පොදු චක්‍රලේඛ අංක - 02-161/2013

මගේ අංක. FHB/EB/UNICEF/06/2013

සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් කාර්යාලය

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය,

"සුවසිරිපාය",

බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,

කොළඹ 10.

2013/10/18

සියළුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්

සියළුම ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්

සියළුම ශික්ෂණ හා පළාත් මහ රෝහල් අධ්‍යක්ෂවරුන්

අධ්‍යක්ෂ - ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යායතනය

සියළුම දිස්ත්‍රික් මහ රෝහල් සහ මූලික රෝහල් වෛද්‍ය අධිකාරිවරුන්

සියළුම ආයතන ප්‍රධානීන්

සියළුම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරීන්

වයස අවුරුදු 5ට අඩු දරුවන්ගේ පාචන රෝග කළමනාකරණය සඳහා සින්ක් අතිරේකය ලබාදීම

පාචන රෝගවල දරුණු බව අඩු කිරීමටත් එමගින් රෝගී වීම සහ මරණ අඩු කිරීමටත්, රෝග තත්ත්වය පවතින කාලසීමාව කෙටිකිරීමටත්, ප්‍රතිශක්තිය වැඩිදියුණු කිරීම මගින් මාස 2-3ක් පමණ කාලයක් යනතෙක් පාචන රෝග වැළඳීමේ හැකියාව අඩුකිරීමටත්, පාචන රෝගය වැළඳි දරුවන් සඳහා සින්ක් අතිරේකයක් ලබාදීම විද්‍යාත්මක සාක්ෂ්‍ය සහිතව තහවුරුවී ඇති නිර්දේශයකි. නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් මහජන සෞඛ්‍ය සේවා 11 ගේ ප්‍රධානත්වයෙන් පැවති මාතෘ හා ළමා පෝෂණ අනුකමිටු රැස්වීමේදී උක්ත කරුණු සාකච්ඡාවට භාජනය වූ අතර මෙම නිර්දේශය ශ්‍රී ලංකාව තුලද ක්‍රියාත්මක කිරීම සුදුසු බවට එහිදී තීරණය කෙරුණු අතර ඉන් අනතුරුව සෞඛ්‍ය ලේකම්තුමාගේ ප්‍රධානත්වයෙන් පැවති පෝෂණ මෙහෙයුම් කමිටු රැස්වීමේදී මෙම තීරණය ක්‍රියාත්මක කිරීම අනුමත කෙරිණි.

මේ අනුව වයස අවුරුදු 5ට අඩු දරුවන්ගේ පාචන රෝග කළමනාකරණයේදී පහත දැක්වෙන පරිදි සින්ක් අතිරේකය පාචනය ඇතිවූ අවස්ථාවේ සිට ලබාදීම නිර්දේශ කෙරේ. මේ සඳහා අවශ්‍ය සින්ක් අතිරේකය සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ වෛද්‍ය සැපයුම් අංශය මගින් රජයේ රෝහල් වෙත ලබා දෙනු ඇත.

මෙම සින්ක් අතිරේකයේ සින්ක් අවශෝෂණයට බාධා පමුණුවන වෙනත් ඛණිජ ලවණ (විශේෂයෙන්ම යකඩ හා කැල්සියම් වැනි) අඩංගු නොවියයුතුය.

වයස් කාණ්ඩය	මාත්‍රාව	වාර ගණන	කාලසීමාව
මාස 6ට අඩු ළදරුවකුට පාචනය වැළඳී ඇත්නම්	සින්ක් මූලද්‍රව්‍යය දිනකට මිලි ග්‍රෑම් 10	දිනකට වරක් - ආහාර වේලකට පැයකට පෙර හෝ පැය 2කට පසු	දින 10-14
මාස 6-60 දක්වා දරුවකුට පාචනය වැළඳී ඇත්නම්	සින්ක් මූලද්‍රව්‍යය දිනකට මිලි ග්‍රෑම් 20	දිනකට වරක් - ආහාර වේලකට පැයකට පෙර හෝ පැය 2කට පසු	දින 10-14

සින්ක් සැකසුම් හා ලබාදියයුතු ආකාරය

මෙම සින්ක් අතිරේකය පැණියක ආකාරයෙන් හෝ ජලයෙහි දියවනසුළු පෙත්තක ආකාරයෙන් ලබාගතහැකිය. පෙත්තක ප්‍රමාණය සින්ක් මූලද්‍රව්‍යය මිලි ග්‍රෑම් 10ක හෝ 20ක ප්‍රමාණයක් වියහැකිය: පැණියක නම් සින්ක් මූලද්‍රව්‍යය මිලි ලිටර් 5ක මිලි ග්‍රෑම් 10ක් හෝ 20ක් වියහැකිය.

ජලයෙහි දියවනසුළු සින්ක් පෙත්ත ළදරුවන්ට ලබාදීමේදී මව්කිරි/මුඛ සජලන ප්‍රතිකාරය/පිරිසිදු ජලය මිලි ලිටර් 5ක (එනම් තේ හැන්දක ප්‍රමාණය) දියකරගතයුතුය. වැඩිමහළු දරුවන්ට මෙම පෙති විකා කෑමට හෝ පිරිසිදු ජලය සුළු ප්‍රමාණයක දියකර ලබාදීමට හැකිය. පාචන රෝග තත්ත්වයක් සමග වමනය යාමද පවතී නම් දරුවා සින්ක් අතිරේකය වමනය කිරීමට හැකිය. එබඳු අවස්ථාවන්හිදී නැවත එම අතිරේකය ලබාදීමට පෙර වමනය තත්ත්වය පහවනතෙක් සිටීම සුදුසුය.

අතුරු ආබාධ

ඉතා කලාතුරකින් ඇතිවන අතුරු ආබාධ ලෙස ඔක්කාරය හෝ වමනය ඇතිවිය හැකිය. සින්ක් අතිරේකයේ අතුරු ආබාධයක් ලෙස වමනය ඇතිවුයේනම් ඒ බව වෛද්‍යවරයකුට හෝ ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරිවරයාට දැනුම් දියයුතුය.

රෝහලේ බාහිර රෝගී අංශයට හෝ සායනයන්ට හෝ වාට්ටුවලට පැමිණෙන පාචන රෝගී දරුවන් සඳහා දින 10-14ක සම්පූර්ණ කාලසීමාව සඳහාම සින්ක් අතිරේකය ලබාදීමට වග බලාගතයුතුය.

මෙම චක්‍රලේඛයේ අඩංගු කරුණු ඔබ ආයතනයේ අදාළ සියළු කාර්යමණ්ඩලය වෙත දැනුම් දෙන මෙන් මෙයින් දන්වාසිටිමි.

අත්සන් කළේ

සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

පිටපත්:

සෞඛ්‍ය ලේකම්

අතිරේක ලේකම් වෛද්‍ය සේවා

අතිරේක ලේකම් මහජන සෞඛ්‍ය සේවා

නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් වෛද්‍ය සේවා 1 හා 11

නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් මහජන සෞඛ්‍ය සේවා 1 හා 11

නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් රසායනාගාර සේවා

අධ්‍යක්ෂ - මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය

අධ්‍යක්ෂ - පෞද්ගලික වෛද්‍ය අංශ සංවර්ධන

අධ්‍යක්ෂ - වෛද්‍ය සැපයුම් අංශය

අධ්‍යක්ෂ - වෛද්‍ය සේවා

අධ්‍යක්ෂ - පෝෂණ

අධ්‍යක්ෂ, පෝෂණ සම්බන්ධීකරණ ඒකකය

අධ්‍යක්ෂ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන කාර්යාංශය

අධ්‍යක්ෂ, වෛද්‍ය පර්යේෂණායතනය

සියළුම වෛද්‍ය පීඨාධිපතිවරුන්

සභාපති / ශ්‍රී ලංකා වෛද්‍ය සභාව

සභාපති / ශ්‍රී ලංකා ළමාරෝග වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන්ගේ විද්වත් සංගමය

සභාපති / ශ්‍රී ලංකා ප්‍රජා වෛද්‍යවරුන්ගේ විද්වත් සංගමය

සභාපති / ශ්‍රී ලංකා පරාජන්ම විද්වත් සංගමය

සභාපති / ශ්‍රී ලංකා පවුලේ වෛද්‍යවරුන්ගේ විද්‍යායතනය

සභාපති / ශ්‍රී ලංකා ස්වාධීන වෛද්‍ය වෘත්තිකයන්ගේ විද්වත් සංගමය