

**တၢ်အိၣ်လၢတၢ်အိၣ်အီၤတဖၣ်အမးနီၣ်ဂံၢ် — တၢ်ဟံၣ် ထံနီၤ ဖးတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအကံၢ်အစီ (FCS-N)**

FCS-N သမံထံတၢ်အိၣ်ဘၣ်ဖြိၣ်ထံန့ၣ်, ဘၣ်တၢ်မံၣ်အ့ၤ, ဒီ heme iron လၢလၢ ပွဲၤပွဲၤ(လၢ တၢ်ထံၣ်န့ၣ်အီၤထဲလၢတၢ်ညၢၣ် ဒီး ညၢၣ်အပူၤဒီး စ့ၢ်န့ၣ် ဆူနီၣ်အပူၤ ၇၁ ၇၁)န့ၣ်လီၤ. FCS-N ဒုးဘၣ် ထွဲဟံၣ်ဖိဃီဖိလၢအိၣ်ဒီး တၢ်ယဲၤယဲၤ, တၢ်ဒိၣ်ယဲၤ, တၢ်အိၣ် န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ် ဘါဆဲးစ့ၤတဖၣ် အတၢ်ဒီးန့ၣ် ဘၣ်ဒီးစ့ၤကါဘၣ်တၢ်အိၣ် တဖၣ်. အတၢ်မၤန့ၣ်ဘၣ် တၢ်အိၣ်ဒီးအိၣ်တၢ် အိၣ်တဖၣ်. တၢ်အိၣ်လၢတၢ်အိၣ် ဒီးဖြိၣ် ထံန့ၣ် လၢလၢပွဲၤပွဲၤန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢ အလီၤဘၣ်ယိၣ် လၢတၢ် ဒိၣ် ဃဲဒီးတၢ်ယဲၤယဲၤတဖၣ် အဂီၢ်ဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဟံးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါဆဲးစ့ၤ တလၢတ ပွဲၤဝဲ, မ့ၢ်လၢတၢ်အိၣ် အိၣ် ဒီး ဖြိၣ်ထံန့ၣ် တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ဒီး ဘၣ်တၢ် မံၣ် ဒီး မ့ၢ်န့ၣ်တဖၣ်လီၤ.တၢ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါ အမ့ၢ် ဘၣ် တၢ် မံၣ်ဒီးအါယၢၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဆၢကတီၢ်ယံၣ်ယံၣ်အတီၢ်ပူၤန့ၣ်, ဒုးကဲထီၣ် တၢ်ဒိၣ်ယဲၤ ဒီဖျိ လၢတၢ်အိၣ်လီၤထုးန့ၣ်လီၤ.

FCS-N ဒုးန့ၣ်ဖျါထီၣ်လၢတၢ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိအနီၣ်ဂံၢ်အါဝဲ(၈၆%)န့ၣ်တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢ အိၣ်ဒီးတၢ် မၤ န့ၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်အကလုာ်ကလုာ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအိၣ်ဒီးလၢအါဝဲ,ဘၣ်ဆၢန့ၣ်အ ပူၤကွံာ်(၉၅%)န့ၣ်လီၤ.

FCS-N အစၢလၢဒုးန့ၣ်ဝဲလၢအါဒၣ်တၢ်ကွၢ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်အိၣ် ဘၣ်တၢ် အိၣ်ကိး န့ၣ် ဒဲးလၢအိၣ်ဒီးဘၣ်တၢ်မံၣ်အ့ၤ(၇၃%) ဒီးတၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ဒီးဖြိၣ်ထံန့ၣ် အါအါတဖၣ်(၈၅%), တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢတၢ်ဟံးန့ၣ်တၢ်အိၣ်အကံၢ်အစီလၢအိၣ် ဒီး heme ironအါအါလၢကိးန့ၣ် ဒဲးန့ၣ်အိၣ်ဒၣ်ထဲဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၁၆% ခုၣ်စီ, ဒ်သိး ဒီးတၢ်လီၤဃုထံၣ်ညါတၢ်အတၢ်သံ ကွၢ်နီၣ်ဂံၢ်ဝဲ လၢဖၤတြုအါရံၤ ၂၀၂၂န့ၣ် အပူၤ န့ၣ်လီၤ.

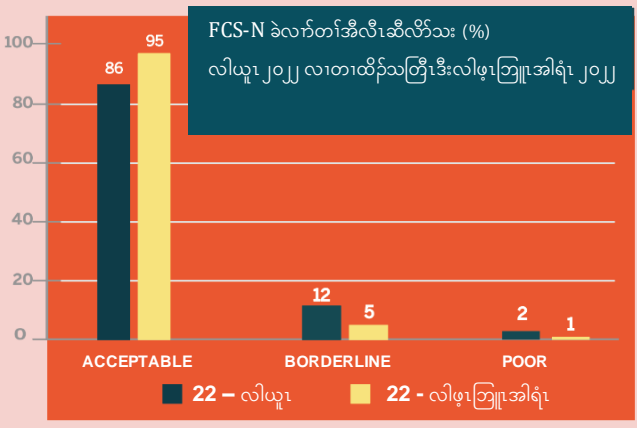
# တၢ်အိၣ်အိၣ်ကူကူလၢ

## လၢတၢ်နီၤလီၤဝံၤလီၤခံ

## အတၢ်လီၤဃုထံၣ်ညါ

လၢယူၤ ၂၀၂၂

ဖဲလၢယူၤ ၂၀၂၂ နီၣ်အပူၤန့ၣ်, တၢ်မၤဝဲတၢ်အိၣ်အိၣ်ကူကူလၢလၢ PDM လၢဒဲကဝီၤ(၉)ဖျါအပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိ(၄၆၄)ခုၣ်န့ၣ်လီၤယၢၣ် ဃုာ်လၢ တၢ်မၤအံၤအပူၤ



**၉၉%**  
တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢ  
တၢ်သုာ်ဝံၤအိၣ်တဖၣ်တုၤလၢတၢ်အိၣ်ဘၣ်  
လၢအပူၤကွံာ် ၃၀ သီ  
\*မ့ၢ်တၢ်လၢတဆီတလဲသးစးထီၣ်လၢတၢ်သံကွၢ် ၀ လၢဖၤတြုအါရံၤ ၂၀၂၀ အတၢ်လီၤဃုထံၣ်ညါ ညါတၢ်အပူၤ



**ဟံၣ်ဖိဃီဖိအတၢ်သုာ်ဝံၤလီၤဒိ နီၣ်ထီၣ် (HHS)**

ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်သုာ်ဝံၤသုာ်စ့ၤနီၣ်ထီၣ် မ့ၢ်ပနီၣ်ထီၣ်ယိယိ ဖိ တခါ(လၢအိၣ်ဒီးတၢ်သံကွၢ် ၆ ထံၣ်) လၢကထီၣ်ကွၢ် စီၤကွၢ် ဟံၣ်ဖိဃီဖိအတၢ်သုာ်ဝံၤသုာ်စ့ၤအဂီၢ်, ဘၣ်တၢ် ဒုးအိၣ်ထီၣ်အီၤလီၤလီၤဆီဆီဒီးဘၣ်တၢ်စ့ၤကါအီၤလၢ တၢ်လီၤကိးတီၤဒဲးလၢကထီၣ်ကွၢ်တၢ်အဂီၢ်.တၢ်အစၢလၢ တၢ်မၤန့ၣ်အီၤန့ၣ်, ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိအပတီၢ်လၢအမ့ၢ် ဝဲ, တၢ်သုာ်ဝံၤအိၣ်တဖၣ်တုၤတၢ်အိၣ်နီၣ်တဖၣ်, တၢ်သုာ်ဝံၤ ဖဲကြၢၤ, မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်သုာ်ဝံၤန့ၣ်န့ၣ်လၢ.

**၅ ဟံၣ်ဒုၣ် တၢ်သုာ်ဝံၤလီၤဒိဖဲကြၢၤ ၀ ဟံၣ်ဒုၣ် တၢ်သုာ်ဝံၤလီၤဒိန့ၣ်န့ၣ်လၢ**

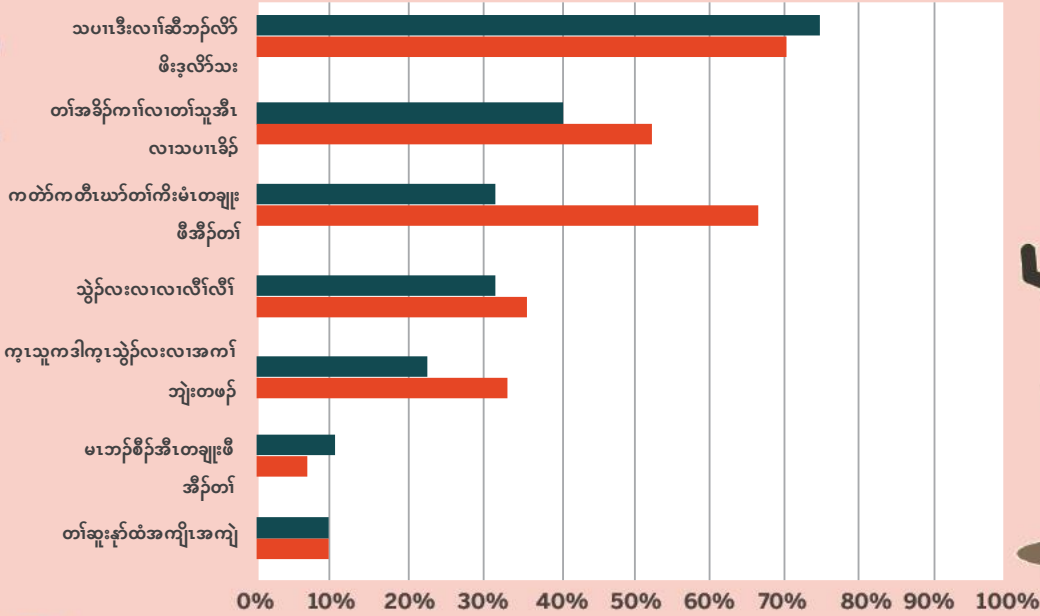


**တၢ်ဟ့ၣ်ကုၣ်ဆၢကတီၢ်တၢ်အိၣ်လၢဖျါ ပူၤအလုာ်အပူၤဒီးအကံၢ်အစီတဖၣ်**

ဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်အါတကွၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢတၢ်အိၣ် တၢ်အီၤတဖၣ် 'အပူၤဒိၣ်မး' လၢတၢ်လီၤဃုထံၣ်ညါအ တၢ်သံကွၢ်၂ဒီးတၢ်သံကွၢ်၂အပူၤ တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢ ဟံၣ်ဖိဃီဖိညီန့ၣ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဝဲဒဲအံၤအံၤအါအါက တၢ်လၢ 'အပူၤဒိၣ်မး' မ့ၢ်ဝဲ သီအိၣ်/တၢ်သံ (၅၉%), ဟုသး (၄၃%)ဒီးတၢ်ဒိၣ်တဖၣ်(၃၄%). တၢ်မၤန့ၣ်တၢ်အိၣ်ကံၢ်စီတဖၣ်လၢတၢ်စ့ၤကါဝဲတၢ် အိၣ်ကးတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်, ပုၤစ့ၤဂၤဆိကမိၣ်လၢတၢ် အိၣ်တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်လၢအကံၢ်စီစ့ၤန့ၣ်လီၤ.

# တၢ်စူးကါမ့ၢ်အူဆၢတူၤလီၤတီၤအကျဲတဖၣ်

ဟံၣ်ဖိဃီဖိ ၈၉% ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢစူးကါမ့ၢ်အူဆၢတူၤလီၤတီၤအကျဲတဖၣ်အပူၤကွၢ်အလါအဆၢကတီၢ်, တဆိတလဲသးစးထီၣ်လၢ တၢ်သံကွၢ် ၁ (၉၀%) တၢ်စူးကါသပၤဖိတၢ်လၢအဘၣ်လိာ်သးဒီးလၢဆိန့ၣ်တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ညိၣ်န့ၣ်အီၤလၢအမ့ၢ်တၢ်စူးကါမ့ၢ်အူဆၢတူၤလီၤတီၤအကျဲလၢတၢ်မၤတၢ်ဖိအိၣ်တၢ်အဂီၢ်, တၢ်လူၤကွၢ် အိၣ်ဘူးဘူးတၢ်တံၢ်ဖဲသၢလၢတီၢ်ပူၤအံၤနီၤဖျါ 'တၢ်ကတိၢ်ကတီၢ်ယၢ်တၢ်ကိးမံၤတချုးလၢတၢ်ဖိအိၣ်တၢ်ဒီးဘၣ်'.



■ 22 - လိယူၤ  
■ 22 - လိဖျါတြျါအါရံၤ



# တၢ်ကွဲးကျၢၢ်တံၢ်

1 • တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်သ့ၣ်မိၢ်ပုၤလီၤဆိလိာ်သးလၢတၢ်လီၤဃုသ့ၣ် ညါအံၤအပူၤတဖၣ်လၢတၢ်လီၤဃုသ့ၣ်ညါအတၢ်သံကွၢ် ၁ န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲ —  
— အိၣ်ဒီးအါဘၣ်ဆၢဟံၣ်ဖိဃီဖိအနီၣ်ဂံၢ်စ့ၤလီၤဝဲလၢတၢ် ဟံၣ်ဖျါထီၣ် လၢတၢ်အိၣ်လီၤဆိလိာ်သးတဖၣ် 'တူၢ်လိာ်သ့' န့ၣ်အိၣ် (၈၆%) ကဘၣ်တၢ်လူၤကွၢ်သမံၤသမိးက့ၤလၢတၢ် သံကွၢ် နီၣ်ဂံၢ် ၃.  
— တၢ်ဖိတၢ်လံၤအနီၣ်ဂံၢ်အါထီၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိလၢအဟံၣ်ဖျါ ထီၣ် တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖၣ် 'အပူၤဒိၣ်မး', လီၤဆိဒုတၢ် သိအိၣ်' တၢ်အသိ, ဟုသးဒီးတၢ်ဒိၣ်တဖၣ် တၢ်ဖိတၢ်လံၤသ့ၣ် တဖၣ်အံၤအပူၤဒိၣ်ထီၣ် စးထီၣ်လၢတၢ်သံကွၢ်နီၣ်ဂံၢ် ၁. တၢ်လူၤ ကွၢ်သမံၤသမိးအဂၤတခါဘၣ် ဃးတၢ်အိၣ်ကးအလုၢ် အ ပူၤလၢစူးကါတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါအနီၣ်ထီၣ် တဖၣ်ကဘၣ်တၢ်မၤအီၤဖဲလိယူၤလဲ ၂၀၂၂.  
— တၢ်ဆိအိၣ်တၢ်တၢ်မံၣ်အံၤဒီးဖြဲထံနံၤနီၣ်ဒီးန့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်အီၤလၢဟံၣ်ဖိဃီဖိ တၢ်ကဘၣ်တၢ်သမံၤထံအါထီၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ် heme (ဆၢဖိကီၢ်ဖိလၢတၢ်မၤန့ၣ်အီၤ) အါယၢ်တဖၣ်.  
— ဟံၣ်ဖိဃီဖိအတၢ်သၣ်ဝံၤသၣ်စ့ၤဆဲးအိၣ်ဒီးထဲတဖၣ်ဖိ.  
— တၢ်အိၣ် (စးထီၣ်လၢ ၉၈% — ၁၀၀%) ဒီးသ့ၣ်လး (၉၆%) အကၢ် အစီမ့ၢ်တၢ်လၢအဂ့ၢ်ဒီးဝဲ.

2 • တၢ်အိၣ်ကးအလုၢ်အပူၤန့ၣ်တၢ်ဆဲးသူအီၤန့ၣ်ယံၣ်ဝဲ ၂၃သီတၢ်ဟံၣ်လီၤ အီၤအသိးဒီးတၢ်သူစုလၢတၢ်ပူၤတၢ်အိၣ်န့ၣ်တလါ ၅၅၄ ဘး

4 • သိအိၣ်, ဟုသးဒီးတၢ်ဒိၣ်တဖၣ် ဘၣ်တၢ်ထံၣ်ဆိကမိၣ်အီၤလၢ 'အပူၤဒိၣ်မး' တၢ်အိၣ်ကးအလုၢ်အပူၤကဘၣ်တၢ်က့ၤသမံၤသမိးကွၢ်အီၤ

3 • တၢ်စူးကါတၢ်ဖိအိၣ်တၢ်အမ့ၢ်အူဆၢတူၤလီၤတီၤအကျဲကျဲဆဲးမ့ၢ်ဒီးတၢ်လၢအအါဝဲ (၈၉%).  
• တၢ်စူးကါသပၤလၢအဘၣ်လိာ်သးဒီးလၢဆိန့ၣ်ဆဲးမ့ၢ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ညိၣ်န့ၣ်အီၤလၢအမ့ၢ်တၢ်ဖိအိၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်လၢအစူးကါမ့ၢ်အူဆၢတူၤလီၤတီၤလီၤ (၇၄%).

