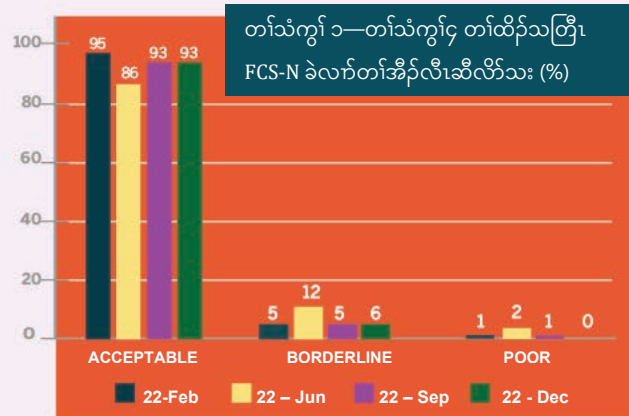


**တၢ်အိၣ်လၢတၢ်အိၣ်အီၤတဖၣ်အမးနီၣ်ဂံၢ် — တၢ်ဟံၣ် ထံနီၤဖးတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢအကံၢ်အစီ (FCS-N)**

FCS-N သမံထံတၢ်အိၣ်ဘၣ်ဖြိုၣ်ထံန့ၣ်, ဘၣ်တၢ်မံၣ်အ့ၤ, ဒီ heme iron လၢလၢပုၤပုၤ(လၢ တၢ် ထံၣ်န့ၣ်အီၤထဲလၢတၢ်ဖးတၢ်ညၣ် ဒီး ညၣ်အပူၤဒီး စိုၣ်န့ၣ် ဆူၣ်ခိအပူၤဂၤဂၤ) န့ၣ်လီၤ. FCS-N ဒုးဘၣ် ထွဲဟံၣ်ဖိယိဖိလၢအိၣ်ဒီး တၢ်ယဲၤယဲၤ, တၢ်ဒိၣ်ယဲၤ, တၢ်အိၣ် န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ် ဘၢဆံးစ့ၤတဖၣ် အတၢ်ဒီးန့ၣ် ဘၣ်ဒီးစ့ၤကါဘၣ်တၢ်အိၣ် တဖၣ်. အတၢ်မၤန့ၣ်ဘၣ် တၢ်အိၣ်ဒီးအိၣ်တၢ်အိၣ်တဖၣ်. တၢ်အိၣ်လၢ တ အိၣ်ဒီးဖြိုၣ်ထံန့ၣ် လၢလၢပုၤပုၤန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအလီၤဘၣ်ယိၣ် လၢတၢ်ဒိၣ်ယဲၤဒီးတၢ်ယဲၤယဲၤတဖၣ်အဂီၢ်ဒီး ဒုး အိၣ်ထီၣ်တၢ်ဟံးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢဆံးစ့ၤ တ လၢတ ပုၤဝဲ, မ့ၢ်လၢတၢ်အိၣ်အိၣ် ဒီးဖြိုၣ် ထံန့ၣ် တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ဒီး ဘၣ်တၢ် မံၣ် ဒီး မ့ၢ်န့ၣ်တဖၣ်လီၤ. တၢ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဘၣ်တၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ဒီး တၢ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘၢဒ် အမ့ၢ်ဘၣ်တၢ်မံၣ်အ့ၤဒီးအါယၢၣ် တဖၣ်လၢတၢ်ဆၢကတီၢ်ယံၣ်ယံၣ်အ တီၢ်ပူၤန့ၣ်, ဒုးကဲထီၣ် တၢ်ဒိၣ်ယဲၤ ဒီဖျိ လၢတၢ်အိၣ်လီၤထုးန့ၣ် လီၤ.

FCS-N ဒုးန့ၣ်ဖျါထီၣ်လၢဟံၣ်ဖိယိဖိအနီၣ်ဂံၢ်အါဝဲ(၉၃%)န့ၣ်တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢ အိၣ်ဒီးတၢ် မၤ န့ၣ် ဘၣ်တၢ်အိၣ်အကလုာ်ကလုာ်, က့ၤကဒါက့ၤဝဲဆူအပတီၢ်ထီၣ်ဝဲဒ်လၢအပူၤ ကွံာ်အသိးလၢတၢ်သံကွံာ် (၃) အပူၤဒီး လၢ အမဲၣ်ညါဒီးန့ၣ်လီၤ.

FCS-N အစၢခဲလၢဒုးန့ၣ်ဝဲလၢအါဒ်တၢ်တက့ၢ်ဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်အိၣ်ဘၣ်တၢ် အိၣ်ကိး နံၤဒဲးလၢအိၣ်ဒီးဘၣ်တၢ်မံၣ်အ့ၤ(၇၁%) ဒီးတၢ်အိၣ်လၢအိၣ်ဒီးဖြိုၣ်ထံန့ၣ်အါအါတဖၣ်(၇၇%),တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ် လၢ တၢ်ဟံးန့ၣ်တၢ်အိၣ်အကံၢ်အစီလၢအိၣ် ဒီး heme ironအါအါလၢကိးနံၤဒဲးန့ၣ်အိၣ်ဒ် ထဲဟံၣ် ဖိယိဖိ ၂၁% ဒုၣ်ဇီၤ န့ၣ်လီၤ.



**တၢ်အိၣ်အိၣ်ကူကူလၢလၢ လၢတၢ်နီၤလီၤဝံၤလီၢ်ခံ အတၢ်လီၤဃုထံၣ်သ့ၣ်ညါ လါဒိၣ်စဲဘၢၣ် ၂၀၂၂**

ဖဲလါဒိၣ်စဲဘၢၣ် ၂၀၂၂ နံၣ်အပူၤန့ၣ်, တၢ်မၤဝဲတၢ်အိၣ်အိၣ်ကူကူ လၢ လၢ PDM လၢ ဒဲကဝီၤ(၉)ဖျါၣ်အပူၤဒီးဟံၣ်ဖိယိဖိ(၃၉၆)ဒုၣ် န့ၣ်လီၤပုၤ ဃုာ်လၢ တၢ် မၤအံၤအပူၤ



**၁၀၀%**

တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢ တၢ်သၢၣ်ဝံၤအိၣ်တစဲးတုၤလၢတအိၣ် ဘၣ်လၢအပူၤကွံာ် ၃၀ သီ



**ဟံၣ်ဖိယိဖိအတၢ်သၢၣ်ဝံၤလီၤဒီ နီၣ်ထီၣ် (HHS)**

ဟံၣ်ဖိယိဖိတၢ်သၢၣ်ဝံၤသၢၣ်စ့ၤနီၣ်ထီၣ် မ့ၢ်နီၣ်ထီၣ်ယိယိ ဖိတခါ(လၢအိၣ်ဒီးတၢ်သံကွံာ် ၆ ထံၣ်) လၢကထီၣ်ကွံာ်စီၤကွံာ် ဟံၣ်ဖိယိဖိအတၢ်သၢၣ်ဝံၤသၢၣ်စ့ၤအဂီၢ်, ဘၣ်တၢ် ဒုးအိၣ်ထီၣ်အီၤလီၤလီၤဆီဆီဒီးဘၣ်တၢ်စ့ၤကါအီၤလၢတၢ်လီၢ်ကိးတီၤဒဲးလၢကထီၣ်ကွံာ်တၢ်အဂီၢ်.တၢ်အစၢလၢ တၢ်မၤ န့ၣ်အီၤန့ၣ်, ဟံၣ်ဖျါထီၣ်ဟံၣ်ဖိယိဖိအပတီၢ်လၢအမ့ၢ် ဝဲ, တၢ်သၢၣ်ဝံၤအိၣ်တစဲးတုၤတအိၣ်နီၣ်တစဲး, တၢ်သၢၣ်ဝံၤဖဲကြၢၤ, မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်သၢၣ်ဝံၤနးနးကလံာ်.

**0 ဟံၣ်ဒုၣ်**

တၢ်သၢၣ်ဝံၤလီၤဒီဖဲကြၢၤ

**၀ ဟံၣ်ဒုၣ်**

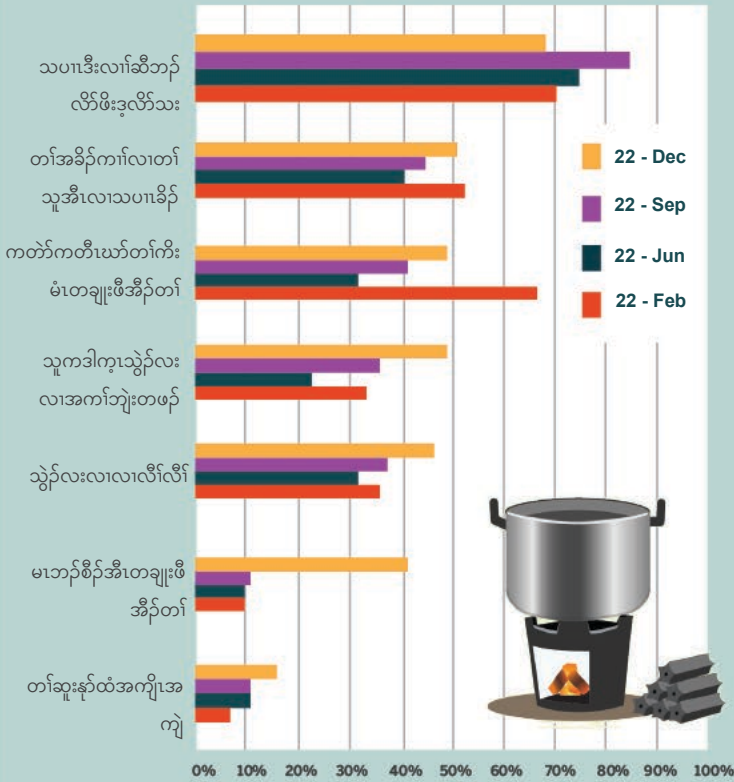
တၢ်သၢၣ်ဝံၤလီၤဒီနးနးကလံာ်တအိၣ်



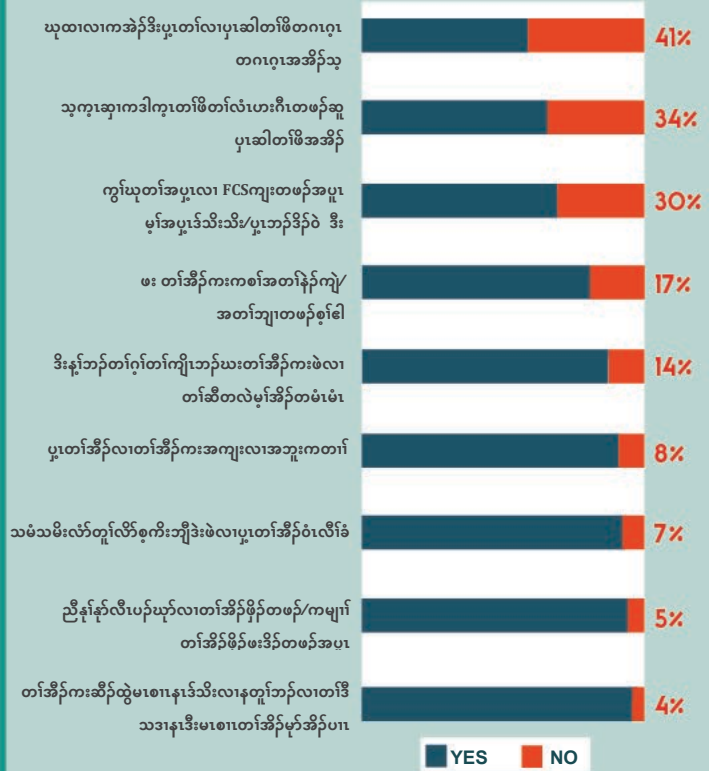
**တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၢက့ၤတၢ်အိၣ်လၢဖျါပူၤ အလုၢ်အပူၤဒီးအကံၢ်အစီတဖၣ်**

တၢ်အိၣ် ၁၁ ကရူၢ်လၢတၢ်အိၣ် ၁၆ ကရူၢ်အကျါန့ၣ်, အါတ က့ၢ် ဟံၣ်ဖိယိဖိ တဖၣ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢ အပူၤတဒိၣ်တဆံးဖဲ အကြၢၤဒီးတုၤလီၤဆူအပူၤဘၣ် ဝဲ (တၢ် ဟံၣ်ဖျါထီၣ်စ့ၤလၢတၢ်ပူၤဒိၣ်ဝဲလၢသၢလါအတီၢ်ပူၤ အံၤ ဟံၣ်ဖိယိဖိတဖၣ်အါတ က့ၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢ တၢ်အိၣ်တၢ်အီၤတဖၣ်လၢ'အပူၤဒိၣ်မး' မ့ၢ်ဝဲ သိအိၣ်/တၢ်သိ (၄၀%), ဟုးသး (၃၀ %)ဒီးတၢ်ဒိၣ် (၃၉%). တၢ်မၤန့ၣ်တၢ်အိၣ်ကံၢ်စီတဖၣ်လၢတၢ်စ့ၤကါဝဲတၢ်အိၣ် ကးတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်, ပုၤစ့ၤဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢတၢ်အိၣ် တဖၣ်မ့ၢ်တၢ် အိၣ်လၢအကံၢ်စီစ့ၤန့ၣ်လီၤ.

# တစ်စူးကါမှန်အူဆါသုတုလီတီအကျဲတဖန်



# တၢ်လူကွၢ်သမံသမိးကုတၢ်လဲအိာ်သကိးဟံာ်ဃီ တဖန်အတၢ်ဂုဇဲလၢာ်ဟံာ်ဃီ



# တၢ်ကွဲးကျါတံာ်

- တၢ်ဂုခိာ်သျှဲမိာ်ပုတၢ်လဲယုသျှဲ ညါအံအေ ပုတဖန်မုာ်
  - ဟံာ်ဖိဃီဖိလါအါတက့ၢ်ဟံာ်ဖျါထီာ်ညီန့ၢ်ဝဲလါတၢ်အိာ်လါဆီ လိာ်သးကလုာ်ကလုာ်လါ 'တူာ်လိာ်သ့' အီသ့ဒ်ညီန့ၢ်အသိးအိာ် ဝဲ(၉၃%)ဒ်လါတၢ်သံကွၢ် (၃) အသိး
  - ဟံာ်ဖိဃီဖိအါဒ်တၢ်တက့ၢ်ဟံာ်ဖျါထီာ်လါအပူမုာ်တၢ်လါအဘာ် ဒီးဖဲခၢာ်သး, ဘာ်ဆုာ်တၢ်ဖိတၢ်လဲလါတၢ်ဆိကမိာ်ဒီးအီလါ အမုာ် တၢ်လါအပူဒ်ခိာ်ဝဲမုာ်သိတၢ်သိတဖန်, ဟုသးဒီးတၢ်ဒိာ်တဖန်တၢ်လူ ကွၢ်သမံသမိးအဂၢတခါ ဘာ်ဃးတၢ်အိာ်ကးအလုာ်အပူလါစူးကါ တၢ်အိာ်န့ၢ်ဂါန့ၢ်ဘါအနီာ်ထီာ်တဖန်ဘာ်မၤအီဖဲအဆၢကတီာ်ခဲ အံန့ၢ်လီာ်
- တၢ်ဟံာ်ဖျါထီာ်လါဟံာ်ဖိဃီထီာ်ဝဲသ့စ့တအိာ်
  - တၢ်အိာ် ဒီးသျှဲလးအကါအစီမုာ်တၢ်လါအဂုဒီးဝဲ. (သျှဲလး ၉၈% ဒီးလါတၢ်အိာ်အဂီၢ်, ထဲဒ်ဟံာ်ဖိဃီဖိ ၉ ခုာ်ဟံာ်ဖျါ ထီာ် လါ ဆီဒ်အကါအစီစ့လါဒီးဟံာ်ဖိဃီဖိ ၇ ခုာ်လါ ဟုသးအကါ အစီစ့လါ)

- တၢ်အိာ်ကးလုာ်ပုတၢ်ဘာ်ဆဲးသူ အီ ဃာ် ၂၄သိာ်တၢ်ဟံာ်လါအီဒီးဒ်လါတၢ် ညီန့ၢ် မၤအ သိးသိးန့ၢ်တၢ်သူစုလါတၢ်ပု တၢ်အိာ် အဂီၢ် အါထီာ်ဝဲတုဆူ ၆၈၁ ဘာ်/တလါအ တီာ်ပု (၅၈၀ ဘာ်/တလါလါတၢ် သံ ကွၢ် ၃ အပူ)
- တၢ်စူးကါတၢ်ဖိအိာ်တၢ်အမုာ်အူဆုာ် တုလီတီလီအါကျဲကျဲဆဲးမုာ်ဒီးတၢ် လါအအါဝဲ (၈၈%).
  - တၢ်စူးကါသပာဒိာ်လါအဘာ်လိာ်သး ဒီးလါဆီန့ၢ်ဆဲးမုာ်ဒီးတၢ်လါတၢ်ဟံာ်ဖျါ ထီာ်ညီန့ၢ်အီလါအမုာ်တၢ်ဖိအိာ်တုအိာ် တၢ်လါအစူးကါမှန်အူဆုာ်တုလီတီ လီ (၇၃%)

- သိအိာ်, ဟုသးဒီးတၢ်ဒိာ်တဖန် ဘာ် တၢ်ထံာ်ဆိကမိာ်အီလါ 'အပူဒ်ခိာ်မး'

