතාට ලබාදෙන්න.

C. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේ සාරාංශය (H 1247)

H 1247 පිටපත් දෙකකින් සම්පූර්ණ කර එක් පිටපතක් තම කාර්යාලීය ලිපි ගොනුවේ තබා ගෙන අනෙක් පිටපත පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වෙත භාරදිය යුතුයි. එම දත්ත සෞ.වෛ.නි කාර්යාලයේ දී එහි කාර්ය මණ්ඩලය විසින් පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ දත්ත කළමණාකරන තොරතුරු පද්ධතියට (eRHMIS) ඇතුලත් කළ යුතුයි. පරිගණක ගත H 1247 පිටපත් දෙකකින් ලබාගෙන එය සෞ.වෛ.නි අනුමැතිය සහිතව එක් පිටපතක් විදුහල්පතිට ද අනෙක් පිටපත කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂකට ද ලබාදිය යුතුය.

D. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ මාසික වාර්තාව (H 1014)

සියලුම මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් සෑම මසකම අවසානයේ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක මාර්ගෝපදේශනයට අනුව මාසික වාර්තාව (H 1014) පිටපත් දෙකකින් පිළියෙළ කොට, එක් පිටපතක් තම කාර්යාලීය ලිපි ගොනුවේ තබා ගෙන අනෙක් පිටපත පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වෙත ඊළඟ මාසයේ 05 දිනට පෙර භාරදිය යුතුයි. එම දත්ත සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ දී එහි කාර්ය මණ්ඩලය විසින් පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ දත්ත කළමණාකරන තොරතුරු පද්ධතියට (eRHMIS) ඇතුලත් කළ යුතුයි.

(H 1014) eRHMIS දත්ත පද්ධතියට ඇතුලත් කිරීමෙන් පසු පරිගණකගත මාසික වාර්තාවේ ප්‍රධාන පත්‍රිකාව ස්වයංක්‍රීයව සැකසේ.

E. පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ ත්‍රෛමාසික වාර්තාව (H 797)

පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ මාසික වාර්තාව (H 1014) සහ පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයේ සාරාංශය (H 1247) පරිගණකගත කිරීමෙන් පසු ත්‍රෛමාසික වාර්තාව (H 797) ස්වයංක්‍රීයව සැකසේ. එහි සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් අනුමත කළ පිටපත් ඊළඟ කාර්තුවේ පළමු මාසයේ 20 දින ට පෙර සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ ලිපි ගොනුවේ තැබිය යුතුය.

F. සියළුම වාර්තා නියමිත දිනට e RHMIS දත්ත පද්ධතියට ඇතුලත් කිරීමත් අදාළ නිළධාරීන් වෙත භාරදීම අනිවාර්ය වේ.

ආකෘති පත්‍ර පිරවීමේ ගැටළු නිරාකරණය කරගනු පිණිස, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය විසින් ප්‍රජා සෞඛ්‍ය නිලධාරීන් සඳහා සම්පාදිත පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන පිළිබඳ මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය බලන්න. 2018 හෝ ඊට පසු දී මුද්‍රණය කල සංශෝධිත ආකෘති පත්‍ර භාවිතා කරන්න.

ඇමුණුම 7

පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩ සටහන ඇගයීම් පත්‍රිකාව

නිර්ණායකය	දර්ශකය	ඇගයීම් මට්ටම	උපරිම ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු	ප්‍රභවය
1. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුව	1. කමිටුවක් ඇත, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්ති හඳුනාගෙන ඇත 2. කමිටුව ක්‍රියාත්මක තත්ත්වයේ පවතී	2 1	2		කමිටු නාමාවලිය හා රැස්වීම් වාර්තා, අත්සන් පත්‍ර
2. පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජය	1. පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජයක් ඇත 2. ශිෂ්‍ය සහභාගීත්වය 100% පවතී 3. කායික සෞඛ්‍ය සම්බන්ධ ක්‍රියාකාරකම් ඇත 4. මනෝ සමාජයීය යහපැවැත්මට අදාළ ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදේ. 5. වාර්ෂික ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් ඇත	1 1 1 1 1	5		පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජයේ රැස්වීම් වාර්තා
3. ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් දැනුවත්කර, ක්‍රියාත්මක කර ඇත	1. හදිසි අනතුරු සිදුවිය හැකි අවස්ථා හොමැත. 2. ප්‍රථමාධාර පහසුකම් ඇත. 3. හදිසි අවස්ථාවකදී ක්‍රියාකළයුතු ආකාරය පිළිබඳ සැලැස්මක් ඇත. 4. ඒ පිළිබඳ දැනුවත්කිරීමක් සිදුකර ඇත.	1 1 1 1	4		ප්‍රථමාධාර උපකරණ තිබීම. ප්‍රතිකාර ලබා දීම පිළිබඳ ලේඛණ/වාර්තා
4. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සිදුකර, හඳුනාගත් ගැටලු සඳහා ක්‍රියාමාර්ග ගෙන ඇත.	1. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය වාර්ෂිකව සිදුකර ඇත 2. සිසුන් 80% කට වැඩියෙන් ආවරණය කර ඇත. 3. චර්යා ගැටලු හඳුනාගත් සිසුන් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සඳහා ඉදිරිපත්කර එම උපදෙස් අනුව කටයුතු කරයි. 4. සෞඛ්‍ය ගැටලු හඳුනාගත් සිසුන් විශේෂඥ වෛද්‍ය සායන සඳහා යොමුකර ඇත. 5. පසු විපරමක් සිදුකර ඇත.	1 1 1 1 1	5		පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සාරාංශය (H 1247), සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ ලොග් සටහන්, සෞඛ්‍ය ගැටලු සටහන් පත්‍රය (H 456)
5. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන සහ ප්‍රජාව අතර සබඳතාවය	ප්‍රජාව මගින් පාසල සඳහා සිදුකරන වැඩසටහන් 1. වාර්ෂිකව ක්‍රියාකාරකම් 3 ක් හෝ ඊට වැඩියෙන් සිදුකර ඇත 2. වාර්ෂිකව වැඩසටහන් 1 ක් හෝ 2 ක් සිදුකර ඇත	2 1	2		ප්‍රජා සහභාගීත්වය පිළිබඳ වාර්තා
	පාසල මගින් ප්‍රජාව සඳහා සිදුකරන වැඩසටහන් 1. වාර්ෂිකව ක්‍රියාකාරකම් 3 ක් හෝ ඊට වැඩියෙන් සිදුකර ඇත 2. වාර්ෂිකව වැඩසටහන් 2 ක් හෝ 1 ක් සිදුකර ඇත	2 1	2		
6. සනීපාරක්ෂක පහසුකම් ප්‍රමාණවත්ව හා පවිත්‍රව පවත්වාගෙන යාම	1. ශිෂ්‍ය හා ගුරු සංඛ්‍යාවට ප්‍රමාණවත් සනීපාරක්ෂක පහසුකම් ඇත 2. සනීපාරක්ෂක පහසුකම්, • ගුරුවරුන්ට සහ ශිෂ්‍යයන් සඳහා වෙන් වෙන්ව සපයා ඇත • ප්‍රාථමික හා ද්විතීයික/ ගැහැණු පිරිමි වශයෙන් වෙන් කර ඇත • ආර්ථව අවශ්‍යතා සඳහා පහසුකම් පිළිබඳ සැලකිල්ලට ගෙන ඇත 3. පිරිසිදු කිරීමේ අඛණ්ඩ වැඩපිළිවෙලක් ඇත. 4. පිරිසිදුව පවත්වාගෙන යයි. 5. අඛණ්ඩව ජල සැපයුම ලබා දී ඇත	1 1 1 1 1	5		ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාවට සාපේක්ෂ ව පවතින සනීපාරක්ෂක පහසුකම් සනීපාරක්ෂක පහසුකම් පවත්වාගෙන යාමේ මට්ටම පිළිබඳ නිරීක්ෂණ

නිර්ණායකය	දර්ශකය	ඇගයීම් මට්ටම	උපරිම ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු	ප්‍රභවය
7. ජල පහසුකම් කළමනාකරණය	1. ජල පහසුකම් ඇත. 2. අඛණ්ඩව නඩත්තු කරයි. 3. පිරිමැසුම් ක්‍රම භාවිත කරයි. 4. පානීය ජල පහසුකම් ඇත. 5. ජලයේ ගුණාත්මකභාවය පිළිබඳව වාර්තා පවතී	1 1 1 1 1	5		පවතින ජල පහසුකම් පවත්වාගෙන යාම ජලයේ ගුණාත්මකභාවය පිළිබඳව වාර්තා
8. ගුරු/සිසු පැමිණීම	1. සිසුන්ගේ පැමිණීමේ සාමාන්‍ය 90% හෝ ඊට වැඩිය 2. සිසුන්ගේ පැමිණීමේ සාමාන්‍ය 80 % සිට 89 % දක්වා 3. සිසුන්ගේ පැමිණීමේ සාමාන්‍ය 70 % සිට 79 % දක්වා	3 2 1	3		පැමිණීමේ ලේඛණ, නිවාඩු වාර්තා
	1. ගුරුවරුන්ගේ සාමාන්‍ය පැමිණීම 90% හෝ ඊට වැඩිය 2. ගුරුවරුන්ගේ සාමාන්‍ය පැමිණීම 75 % සිට 89 % දක්වා	2 1	2		
9. පන්ති කාමර පරිසරය හා පාසල් පරිසරය සිසුන්ට හිතකර පරිදි පවතී.	1. පාසල් වත්ත ක්‍රමවත්ව, අලංකාරව හා පිරිසිදුව ඇත 2. පවතින ඉඩ පහසුකම් ක්‍රීඩා සඳහා සාර්ථකව යොදාගනී 3. පන්ති කාමරවල ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය මැනවින් තිබේ 4. පන්තිකාමර පිරිසිදුව ඇත	1 1 1 1	4		භෞතික පරිසරය අධීක්ෂණය
10. සිසුන්ගේ පෝෂණ ගැටලු අවම කිරීමට කටයුතු කරයි.	1. ශිෂ්‍යයින්ගේ පෝෂණ ගැටලු හඳුනාගෙන ඇත 2. දැනුවත් කිරීම සිදුවේ 3. නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීමේ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වේ 4. පෝෂණ ගැටලු සහිත සිසුන් සායන වලට යොමුකරයි	1 1 1 1	4		වැඩසටහන් පිළිබඳ වාර්තා හා සටහන්
11. ශිෂ්‍ය ශාරීරික යෝග්‍යතාවය	1. ශිෂ්‍යයින්ගේ ශාරීරික යෝග්‍යතාවය මැන තිබේ 2. ශාරීරික යෝග්‍යතා සංවර්ධන වැඩසටහන් වාර්ෂික ක්‍රියාකාරී සැලැස්මට ඇතුළත්කර ඇත 3. ශාරීරික යෝග්‍යතා සංවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් ඇත 4. ශාරීරික යෝග්‍යතා ගැටලු සහිත සිසුන් හඳුනාගෙන සුදුසු ක්‍රියාමාර්ග ගෙන ඇත 5. අධ්‍යයන හා අනධ්‍යන කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා යෝග්‍යතා සංවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් හඳුනාගෙන ඇත	1 1 1 1 1	5		ශිෂ්‍ය යෝග්‍යතා සටහන්
12. ශරීර සුවතා වැඩසටහන්	1. ශරීර සුවතා වැඩසටහන් සඳහා වේලාවක් වෙන්කර ඇත. 2. ද්විතීයික අංශ සහ ප්‍රාථමික අංශ (ක්‍රියාකාරීව ප්‍රීතිමත් වෙමු) සඳහා වෙන් වෙන්ව ශරීර සුවතා වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වේ 3. සෑම ශිෂ්‍යයෙකුගේම සහභාගීත්වය ඇත 4. ශරීර සුවතා වැඩසටහන් සඳහා නිර්මාණාත්මක ක්‍රියාකාරකම් හඳුනාගෙන ඇත 5. ශරීර සුවතා වැඩසටහන් ඇගයීමේ වැඩපිළිවෙලක් පවතී	1 1 1 1 1	5		වැඩසටහන පිළිබඳව සිසුන්ගෙන් තොරතුරු ලබා ගැනීම
13. පෞද්ගලික ස්වස්ථතාවය පිළිබඳ වැඩපිළිවෙලක් ඇත	1. දැනුවත්කිරීමක් සිදු කරයි 2. අඛණ්ඩව සොයා බලයි 3. පෞද්ගලික ස්වස්ථතාවය පිළිබඳ නිපුණතා සංවර්ධන වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කරයි	1 1 1	3		සිසුන්ගෙන් සටහන් සහ වාර්තා, පාසල් ලිපි ලේඛන

නිර්ණායකය	දර්ශකය	ඇගයීම් මට්ටම	උපරිම ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු	ප්‍රභවය
8. ආපනශාලාව පවත්වාගෙන යාම සහ පාසලට ආහාර ගෙන එන ආහාර පිළිබඳ අධීක්ෂණය	1. පාසල් ආපනශාලා ශ්‍රේණිගත කිරීම් අනුව A ශ්‍රේණියට අයත්ය 2. පාසල් ආපනශාලා ශ්‍රේණිගත කිරීම් අනුව B ශ්‍රේණියට අයත්ය 3. පෝෂ්‍යදායී ආහාර පාසලට රැගෙන ඒම දිරිමත් කිරීම සඳහා වැඩපිළිවෙලක් ක්‍රියාත්මක කර ඇත 4. ඒ පිළිබඳව සොයා බැලීමක් සිදුවේ	2 1 1 1	4		වාර්තා, සටහන් සහ නිරීක්ෂණ මගින්
9. සෞඛ්‍යවත් පරිසරයක් සඳහා මනෝසමාජයීය ක්‍රියාකාරකම් යොදාගනියි	1. මනෝ සමාජයීය ප්‍රතිපත්ති හඳුනාගෙන ඇත 2. පාසලේ වාර්ෂික සැලැස්මට මනෝ සමාජයීය ක්‍රියාකාරකම් 3 ක් ඇතුලත් කර ඇත 3. වර්ෂයේ එවැනි ක්‍රියාකාරකම් 3 ක් හෝ ඊට වැඩි ගණනක් ක්‍රියාත්මක කර ඇත	1 1 3	5		වාර්ෂික ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම, පස් අවුරුදු සැලැස්ම, ලිපි ආදී ලේඛණ මගින්
10. හිංසනය අපයෝජනය හා ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර පාසල් පරිසරයක් සඳහා අවස්ථාවක් පවතී	1. හිංසනය, අපයෝජනය හා ප්‍රචණ්ඩත්වය වළක්වා ගැනීම පිළිබඳව දැනුවත්කර ඇත 2. වාර්තා කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් පවතී 3. සහන පෙට්ටියක් ඇත 4. එහි තොරතුරුවල රහස්‍යභාවය ආරක්ෂා කරයි 5. එම ගැටලු සඳහා විසඳුම් ලබාදෙයි	1 1 1 1 1	5		නිරීක්ෂණ මගින්, වාර්තා මගින් සිසුන්ගෙන් තොරතුරු ලබා ගැනීම
11. පාසලේදී සිසුන්ගේ විනය පාලනය සඳහා ධනාත්මක ප්‍රවේශයක් භාවිත කරයි	1. විනය නීති මාලාවක් ඇත 2. විනය නීති මාලාව ප්‍රදර්ශනය තුළින් පාසල් ප්‍රජාව දැනුවත් කර ඇත 3. යහපත් චර්යාවන් ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ ක්‍රමවේද පවතී 4. අයහපත් චර්යාවන් නිරුත්සාහය කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් හා ක්‍රමවේද ක්‍රියාත්මක වේ 5. ඒ පිළිබඳව පසුවිපරමක් සිදුකරයි	1 1 1 1 1	5		වාර්තා, ප්‍රදර්ශන පුවරු, පාසලේ පරිසරය, සිසුන්ගෙන් හා ගුරුවරුන්ගෙන් ලබා ගන්නා තොරතුරු මගින්
18. පාසල් සිසුන්ගේ මනෝ සමාජයීය නිපුණතා සංවර්ධනය සඳහා වැඩපිළිවෙලක් ක්‍රියාත්මක වේ	පාසල තුළ 4,7,10 ශ්‍රේණිවල සිසුන් සඳහා නිපුණතා සංවර්ධන වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වේ.	1 1 1	3		වාර්තා සහ තොරතුරු විමසීම ඇසුරින්
19. ඉගෙනුම් දුෂ්කරතා, සුභග හා චර්යාමය ගැටලු සහිත සිසුන් හඳුනා ගැනීම හා මැදිහත්වීම	1. ඉගෙනුම් දුෂ්කරතා, සුභග හා චර්යාමය ගැටලු සහිත සිසුන් හඳුනාගෙන ඇත 2. මැදිහත්වීම සඳහා ගුරුවරුන් පුහුණුව ලබා සිටියි 3. එවැනි සිසුන් හට නිසි මගපෙන්වීමක් සිදුකරයි 4. ප්‍රගතිය සම්බන්ධ වාර්තා තබාගනියි 5. අවශ්‍ය යොමුකිරීම් සිදුකරයි	1 1 1 1 1	5		සිසුන් පිළිබඳ වාර්තා හා වැඩසටහන් වාර්තා ඇසුරින්

නිර්ණායකය	දර්ශකය	ඇගයීම් මට්ටම	උපරිම ලකුණු	ලබාගත් ලකුණු	ප්‍රභවය
18. ගුරුවරුන්ගේ මනෝ සමාජයීය සංවර්ධනය සඳහා වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වේ	1. ගුරුවරයාගේ කාර්යභාරය පිළිබඳ ගුරුවරුන්ට ප්‍රමාණවත් දැනුමක් ලබාදී ඇත 2. සෑම ගුරුවරයෙකුම මනෝ සමාජයීය නිපුණතා පිළිබඳව පුහුණුවක් ලබා ඇත 3. ගුරුවරුන්ගේ ගැටලුවලදී සහාය වීමේ අවස්ථා පවතී 4. මානසික ආතති කළමනාකරණය පිළිබඳ දැනුමක් ලබා දී ඇත 5. වර්ෂයකට වරක්වත් අවම වශයෙන් ලිහිල්කරන (Relaxation) හෝ විනෝදජනක වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වේ 6. ගුරුවරුන්ගේ සාමූහික ක්‍රියාකාරකම් දිරිගැන්වීමේ ක්‍රමවේදයක් ඇත	1 1 1 1 1 1	6		පැමිණීමේ ලේඛණ. විවිධ වැඩසටහන් පිළිබඳ වාර්තා හා සටහන් ඡායාරූප
21. උපදේශන හා මාර්ගෝපදේශ පහසුකම් සැපයීම	1. පාසලේ උපදේශන හා මාර්ගෝපදේශන පුහුණුවලත් ගුරුවරයෙක් සිටියි 2. අවශ්‍ය මගපෙන්වීම් ලබා දෙයි 3. සෑම සිසුවෙකුටම උපාද්‍යාය (Mentor) ගුරුභවතකු හඳුන්වාදී ඇත. 4. සහාය ක්‍රියාකාරකම් පවතී. 5. පසුවිපරම් ක්‍රියාත්මක වේ	1 1 1 1 1	5		නිරීක්ෂණ, වාර්තා හා සටහන්
22. සතිමත් බව සංවර්ධනය කිරීම	1. සතිමත්බව සංවර්ධනය කිරීමේ වැඩසටහන් සැලසුම් කර ඇත 2. සතිමත්බව සංවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් ක්‍රියාත්මක වේ 3. ඒ පිළිබඳව පසුවිපරම් සිදුකරයි	1 1 1	3		නිරීක්ෂණ, වාර්තා හා සටහන්
23. ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම.	1. පුද්ගලික ආරක්ෂාව හා ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය පිළිබඳව දැනුවත්කර ඇත 2. ප්‍රාථමික අංශයේ සිසුන් සඳහා ශරීර අංග පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම සිදු කරන අතර 6,7,12 ශ්‍රේණිවල සිසුන් සඳහා ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය පිළිබඳ වයසට සරිලන විශේෂිත වැඩසටහන් සිදු කරයි.	1 2	3		නිරීක්ෂණ, වාර්තා හා සටහන්

මෙම ඇගයීම් පත්‍රිකාවට අනුව 60% ට වඩා වැඩි ලකුණු ප්‍රමාණයක් ලබාගන්නා පාසලක් "සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක්" ලෙස නම් කෙරේ. එම පාසල් පහත පරිදි ශ්‍රේණිගත කෙරේ

ලකුණු 60 - 69 - ලෝකඩ සම්මාන
ලකුණු 70 - 79 - රිදී සම්මාන
ලකුණු 80 - 100 - රන් සම්මාන

ඇමුණුම "2"

වැසිකිළි කැසිකිළි අවශ්‍යතා පිළිබඳ වගුව

සනීපාරක්ෂක පහසුකම්

පාසල් සිසුන් සඳහා වැසිකිළි හා කැසිකිළි අවශ්‍යතාව

පාසලේ මුළු සිසුන් ගණන	බාලිකා පාසල් සඳහා	පිරිමි පාසල් සඳහා	
	වැසිකිළි	වැසිකිළි	කැසිකිළි
100	2	1	2
200	3	1	2
300	5	2	3
400	6	2	4
500	8	3	5
600	9	3	6
700	11	4	7
800	12	4	8
900	14	5	9
1000	15	5	10
1200	16	5	11
1400	17	6	11
1600	18	6	12
1800	19	6	13
2000 හෝ ඊට වැඩි	20	7	13

මිශ්‍ර පාසල් සඳහා පාසලේ සිටින ගැහැණු හා පිරිමි ළමුන් සංඛ්‍යාව වෙන වෙනම ගෙන ඉහත සටහන උපයෝගී කරගෙන අවශ්‍ය වැසිකිළි හා කැසිකිළි ප්‍රමාණය ගණන් බැලිය යුතුය.

උදා - මිශ්‍ර පාසලක පිරිමි ළමුන් 300 ක් හා ගැහැණු ළමුන් 400 ක් සිටින විට ඉහත සටහනඅනුවවැසිකිළි හා කැසිකිළි ගණන පහත පරිදිවේ.

	වැසිකිළි	කැසිකිළි
පිරිමි ළමුන් සඳහා (300)	2	3
ගැහැණු ළමුන් සඳහා (400)	6	-
අවශ්‍ය මුළු ඒකක ගණන	8	3

ගුරුවරුන් සඳහා

මුළු ගුරුවරුන් සංඛ්‍යාව 10 ට අඩු	වැසිකිළි 02
මුළු ගුරුවරුන් සංඛ්‍යාව 10 - 40 අතර	වැසිකිළි 04
මුළු ගුරුවරුන් සංඛ්‍යාව 40 ට වැඩි	වැසිකිළි 05

ජල පහසුකම්

නගර සභාවන්ට අදාළ ප්‍රදේශවල ඇති පාසල්වලට එම නගරසභා ජල සැපයුම් ව්‍යාපෘතිවලින් ජලය ලබාගත හැක. ජලය රඳවා තබා ගැනීම සඳහා සෑම පාසලකම ජල ටැංකි (ඉහළ ස්ථානයක) ඉදි කළ යුතුය.

එසේ නොවන අවස්ථාවල දී, ළිං ජලය පාසල් සිසුන්ට ලබා දියහැක. පාසල් පරිශ්‍රය තුළ ළිඳක්කැණීමසිදු කළයුතු අතර, ජල ටැංකියකට ජලය පොම්ප කර එමගින් පාසලේ වැසිකිළිවලට, විද්‍යාගාරවලට, ගෘහ විද්‍යාකාමරවලට, ආපනශාලා ආදී ස්ථානවලට ජලය බෙදා හැරිය යුතුය.

මුහුද ආසන්නයේ ඇති පාසල් වල ජලයේ අධික ලවණතාවය නිසා, ළිං ජලය පානය සඳහා සුදුසු නොවේ.

ඇමුණුම "3"- ආබාධ නිවැරදි කිරීම අර්ථ දැක්වීම

පෙනීමේ අබාධ / பார்வையில் குறைபாடுள்ளோர் / Visual defects	When corrected / නිවැරදි කළ විට
ඇසීමේ අබාධ / கேட்டலில் குறையுள்ளோர் / Hearing defects	
කථන ආබාධ / பேச்சில் குறையுள்ளோர் / Speech defects	When referred / යොමු කළ විට
උකුණන් / பேன் காணப்படுபவர்கள் / Pediculosis	When treated / ප්‍රතිකාර කළ විට
සමස් අන්ධතාවය / மாலைக்கண் / Night blindness	When treatment completed ප්‍රතිකාර සම්පූර්ණ කළ විට
බිටෝ ලප / பிற்றோ புள்ளியுள்ளோர் / Bitot spots	
වපරය / மாறுகண்ணுள்ளோர் / Squint	When referred / යොමු කළ විට
සුදුමැලි බව / இரத்த சோகையுள்ளோர் / Pallor	When corrected / නිවැරදි කළ විට
ශුෂ්කාක්ෂි පටලය / சீரோப்தல்மியா / Xerophthalmia	When treatment completed ප්‍රතිකාර සම්පූර්ණ කළ විට
කටකොන් පැළීම / දිවේ ගිනිදැවිල්ල / கடைவாய் அவிதல் / நா அழற்சியுள்ளோர் Angular stomatitis / glossitis	
දන්ත ව්‍යාධිය (ප්‍රතිකාර නොකළ) / பரிகாரமளிக்காத பற் சூத்தையுள்ளோர் தொகை / Dental caries (not treated)	When treated / ප්‍රතිකාර කළ විට
දන්ත අශ්මිය / பற்காறையுள்ளோர் / Calculus	
ෆ්ලෝරෝසියාව / பல்லில் புளோரைட் படிவுள்ளோர் / Fluorosis	
දන්ත විකෘති / பல் வரிசை சீரில்லாதவர்கள் / Malocclusion	When referred / යොමු කළ විට
ගලගණ්ඩය / கண்டமாலையுடையோர் / Goitre	
උගුර, කන්, නාසය අසාමාන්‍ය තත්ත්ව / கா.மூ.தொ. யில் குறையுள்ளோர் ENT defects	
වසා ග්‍රන්ථි ඉදිමීම / நிணநீர்கணுக்கள் வீக்கமுடையோர் / Lymphadenopathy	
කොරි / சிரங்கு நோயுள்ளோர் / Scabies	When treated / ප්‍රතිකාර කළ විට
අසංවේදී ලප පැල්ලම් / வெளிறிய உணர்வற்ற தழும்பு களுள்ளோர் Hypo-pigmented anaesthetic patches	When referred / යොමු කළ විට
වෙනත් චර්ම ආබාධ / வேறு தோல் வியாதியுள்ளோர் / Other skin disorders	
අස්ථි ආබාධ / முடக்குவாத வியாதியுள்ளோர் / Orthopaedic defects	
රූමැටිසියාව / ரூமட்டிக் வாதமுள்ளோர் / Rheumatic disorders	
හෘද අසාමාන්‍ය තත්ත්ව / இதய வியாதியுடையோர் / Heart problems	
පෙනහළු රෝග / நுரையீரல் வியாதியுடையோர் / Lung diseases	
ඇදුම / ஆஸ்த்துமா நோய் உள்ளோர் / Bronchial asthma	
හැසිරීමේ ගැටළු (ගුරුවරයාට අනුව) / நடத்தைப் பிறழ்வுகளுள்ளவரென ஆசிரியரினால் கண்டறியப்பட்டவர்கள் / Behavioural problems (as reported by teacher)	When referred / යොමු කළ විට
ඉගෙනීමේ අපහසුතා (ගුරුවරයාට අනුව) / கற்றலில் குறைபாடுள்ளோரென ஆசிரியரினால் கண்டறியப்பட்டவர்கள் / Learning difficulties (as reported by teacher)	
වෙනත් ආබාධ (සඳහන් කරන්න උදා: තැලසීමියා / වලිප්පුව) ஏனைய குறைபாடுகள் தலசீமியா (குறிப்பிடுக) உதா: வலிப்பு நோயுள்ளோர் / தலசீமியா. Other defects (specify): eg:Thalassaemia, History of fits	
මුළු ආබාධ ගණන (පෝෂණ ගැටළු හැර) / குறைபாடுகளின் எண்ணிக்கை (போசாக்கு குறைபாடுகள் தவிர) Total No. of defects (excluding nutritional problems)	
ආබාධ සහිත සිසුන් ගණන (පෝෂණ ගැටළු හැර) குறைபாடுள்ள மாணவர்களின் எண்ணிக்கை (போசாக்கு குறைபாடுகள் தவிர) No. of students with defects (excluding nutritional problems)	
යොමු කළ සංඛ්‍යාව (පෝෂණ ගැටළු හැර) / மேலதிக சிகிச்சைக்காக பரிந்துரைக்கப்பட்டவர்களின் எண்ணிக்கை (போசாக்கு குறைபாடுகள் தவிர) No. referred (excluding nutritional problems)	

ඇමුණුම "4"

සෞඛ්‍ය / சுகாதாரம் / Health 1016 (2014)

පාසල් සෞඛ්‍ය ඉදිරි වැඩසටහන - වාර්ෂික / ත්‍රෛමාසික
பாடசாலை சுகாதாரம் முதற்காரியப்படலம் - வருடாந்த / காலாண்டு
SCHOOL HEALTH ADVANCE PROGRAMME - ANNUAL / QUARTERLY

පා.සෞ.සේ.අ. කොට්ඨාසය / பி.சு.சே.ப.பிரிவு / RDHS Division ....

වර්ෂය/කාර්තුව / வருடம்/காலாண்டு / Year/Quarter ....

සෞ.වෛ.නි. කොට්ඨාසය / சு.வை.அ.பிரிவு / MOH Division ....

ම.සෞ.ප. ප්‍රදේශය / பொ.சு.ப. பிரிவு / PHI Area ....

පාසල් සංගණන අංකය / பாடசாலை அடையாள இல. / School Census No.	පාසලේ නම / பாடசாலையின் பெயர் / Name of School	පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ දිනය / பாடசாலை சுகாதார ஆய்வு திகதி / Date of School Health Survey	පෙර සූදානම් කරන දිනය / பரிசோதனைத் திகதி / Screening Date	වෛද්‍ය පරීක්ෂණය / வைத்திய பரிசோதனை / Medical Inspection		ප්‍රතිශක්තිකරණය, ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ලබා දීම / தடுப்பு மருந்தேற்றல் நுண்ணூட்ட குறைநிரப்பல் / Immunization, Micronutrients Supplement		සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු / சுகாதார மேம்பாட்டு செயற்பாடுகள் / Health Promoting Activities			පසු විපරම් දින / தொடர் தரிசிப்பு / Follow up visits	
				දිනය / திகதி / Date	නිලධාරියා / அதிகாரி / Officer	දිනය / திகதி / Date	නිලධාරියා / அதிகாரி / Officer	ක්‍රියාකාරකම / செயற்பாடு / Activity	දිනය / திகதி / Date	නිලධාරියා / அதிகாரி / Officer	මාසයකදී / முதல் மாதத்தில் / At 1 month	මාස 3 දී / 3 ஆவது மாதத்தில் / At 3 months

ඇමුණුම "5"

[illegible] H 1015 A
[illegible] (Revised. 2018)
Health

පාසල් සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණ වාර්තාව
பாடசாலை சுகாதார ஆய்வு அறிக்கை
School Health Survey Report

[illegible] MOH area ....

[illegible] PHI area ....

[illegible] Date of Inspection ....

1. [illegible] / [illegible] / Background Information on School

[illegible] Name of School: ....

[illegible] School Census No.: ....

2. [illegible] Address and Telephone No. ....

....

3. [illegible] Total number of students ≤ 200 >200 ☐ ☐

1. [illegible] No. of Children	[illegible] Grade													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	Other
[illegible] ஆண் Male														
[illegible] Female														

		[illegible] Male	[illegible] Female
2. [illegible] No. of teachers (including Principal)			
3. [illegible] No. of teachers trained in health promotion activities			
4. [illegible] No. of teachers nominated for counseling	1. [illegible] Trained		
	2. [illegible] Untrained		

2. [illegible] Physical Environment

[illegible] School Buildings	
1. [illegible] Are there buildings which have not fulfilled the required health care facilities?	☐ . ☐ No
2. [illegible] What are the buildings which have not fulfilled the required health care facilities? State the problem related to them.	
[illegible] Staff Room	
3. [illegible] Is there a suitable staff room available?	☐ Yes ☐ No
4. [illegible] State the problems related to them.	
5. [illegible] Is there a suitable place available for SMI?	☐ Yes ☐ No

3. [illegible] சுகாதார மேம்பாட்டுப் பிரிவு Health Promoting Unit

[illegible] Availability	[illegible] , Yes / No
1. [illegible] Health Promoting Unit	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] Minimum facilities available in Health Promoting Unit	☐ Yes ☐ No
3. [illegible] First-aid services available	☐ Yes ☐ No
4. [illegible] Trained personnel for first-aid available	☐ Yes ☐ No
5. [illegible] State other activities carried by the unit	....

4. [illegible] Dental Clinic

1. [illegible]?Availability of Dental Clinic	☐ Yes ☐ No
2. [illegible]? If there is no dental clinic, to which dental clinic is the school attached?	

[illegible] Facilities	[illegible] Availability	[illegible] Water Supply	[illegible] Electricity	[illegible]? Is it functioning?	[illegible]? If not functioning, reasons?
[illegible] Child	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	
[illegible] Adolescent	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	
[illegible] Adult	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	☐ Yes ☐ No	

5. [illegible] Toilet Facilities

1. [illegible]? Availability of Toilet Facilities	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] No. of Usable Toilets	
3. [illegible] No. of Unusable Toilets	

4. [illegible] Details of Usable Toilets

[illegible] Type	[illegible] For Staff			[illegible] For Students					[illegible] No. with water		[illegible] No. kept clean
				[illegible] No. recommended		[illegible] No. available					
	Male	Female	Common	Male	Female	Male	Female	Common	Student	Staff	
[illegible] Water seal											
[illegible] Others											

5. [illegible] No. of urinals available for boys	
6. [illegible] No. of urinals kept clean	
7. [illegible]? What are the measures taken for cleaning?	
8. [illegible]? What are the measures taken for maintenance	

6. [illegible] Water Supply

[illegible] Source	[illegible] Availability (✓) [illegible] Mark (✓)	[illegible] No. of samples taken in the previous year and the report (Satisfactory - S / Unsatisfactory - U)							
		1st Quarter		2nd Quarter		3rd Quarter		4th Quarter	
		Chemical	Bacteriological	Chemical	Bacteriological	Chemical	Bacteriological	Chemical	Bacteriological
[illegible] Protected pipe borne water									
[illegible] Protected well									
[illegible] Unprotected well									
[illegible] Tube well									
[illegible] Others……………………………… ………………									

[illegible]? Is the water supply adequate?	☐ Yes ☐ No
[illegible]? Is the water supply safe?	☐ Yes ☐ No
[illegible]? Is drinking water available?	☐ Yes ☐ No

[illegible] If not, what are the alternative measure taken?	

7. [illegible] Waste Management

1. [illegible] Segregation of garbage	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] Proper disposal of waste	☐ Yes ☐ No
3. [illegible] Composting of waste	☐ Yes ☐ No
4. [illegible] Other :	☐ Yes ☐ No

8. [illegible] School Premises

1. [illegible] Health hazardous site	1. [illegible] Mosquito breeding sites	☐ Yes ☐ No
	2. [illegible] Flies breeding sites	☐ Yes ☐ No
	3. [illegible] Accident prone sites	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] Stray animals		☐ Yes ☐ No
3. [illegible] Play area		☐ Yes ☐ No
4. [illegible] Home gardening		☐ Yes ☐ No
5. [illegible] Clean surrounding		☐ Yes ☐ No

9. [illegible] School Canteen

1. [illegible] Availability of a canteen	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] H800 [illegible] Has it been monitored by H800?	☐ Yes ☐ No
3. [illegible] H800 [illegible] Grade according to H800 classification (last reading)	☐ A ☐ B ☐ C ☐ D
4. [illegible] Canteen policy adopted	☐ Yes ☐ No
5. [illegible] Unhealthy foods selling places in the vicinity of the school	☐ Yes ☐ No
6. [illegible] Specify if present	

10. [illegible] Preparation of mid-day meals

1. [illegible] Do the meal preparations areas monitored by H800?	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] Prepared according to menu?	☐ Yes ☐ No

11. [illegible] School Kitchen / Home Science Unit

1. [illegible] Availability of a school kitchen/home science unit?	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] Is it in hygienically good condition?	☐ Yes ☐ No
3. [illegible] H800 [illegible] Grade according to the H800 classification (last reading)	☐ A ☐ B ☐ C ☐ D

12. [illegible] Hostel Facilities

1. [illegible] Availability of hostel facilities	☐ Yes ☐ No
2. [illegible] If yes, are health facilities adequate?	☐ Yes ☐ No
3. [illegible] No. of children in the hostel	
4. [illegible] Are the toilets adequate for the students?	☐ Yes ☐ No
5. [illegible] Is the kitchen hygienically in good condition?	☐ Yes ☐ No
6. [illegible] H800 [illegible] Grade according to the H800 classification (last reading)	☐ A ☐ B ☐ C ☐ D
7. [illegible] Availability of accident prone sites?	☐ Yes ☐ No
8. [illegible] Specify accident prone sites	

13. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය சுகாதார மேம்பாடு Health Promotion

1. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්ති ඇති බව சுகாதார மேம்பாடு கொள்கைகள் Availability of health promotion policies	☐ Yes ☐ No
2. එම ප්‍රතිපත්ති ප්‍රදර්ශනය කිරීම கொள்கைகள் காட்சிப்படுத்தப்பட்டுள்ளனவா? Display of such policies	☐ Yes ☐ No
3. එම ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාත්මක කිරීම வகுக்கப்பட்ட கொள்கைகள் அமுல்படுத்தல் Implementation of the policies	☐ Yes ☐ No
4. ක්‍රියාත්මක වීම අධීක්ෂණය කිරීම அமுலாக்கலை கண்காணித்தல்? Monitoring of the implementation	☐ Yes ☐ No
5. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් නිර්ණායකවලට අනුව ලකුණු சுகாதார மேம்பாட்டுப் பாடசாலைகளை வகைப்படுத்தல் Marks according to health promotion schools	
6. ක්‍රියාකාරී මදුරු මර්දන කමිටු තිබේ ද? செயற்படுகின்ற நுளம்பு கட்டுப்பாட்டு குழு உள்ளதா? Are active Mosquito Control Committees available?	☐ Yes ☐ No

14. අධීක්ෂණය අනුව කළ යුතු කරුණු සහ පසු විපරම් அவதானிப்புக்களும் பரிந்துரைகளும் தொடர் நடவடிக்கைகளும் Observations, Recommendations and Follow up of PHI

....	....	....
ම.සෞ.ප ගේ නම பொ.சு.ப பெயர் Name of the PHI	අත්සන கையொப்பம் Signature	ඉදිරිපත් කරන දිනය வழங்கிய திகதி Date Submitted

15. පවිත්‍රතා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ නිර්දේශ மே.பொ.சு.ப யின் பரிந்துரைகள் Recommendations of the SPHI

....	....	....
ප.ම.සෞ.ප ගේ නම மே.பொ.சு.ப பெயர் Name of the SPHI	අත්සන கையொப்பம் Signature	දිනය திகதி Date

16. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී නිර්දේශ சு.வை.அ யின் பரிந்துரைகள் Recommendations of the MOH

....	....	....	....
සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරියාගේ නම சு.வை.அ பெயர் Name of the MOH	අත්සන கையொப்பம் Signature	නිල මුද්‍රාව அலுவலக முத்திரை Official Stamp	දිනය திகதி Date

Completed by:	Approve by:
Date:	Date:

උපදෙස්: / அறிவுறுத்தல்: සෑම වසරකම පළමු වාරය අවසන් වීමට පෙර ම.සෞ.ප විසින් එක් පාසලකට එක් ආකෘති පත්‍රය බැගින් පිටපත් 2 කින් සම්පූර්ණ කරන්න
ஒவ்வொரு வருடமும் முதலாம் தவணை முடிவதற்குள் ஒரு பாடசாலைக்கு 2 பிரதிகளை பொ.சு.ப வினால் தயாரிக்கப்பட வேண்டும்
PHI has to fill 2 copies of this formfor each school before the end of 1st term each year.

ඇමුණුම "6"

Health 457 / Revised 2015

පාසැල් දරුවන්ගේ ශිෂ්‍ය සෞඛ්‍ය සටහන பாடசாலை மாணவர் சுகாதார பதிவேடு

1) ශිෂ්‍යයාගේ මූලික තොරතුරු / மாணவரின் மூலத்தரவுகள்

පාසලේ නම / பாடசாலை பெயர் :..

මව්පිය / භාරකරුගේ නම / பெற்றோர் / பாதுகாவலர் பெயர் :..

....

මව්පිය / භාරකරු ලිපිනය / பெற்றோர் / பாதுகாவலர் விலாசம் :...

....

2) ගුරු සහාය / ஆசிரியர் பங்களிப்பு

උපදෙස් - ගුරුවරයා/වරිය විසින් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට පෙර සම්පූර්ණ කළ යුතුය. සතුටුදායක නම් 0 ලකුණ ද ගැටලු ඇත්නම් X ලකුණ ද යොදන්න.

அறிவுறுத்தல் – மருத்துவ பரிசோதனைக்கு முன் ஆசிரியரினால் பூரணப்படுத்தப்படல் வேண்டும். திருப்தி எனில் 0 எனவும் இல்லையெனில் X எனவும் குறிப்பிடவும்

	ශ්‍රේණිය வகுப்பு									
පැමිණීම / வரவு										
ගෙදර තත්වය / வீட்டு நிலைமை										
පිරිසිදුකම / சுத்தம்										
ඉගෙනීම / கற்றல்										
හැසිරීම / நடத்தை										
කථනය / பேச்சு										
ඇසීම / கேட்டல்										
පෙනීම / பார்வை										
කහිය / தொய்வு										
වලිප්පුව / வலிப்பு										
වෙනත් ගැටළු (සඳහන් කරන්න) / ஏனைய குறைபாடுகள் (விபரிக்க)										
සති 24 යකඩ ප්‍රතිකාරය ආරම්භ කළ දිනය 24 வார இரும்பு சிகிச்சை ஆரம்பித்த திகதி										

3) ම.සෞ.ප. සම්පූර්ණ කළ යුතුය / பொ.சு.ப பூரணப்படுத்தல் வேண்டும்

පාසල පිහිටි සෞඛ්‍ය කොට්ඨාශය / பாடசாலை அமைந்துள்ள சு.வை.அ. பிரிவு :..

ම.සෞ.ප. / பொ.சு.ப. பிரிவு :..

ළමයා පදිංචි පසෞසේනි කොට්ඨාශය / பிள்ளை வசிக்கும் கு.சு.சே.உ... பிரிவு :..

සෞඛ්‍ය කොට්ඨාශය (පදිංචි වෙනත් කොට්ඨාශයක නම්) / சு.வை.அ. பிரிவு (மாணவர் வேறொரு பிரிவில் வசித்தால்) ....

4) වෛද්‍ය පරීක්ෂණය / வைத்திய பரிசோதனை

උපදෙස් - ආබාධ තිබේ නම් x ලකුණ ද, නැතිනම් 0 ලකුණද යොදන්න. පෙර පරීක්ෂණය ම.සෞ.ප. විසින් (වෛද්‍ය පරීක්ෂණයට පෙර) සිදු කළ යුතුය. වෛද්‍ය පරීක්ෂණය සෞ.වෛ.නි / වෛ.නි/ ස.වෛ.නි / ලි.වෛ.නි විසින් කළ යුතුය.

அறிவுறுத்தல் வியாதி இருக்குமாயின் X எனவும் இல்லையெனில் 0 எனவும் குறிப்பிடவும், வைத்திய பரிசோதனை செய்யுமுன் முன்னர் பொ.சு.ப வினால் முன் பரிசோதனை செய்யப்பட வேண்டும். வைத்திய பரிசோதனை சு.வை.அ /வை.அ / ப.செ.வை.அ / உ.வை.அ. ஒருவரினால் செய்யப்பட வேண்டும்.

1	මසොප/பொ.சு.ப
2	සෞවෛනි/වෛනි/සවෛනි/ලිවෛනි/ சு.வை.அ./வை.அ./ப.செ.வை.அ./ உ.வை.அ.

	ශ්‍රේණිය வகுப்பு																			
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
දිනය / திகதி																				
වයස / வயது																				
උස / உயரம்																				
බර / நிறை																				
ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය / உடற் பருமன் சுட்டி																				
මිටි බව / குள்ளம்																				
කෘෂ බව / உடல் மெலிவு																				
අධි බර / அதிக எடை																				
ස්ථූල බව / அளவுக்கதிக உடற் பருமன்																				
පෙනීම பார்வை – ළඟ පෙනීම கிட்டப் பார்வை – වම / இடது																				
පෙනීම பார்வை – ළඟ පෙනීම கிட்டப் பார்வை – දකුණ / வலது																				
පෙනීම பார்வை – දුර පෙනීම தூரப் பார்வை – වම / இடது																				
පෙනීම பார்வை – දුර පෙනීම தூரப் பார்வை – දකුණ / வலது																				
ඇසීම / கேட்டல் – වම / இடது																				
ඇසීම / கேட்டல் – දකුණ / வலது																				
කථනය / பேச்சு																				
උකුණන් / பேன்																				
බිටෝ ලප / பிட்டோ புள்ளி																				
වණරය / வாக்குக் கண்																				
සුදුමැලි බව / சோகை																				
කට කොන් වණ වීම / දිවේ ක්ෂීරණය கடைவாய் வெடிச்சல்/ நாவழற்சி / Glossitis																				
දන්ත ව්‍යසනය (ප්‍රතිකාර නොකළ) (சிகிச்சையளிக்கப்படாத) பற்சூத்தை																				
දන්ත අශ්මිය / பற் படிமம் / Calculus																				
දන්ත විකෘතිතා / பற்சீர் வரிசையின்மை / Malocclusion																				
වෙනත් දන්තාබාධ / வேறு பற்சிக்கல்கள்																				
ගලගණ්ඩය / கண்டமாலை																				
උගුර කන් නාසා / கா.மூ.தொ.																				

1	පෝෂණ/போசுப	ශ්‍රේණිය வகுப்பு																			
2	සෝමවෙනි/වෙනි/නවෙනි/ලිවෙනි/ க.வை.கு./ வை.அ./ ப.செ.வை.அ./ உ.வை.அ.	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2

විශාල ලූත් ඉදිමුම / கிரந்திக்கல வீக்கம்																				
හොරි / சொறிச்சல்																				
අසංවේදී ලප කැළැල් வெளிறல் நிற உணர்வற்ற தழும்புகள்																				
වෙනත් චර්ම ආබාධ / ஏனைய தோல் வியாதிகள்																				
අක්ෂි ආබාධ / ஏட்டு வியாதிகள்																				
දන්ත ආබාධ / பிழுப்பற் நோய்கள்																				
හැසිරීමේ ගැටළු (ගුරුවරයාට අනුව) / நடத்தைப் பிறழ்வுகளுள்ளவரென ஆசிரியரினால் கண்டறியப்பட்டவர்கள்																				
හෘදය / இருதயம்																				
පෙනහළු / நுரையீரல்																				
ඇදුම / ஆஸ்துமா																				
ඉගෙනීමේ අපහසුතා (ගුරුවරයාට අනුව) / கற்றலில் குறையுள்ளோரென ஆசிரியரினால் கண்டறியப்பட்டவர்கள்																				
වෙනත් ආබාධ / ஏனைய குறைபாடுகள்																				
අත්සන / கையொப்பம்																				
තනතුර / பதவி																				

5) දෙන ලද ප්‍රතිකාර / வழங்கப்படும் சிகிச்சை

ශ්‍රේණිය / வகுப்பு										
දිනය / திகதி										
විටමින් ඒ පෙති / விட்டமின் ஏ உள மாத்திரை										
පණු ප්‍රතිකාර / பூச்சி மருந்து										
ක්ෂුද්‍ර පෝෂක / நுண்போஷணை										
වෙනත් / வேறு - 1.										
2.										
3.										
4.										
අත්සන / கையொப்பம்										
තනතුර / பதவி										

6) වයසට නියමිත ප්‍රතිශක්තිකරණ ලබාදීමට කැමැත්ත ලබා ගැනීම
வயதுக்கேற்ற தடுப்பூசி வழங்குவதற்கான விருப்பம்

මාගේ දරුවාට .... එන්නත ලබාදීමට කැමැත්ත ප්‍රකාශ කරමි.
எனது பிள்ளைக்கு .... தடுப்பூசி வழங்குவதற்கான விருப்பத்தை வழங்குகின்றேன்.

....
අත්සන (මව / පියා / භාරකරු)
பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலரின் கையொப்பம்
දිනය / திகதி

මාගේ දරුවාට .... එන්නත ලබාදීමට කැමැත්ත ප්‍රකාශ කරමි.
எனது பிள்ளைக்கு .... தடுப்பூசி வழங்குவதற்கான விருப்பத்தை வழங்குகின்றேன்.

....
අත්සන (මව / පියා / භාරකරු)
பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலரின் கையொப்பம்
දිනය / திகதி

ඇමුණුම "7"

Health 456 (2014)

SCHOOL MEDICAL EXAMINATION RECORD OF HEALTH PROBLEMS

Educational Zone ____________________ MOH Division ____________________ PHI Area ____________________

Name of School ____________________ School Census No. ____________________ Date Screened ____________________

Grade ____________________ Date Examined ____________________

Serial No.	Name	Date of birth	Age	Height (cm)	Weight (kg)	BMI	Nutritional Problems: Stunting (<-2SD)	Wasting (<-2SD)	Overweight (+1SD - +2SD)	Obesity (>+2SD)	Health Problems: Vision L	Vision R	Hearing L	Hearing R	Speech defects	Pallor	Dental Caries	Cheilitis	ENT diseases	Heart diseases	Bronchial asthma	Behavioural problems	Learning difficulties	Others *	Availability of defects	Action Taken	Follow-up visits: Visit 1 1 month	Visit 2 3 months

* Others :

- A Pediculosis
- B Night blindness
- C Bitot spots
- D Squint
- E Xerophthalmia
- F Angular stomatitis/Cheilitis
- G Fluorosis
- H Malocclusion
- I Goitre
- J Lymphadenopathy
- K Scabies
- L Hypo-pigmented anaesthetic patches
- M Other skin diseases
- N Orthopaedic defects
- O Rheumatic disorders
- P Lung diseases
- Q Other defects (specify) eg: Thalassaemia, History of fits

Serial No.	Name	Date of birth	Age	Height (cm)	Weight (kg)	BMI	Nutritional Problems: Stunting (<-2SD)	Wasting (<-2SD)	Overweight (>+2SD - +3SD)	Obesity (>+3SD)	Health Problems: Vision L	Vision R	Hearing L	Hearing R	Speech defects	Pallor	Dental Caries	Calculus	ENT defects	Heart diseases	Bronchial asthma	Behavioural problems	Learning difficulties	Others *	Availability of defects	Action Taken	Follow-up visits: Visit 1 (1 month)	Visit II (3 months)

* Others :

A Pediculosis
B Night blindness
C Bitot spots
D Scabies
E Xerophthalmia
F Angular stomatitis/Glossitis
G Fluorosis
H Malocclusion
I Goitre
J Lymphadenopathy
K Scoliosis
L Hypo-pigmented anaesthetic patches
M Other skin disorders
N Orthopaedic defects
O Rheumatic disorders
P Lung disease
Q Other defects (specify) eg: Thalassaemia, History of fits

Prepare in duplicate
1st copy PHI office
2nd copy to class teacher

....
Signature of PHI

....
Signature of MOH/AMOH/MO

ඇමුණුම "8"

CM008583 / T - 10 (FOLDER IN HEALTH - CM FILES)

Notes of the Consultant

Diagnosis

Observations, Recommendations, Treatment, & Back Referral

....

Signature of the Consultant

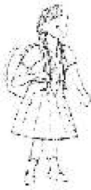
Instructions to parents - Please take your child with this card to the hospital or clinic as indicated on page 3 without delay and keep this card safely at home.

CM008583 - 400,000 (2007/10)

Revised 2007

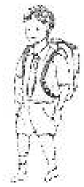
Give Priority to this child at the hospital

Health Ministry Circular No. 02 - 32/2002



පාසල් සෞඛ්‍ය යොමු කිරීම් පත

School Health Referral Card



DPDHS/RDHS Division ....

MOH area ....

MOH Telephone No ....

Name of the Student ....

Address ....

School ....

Grade ....

School children present with this card should be sent directly to the relevant Specialist's Clinics (without going through OPD)

....

Dear Sir / Madam

This child is referred to you for specialist care. Please return this card to the parent or the child after making necessary entries.

Reason for referral

Signature / Designation

Hospital / Clinic	Days	Time

ඇමුණුම "9"

සෞඛ්‍ය / சுகாதாரம் / Health } H 1247 (Revised. 2018)

පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සාරාංශය
பாடசாலை வைத்திய சாரம்ச அறிக்கை
Summary of School Medical Inspection

අධ්‍යාපන කලාපය / கல்வி காரியாலயம் / Educational Zone } ....

සෞ.වෛ.නි.කොට්ඨාසය / சு.வை.அ. பிரிவு / MOH area } ....

ම.සෞ.ප. කොට්ඨාසය / பொ.சு.ப பிரிவு / PHI area } ....

පාසලේ නම / பாடசாலை பெயர் / Name of School } ....

පාසල් සංගණන අංකය / பாடசாலை அடையாள இல / School Census No. } ....

මුළු ළමුන් ගණන / மொத்த மாணவர்களின் எண்ணிக்கை Total number of students≤ 200 ☐ >200 ☐

1. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය පවත්වන ලද දිනය / பாடசாலை வைத்திய பரிசோதனை நடாத்திய திகதி / Date of SMI			
2. මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක මගින් ළමුන් පරීක්ෂා කළ බව / பொ.சு.ப. வினால் பரிசீலிக்கப்பட்டது பற்றி / Whether screened by PHI			☐ Yes ☐ No
3. සහභාගී වූ විවිධ නිලධාරීන් ගණන / பா.வை.ப. யில் பங்கேற்றிய உத்தியோகத்தர்கள் / No. of officers participated	1. සෞ.වෛ.නි. / சு.வை.அ /MOH		
	2. උ.සෞ.වෛ.නි. / மே.சு.வை.அ/ AMOH		
	3. වෙනත් වෛ.නි. /ஏனைய வை.அ/Other MOs		
	4. ලි.වෛ.නි./ස.වෛ.නි. / பதிவு.வை.அ/உ.வை.அ/RMO/AMO		
	5. ජ්‍යෙ.ම.සෞ.ප. /சிரே.பொ.சு.ப/ SPHI		
	6. ම.සෞ.ප. / பொ.சு.ப/ PHI		
	7. ම.සෞ.හෙ.සො. / பொ.சு.தா.ச/ PHNS		
	8. සෞ.අ.නි. / சு.க.உ./ HEO		
	9. පා.දූ.චි. / பா.ப.சி./ SDT		
	10. ප.සෞ.හෙ.නි. / கு.சு.மா./ PHM		
4. පරීක්ෂා කළ ළමුන් ගණන / பரிசோதிக்கப்பட்ட மாணவர்களின் எண்ணிக்கை / No. of students examined	1. 1 ශ්‍රේණිය / தரம்1 / Grade 1	1. පිරිමි / ஆண் / Male	
		2. ගැහැණු /பெண் / Female	
	2. 4 ශ්‍රේණිය / தரம்4 / Grade 4	1. පිරිමි / ஆண் / Male	
		2. ගැහැණු /பெண் / Female	
	3. 7 ශ්‍රේණිය / தரம்7 / Grade 7	1. පිරිමි / ஆண் / Male	
		2. ගැහැණු /பெண் / Female	
	4. 10 ශ්‍රේණිය / தரம்10 / Grade 10	1. පිරිමි / ஆண் / Male	
		2. ගැහැණු /பெண் / Female	
	5. වෙනත් / வேறு / Other	1. පිරිමි / ஆண் / Male	
		2. ගැහැණු /பெண் / Female	

සොයා ගත් දුර්වලතා සහ ආබාධ / பாடசாலை வைத்திய பரிசோதனையில் கண்டறியப்பட்டவை / Problems & Defects detected	හඳුනා ගත් ගණන / அடையாளம் காணப்பட்டவர்களின் எண்ணிக்கை / No. Identified									
	Grade 1		Grade 4		Grade 7		Grade 10		Other	
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F
1. මිටි බව / குள்ளமானவர்கள் வயதுக்கு குறைந்த உயரம்/ Stunting (< -2SD)										
2. කෘෂ බව / மெலிந்த நிலை / Wasting (< -2SD)										
3. අධිබර / அதிக எடை உடையவர் / Overweight (> +1SD to +2SD)										
4. ස්ථූල බව /பருமனானவர்கள் / Obesity (> +2SD)										
5. යොමු කළ සංඛ්‍යාව (පෝෂණ දුර්වල) / அனுப்பப்பட்ட எண்ணிக்கை (போஷாக்கு பிரச்சினை) / No. referred (nutritional problems)										
6. පෙනීමේ ආබාධ / பார்வையில் குறைபாடுள்ளோர் / Visual defects										
7. ඇසීමේ ආබාධ / கேட்பதில் குறை உள்ளோர் / Hearing defects										
8. කථන / பேச்சில் குறை உள்ளோர் / Speech defects										

9. සුදුමැලි බව / இரத்த சோகை உள்ளோர் / Pallor										
10. දන්ත ව්‍යාධිය (ප්‍රතිකාර නොකළ) / பரிகாரமளிக்கப்படாத பற்சூத்தை உள்ளோர் / Untreated dental caries										
	Grade 1		Grade 4		Grade 7		Grade 10		Other	
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F
11. දන්ත අශ්මරිය / முரசழற்சி உள்ளோர் / Calculus										
12. උගුර, කන් ,නාසය ආශ්‍රිතව ගැටළු / கா.மூ.தொண்டையில் குறை உள்ளோர் / ENT defects										
13. හෘද ආශ්‍රිතව ගැටළු / இருதய வியாதி உடையோர் / Heart problems										
14. ඇදුම / அஸ்மா நோய் உடையோர் / Bronchial Asthma										
15. හැසිරීමේ දුබලතා (ගුරුවරයාට අනුව) /நடத்தையில் பிறழ்வுள்ள (ஆசிரியரினால் கண்டறியப்பட்டவர்கள்) / Behavioural problems (as reported by teacher)										
16. ඉගෙනීමේ අපහසුතා (ගුරුවරයාට අනුව) / கற்றலில் குறை உள்ளோர் (ஆசிரியரினால் கண்டறியப்பட்டவர்கள்) / Learning difficulties (as reported by teacher)										
17. උකුණන් සහිත / பேன் பாதிப்புள்ளோர் / Pediculosis										
18. රාත්‍රී අන්ධභාවය / மாலைக்கண்/ Night blindness										
19. බිටොට් ලප / கண்ணில் பிற்றோட் புள்ளி உள்ளோர்/ Bitot spots										
20. වපරය / மாறுகண் குறையுள்ளோர் / Squint										
21. අක්ෂිශ්වේත පටලය / சீரோப்தல்மியா/ Xerophthalmia										
22. කටකොණ වල පිපිරීම/ දිවේ ප්‍රදාහය / வாயோரம் அல்லது நா அழற்சி உள்ளோர் / Angular stomatitis / glossitis										
23. ෆ්ලෝරෝසිස් / புளோரைட் படிவுள்ளோர் / Fluorosis										
24. දන්ත විකෘති / பல்வரிசை சீர்கேடுடையவர்கள் / Malocclusion										
25. ගලගණ්ඩය / கண்டமாலை உள்ளோர் / Goitre										
26. වසා ග්‍රන්ථි ඉදිමීම / நிணநீர்க்கணு வீக்கமுடையோர் / Lymphadenopathy										
27. කොරි /சிரங்கு உள்ளோர் / Scabies										
28. අප-වර්ණ ලප හැඩැල් / வெளிறிய உணர்வற்ற தழும்புள்ளோர் / Hypopigmentedanaesthetic patches										
29. වෙනත් චර්ම ආබාධ / ஏனைய தோல் வியாதி உடையோர் / Other skin disorders										
30. අස්ථි ආබාධ / எலும்பு மூட்டு குறைபாடுள்ளோர்/ Orthopaedic defects										
31. රූමැටිසම් / மூட்டுக் வாதமுள்ளோர் / Rheumatic disorders										
32. පෙනහළු රෝග / நுரையீரல் சம்பந்தமான நோய் உடையோர் / Lung Diseases										
33. තැලසීමියාව / தலசீமியா/ Thalassaemia										
34. වලිප්පුව / வலிப்பு/ History of fits										
35. වෙනත් ආබාධ / வேறு குறைபாடுகள் / Other defects :										
36. මුළු ආබාධ ගණන (පෝෂණ හැරුණු විට) / குறைபாடுகளின் எண்ணிக்கை (போஷாக்கு குறைபாடு தவிர) / Total no. of defects (excluding nutritional problems)										
37. ආබාධ සහිත සිසුන් ගණන (පෝෂණ හැරුණු විට) / குறைபாடுள்ள மாணவர்களின் எண்ணிக்கை (போஷாக்கு குறைபாடு தவிர) / No. of students with defects (excluding nutritional problems)										
38. යොමු කළ සංඛ්‍යාව (පෝෂණ හැරුණු විට) / மேலதிக பரிசோதனைக்கு அனுப்பப்பட்ட (போஷாக்கு குறைபாடு தவிர) / No. referred (excluding nutritional problems)										

....
මි.සෞ.ප. අත්සන හා දිනය
பொ.சு.ப கையொப்பம்
[illegible]Signature of PHI & Date

Completed by:
Date:

Approve by:
Date:

පිටපත් 2 කින් පිළියෙළ කළ යුතුයි
[illegible]
Prepare in duplicates

පළමුවන පිටපත - සෞ.වෛ.නි කාර්යාලය
1ம் பிரதி சு.வை.அ. அலுவலகத்திற்கு
1st copy to MOH Office

දෙවන පිටපත - මි.සෞ.ප.කාර්යාලය
2ம் பிரதி பொ.சு.ப. அலுவலகத்திற்கு
2nd copy – to be kept in the PHI office

ඇමුණුම "10"

සෞඛ්‍ය / சுகாதாரம் / Health } H 1014 (Revised 2016)

පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ මාසික වාර්තාව
மாதாந்தபாடசாலைச் சுகாதார செயற்பாடுகளின் அறிக்கை
Monthly Statement of School Health Activities

ප්‍ර.සෞ.සේ.අ. කො. / பி.சு.சே.பிரிவு / RDHS Division } ....

සෞ.වෛ.නි.කොට්ඨාශය / சு.வை.அ. பிரிவு / MOH area } ....

ම.සෞ.ප. කොට්ඨාශය / பொ.சு.ப பிரிவு / PHI area } ....

වර්ෂය සහ මාසය / வருடமும் மாதமும் / Year & Month } ....

පාසල් සංගණන අංකය / பாடசாலை அடையாள இல / School Census No.						
දිනය / திகதி / Date						

1. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සහ අධ්‍යාපන වැඩසටහන් / சுகாதார மேம்பாடும் கற்றல் திட்டங்கள்/Health Promotion and Educational Programmes							
1. ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් இனப்பெருக்கச் சுகாதார செயற்திட்டம் Reproductive health programs	1. පවත්වන ලද ගණන / நடாத்தப்பட்ட செயற்திட்டங்களின் எண்ணிக்கை / No. conducted						
	2. සහභාගී වූ සිසුන් ගණන / பங்கெடுத்தவர்களின் மாணவர்களின் எண்ணிக்கை/No. of students participated						
	3. සහභාගී වූ ගුරුවරුන් ගණන / பங்கெடுத்த ஆசிரியர்களின் எண்ணிக்கை/ No. of teachers participated						
2. ජීවන කුසලතා වැඩසටහන් வாழ்க்கை தேர்ச்சி செயற்திட்டங்கள் Life skills programmes	1. පවත්වන ලද ගණන / நடாத்தப்பட்ட செயற்திட்டங்களின் எண்ணிக்கை / No. conducted						
	2. සහභාගී වූ සිසුන් ගණන / பங்கெடுத்தவர்களின் மாணவர்களின் எண்ணிக்கை/No. of students participated						
	3. සහභාගී වූ ගුරුවරුන් ගණන / பங்கெடுத்த ஆசிரியர்களின் எண்ணிக்கை/ No. of teachers participated						
3. බෝවන සහ බෝනොවන රෝග වැඩසටහන් / தொற்று மற்றும் தொற்றா நோய்கள் / Communicable and non-communicable disease programmes	1. පවත්වන ලද ගණන / நடாத்தப்பட்ட செயற்திட்டங்களின் எண்ணிக்கை / No. conducted						
	2. සහභාගී වූ සිසුන් ගණන / பங்கெடுத்தவர்களின் மாணவர்களின் எண்ணிக்கை/No. of students participated						
4. පෝෂණ වැඩසටහන් போஷணை செயற்திட்டங்கள் Nutrition programmes	1. පවත්වන ලද ගණන / நடாத்தப்பட்ட செயற்திட்டங்களின் எண்ணிக்கை / No. conducted						
	2. සහභාගී වූ සිසුන් ගණන / பங்கெடுத்தவர்களின் மாணவர்களின் எண்ணிக்கை/No. of students participated						
5. ම.සෞ.ප. විසින් උපදේශනය කරන ලද යෞවන සිසුන් ගණන / ஆலோசனை வழங்கப்பட்ட மாணவர் தொகை / No. of adolescent students counselled by PHI							
6. ප්‍රජා සහභාගීත්වයෙන් සිදුකරන ලද පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු ගණන / பொது மக்களால் நடாத்தப்பட்ட சுகாதார செயற்திட்டங்கள்/ No. of health programmes conducted with community							
7. පවත්වන ලද වෙනත් වැඩසටහන් ගණන / ஏனைய செயற்திட்டங்கள் / No. of other programmes conducted							

2. පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණය - පසුවිපරම්/ பாடசாலை வைத்திய பரிசோதனை / School Medical Inspection - Follow up							
1. පෙනීමේ ආබාධ / பார்வையில் குறைபாடுள்ளோர் / Visual defects	1. විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු විසින් පරීක්ෂා කළ සංඛ්‍යාව/ விசேட வைத்திய நிபுணர்களால் பரிசோதிக்கப்பட்ட எண்ணிக்கை/No. seen by a consultant						
	2. නිවැරදි කළ සංඛ්‍යාව/ திருத்தி செய்யப்பட்ட எண்ணிக்கை / No. Corrected						
2. ඇසීමේ ආබාධ / கேட்டலில் குறை உள்ளோர் / Hearing defects	1. විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු විසින් පරීක්ෂා කළ සංඛ්‍යාව/ விசேட வைத்திய நிபுணர்களால் பரிசோதிக்கப்பட்ட எண்ணிக்கை/No. seen by a consultant						
	2. නිවැරදි කළ සංඛ්‍යාව/ திருத்தி செய்யப்பட்ட எண்ணிக்கை / No. Corrected						
3. හෘද ආබාධිත තත්ත්ව / இருதய வியாதி உடையோர் / Heart problems	1. විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු විසින් පරීක්ෂා කළ සංඛ්‍යාව/ விசேட வைத்திய நிபுணர்களால் பரிசோதிக்கப்பட்ட எண்ணிக்கை/No. seen by a consultant						
	2. නිවැරදි කළ සංඛ්‍යාව/ திருத்தி செய்யப்பட்ட எண்ணிக்கை / No. Corrected						
4. හැසිරීමේ ගැටළු (ගුරුවරයාට අනුව) / நடத்தையில் பிறழ்வோர் (ஆசிரியரால் கண்டறியப்பட்டவர்)/ Behavioural problems (as reported by teacher)	1. විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු විසින් පරීක්ෂා කළ සංඛ්‍යාව/ விசேட வைத்திய நிபுணர்களால் பரிசோதிக்கப்பட்ட எண்ணிக்கை/No. seen by a consultant						
	2. නිවැරදි කළ සංඛ්‍යාව/ திருத்தி செய்யப்பட்ட எண்ணிக்கை / No. Corrected						
5. දන්ත ගැටළු /Dental problems/ பல்தொடர்பானநோயாளர்கள்	1. දන්ත වෛද්‍යවරයෙකු විසින් පරීක්ෂා කළ සංඛ්‍යාව/பல்வைத்தியநிபுணர்களால்பரிசோதிக்கப்பட்ட எண்ணிக்கை/No. seen by a Dental surgeon						
	2. නිවැරදි කළ සංඛ්‍යාව/ திருத்தி செய்யப்பட்ட எண்ணிக்கை / No. Corrected						

[illegible] / [illegible] / School Census No.						
[illegible] / [illegible] / Date						

3. [illegible] / தடுப்புமருந்தேற்றல் / Immunization										
1. [illegible] / [illegible] / DT/OPV			1. [illegible] / [illegible] / No. already protected							
			2. [illegible] / No. of doses given							
2. [illegible] aTd	1. [illegible] At School	1. 7 [illegible] தரம்7 Grade 7	1. [illegible] / [illegible] / No. already protected							
			2. [illegible] / No. of doses given							
		2. [illegible] Other	[illegible] / No. of doses given							
	2. [illegible] At Clinic	1. 7 [illegible] தரம்7 Grade 7	[illegible] / No. of doses given							
		2. [illegible] Other	[illegible] / No. of doses given							
3. [illegible] / HPV ([illegible]) / HPV (1st Dose)			[illegible] / No. of doses given							
4. [illegible] / HPV ([illegible]) / HPV (2nd Dose)			[illegible] / No. of doses given							
5. [illegible] / [illegible] / Other vaccines			1. [illegible] / [illegible] / No. already protected							
			2. [illegible] / No. of doses given							

3. [illegible] / [illegible] / Micronutrients, Anti-helminthic & follow up activities								
1. [illegible] / [illegible] / No. of students given Vit. A. megadose								
2. [illegible] / [illegible] / No. of students treated with anti-helminthic treatment								
3. [illegible] Micronutrients Supplements	1. [illegible] 24 [illegible]? / 24 [illegible]? / 24-week Iron Folic acid supplementation started in school?							
	2. [illegible] 24 [illegible] / [illegible] 24 [illegible] / No. students started with 24-week Iron Folic acid							
	3. [illegible] / [illegible] / No. students given other vitamins							
4. [illegible] ([illegible]) / [illegible] ([illegible]) / Follow up visits (PHI)	1. [illegible] / [illegible] / In school							
	2. [illegible] / [illegible] / At home							

....
[illegible] [illegible] Signature of PHI & Date

Completed by:
Date:

Approve by:
Date:

[illegible] 2 [illegible] [illegible] Prepare in duplicates

[illegible] - [illegible] ([illegible] 5[illegible]) 1st [illegible] 1st copy to MOH before the 5th of next month

[illegible] - [illegible] 2nd [illegible] 2nd copy – to be kept in the PHI office

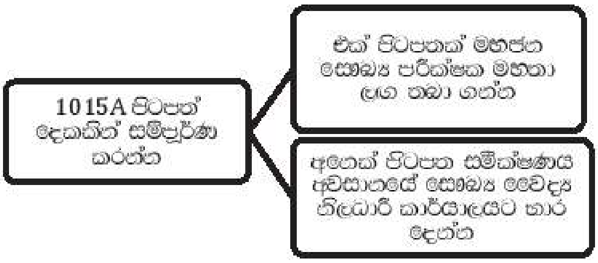
ඇමුණුම "11"

පාසල් සෞඛ්‍ය දත්ත සහ තොරතුරු ගැලීම් සටහන

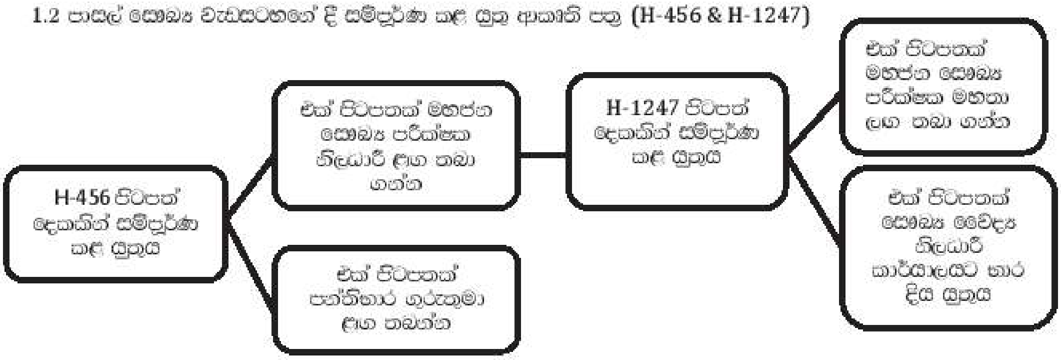
H-1016(Annual) H-1016(Quarterly) H-456 H-606	වෙනස් වී නැත.
H-1015A	සුළු වශයෙන් සංශෝධන සහිත යි.
H-1247 H-1014	විශාල වශයෙන් සංශෝධන සහිත යි.
H-1015B H-1015C H-797	මෙම වාර්තා eRH දත්ත කළමණාකරණ පද්ධතිය මගින් ජනනය වන බැවින් සම්පූර්ණ කිරීම අවශ්‍ය නොවේ.

1 එක් පාසලක් සඳහා සම්පූර්ණ කළ යුතු ආකෘති පත්‍ර

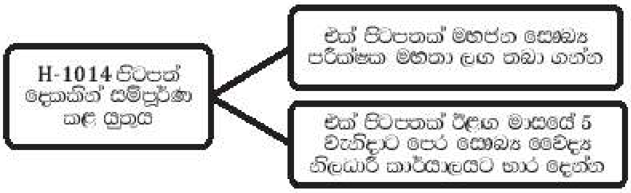
1.1 පාසලේ සමීක්ෂණ වාර්තාව (H-1015A)



1.2 පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනේ දී සම්පූර්ණ කළ යුතු ආකෘති පත්‍ර (H-456 & H-1247)

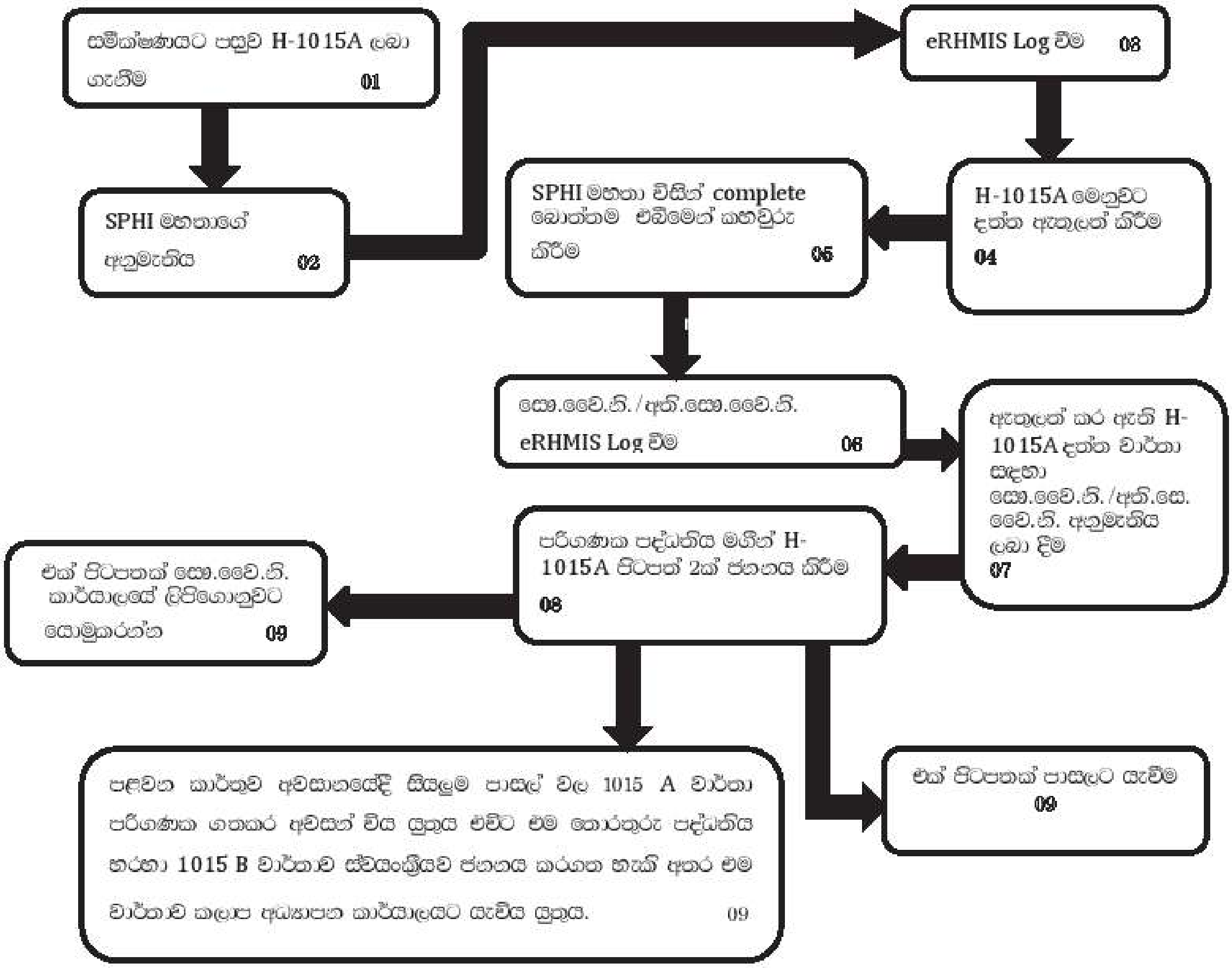


2 මාසිකව සම්පූර්ණ කළ යුතු ආකෘති පත්‍ර (H-1014)



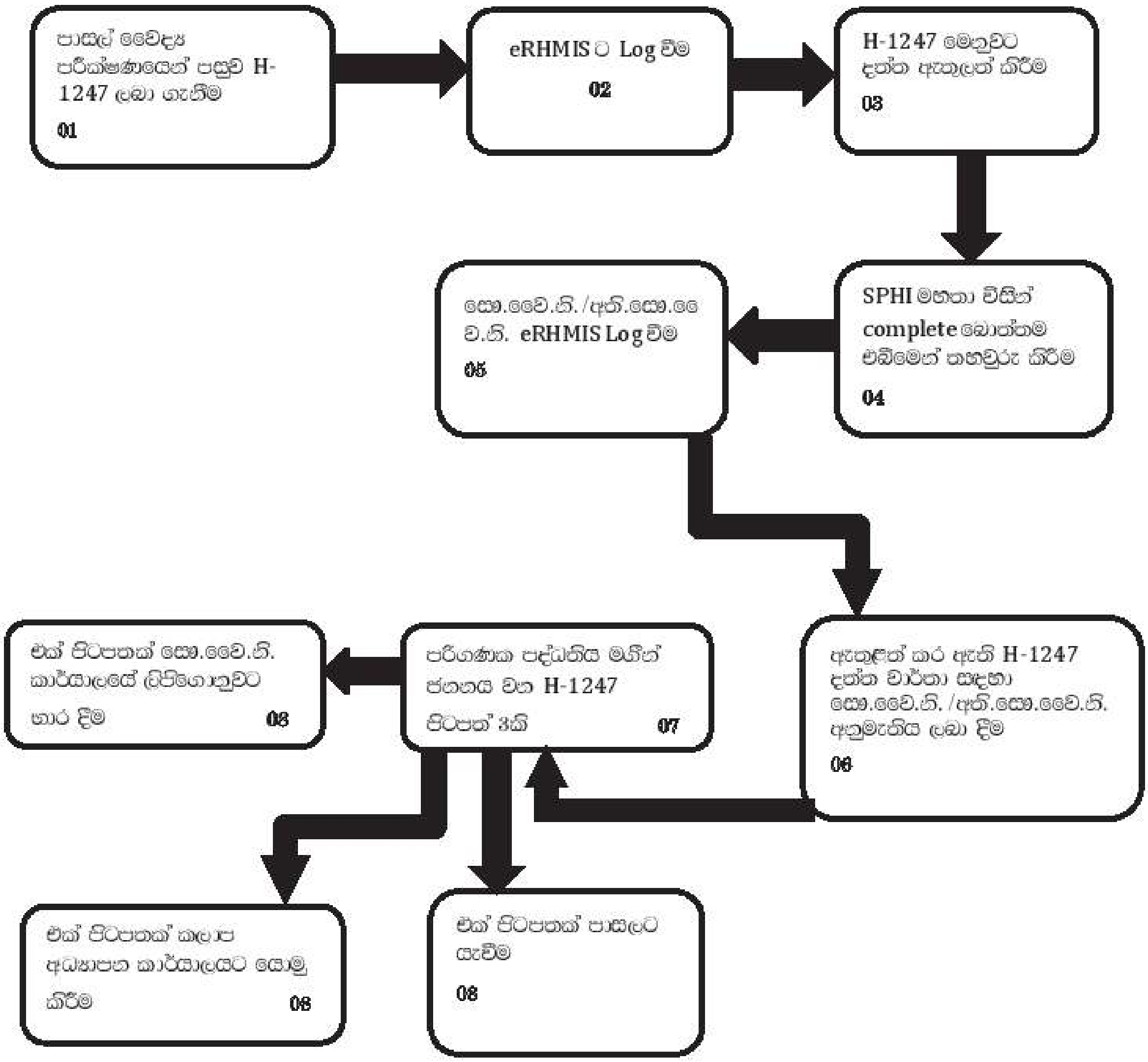
2.1 පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක තුමාගේ රාජකාරීමය වගකීම.

2.1.1 H-1015A

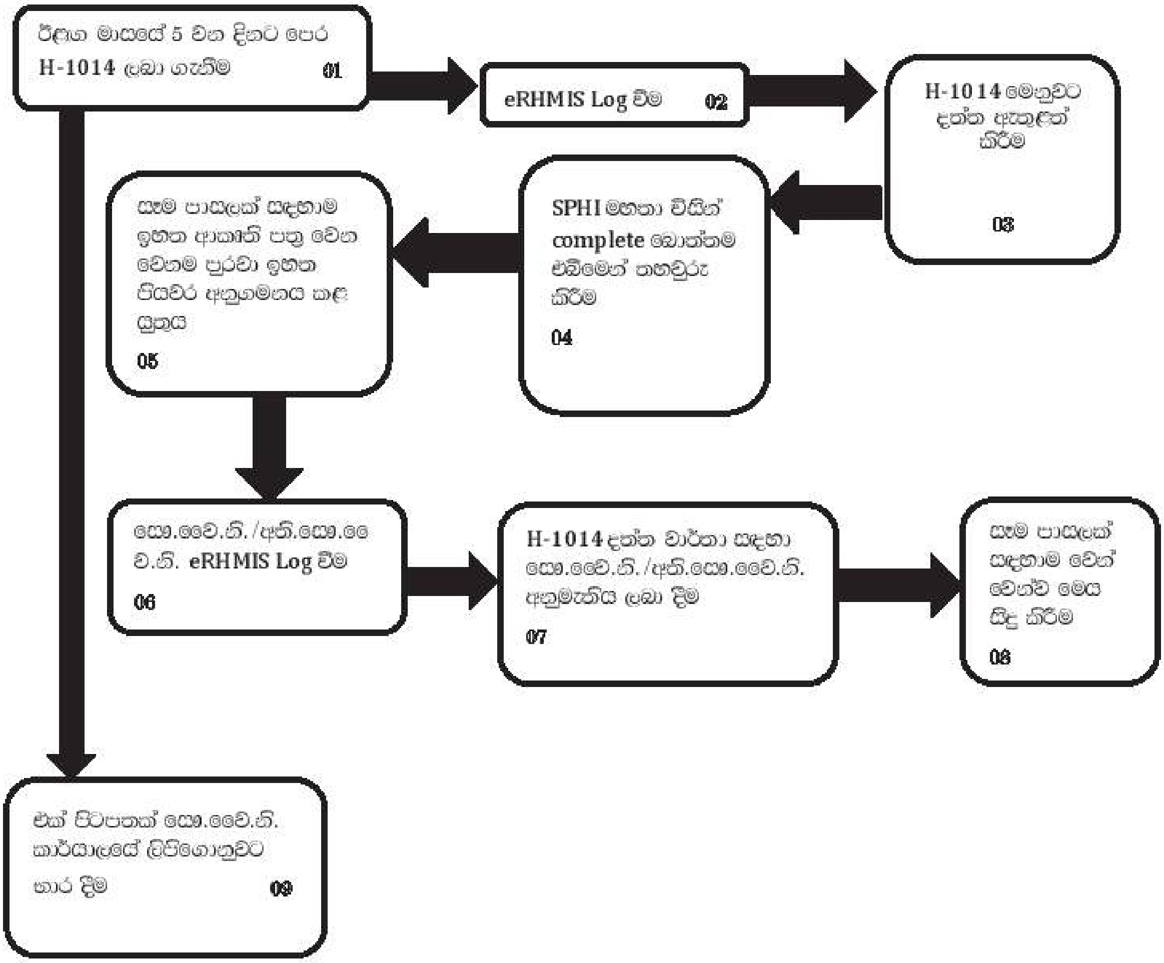


2.1.2 H-1247

2.1.2 H-1247


පාසල් වෛද්‍ය පරීක්ෂණයෙන් පසුව H-1247 ලබා ගැනීම
01
eRHMIS ට Log වීම
02
H-1247 මෙනුවට දත්ත ඇතුලත් කිරීම
03
SPHI මහතා විසින් complete බොත්තම එබීමෙන් තහවුරු කිරීම
04
සෞ.වෛ.නි./අති.සෞ.වෛ.නි. eRHMIS Log වීම
05
ඇතුළත් කර ඇති H-1247 දත්ත වාර්තා සඳහා සෞ.වෛ.නි. /අති.සෞ.වෛ.නි. අනුමැතිය ලබා දීම
06
පරිගණක පද්ධතිය මගින් ජනනය වන H-1247 පිටපත් 3කි
07
එක් පිටපතක් සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ ලිපිගොනුවට භාර දීම
08
එක් පිටපතක් කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලයට යොමු කිරීම
08
එක් පිටපතක් පාසලට යැවීම
08

2.1.3 H-1014


ඊළඟ මාසයේ 5 වන දිනට පෙර H-1014 ලබා ගැනීම 01
eRHMIS Log වීම 02
H-1014 මෙනුවට දත්ත ඇතුළත් කිරීම 03
SPHI මහතා විසින් complete බොත්තම එබීමෙන් තහවුරු කිරීම 04
සෑම පාසලක් සඳහාම ඉහත ආකෘති පත්‍ර වෙන වෙනම පුරවා ඉහත පියවර අනුගමනය කළ යුතුය 05
සෞ.වෛ.නි./අති.සෞ.වෛ.නි. eRHMIS Log වීම 06
H-1014 දත්ත වාර්තා සඳහා සෞ.වෛ.නි./අති.සෞ.වෛ.නි. අනුමැතිය ලබා දීම 07
සෑම පාසලක් සඳහාම වෙන් වෙන්ව මෙය සිදු කිරීම 08
එක් පිටපතක් සෞ.වෛ.නි. කාර්යාලයේ ලිපිගොනුවට භාර දීම 09

ඇමුණුම 12

සෑම පාසලක්ම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් කරමු

පාසල තුළ සියලු සාමාජිකයන්ගේ සෞඛ්‍ය දියුණු වීමක් නොමැති නම් එය සාර්ථක පාසලක් නොවේ.

සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධනය කිරීම තුළින් අනාගත පරපුර බෝ නොවන රෝගවලින් වළකයි. යහ ජීවන පුරුදු පාසල තුළදී චරිතගත වූයේ නම් එය වැඩිහිටි වියටද රැගෙන යනු ඇත.

සෑම පාසලක්ම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් බවට පත් කිරීමට කළ යුත්තේ කුමක්ද ?

- බලාපොරොත්තු ප්‍රමිතිය සහ ප්‍රගතිය මැනීමේ මිනුම් දඬු හඳුනාගැනීම
- ප්‍රමිතීන් ක්‍රියාත්මක කිරීමේ ක්‍රමය
- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රමිතීන් මැන, ප්‍රගතිය සොයා බැලීම

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල සඳහා මුදල් යෙදවිය යුත්තේ ඇයි ?

1. බොහෝ නව යෞවනයන් පාසල් ප්‍රජාවට අයත් වන අතර, සෞඛ්‍ය සම්පන්න, උගත් රටේ දියුණුවට දායක වන පුරවැසියන් බිහි කිරීමට පාසල තුළ මෙන් ආරක්ෂිත, යහපත් හැසිරීම් ඇති, කුසලතා සහ අත්දැකීම් සහිත දරුවන් බිහිකිරීමට, හැකි වෙනත් පරිසරයක් නැත.
2. පාසල මත්ද්‍රව්‍යවලින් තොර, සමාන අයිතිවාසිකම් ඇති, ලිංගික හා ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය වන ස්ථානයකි
3. සිසුන් ඔවුන්ගේ සෞඛ්‍යය පමණක් නොව මුළු පාසල් ප්‍රජාවගේ සෞඛ්‍යය දියුණුවට දායක වන අතර ඊළඟ පරම්පරාවේ සෞඛ්‍යය දියුණු කිරීමටද ඔවුන් දෙමාපියන් ලෙස වගකීම ගනු ඇත.
4. සෞඛ්‍ය සහ අධ්‍යාපනය එකිනෙකට බැඳී ඇති අතර සාර්ථක අධ්‍යාපන ප්‍රතිඵල ලබා ගැනීමට මෙන්ම ජීවිත කාලය පුරා සෞඛ්‍යමත් දිවියක් ගත කිරීමට අත්‍යාවශ්‍ය දෙයකි. (අධ්‍යාපනයට ඇති ඉඩකඩත් හොඳින් අධ්‍යාපනය ලබන සිසුනුත්, ආරක්ෂිත සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධන පරිසරයත්, හොඳ යහජීවන පුරුදු වැඩිහිටි වියට ද ගෙනයයි)

නව යෞවන සෞඛ්‍යයේ ප්‍රධාන අංග

- යහපත් සෞඛ්‍ය සහ පෝෂණය
- යහපත් බැඳීම්, ධනාත්මක වටිනාකම්, සමාජයට දායක වීම
- ආරක්ෂිත සහ සහයෝගයෙන් යුතු පරිසරය
- ඉගෙනීම, දක්ෂතා, අධ්‍යාපන කුසලතා, රැකියාවක නියැලීමට සුදුසුකම්
- ප්‍රත්‍යස්ථතාව (Resilience)

➢ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල යනු නිරතුරුව සෞඛ්‍යවත් ස්ථානයක් ලෙස හැකියාවන් දියුණු කරන, ජීවත්වීමට ඉගෙනීමට සහ වැඩ කිරීමට සුදුසු ස්ථානයකි.

➢ මෙහි දී මුළු පාසලම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයට දායක වීමත්, අධ්‍යාපනික ප්‍රතිඵල ලැබීමටත් දායක වේ.

➢ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් නිතරම හදිසි ආපදා සඳහා සූදානම් ය. ආපදාවෙන් පසු ඉක්මනින් මුල් තත්ත්වයට පත්වේ. මෙවැනි පාසලක සාමාජිකයන් යහජීවන පුරුදු චරිතගත කරගනී.

සියලු පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් ලෙස දියුණු කිරීම

- වැඩිපුර මුදල් ආයෝජනය
- පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රමිතීන් හඳුන්වා දී ඒවා ක්‍රියාත්මක කිරීම
- සෞඛ්‍යය සහ අධ්‍යාපන අංශවල සාමූහික ක්‍රියාකාරකම් වර්ධනය
- අමතරව සහයෝගය ලබාගත හැකි කණ්ඩායම් සොයා ගැනීම
- වැඩසටහන නියාමනය

ඉලක්ක

1. ලෝක ජනගහනයෙන් බිලියනයක් සෞඛ්‍යයමත් කිරීම, 2023 වසරේ ඉලක්කයයි.
2. සියලු සිසුන් දීර්ඝකාලීන මිනිස් අයිතිවාසිකම්, ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය, සමානාත්මතාවය, ප්‍රචණ්ඩත්වය පිටු දැකීම, සංස්කෘතික වෙනස්කම් ඇගයීමත් තුළින් සංවර්ධනය කරා යෑමට දැනුම කුසලතා වර්ධනය කර ගැනීම මෙහි අරමුණයි.
3. අධ්‍යාපනයට සිදුවන බාධා අවම කරගෙන සියලු දෙනා සමාන අධ්‍යාපන අවස්ථා ලබා ගෙන දුප්පත්කම පිටුදකිමින් මානව සම්පත වඩාත් දියුණු වනු ඇත.

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් තුලින් ලබාගත හැකි දේ

ප්‍රමිතීන් 8

1. රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සහ සම්පත්
2. පාසල් ප්‍රතිපත්ති සහ සම්පත්
3. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන් පරිපාලනය සෞඛ්‍ය සහ අධ්‍යාපන අංශ අතර බැඳීම හා නායකත්වය මත සිදුවීම
4. පාසල සහ ප්‍රජාව එක්ව වැඩකිරීම
5. පාසල් විෂය නිර්දේශය
6. පාසල් මනෝ සමාජීය පරිසරය
7. භෞතික පරිසරය
8. පාසල් සෞඛ්‍ය සේවාව

ප්‍රමිතිය 01

රජයේ ප්‍රතිපත්තිය සහ සම්පත් මැන බැලිය යුතු ප්‍රමිති අංග

1. ජාතික අධ්‍යාපන ප්‍රතිපත්තිය සහ ක්‍රමෝපායන් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩසටහන ජාතික සංවර්ධන ඉලක්ක සපුරා ගැනීමට අවශ්‍ය බව හඳුනාගෙන ඇත.
   - 1.1. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්තිය ජාතික ප්‍රමිතීන් විස්තර කර ඇත
   - 1.2. ප්‍රතිපත්තිය, දැක්ම, අරමුණු සහ පාර්ශවකරුවන්ගේ කාර්ය භාරය හඳුනාගෙන ඇත.
   - 1.3. ප්‍රතිපත්තිය දීර්ඝකාලීන මුදල් වෙන්කිරීම අනෙකුත් සම්පත් හඳුනා ගෙන ඇත. පාර්ශව කරුවන් දැනුවත් කිරීම, වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම, ජාතික සහ ප්‍රාදේශීයව වැඩසටහන තක්සේරු කිරීම.
   - 1.4. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් ප්‍රතිපත්තිය අනෙකුත් අනෙකුත් ඒ හා බැඳුණු සාක්ෂි මත පදනම් වූ අනෙකුත් ප්‍රතිපත්තිද සමග ගැළපෙන ලෙස සියලු මට්ටම් වල තිබීම.
   - 1.5. මෙම ප්‍රතිපත්තිය හා ඒ හා බැඳුණු දැනට ඇති අනෙකුත් ප්‍රතිපත්ති සමග සම්බන්ධව පැවතීම.
     උදාහරණ - නව යොවුන් සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්තිය, ජාතික පෝෂණ ප්‍රතිපත්තිය
   - 1.6. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ජාතික සැලැස්ම ආපදා අවස්ථාවකදී අධ්‍යාපනය පවත්වාගෙන යමින් අවදානම් සහිත දරුවන් හඳුනා ගෙන නියාමනය කළ යුතුය.

2. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩසටහනට අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය විසින් නායකත්වය ගත යුතු අතර සෞඛ්‍ය සහ අනිකුත් අංශ මගින් සහයෝගය ලබා දිය යුතුය

   - 2.1. සියලු පරිපාලන අංශවල සෞඛ්‍ය සහ අධ්‍යාපන අංශය විධිමත් සහයෝගීතාවයෙන් කටයුතු කළ යුතුය (ඒ ඒ අංශවල රාජකාරි කටයුතු වෙනුවෙන්ම හඳුනාගෙන තිබිය යුතුය)
   - 2.2. බහුපාර්ශවීය සාමූහිකව වැඩ කිරීම මෙන්ම එක්ව සාදාගත් අරමුණු සහ ක්‍රියාකාරකම් ද ක්‍රියාත්මක කළ යුතුය
   - 2.3. අධ්‍යාපන සහ සෞඛ්‍ය අංශ අනෙකුත් අංශ සමග එකට එක්ව තීරණ ගැනීමටත් වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමටත්, ඇගයීමත් සෞඛ්‍ය නියාමන කමිටුව හරහා ක්‍රියාත්මක වීම
   - 2.4. ජාතික පළාත් සභාව, ප්‍රාදේශීය ආණ්ඩු සහ සුබ පතන්නන් එක්ව පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කළ යුතුය

3. ප්‍රාදේශීය සභා, සුබ පතන්නන් සහ පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සඳහා කැපවීම
   - 3.1. පළාත් පාලන ආයතන සහ ප්‍රදේශයේ ජනතාව සමග එක්ව කටයුතු කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් තිබීම

4. සෑම පාසලක්ම සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් කිරීමට අවශ්‍ය මානව හා අනෙකුත් සම්පත් ප්‍රමාණවත්ව තිබීම
   - 4.1. සැලසුම් ක්‍රියාත්මක කර සියලුම පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් ලෙස දියුණු කිරීමට අවශ්‍ය තරම් ප්‍රතිපාදන තිබීම
   - 4.2. ජාතික පළාත් සහ ප්‍රාදේශීයව ඒ සඳහා ප්‍රතිපාදන වෙන් කිරීම
   - 4.3. ගුරුවරුන්ගේ සහ සෞඛ්‍ය සේවකයන්ගේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සඳහා දැනුම, හැකියාව වැඩිදියුණුවට සම්පත් වෙන් කිරීම

5. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන සැලසුම් කර ක්‍රියාත්මක කිරීමටත් නියාමනය හා ඇගයීමටත් සියලු මට්ටම් වල ක්‍රමවේදයන් තිබීම
   - 5.1. වැඩසටහන් ඇගයීමට සහ නියාමනයට පැහැදිලිව විස්තර කරන ලද ක්‍රියාත්මක කිරීමේ සැලසුම සහ මාර්ගෝපදේශ ඇත
   - 5.2. වැඩසටහන් නියාමනයේදී සිසුන්ගේ යහපැවැත්ම සහ අධ්‍යාපන ප්‍රතිඵල මැන බැලේ.

ප්‍රමිතිය 02

1. පාසල සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් ලෙස මුළු පාසලම අනුගත කිරීමට, ආයෝජනය කරමින් අනුගත වේ
   1.1. පාසලට සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්තිය සහ සැලැස්මක් ඇත
   1.2. පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්තියේ එක් එක් පාර්ශවකරුවන්ගේ වගකීම් සඳහන්ව ඇත (සම්පත් වෙන් කිරීම ද ඇතුළුව)
   1.3. පාසල් ප්‍රතිපත්ති සියළු දෙනාටම වාසි සැලසෙන අයිතිවාසිකම් සමානාත්මතාවය සහ සාක්ෂි සහිත ඒවා විය යුතුය
   1.4. පළාතේ සහ පාසලෙහි ඇති ප්‍රධාන ගැටලු (යහ පැවැත්ම, අධ්‍යාපනය, පෝෂණය) සහභාගීත්වය සැලසුම් කරණය මගින් ආමන්ත්‍රණය කර තිබීම
   1.5. අධ්‍යාපන කටයුතු සඳහා ආපදාවකදී බාධා පැමිණියද මාර්ගගතව සිදු කිරීමට අවශ්‍ය පහසුකම් තිබීම

2. පාසල තුළ, පාසල සමග අනෙකුත් පාර්ශ්ව කරුවන්ට සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු එක්ව කිරීමට සහ තොරතුරු සන්නිවේදනය සඳහා පාසලට ප්‍රතිපත්තියක් තිබීම.
   2.1. සැලසුමෙහි සියළු පාර්ශවකරුවන්ගේ සහභාගිත්වය
   2.2. සියළු පාර්ශවකරුවන් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සැලසුම ගැන දැනුවත් වීම

3. පාසලට සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසලක් වීමට අවශ්‍ය සම්පත් තිබීම
   3.1. ප්‍රතිපත්ති අරමුණු හා ඉලක්ක ක්‍රියාත්ම කිරීම අවශ්‍ය සම්පත් තිබීම
   3.2. එක් එක් කාර්යය සඳහා වෙන්වූ මුදල් ප්‍රමාණ සැලසුමෙහි සටහන් කිරීම
   3.3. ගුරුවරු සහ අනෙකුත් පාර්ශවකරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය වෙනුවෙන් මුදල් වෙන් කිරීම

4. පාසල නිරතුරුව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් සැලසුම සහ මැදිහත්වීම් නියාමනය සහ මුදල් ආයෝජනය සහ වියදම් සමාලෝචනය කිරීම
   4.1. මාර්ගෝපදේශ සහ සැලසුම් නියාමන ක්‍රමවේදයන් සැලසුම් කර තිබීම

ප්‍රමිතිය 03

පාසල් පරිපාලනය සහ නායකත්වය, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩසටහන ශක්තිමත් කරයි

1. විදුහල්පති සහ පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුව නායකත්වය ගෙන දරුවන් සහ පාසල් ප්‍රජාව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය කෙරෙහි යොමුකරයි
   1.1. විදුහල්පති සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටුව හා පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජය නිතර රැස් වී අවශ්‍යතාව අනුව මැදිහත්වීම් සැලසුම්කර ක්‍රියා කරයි
   1.2. සියලු සාමාජිකයන්ට සහ නායකත්වයට වගකීම් හඳුනාගෙන තිබීම
   1.3. පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජයේ සාමාජික සිසුන්ට අවශ්‍ය පුහුණුව ලබාදීම
   1.4. දෙමාපියන් සහ භාරකරුවන්ට පාසල් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන ගැන ක්‍රියාත්මක වීමට ඉඩ දීම
   1.5. පැරණි ක්‍රමෝපායන් මෙන්ම නව ක්‍රමෝපායන්ද සාකච්ඡා කර මැදිහත්වීම් සිදු කිරීම

2. විදුහල්පති සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කමිටු සාමාජිකයින් සහ භාරව සිටින ගුරුවරුන්ට පුහුණු ලබාදීම
   2.1. වැඩසටහන නියාමනය සහ ඇගයීම ගැන පුහුණු කිරීම
   2.2. පුහුණුවේදී සිසුන්ගේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයට බලපාන සමාජ සාධක සෞඛ්‍ය අවදානම් සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රශ්න (කායික සහ මානසික) ඉගැන්විය යුතු අතර මානසික සෞඛ්‍යයට බලපාන ප්‍රත්‍යස්ථතාවය, විධිමත්ව සැමට සමානව සැලකීම ආදිය ද ඇතුළත් කළ යුතුය

3. නායකත්වය සහ පරිපාලනයේ ශක්තිමත් බව නිතර සැලසුම්කර නියාමනය කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් තිබිය යුතුය

ප්‍රමිතිය 04

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය පාසල තුළ සහ අවට ප්‍රදේශය සෞඛ්‍ය දියුණුවට පාසල සහ අවට ප්‍රජාව එක්ව වැඩකරයි

1. සිසුන්, දෙමාපියන්, අවට පවුල් සියලු දෙනා එක්ව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයට කටයුතු කරයි
    1.1. පාසල් සහ අවට ප්‍රජාව එක්ව සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කටයුතු කිරීමට පහසුකම් සැපයීමේ ක්‍රමයක් ඇත
    1.2. දෙමාපියන් සහ රැකබලා ගන්නන් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල් වැඩ කටයුතු සැලසුම් කිරීමේදී එක්ව කටයුතු කරයි
    1.3. පාසල් සෞඛ්‍ය සමාජය, පාසලේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන උපදේශන කමිටුවෙන් නිතර උපදෙස් ලබා ගනියි
    1.4. සිසුන්ගේ පාසල් සෞඛ්‍ය කටයුතු පිළිබඳ කුසලතා වර්ධනයට සහ අවට සමාජයට නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කිරීමට පුහුණු කළ යුතුය

2. පාසල විධිමත් සහ අවිධිමත් පාර්ශ්වකරුවන් සමග සහයෝගයෙන් ක්‍රියාත්මක වේ
    2.1. පාසල සහ අවට සමාජය සමග නිරන්තරුව පැවත එන සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන අරමුණු ඉටුකර ගැනීමට අදහස් හුවමාරු කර ගන්නා අවස්ථා ඇත
    2.2. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල සහ එහි සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් කටයුතු කිරීම සඳහා දෙමව්පියන් සහ අවට සමාජය දායකවේ
    2.3. ප්‍රාදේශීය සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ප්‍රමිතීන් ඇති කිරීම සඳහා සම්පත් වෙන්කරයි
    2.4. ආපදා අවස්ථාවල අධ්‍යාපනය පවත්වා ගැනීමට ප්‍රාදේශීය සභාවන් සහ අනෙකුත් රාජ්‍ය ආයතන සහාය වේ

3. විදුහල්පති, පාසල් සෞඛ්‍ය කමිටු සාමාජිකයන්, දෙමාපියන් සහ අවට ප්‍රජාව සමග සහයෝගයෙන් කටයුතු කරමින් එම සහයෝගීතාවය මැන බැලීම සිදු කිරීම (ප්‍රතිපෝෂණය)
    3.1. සැලසුම් කිරීම සහයෝගීතාව ප්‍රතිපෝෂණය කිරීම

ප්‍රමිතිය 05

පාසල් සෞඛ්‍ය විෂය නිර්දේශය සිසුන්ගේ කායික, මානසික, චිත්තවේග සහ සමාජීය සෞඛ්‍යය සහ යහ පැවැත්මට උදව් වේ

පාසලේ නිලධාරීන් සියලු දෙනා කායික සහ මනෝ සමාජයීය සෞඛ්‍යයවත් දරුවන්ගේ සහ සංවර්ධනයේ ලක්ෂණ පිළිබඳ දැනුවත් ය

1. මෙම සෞඛ්‍ය තත්ත්වය දරුවාගේ ඉගෙනීමට සහ හැසිරීම් රටාවට බලපාන ආකාරය පිළිබඳ දැනුවත් ය
    1.1. දරුවන්ගේ සංවර්ධන අවශ්‍යතා අනුව ගැලපෙන ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේද ගුරුවරුන් හඳුන්වා දේ
    1.2. පාසල් නිලධාරීන්, දරුවන් සමග ඇති සම්බන්ධතාවය මත කායික සෞඛ්‍යය, මනෝ සමාජ සෞඛ්‍ය අවශ්‍යතා හඳුනා ගැනීමට අමතරව සැඟවුණු විෂය නිර්දේශය හරහා අත්‍යවශ්‍ය ගුණාංග ඉගෙනීමට සලස්වයි

2. ජාතික සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධන ප්‍රතිපත්තියට අනුව පාසල සිසුන්ගේ කායික, මනෝ සමාජීය සහ චිත්තවේගීය සෞඛ්‍යය දියුණුවට අවශ්‍ය පෝෂණය, සෞඛ්‍ය හා ආරක්ෂාව, යහ පැවැත්ම ආදී ප්‍රධාන සෞඛ්‍යය කරුණු විෂය නිර්දේශයේ අඩංගුව තිබිය යුතුය
    2.1. විෂය නිර්දේශයේ සිසුන්ගේ සෞඛ්‍ය ප්‍රමුඛතා සහ අයිතිවාසිකම් ගැන ද පවුලේ සහ ප්‍රජාවේ සෞඛ්‍ය සහ යහපැවැත්ම ගොඩනැගීමට අවශ්‍ය දැනුම, කුසලතා, ආකල්ප වැඩීම සිදුවේ

2.2. මනෝ සමාජීය කුසලතා එක් වසරේදී දියුණුවන විෂය නිර්දේශය තුළින් ජීවන නිපුණතා, සෞඛ්‍ය සාක්ෂරතාව, තොරතුරු තාක්ෂණ දැනුම සහ කුසලතා ලබා දිය යුතුය

2.3. විෂය නිර්දේශ ඒවායේ ප්‍රමිතියට අනුව නියමිත පාර්ශවකරුවන්ගේ දායකත්වයෙන් එක්ව නිර්මාණය කළ යුතුය

3. පාසල් විෂය නිර්දේශය තුළින් දිගුකාලීන නිවැරදි පරිසරය භාවිතය සහ පරිසරය සුරැකීමට සිසුන් පොළඹවයි

3.1. විෂය නිර්දේශය සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් හඳුන්වා දී දිගුකාලීනව පරිසරය පවත්වා ගනී

4. ස්වයං අධ්‍යාපනයේත් ගුරුවරු - සිසුන්, ගුරුවරු - ගුරුවරු අතර අධ්‍යාපනයේ දී ඇතිවන සබඳතා සෞඛ්‍යය දියුණු කරයි, ධනාත්මක සබඳතා ඇති කරයි. යහජීවන පුරුදු, ආරක්ෂාව, කායික ක්‍රියාකාරකම්, පෝෂණය, යහපැවැත්ම, දැනුම දියුණු කිරීම, යහපත් ආකල්ප හා කුසලතා දියුණු තුළින් වර්ධනය කරයි

4.1. විෂය නිර්දේශය තුළින් ජීවිතයේ එදිනෙදා කටයුතු වලට දායක වීම ප්‍රවර්ධනය කරයි

4.2. විෂය නිර්දේශය හරහා සිසුන් සහයෝගීතාවයෙන් ඉගෙනීම් කරන අතර සියලු සිසුන් එක්ව ඉගෙනීමට සහභාගීවීම තහවුරු කරයි

4.3. විෂය නිර්දේශය අලුතින් ඇතිවන සෞඛ්‍ය සහ පරිසර ගැටලු විසඳීමට නම්‍යශීලී වේ

4.4. විෂය නිර්දේශය ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී සියලුම පාර්ශවකරුවන් (උදාහරණ - සෞඛ්‍ය සේවකයන්, ළමා ප්‍රවර්ධන නිලධාරීන්, කෘෂි නිලධාරීන් ආදී ....) සහභාගීත්වය ලබා ගැනීම

5. ගුරුවරුන්ට නව සෞඛ්‍ය දැනුම, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන පාසල පිළිබඳ දැනුම ලබා දීමට පුහුණු වැඩසටහන් ලබා දී ඒ තුළින් ඉගැන්වීමේ ක්‍රමවේද ද දියුණු කළ හැකිය

5.1. විශේෂිත සෞඛ්‍ය පණිවිඩ සහ සබඳතා ආදී ජීවත්වීමට අවශ්‍ය දේ ගුරුවරුන් විසින් දරුවන්ට වයසට අනුකූලව, ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවයට අනුකූලව, ළමා අයිතිවාසිකම් වලට අනුකූලව වෙනස්කම් වලින් තොරව ලබාදිය යුතුය

5.2. මාර්ගගත අධ්‍යාපනය පන්ති කාමර තුළ ඉගැන්වීමට අමතරව හෝ පන්තිකාමර අධ්‍යාපනයට බාධා පැමිණෙන අවස්ථාවල භාවිතා කළ යුතුය

6. විෂය නිර්දේශය නිතර අගයමින් එහි අවශ්‍ය වෙනස්වීම් සිදු කර සිසුන්ගේ සෞඛ්‍ය සහ යහ පැවැත්මට සහාය වේ

ප්‍රමිතිය 06

පාසල තුළ ආරක්ෂිත, සහයෝගයෙන් පිරි මනෝ සමාජයීය පරිසරයක් තිබීම

1. යහපත් මනෝ සමාජයීය පරිසරය පිළිබඳ අවශ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සහ ක්‍රමෝපායන් තිබීම සහ පසු විපරම භාවිත කරමින් එය දියුණු කිරීම

1.1. පාසල සහ පාර්ශවකරුවන් පාසල් පරිසරයේ තිබිය යුතු යහපත් ක්‍රමෝපායන් පිළිබඳ එකඟ වී ඇත

1.2. පාසල තුළ ඇති මනෝ සමාජයීය පරිසරය තුළ සමානාත්මතාවය, ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය, සියලු දරුවන්ට ඉගැන්වීම, පංතිය තුළ සුවිශේෂී දරුවන් ඇගයීම සමානව සිදුවේ

1.3. සියලු අන්තර් පුද්ගල සබඳතා තුළ එකිනෙකාට ගෞරව කිරීම, කරුණාවන්ත වීම, හිංසනයෙන් තොර, කායික දඬුවම් වලින් තොර, ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර පරිසරයක් සලසුම් කිරීම

1.4. පාසල සතුව සිසුන්ගේ සහ මුළු පාසල ප්‍රජාවගේම සෞඛ්‍ය සහ අධ්‍යාපන ප්‍රතිඵල ගැන ඉහළ බලාපොරොත්තු තිබීම

1.5. පාසල් මනෝ සමාජීය පරිසරය, පාසල තුළ සබඳතා, ආත්ම ගෞරවය, ආත්ම අභිමානය වැඩිකරනු ලැබේ
1.6. මාර්ගගත දුරස්ථ අධ්‍යාපනයේ දී පවා මානසික පරිසරය ප්‍රවර්ධනය සිදුකිරීමට වගබලා ගත යුතුය

2. පාසල තුළ ආරක්ෂිත යහපත් මනෝ සමාජීය පරිසරයක් ඇති කිරීමට ආයෝජනය කරයි

2.1. ගුරුවරුන් විසින් පාසලේ මනෝ සමාජීය පරිසරය යහපත් කිරීම සඳහා අවශ්‍ය පුහුණුව ලබා සිසුන් සමඟ යහපත් සබඳතා පවත්වයි

3. පාසලේ මනෝ සමාජීය පරිසරය නිතර තක්සේරු කර, ප්‍රතිඵල ප්‍රතිපෝෂණය කර, යහපත් මනෝ සමාජීය පරිසරයක් නිර්මානය කිරීම
3.1. මනෝ සමාජීය පරිසරයේ නිර්නායක වල වෙනසක් දුටු විට හඳුනාගැනීමටත් එය නිවැරදි කිරීමටත් පාසලේ ක්‍රමවේදයක් ඇත

ප්‍රමිතිය 07

පාසල් ප්‍රතිපත්තීන් පාසලේ සියලුම සාමාජිකයන්ට සුදුසු ආරක්ෂිත, භෞතික පරිසරයක්, ජාතික ප්‍රතිපත්ති වලටද අනුකූලව ස්ථිරවම ලබා දී ඇත

1. ජාතික ප්‍රතිපත්තීන්ට අනුකූලව පාසල තුළ ආරක්ෂිත පරිසරයන් සියලුම පාසල් ප්‍රජාව වෙනුවෙන් ප්‍රතිපත්තියක් ලෙස පිලිපදී
1.1. භෞතික හා ඉගෙනුම් පරිසරය සියලු පාසල් ප්‍රජාවගේ අවශ්‍යතා සුදුසු ලෙස රැකෙන පරිදි වෙනස් විය යුතුය. (විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති අය සඳහා ද වෙනස් විය යුතුය)
1.2. පාසලේ භෞතික පරිසරය, රජයේ සෞඛ්‍යවත්, ආරක්ෂිත පරිසර ප්‍රතිපත්ති සහ නීතිරීති වලට අනුකූලව තිබිය යුතුය
උදා - ගිනි ආරක්ෂාව, හිරු එළියෙන් ආරක්ෂාව, කෘමි මර්දනය)
1.3. පාසල තුළ බීමට සුදුසු පිරිසිදු ජලය සහ සනීපාරක්ෂක පහසුකම් තිබීම, ගැහැණු දරුවන් සඳහා විශේෂ සනීපාරක්ෂක පහසුකම් තිබිය යුතුය
1.4. ජලය සහිත අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් ඇති, වැසිකිළි පවත්වා ගැනීමේ ක්‍රමවේදයක් සහිත ක්‍රීඩාගාර සහ එළිමහන් ක්‍රීඩා පිටි, ආරක්ෂිත ලෙස ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය ගැන සැලකිලිමත් විය යුතුය
1.5. පාසලේ ආහාර පරිසරය සෞඛ්‍යයවත් සහ සියලු සාමාජිකයින්ට ආරක්ෂිතව ආහාර ගතහැකි සෞඛ්‍යානුකූල පරිසරය හොඳින් පවත්වාගෙන යන ආහාර අලෙවි කරන පහසුකම් තිබීම
1.6. පාසල් පරිසර සෞඛ්‍යයට හිතකර අනතුරු සාධක වලින් තොර, සෞඛ්‍යයට අහිතකර දැන්වීම් (අධික සීනි, අධික ලුණු, අධික තෙල් සහිත කෑම හෝ බීම, මත් වතුර මත් ද්‍රව්‍ය සිගරට්) නොමැති ස්ථානයක් වීම
1.7. පාසල තුල හදිසි අවස්ථාවකදී දරුවන් රැස් කිරීමට ස්ථානයක් සහ ජීවිත රැක ගැනීමේ සැලසුමක් තිබීම
1.8. මාර්ගගත අධ්‍යාපනය පහසුවෙන් සිදුකිරීමට අවශ්‍ය උපකරණ (පරිගණක, ඩෙස්, පුටු, ආරක්ෂිත උපකරණ) සහ මානව සම්පත් තිබීම
1.9. පාසලේ ඇතුළතත්, පිටතත් මනෝ සමාජීය පරිසරය යහපත් වීමට උදව් කරන ඉගැනුම් පරිසරයක් තිබීම (නිශ්ශබ්දතාව, එළිමහනේ වාඩි වීමට ස්ථාන, සතිමත් ක්‍රියාකාරකම් කිරීමට ස්ථාන, සෙවන ගස් ආදිය තිබීම)
2. යහපත් භෞතික පරිසරයක් පවත්වාගෙන යාමට අවශ්‍ය මුදල් ප්‍රතිපාදන තිබීම
3. අවශ්‍ය කරන ප්‍රමිතියට සහ නීතිරීතිවලට අනුකූලව භෞතික පරිසර තිබේදැයි නියාමනය කර නිවැරදි කිරීම් කරයි

ප්‍රමිතිය 08

භෞතික හා මනෝ සමාජීය සෞඛ්‍ය අවශ්‍යතා සපිරීමට පාසල් පාදක සෞඛ්‍ය සේවාවන් තිබීම

1. ජාතික සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සමග ගැළපෙන පාසල් ප්‍රතිපත්ති හරහා සියලු සෞඛ්‍ය සේවාවන් සැපයීම
   1.1. සෞඛ්‍ය සහ අධ්‍යාපන අංශවල සියලු මට්ටම් වල පාසල් සෞඛ්‍ය සැපයීමේ වගකීම් හදුනාගෙන ඇත

2. පාසල් සහ අවට ප්‍රජාවගේ හදිසි ආපදාවල දී ඇති අවශ්‍යතා අනුව පාසල් සෞඛ්‍ය වැඩසටහනට ප්‍රමුඛතාවය දිය යුතුය
   2.1. පර්යේෂණ සාධක අනුව තෝරාගත් සෞඛ්‍ය මැදිහත්වීම් සියලු පැතිකඩ ආවරණය වන ලෙස සිසුන්ට ලබා දිය යුතුය
   2.2. දීර්ඝ කාලීනව මාර්ගගත අධ්‍යාපනය ලබාදෙන අවස්ථා වලදී පාසල මගින් සෞඛ්‍යවත් මැදිහත්වීම් සිදුකල යුතුය
   2.3. ප්‍රජා සෞඛ්‍ය ආපදාවලදී පාසල් සෞඛ්‍ය අංශ වලට, ප්‍රජාවේ සෞඛ්‍ය කටයුතුවලට දායක විය හැක
3. පාසල් සෞඛ්‍ය සේවා ලබාදීමේ දී, සෞඛ්‍ය සේවා වල ප්‍රමිතීන්ට අනුව ලබා දිය යුතුය
   උදා - කාලයට අනුකූලව, සංස්කෘතියට අනුගතව, වයසට අනුකූලව, ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය සහ අයිතිවාසිකම්වලට ගරු කරමින්, පර්යේෂණ සාක්ෂි වලට අනුව)

   3.1. ඉහළ ප්‍රමිතියකින් පාසල් සෞඛ්‍ය සේවා ලබාදීම සඳහා ජාතික ප්‍රමිති සහ මාර්ගෝපදේශ තිබීම
4. පාසල් සෞඛ්‍ය සේවා සහ පෝෂණ මැදිහත්වීම සඳහා වෙන්වූ මූල්‍ය ප්‍රතිපාදන තිබීම
   4.1. පාසල් සෞඛ්‍ය නිලධාරීන්ට ඒ සඳහා අවශ්‍ය විශේෂිත පුහුණු ලබාදේ
   4.2. ජාතික ආපදාවලදී එම කටයුතු සඳහා සෞඛ්‍ය සේවකයින් දායකවේ
   4.3. පාසල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරීන් අනෙකුත් ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවකයින් සමග තොරතුරු හුවමාරු කරගනී
   විශේෂඥ සේවාවන්ට යොමු කිරීමේ හැකියාව තිබීම (විශේෂඥ වෛද්‍ය උපදෙස් අවශ්‍ය වන, අනතුරු, කාලීන රෝග ආබාධ සහ නව යොවුන් ගැබිණි මව්වරු)
5. සෞඛ්‍ය සේවා දත්ත නියාමනය සහ ප්‍රගතිය ගුණාත්මක බව හා ප්‍රමිතීන්ට අනුකූල බව අගයමින් සැලසුම් වෙනස් කිරීමේ පද්ධතියක් තිබීම

සාක්ෂි මත පදනම් වූ තහවුරු කරගත් නව යොවුන් විය සඳහා ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයේ නිර්දේශිත මැදිහත්වීම්

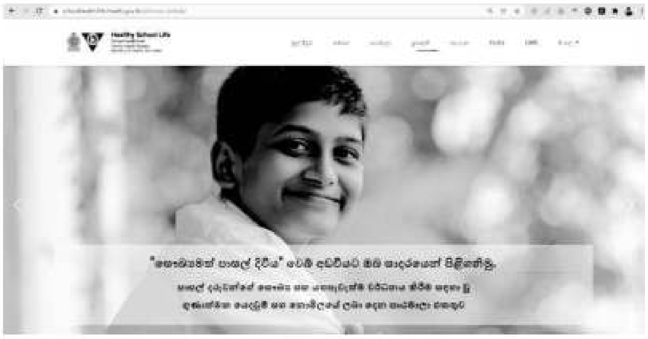
- එන්නත්කරණය HPV, Hep B, aTd, Rubella, Measels
- යහජීවන පුරුදු දියුණු කිරීම (සෞඛ්‍යවත් ආහාර, ශාරීරික ක්‍රියාකාරකම්, දුම්කොළ මත්ද්‍රව්‍ය, මත්පැන් වලින් බැහැරවීම)
- රක්තහීනතාවය වලක්වා ගැනීම, රෝගය හඳුනා ගැනීම සහ ප්‍රතිකාර දීම
- ලිංගික හා ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය ලබාදීම
- ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය හා බැඳුණු සේවා ලබාදීම, උපදේශන සේවා නව යොවුන් මධ්‍යස්ථාන හරහා ප්‍රතිකාර දීම
- මනෝ සමාජීය යහ පැවැත්ම සඳහා සහායක සේවා අවශ්‍ය පරිසරය සහ ප්‍රතිකාර සේවා සැලැස්වීම
- ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය හා බැඳුණු ප්‍රචණ්ඩත්වය, ලිංගික ප්‍රචණ්ඩත්වය වලක්වා ගැනීම සහ එම ගැටළු වලට මුහුණ දුන් අයට සේවා සැපයීම
- අඩු වයසෙන් බලහත්කාරයෙන් විවාහ කිරීම, ලිංගික අවයව වෙනස්කම් කිරීම වැනි හිංසාකාරී ක්‍රියා වළක්වා ගැනීම සහ අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර සහ සත්කාර සේවා ලබාදීම
- බෝවන රෝග සහ බෝනොවන රෝග සහ ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග වලක්වා ගැනීමට සහ ප්‍රතිකාර සේවා පවත්වා ගැනීම
- සෞඛ්‍යයට අහිතකර මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් වැලැක්වීම සහ අවශ්‍ය දරුවන්ට ප්‍රතිකාර ලබාදීම
- නව යෞවනයන්ගේ හැසිරීම් ගැටලු මෙන්ම මානසික ගැටලු වළක්වා ගැනීම සහ ඉක්මනින් හඳුනා ගැනීමට දෙමාපියන් සහ ගුරුවරුන් පුහුණු කිරීම
- අනතුරු (මත් වතුර භාවිතයෙන් ඇති වන) සැලසුම් නොකර සිදුවන අනෙකුත් අනතුරු සඳහාද ඉක්මනින් ප්‍රතිකාර ලබාදීමේ සේවාවක් ඇති කිරීම
- තමා විසින් සිදු කරගන්නා අනතුරු සිය (දිවි හානි කර ගැනීම් ඇතුළුව) වලක්වා ගැනීම සහ ප්‍රතිකාර සේවා පවත්වා ගැනීම

පාසල් සෞඛ්‍ය වෙබ් අඩවිය හා අන්තර්ජාල ඉගෙනුම් වේදිකාව

වෙබ් අඩවිය :- සෞඛ්‍යවත් පාසල් දිවිය

URL: schoolhealth.fhb.health.gov.lk

පාසල් දරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය සහ යහපැවැත්ම වර්ධනය කිරීම සඳහා වූ ගුණාත්මක යෙදවුම් (ප්‍රකාශන, අධ්‍යාපනික සංනිවේදන මෙවලම්, තොරතුරු, චක්‍රලේඛ) සහ නොමිලේ ලබාදෙන පාඨමාලා එකතුව (යහපත් දෙමාපිය භාවය, පාසල් දරුවන්ගේ මනෝ සමාජීය යහපැවත්ම)



පාසල් දරුවන්, ගුරුභවතුන්, දෙමාපියන් සහ සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩල සඳහා වෙන් වශයෙන් සබැඳි සපයා ඇත. ඔබට අදාල ගුණාත්මක යෙදවුම් එම පිටුවෙන් බාගත කරගත හැකිය.

අන්තර්ජාල ඉගෙනුම් වේදිකාව(LMS)

URL: www.schoolhealth.fhb.health.gov.lk/lms

ඔබට අවශ්‍ය පාඨමාලා සහ පුහුණු වැඩසටහන් සඳහා මේ ඔස්සේ සම්බන්ධ විය හැකිය

ඒ සඳහා ඔබට සහතික පතක් හිමිවනු ඇත.