



Sakura Global Holding Co., Ltd.

Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply
Department

中材（中央材料室）

に関して

Utsuka.Yeaung

(SGHC)

သုခ(သား)

Fostering Global Healthcare Professionals

国際医療プロフェッショナルの育成



メッセージ Message

様々なものが行きかう現代の情報化社会は、AIの登場などで劇的な進化を遂げています。そんな中で「ヘルスケア」は、人々の快適な生活を支えるため、変わらぬ価値を提供しています。松本財団は、次世代を担う国際医療プロフェッショナルの育成のために設立されました。国籍・民族・宗教等の壁を超えてその使命を全うしようとする国際医療プロフェッショナルは、多くの壁にぶつかる事が多いのが現実です。その障害をいかに乗り越えるかも大きな課題です。そのため松本財団は、ヘルスケア分野にとどまらず経済交流、人的交流、文化芸術交流を通じた広い分野での相互理解を進めてまいります。交流を通じた人と人との「絆」が実を結び、真の国際貢献がますます深化できることを祈念いたします。



代表理事

松本謙一



နိုင်ငံတစ်ကာ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်း

လူသားအရင်းအမြစ်

ပြုစုပျိုးထောင်ရေး

謝 辞

ကျေးဇူးတင်လွှာ

当講義の設定、準備及びご協力いただいた JICA の皆様
と

当校の関係者皆様

ဤသင်တန်း ကျင်းပနိုင်ရန် စီစဉ်အားပေး ကူညီကြသော ဂျိုက်ကာစင်တာမှ ပုဂ္ဂိုလ်များ
ဤကျောင်းတော်ကြီးမှ တာဝန်ကျ ပုဂ္ဂိုလ်များ

必要な資料と知識のご協力をいただいたサクラ精機国際事
業部の池田様、高橋様とその他のメンバー

လိုအပ်သော စာရွက်စာတမ်းနှင့် ဗဟုသုတကို မျှဝေပေးသော Sakura Seiki Co., Ltd.
International Division မှ Mr H.Ikeda, Mr H.Takahashi and other Members

その他、ご支援ご指導いただいた松本財団の松本会長

အစစအရာရာ နောက်ကွယ်မှ အားပေးအားမြှောက်ပြုလုပ်ပေးသော

Mr K.Matsumoto (Chairman of Matumoto Foundation)

ともに勉強していただく学生の皆様に

敬意を表し、感謝申し上げます。

နှင့်တစ်ကွ အတူတစ်ကွ လေ့လာသင်ယူကြမည့် သင်တန်းသူ သင်တန်းသားများကို

ကျေးဇူးအထူး တင်ရှိပါကြောင်း

目 次 (မာတိကာ)

なぜ、滅菌する必要がある？	အဘယ့်ကြောင့် ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ရန်လိုအပ်ပါသနည်း?	6
なぜ、滅菌するようになった？	အဘယ့်ကြောင့် ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ဖို့လုပ်လာသနည်း?	7
滅菌の初めは？	ပိုးမွှားများ ဖယ်ရှားသုတ်သင်ခြင်း အစ။	8
院内にて器材のながれ	ဆေးရုံအတွင်း ဆေးရုံသုံး ပစ္စည်းများ လည်ပတ်နေပုံ	10
中材室レイアウト	ပိုးသတ်ပေါင်းတင် ဌာနတွင်း နမူနာ ပုံစံ	14
洗浄	Washing	16
乾燥と滅菌	Drying And Sterilization	24
滅菌	Sterilization	28
滅菌と乾燥	Sterilization and Drying	40
EOG ガス滅菌器	EOG Sterilizer	44
滅菌確認テスト	Testing	50
Q & A		58
Q & A Of 2020/11/19 & 21/1/28 ME Lecture		66
滅菌に関する注意点	ကောင်းမွန်စွာ ပိုးသတ် ပေါင်းတင်နိုင်ရန်	69
院内感染	ဆေးရုံတွင်း ကူးဆက်မှု	73

なぜ、滅菌する必要がある？

အဘယ့်ကြောင့် ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ရန်

လိုအပ်ပါသနည်း?

၁) ပြင်ပလောကပြီးနှင့် တိုက်ရိုက်(သို့) သွယ်ဝိုက်၍ ထိတွေ့
နေသော ဒွါယ ကိုးပေါက်အပါအဝင် အရေပြား

၂) လေပြွန်၊ အစာလမ်းကြောင်း၊ အစာအိမ်နှင့် အဆုတ်

၃) ခံတွင်းဝ၊ အစာလမ်းကြောင်း၊ အစာအိမ်၊ အူသိမ်မှ အူမကြီး...

အစရှိသည့် အစိတ်အပိုင်းများတွင် ဘက်တီးရီးယား ပိုးမွှား အမျိုး

အစား များစွာ ရှိနေနိုင်သော်လည်း ၊ ဦးနှောက် ၊ ကြွက်သား နှင့်

အတွင်း ဇီဝပဋိပစ္စည်း များတွင် ပင်ကိုယ်သဘောအရ ပိုးများ

မရှိပါ။

**ထို့ကဲ့သို့ ပိုးမွှား မရှိသော ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းသို့ ပိုးမွှားများ
ကူးစက် မဝင်ရောက်စေရန် အတွက် အသုံးပြုပြီးသော ပစ္စည်း
များကို ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ရန်ရန် လိုအပ်ပါသည်။**

無菌だから

Credited to Mr.Ikeda(SSC/SGHC)

なぜ、滅菌するようになった？

အဘယ့်ကြောင့် ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ဖို့လုပ်လာသနည်း?

၁) ရှေးယွင်က ကူးစက်ရောဂါအကြောင်း တိတိကျကျ မသိစဉ်၊ လူ အမြောက်အမြား သေကြေပျက်စီးကြရသလို ၊ နတ်ဆိုးများ ကြောင့် ဖြစ်ရသည်ဟု ယုံကြည်ကာ နတ်ကိုပူဇော်ကြသည်များ လည်း ရှိခဲ့ပါသည်။

၂) ထို့အပြင် ၁၃ရာစုရှေ့ပိုင်းတွင် ဘာသာရေး အဖွဲ့အစည်းများ က လူသေ အလောင်းများအား ခွဲစိတ်ကြည့်ခြင်းကို ခွင့်မပြုခဲ့ ကြပေ။ နောက်ပိုင်းတွင်မူ အတတ်ပညာများ တိုးတက်လာစေ ရန် ရည်ရွယ်၍ လူသေအလောင်းများအား ခွဲစိတ်ခွင့် ပြုလာခဲ့ ကြပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ လေးလေး နက်နက် သိလာသိနှင့် အမျှ ရောဂါဝေဒနာဆိုသည်မှာ ပြင်ပနတ်ဆိုးများကြောင့် မဟုတ်ပဲ၊ လူခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာကြောင်း သိလာကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှ ပိုးမွှားများကို သုတ်သင် ဖယ်ရှားရန် လိုအပ်သည်ဟု တွေးခေါ်လာကြပါသည်။

C.
S.
S.
D

体内に菌をいれない、体外に菌を出さない

滅菌の初めは？

ပိုးမွှားများ ဖယ်ရှားသုတ်သင်ခြင်း အစ။

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှ ပိုးမွှားများကို သုတ်သင် ဖယ်ရှားရန် လိုအပ်ကြောင်း သိရှိလာသော်လည်း၊ ပိုးများမဝင် ရောက်ရန် မည်ကဲ့သို့ လုပ်ဆောင် သင့်သည့်ကိစ္စ တွေးတော၍ မရ နိုင်ကြသေးပေ။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၁၀၀ကျော်~၁၅၀ခန့် အထိ၊ သွေးများဖြင့် ပေကျံနေသော ကုတ်အင်္ကျီများ ၊ ဆေးရုံသုံး ခွဲစိတ် ဓါးများကို ထပ်ခါ တစ်လဲလဲ အသုံးပြုခဲ့ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ခွဲစိတ်ပြီး နောက် သေဆုံးသူက များပြားလာခဲ့ပါသည်။

၁၈၄၆ခုပိုင်းတွင် သားဖွားမီးယပ် ဆရာဝန် Dr. Semmel Weis ဆိုသူက သူ့အလုပ် လုပ်ကိုင်ရာ ဆေးရုံ ၂ရုံ အကြား မီးဖွားပြီး နောက်၊ ကူးစက်ရောဂါကြောင့် သေဆုံးသူအရေအတွက်များက မတူသည်ကို (၃၀%နှင့် ၃%) သတိထားမိလာရာမှစ၍ ကူးစက် ရောဂါ မပျံ့ပွားရန် ကာကွယ်နိုင်သော သဘောတရား ကို ရှာဖွေ တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုအကြောင်းကို သတိပြုမိလာရမှ

“ပိုးမွှားများကို ဖယ်ရှား သုတ်သင်ရန်အတွက် ဆရာဝန်နှင့် တစ်ကွ ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းများ လက်ကို စင်ကြယ်စွာ ဆေး ကြောရမည် ဟု အမိန့်ထုတ်ခဲ့ပါသည်”

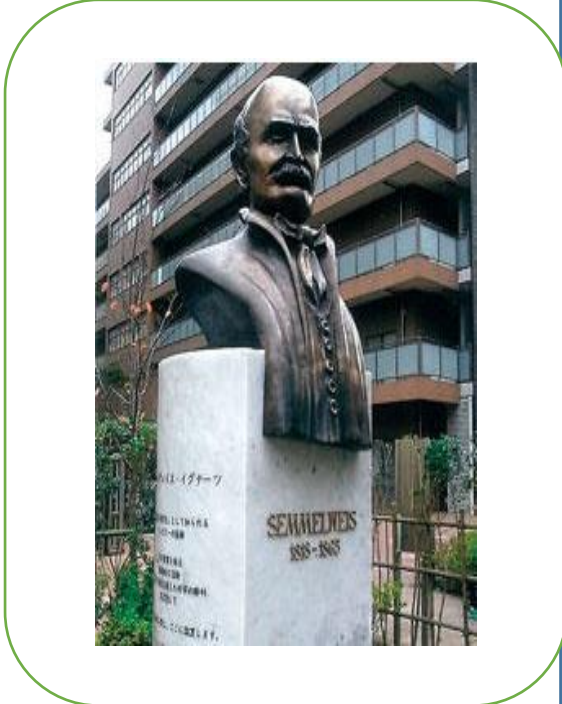
手洗い Credited to Mr.Ikeda(SSC/SGHC)



滅菌に気が付いたのはだれ！

၁၈၄၆ခုလောက်တွင်
ပိုးမွှားများကို သုတ်သင်ဖယ်ရှားရန်
ပထမဦးဆုံး

**ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းများရဲ့
လက်ကို စင်ကြယ်စွာ
ဆေး ကြောရမည်ဟု
အမိန့်ထုတ်ခဲ့သော**



Dr Semmel Weis သည် ထိုခေတ်ထိုအခါက အများက
လက်မခံနိုင်သော အတွေးအခေါ်နှင့် လုပ်ဆောင်မှုများ
ကို လုပ်ဆောင်သည်ဟု ဆေးလောကမှ ကျဉ်ထားခြင်း
ခံခဲ့ရသည်ဟု သူ့ရဲ့ အတ္ထုပ္ပတ္တိမှာ တွေ့ရပါသည်။

Dr Semmelweis

(born July 1, 1818, Buda, Hungary, Austrian Empire [now Budapest, Hungary]—died August 13, 1865, Vienna, Austria),

Credited to Mr.Ikeda(SSC/SGHC)

院内にて器材のながれ

ဆေးရုံအတွင်း ဆေးရုံသုံး ပစ္စည်းများ လည်ပတ်နေပုံ



C.
S.
S.
D

Credited to Mr.Ikeda(SSC/SGHC)

သန့်ရှင်းမှု စီမံခြင်းဆိုင်ရာ အဆင့်



သန့်ရှင်းမှု အဆင့်	အမည်	သက်ဆိုင်ရာဌာန (ဥပမာ)
I	အဆင့်မြင့် သန့်ရှင်းမှု ဧရိယာ	Bio Cleaning OP, ကူးစက်ရောဂါလူနာဆောင်
II	သန့်ရှင်းမှု ဧရိယာ	ပိုးမွဲရောဂါဆေးဝါးဌာန။ သာမန် ခွဲစိတ်ခန်း၊ ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ဌာန
III	စံသန့်ရှင်းမှု ဧရိယာ	ICU, CCU, NICU, သားဖွားစဆောင်၊ ခွဲစိတ်ခန်း လက်ဆေးဧရိယာ
IV	သာမန် သန့်ရှင်းမှု ဧရိယာ	သာမန်လူနာဆောင်၊ ဆေးစစ်ဌာန၊ စောင့်ဆိုင်းခန်း၊ မွေးကင်းစကလေးခန်း၊ ကျောက်ကပ်ဆေးခန်း
V	ကူးစက်မှု ကာကွယ်ရန် ဧရိယာ ပျံ့နှံ့မှု တားမြစ် ဧရိယာ	ရောဂါပိုးမွှားရှာဖွေရေး၊ လေတွင်းကူးဆက်မှု ခွဲခြားဆောင်၊ လူသေကောင် ခွဲစိတ်ခန်း၊ လူနာရေသန့်စင်ခန်း၊ အညစ်အကြေး သန့်စင်ခန်း၊ ရေခဲတိုက်၊ အသုံးပြုပြီး ချည်ထည်ထားရာအခန်း

20

C.
S.
S.
D

ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ဌာန၏ စွမ်းဆောင်မှုနှင့် တာဝန်



1. ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ဌာန၏ စွမ်းဆောင်မှု
 ○ လူနာအတွက် သီးဆောင်ရမည့် ပစ္စည်းကိရိယာများကို သင့်တော်သော လုပ်ဆောင်မှုများ ပြုလုပ်၍ ယင်းပစ္စည်းများအား အသုံးချမည့် ဌာနသို့ ပြည့်စုံပေးခြင်း
2. ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ဌာန၏ တာဝန်
 ○ ဆေးရုံသုံး ပစ္စည်းများကို စောင့်ရှောက်ထိမ်းသိမ်း ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ပေးခြင်း၊ လိုအပ်သော ဌာနသို့ ဝေငှပေးခြင်း
 ○ အသုံးပြုပြီးသော ဆေးရုံသုံး ပစ္စည်းများ ကို ပြန်လည် စုစည်းခြင်း
 ○ ကူးဆက်ရောဂါ ပျံ့ပွားမှုအတွက် ကူညီ၊ အကြံပေး၊ ညွှန်ကြားခြင်း

2

Credited to Mr.Ikeda(SSC/SGHC)

滅菌

Sterilization

- ▶ To kill or eliminate all forms of microbes including spore forms.

ကူးစက်ရောဂါပိုး ဖြစ်ခြင်း/မဖြစ်ခြင်းနှင့်မဆိုင်၊ မည်သည့် ဗက်တီးရီးယား အဏုဇီဝ ပိုးမျိုးမဆို လုံးဝဥသို့ သုတ်သင် ဖယ်ရှားခြင်း

- ▶ ပိုးကင်းစင်မှု ၉၉.၉၉၉၉ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ပိုးသပ် ပေါင်းတင်ခြင်း

C.
S.
S.
D

回收

Collection



အသုံးပြုပြီးသော ပစ္စည်းများကို ပိုးသတ်
ပေါင်းတင်ဌာနသို့ ပြန်လည် ပို့ဆောင်ရာတွင်
လုံခြုံစွာ သယ်ဆောင်ရန် အရေးကြီးပါသည်။
သို့မဟုတ်ပါက ဆေးရုံသည် ဆေးကုသရာဌာနမှ

ရောဂါပိုးများ ဝေငှနေသော ဌာနကြီး ဖြစ်သွားနိုင်ပေသည်။

ပုံပါ လက်တွန်းလှည်းများ

မရှိသည့်အခါ ၊ အလုံပိတ်ပုံးများဖြင့် သယ်ယူဆောင်
သင့်ပေသည်။



ထို့အပြင် အသုံးပြုပြီးသော လက်တွန်းလှည်းများ၊ ပုံးများကို အချိန်
ကာလ သပ်မှတ်၍ ဆေးကြော သန့်ရှင်းရေး လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။

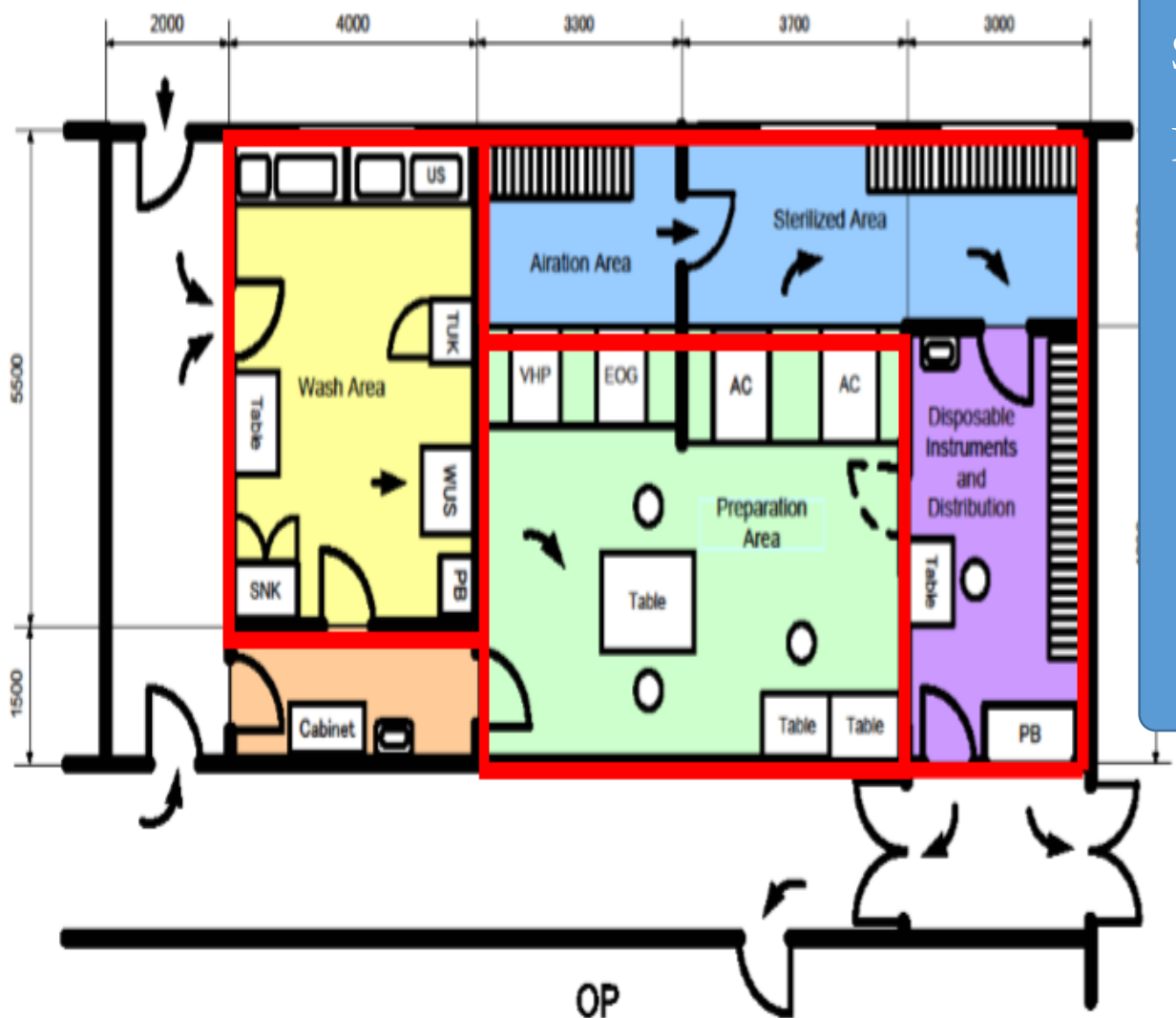
C.
S.
S.
D

中材室レイアウト

C.S.S.D Area

ပိုးသတ်ပေါင်းတင် ဌာနတွင်း နမူနာ ပုံစံ

- ▶ အခြေခံအားဖြင့် Washing Area
- ▶ ပြင်ဆင် ထုပ်ပိုးရာနေရာ Preparation Area
- ▶ ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ရာ နေရာ Sterilization Area



C.
S.
S.
D

Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply

Department

洗淨 Washing

W
A
S
H
I
N
G

洗淨する前に . . .

ပေါင်းတင် ပစ္စည်းများ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာသောအခါ၊
ပထမဦးဆုံး ပြုလုပ်ရမည်မှာ ပြန်လည်ရောက်ရှိလာသော
ပစ္စည်း ပမာဏ စာရင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုသော သက်ဆိုင်ရာ ဌာနတွင် စိစစ်ပြီး
ဖြစ်သော်လည်း မိမိတို့ C.S.S.D ဌာနတွင် ပြန်လည်ရေတွက်
စိစစ်ခြင်းဖြင့် Medical Accident ကို လျှင်မြန်စွာ ဖြေရှင်း
နိုင်မည် ဖြစ်ပေသည်။

器材の確認

なぜ洗淨する？

သွေးများ၊ အဆီ အခဲများသည် အချိန်ကြာမြင့်စွာ ခြောက်ကပ်ခဲ့၍ ပိုးသပ်ပေါင်းတင် ပစ္စည်းများ၏ မျက်နှာပြင်တွင် တွယ်ကပ်သွားသောအခါ၊ ဖယ်ရှားရန် ခက်ခဲပေသည်။

ထိုအခါ ပိုးသပ်ပေါင်းမှု စွမ်းအား ကျဆင်း သွားလေသည်။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော ခဲနေသော မျက်နှာပြင်အောက်ရှိ ဘက်တီးရီးယားပိုးမွှားများကို သုတ်သင်ဖျက်စီးရန် အလွန် တစ်ရာမှ ခက်ခဲသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။



ဆေးကြော ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် အညစ်အကြေး ပိုးမွှားများကို အပိုးပေါင်းများစွာ လျှော့ချနိုင်ပေသည်။

菌の数を減らすため

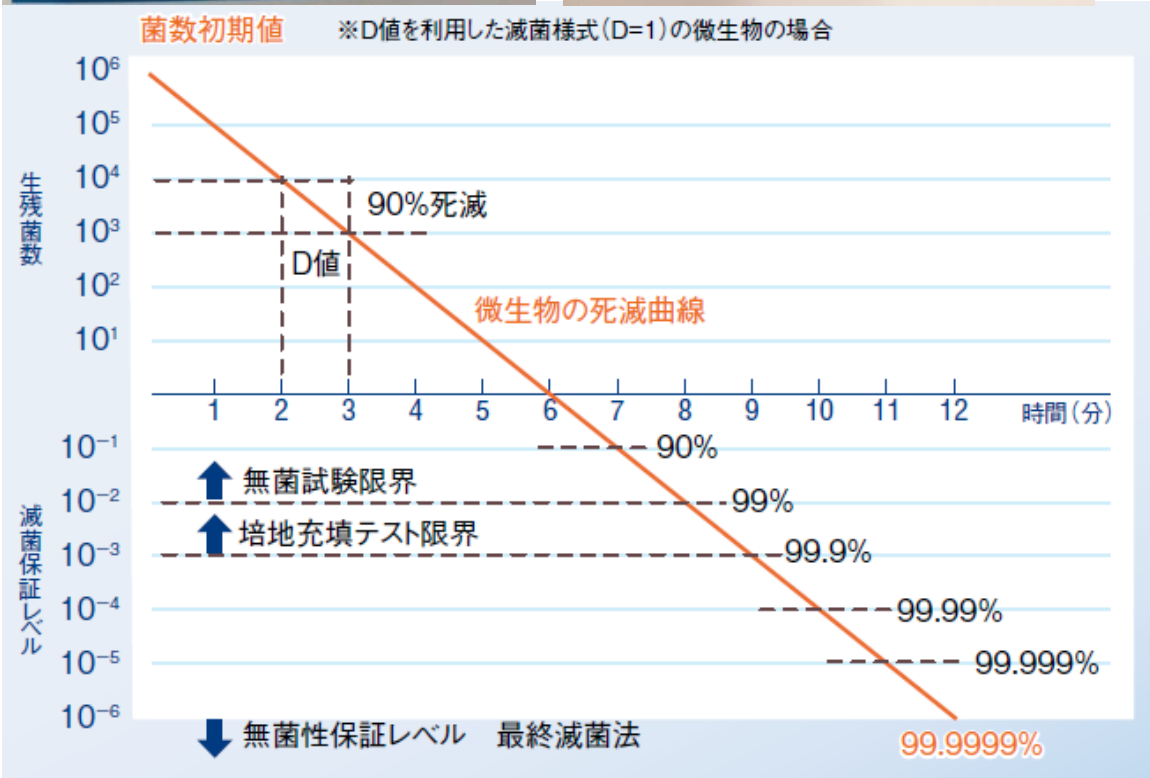
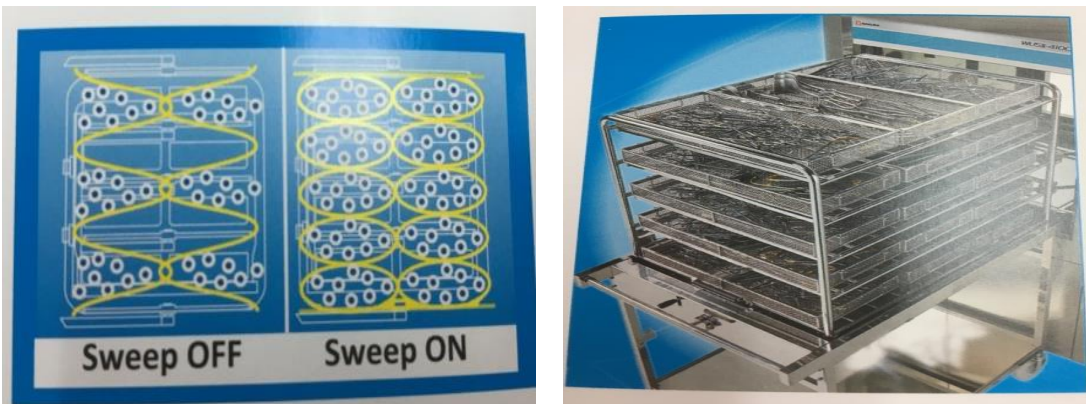
なぜ洗浄が重要？

အဘယ့်ကြောင့် ဆေးကြောခြင်းက အရေးကြီး ပါသနည်း?

ကောင်းစွာ ဆေးကြောထားသော ပစ္စည်းများသည်

အောက်ဖော်ပြပါ ဇယားကဲ့သို့ (ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ချိန်

အချိန်တိုတိုဖြင့်) ပိုးသတ်နိုင်စွမ်းကို မြင့်တင်နိုင်ပါသည်။



菌の性能を高めるため

滅菌方法はいくつある？

ဆေးကြောနည်း ဘယ်နှစ်မျိုး ရှိပါသလဲ?

ယေဘုယျအားဖြင့် ဆေးကြောနည်း ၂ နည်းရှိသည်ဟု ဆိုနိုင်ပေသည်။

With Hand (Manual)



(စိမ်၍ဆေးခြင်း 浸漬洗浄)



With Machine (Semi / Fully Automatic)



(ရေဆေးပေါင်းတင်စက် ウォッシュャーステライザー・

ဂျက်ဝါရှာ ဆေးကြော ジェット式洗浄・အာထရာဆောင်း ဆေးကြောစက် 超音波洗浄)

基本的に 2 種類

様々な洗浄機

Washing Units

Ultrasonic Cleaner

Jet Washer

ဆေးကြောလိုသော ပစ္စည်းများအပေါ် မူတည်၍
အောက်ပါကဲ့သို့ စက်အမျိုးမျိုး ရှိပါသည်။

မှန်ပြောင်းပြန် ဆေးကြောသော အော်တိုမက်တစ် ဂျက်ဝါရှာ

အာထရာဆောင်း ဆေးကြောစက်



အော်တိုမက်တစ် ရွေ့လျား ဂျက်ဝါရှာ အာထရာဆောင်း ဆေးကြောစက်



လက်ဖြင့်ဆေးကြောသောနေရာ



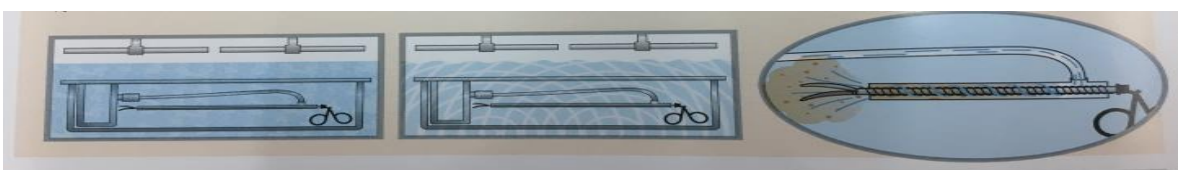
W
A
S
H
I
N
G

(ゴム、プラスチック)管の洗浄

ရာဘာပိုက်၊ ပလတ်စတစ်ပိုက်များ သည် သေးသွယ် ရှည်လျားသောကြောင့် **ဂျက်ဝါရှာ**ကဲ့သို့ စက်များကို အသုံးပြုရာတွင် ပြင်ပ အညစ်အကြေးများကို သန့်ရှင်းအောင် ပြုလုပ်နိုင်သော်လည်း ပိုက်တွင်းရှိ အညစ်အကြေးများကိုမူ သန့်ရှင်းရန်ခက်ခဲပေသည်။ တစ်ချို့သော ဆေးရုံများတွင်မူ Ultrasonic Cleaner ကို အသုံးပြုဆေးကြောကြပါသည်။

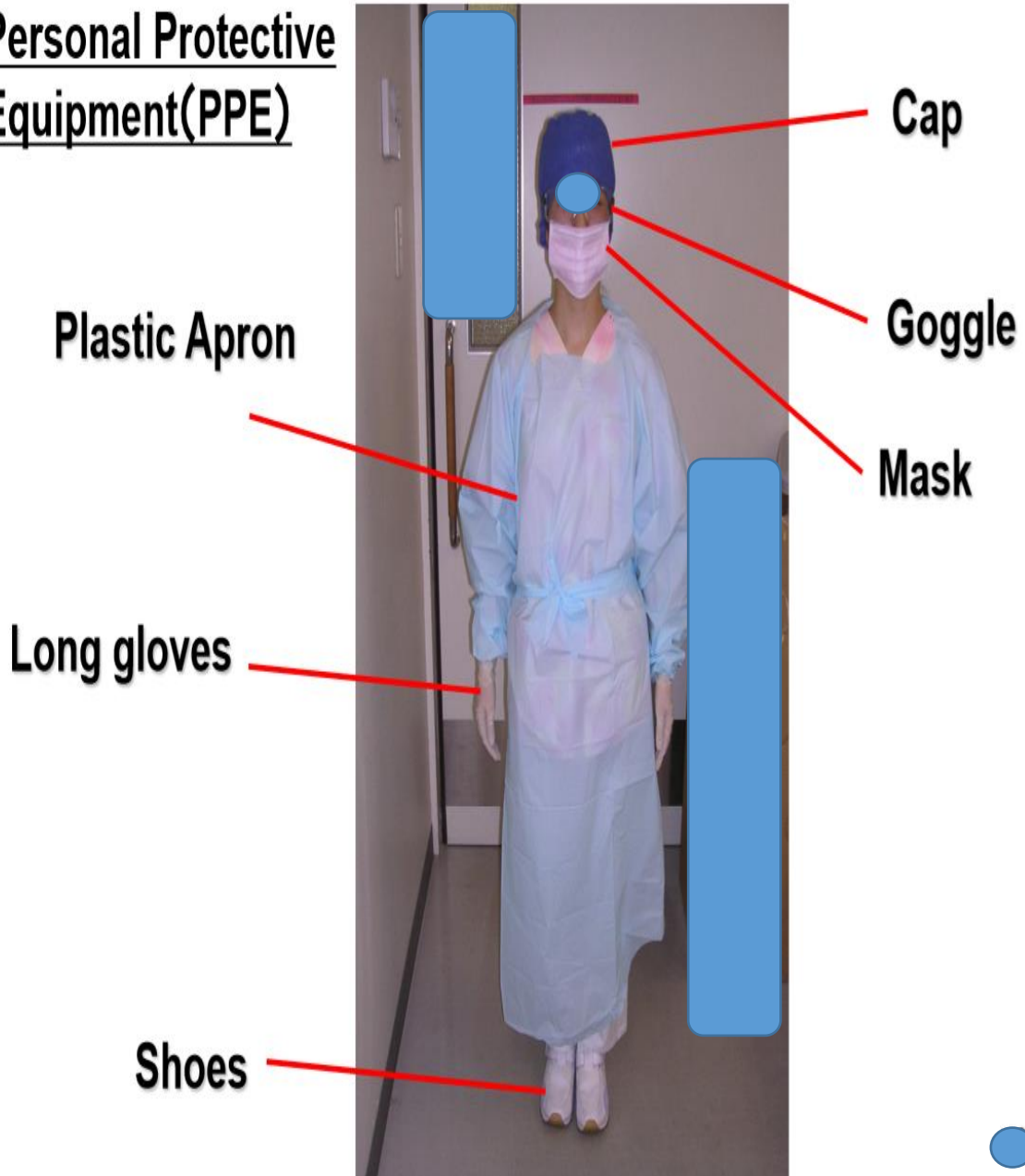


သေးသွယ်သော ပိုက်များအတွင်း လေများ၊ ခိုအောင်းနေတတ်ပါ၍ စက်အတွင်းသို့ ပိုက်များထည့်ရာတွင် အလွန်မှ ဂရုပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။ တစ်ချို့သော ဆေးရုံများတွင်မူ အောက်ပါကဲ့သို့သော ပြွန်များကို သီးသန့်ဆေးကြောသော စက်များကို အသုံးပြုကြပါသည်။



ဝန်ထမ်းများကို ရောဂါ မကူးစက်စေရန်
ကြိုတင် ကာကွယ်ခြင်း

Personal Protective
Equipment(PPE)



W
A
S
H
I
N
G

守りましょう！ご自分の身を

Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply
Department

乾燥と滅菌

乾燥と滅菌

Drying and Sterilization

ဤအခန်းတွင် ဆိုလိုသော အခြောက်ခြင်းသည် ဆေးကြောပြီးသော ပစ္စည်းများကို အခြောက်ခံခြင်းကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

ဤအခန်းတွင် ဆိုလိုသော ပိုးသတ်ခြင်းသည်

- ▶ ပိုးကင်းစင်မှု ၉၉.၉၉၉၉ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ပိုးသပ်ပေါင်းတင်ခြင်း

ကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

洗淨後、滅菌前の乾燥と滅菌とは・・・

滅菌について重要な様子

ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ရန် လိုအပ်သော အချက်များ

- | | |
|-----------------------|------------|
| 1, Heat (Temperature) | အပူချိန် |
| 2, Humidity | ရေငွေ့ဓါတ် |
| 3, Time | အချိန် |

အထက်ပါ အကြောင်းအရာများ သည် ဘက်တီးရီးယား ပိုးမွှားများ ကို လုံးဝ ပြန်လည် ရှင်သန်လာခြင်းမရှိစေရန် ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ရာတွင် အလွန်မှအရေးကြီးသော အချက်များ ဖြစ်ပါသည်။

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဘက်တီးရီးယားသည် ပရိုတိန်းများဖြင့် ဖွဲ့စည်း တည်ဆောက်ထားသောကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

濡れている器材の滅菌は？

သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောထားသောလည်း စိုစွတ်နေသော ဆေးရုံသုံးပစ္စည်းများကို ပိုးသတ်ပေါင်းတင်အိုးဖြင့် လုံးဝဥသု ပိုးသတ်ပေါင်းတင် နိုင်ပါသလား?

✘ မရပါ။

(သို့)

▲ မရနိုင်ပါ

(သို့)

○ အပြည့်အဝ ပိုးသတ်ထားသည် ဟု မဆိုနိုင်ပါ။

<b style="color: red;">Hi-Pressure Steam Sterilizer	✘ ▲ ○
<b style="color: red;">Low-Temperature	✘

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော ပိုးသတ်မည့် ပစ္စည်းများပေါ်တွင် တင်ရှိနေသည့် စိုစွတ်နေသော ရေဓါတ်သည် ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ရန် လိုအပ်သော ရေငွေ့ဓါတ် မဟုတ်သောကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

Water is not Humidity

完ぺきに滅菌できていない。

よく使われている乾燥機と滅菌機

ကျန်းမာရေး ဌာနများတွင် လက်တွေ့အသုံးပြုနေသော

Drying စက်များနှင့်

Sterilizer စက်များ



Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply

Department

滅菌 Sterilization

重要な目的

အဓိက တင်ပြသွားမည့် အချက်များ

၁။ ပေါင်းတင် ပိုးသတ်ခြင်းကို ပိုမို သိရှိနားလည်စေခြင်း

Deeping understanding on sterilization.

滅菌についての理解

၂။ ပြန်လည်သုံးစွဲသော ပစ္စည်းများကြောင့် ဆေးရုံတွင်း ရောဂါပိုး
မကူးစက်ရန် ကာကွယ်ခြင်း

Infections management control for Hospital Nosocomial.

院内感染防止

၃။ ပေါင်းတင် ပိုးသတ်စက်၏ သဘောသဘာဝ၊ နည်းလမ်းများကို
ပိုမို သိကျွမ်းစေခြင်း

Deeping understanding on Sterilizer structure,

Sterilization method and Machine.

滅菌器についての理解

院内で使用している製品

ဆေးရုံသုံး ပစ္စည်းများကို သာမန်အားဖြင့် နှစ်မျိုး နှစ်စား ခွဲခြားထားပါသည်။

၁။ ဆေးကြောပေါင်းသင်ပြီး ပြန်လည်သုံးသော

Sterile Products



၂။ တစ်ခါသုံး ပစ္စည်း အမျိုးအစား

Disposal Product



院内にて器材のながれ

ဆေးရုံအတွင်း ဆေးရုံသုံး ပစ္စည်းများ လည်ပတ်နေပုံ

ပိုးသတ်ပေါင်းတင် ဌာန

Central Sterile Supply Department

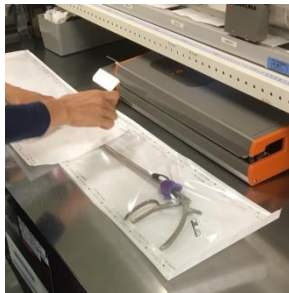


ပြန်လည်စုစည်းခြင်း



ဆေးကြောခြင်း

ထုတ်ပိုးခြင်း



ပေါင်းတင်

ပိုးသတ်ခြင်း



သုံးစွဲခြင်း



ပြန်လည်သုံးဆွဲရန်

သိမ်းဆည်းပေးခြင်း



滅菌

Sterilization

ဤအခန်းတွင် ဆိုလိုသော ပိုးသတ်ခြင်း Sterilization Process ဆိုသည်မှာ

- ▶ ပိုးကင်းစင်မှု ၉၉.၉၉၉၉ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ပိုးသပ်ပေါင်းတင်ခြင်း

ကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

ဂျပန် ဆေးဥပဒေ သပ်မှတ်ချက်အရ

ပိုးသတ်ပေါင်းတင်

ခြင်းသည် ဘက်တီးရီးယား အဏုဇီဝ ပိုးများ ရှိနေနိုင်မည့် အလားအလာသည် ဆယ်သိန်းပုံ တစ်ပုံအောက် ရှိရမည့် (SAL : Sterility Assurance Level) အထိ ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ခြင်းကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

滅菌について重要な様子

ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ရန် လိုအပ်သော အချက်များ

- 1, Heat (Temperature) အပူချိန်
- 2, Humidity ရေငွေ့ဓါတ်
- 3, Time အချိန်

အထက်ပါ အကြောင်းအရာများသည် ဘက်တီးရီးယား ပိုးမွှားများကို လုံးဝ ပြန်လည် ရှင်သန်လာခြင်းမရှိရန် ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ရာတွင် အလွန်တစ်ရာ မှ အရေးကြီးသော အချက်များ ဖြစ်ပါသည်။

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ဘက်တီးရီးယားသည် ပရိုတိုဇွန်များဖြင့် ဖွဲ့စည်း တည်ဆောက် ထားသောကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

各滅菌方法について必要な内容

ပိုးသတ်ပေါင်းတင်မှုအတွက် လိုအပ်သော အချက်များ

蒸気

ရေခွေးငွေ့ကို အသုံးပြုခြင်း

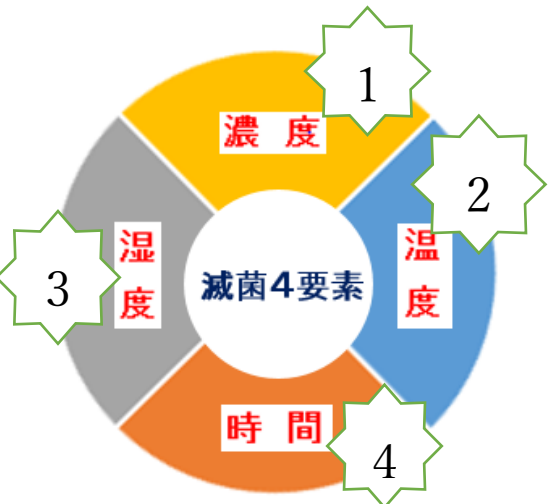
- 1, Heat (Temperature) အပူချိန်
- 2, Humidity ရေငွေ့ဓာတ်
- 3, Time အချိန်



ガス

ဓာတ်ငွေ့ကို အသုံးပြုခြင်း

- 1, Density ဓာတ်ငွေ့ သိပ်
- 2, Heat (Temperature) အပူချိန်
- 3, Humidity ရေငွေ့ဓာတ်
- 4, Time အချိန်



ထို့အပြင် သင့်တော်သော ပမာဏကို မှန်ကန်စွာ ထားသို့ ထည့်ရပါမည်။
 ပေါင်းအိုးတွင်းရှိ လေကို ကုန်စင်အောင် စုတ်ထုပ်သင့်ပါသည်။
 ပြည့်ဝကောင်းမွန်သော ရေခွေးငွေ့ကို အသုံးပြုသင့်ပါသည်။

滅菌器の選択

မှန်ကန်သော ပိုးသတ်ပေါင်းတင်စက်ကို ရွေးချယ်ခြင်း

မိမိ ပိုးသတ်ပေါင်းတင်လိုသော ပစ္စည်း၏

Temperature ခံနိုင်မှုကို အဓိကထား ရွေးချယ်ရပါမည်။

မြင့်မားသော အပူချိန်ကို ခံနိုင်သည့်

သတ္တု၊ ချည်ထည်များကို

Hi Pressure Steam Sterilizer

အပူချိန်ဒဏ်မခံနိုင်သော

ရာဘာ၊ ပလတ်စတစ် ပစ္စည်းများအတွက်

Low Temperature Sterilizer

滅菌物、温度

各滅菌方法と

● Feature of each sterilization method

Main Methods	Main Objects	Advantages	Disadvantages
High-pressure steam sterilization	Wide range of objects resisting high temperature and high humidity. (30min. at 115°C, 20min. at 121°C, 15min. at 126°C)	<input type="checkbox"/> Short operating time <input type="checkbox"/> Low cost <input type="checkbox"/> High reliability	■ Not applicable to objects sensitive to heat, humidity and pressure
Dry-heat sterilization	Glassware, ointment, powder	<input type="checkbox"/> Sterilizable in dry state <input type="checkbox"/> No pressure change	■ Not applicable to heat-sensitive objects ■ Long operating time
Ethylene oxide gas sterilization	Rubber product, plastic product, optical apparatus (e.g.: endoscope, catheter, artificial blood vessel)	<input type="checkbox"/> Sterilizable at low temperature <input type="checkbox"/> High permeability	■ Poisonous, explosive ■ Long operating time ■ Sterilant costly
Hydrogen peroxide gas plasma sterilization	Wide range of objects including plastic product, precision tool (not applicable to liquid, powder, cellulose including paper, linen)	<input type="checkbox"/> Sterilizable at low temperature and low humidity <input type="checkbox"/> Short operating time	■ Type of object limited (as shown in the left)
Formaldehyde gas sterilization	ME equipment, optical apparatus	<input type="checkbox"/> Sterilizable at low temperature <input type="checkbox"/> Good corrosion resistance	■ Poisonous ■ Long operating time
Boiling sterilization	Wide range of objects resisting high temperature and high humidity.	<input type="checkbox"/> Stable effect available <input type="checkbox"/> Low cost	■ Not applicable to heat-sensitive objects ■ Spores alive

Credited to Mr.Hosogi(SSC)

滅菌器の選択

မှန်ကန်သော ပိုးသတ်ပေါင်းတင်စက်ကို ရွေးချယ်ခြင်း

မိမိ ကျန်းမာရေးဌာနရဲ့ အမျိုးအစားနှင့် အရွယ်အစား
ကိုလိုက်၍ ရွေးချယ်ရပါမည်။

ခံတွင်း ကုသစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် ၊ Small Clinicများသည်

Tabletop Autoclave



Lab ဌာနများတွင် Vertical Type



Hospital ကြီးများတွင် Horizontal Type



施設の種類 & 規模

(Hot Air) Dry Heat Sterilizer

ပူနွေးခြောက်သွေ့သော လေပူဖြင့်

ပိုးသတ်ပေါင်းတင်သော နည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။

လျှပ်စစ်အိုဗင် ပုံစံဖြစ်သော်လည်း ပေါင်းအိုးအတွင်းရှိ အပူချိန်ကို သပ်မှတ်ထားသော အချိန်အတွင်း တည်ငြိမ် မပြောင်းလဲပဲ ရှိနေစေရန် စီစဉ်ထားနိုင်ပါသည်။

အထူးသဖြင့် အပူဒဏ်ခံနိုင်သော ဖန်ထည်၊ သံလိုက်၊ သံအစရှိသည့် ရေဓါတ်ကို အသုံးမပြုလိုသော ပစ္စည်းများ၊ အဆီများ၊ စမ်းသပ်ဆဲ ဆေးများ၊ အစိုင်အခဲဆေးများကို ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ရာတွင် အသုံးပြုပါသည်။

အသုံးပြုသော အပူချိန်အပေါ်မူတည်၍ နာရီဝက်မှ ၅ နာရီခန့် အထိ ပိုးသတ် ပေါင်းတင်ကြပါသည်။

၁၈၀ မှ ၂၀၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် ၀.၅ မှ ၁ နာရီ

၁၆၀ မှ ၁၇၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် ၂ မှ ၄ နာရီ

၁၃၅ မှ ၁၄၅ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် ၃ မှ ၅ နာရီ

တစ်ခါတစ်ရံ အပူဒဏ်မခံနိုင်သော ဆေးရည်များကို ၃ မိနစ်ခန့်

(၁၃၄ မှ ၁၃၈ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်) အသုံးပြုကြပါသည်။

滅菌機に滅菌物を

インストールすれば滅菌できる？

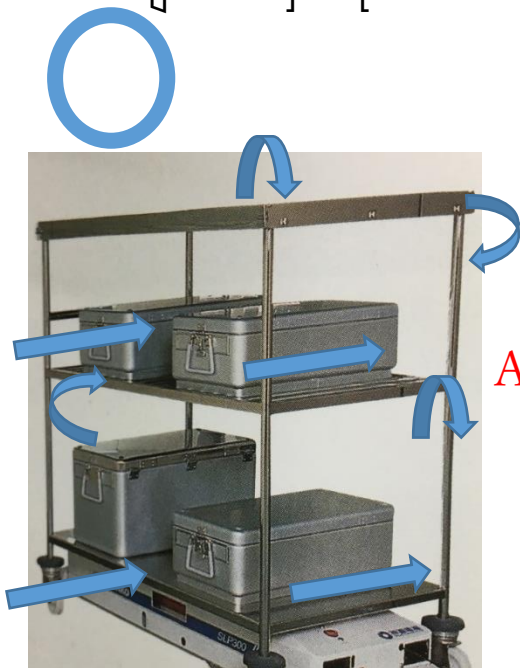
ပိုးသတ်ပေါင်းတင် ပေါင်းအိုးအတွင်းသို့

ပေါင်းတင်လိုသော ပစ္စည်းကို ထည့်ရုံဖြင့် ပိုးသတ်

ပေါင်းတင် နိုင်ပါသလား?

မည်သည့် ပေါင်းတင်နည်း ဖြစ်စေကာမူ ပေါင်းတင်လိုသော ပစ္စည်းများ၏ မျက်နှာပြင်ပေါ်သို့ ရေနွေးငွေ့၊ ဂတ်စ်၊ လေပူ များကို တတ်နိုင်သမျှ ထိတွေ့ နိုင်စေရန် စီစဉ် ရပါမည်။

အကယ်၍ ပေါင်းတင်အိုးအတွင်းသို့ ပစ္စည်းများကို စုပြုံထည့်ထားသော အခါ အတွင်းပိုင်းမှ ပစ္စည်းများကို ရာနုံးပြည့် ပိုးသတ်ပေါင်းတင်နိုင်သည် ဟု တစ်ထစ်ချ မသပ်မှတ်နိုင်ပါ။



Air Way



Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply

Department

滅菌と乾燥

滅菌と乾燥

Sterilization and Drying

ဤအခန်းတွင် ဆိုလိုသော ပိုးသတ်ခြင်းသည်

- ▶ ပိုးကင်းစင်မှု ၉၉.၉၉၉၉ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ပိုးသပ်ပေါင်းတင်ခြင်း

ကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

ဤအခန်းတွင် ဆိုလိုသော အခြောက်ခြင်းသည် ပိုးသတ်ပေါင်းတင်

Processing လုပ်ဆောင်မှု အတွင်း ပစ္စည်းများကို အခြောက်ခံသည့် လုပ်ဆောင်မှုကို ရည်ညွှန်းသည်။

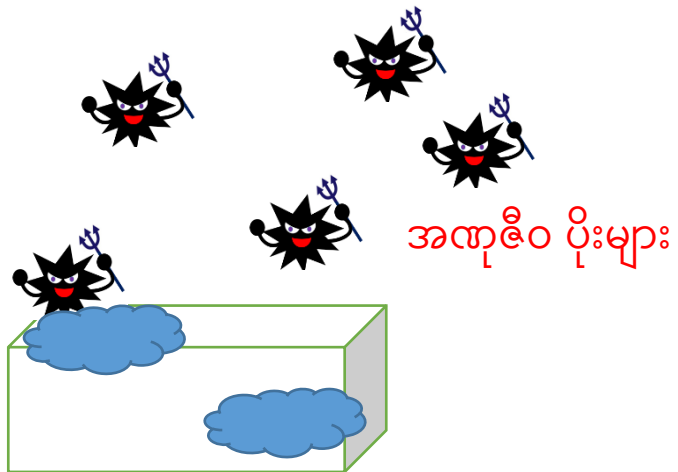
洗浄後、滅菌前の乾燥と滅菌とは・・・

なぜ、滅菌工程後の乾燥は大事？

Why need to dry after sterilization?

ပိုးသတ်ပေါင်းတင် အဆင့် ပြီးသွားသောအခါ၊ ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများ
ခြောက်သွေ့နေစေရန် လိုအပ်၊ အရေးကြီးပါသနည်း?

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော စိုစွတ်နေသော နေရာမှတစ်ဆင့် အခန်းတွင်း
ရှိသော အဏုဇီဝ ပိုးများ တွယ်ကပ်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။



စိုစွတ်နေသော ပေါင်းတင်ပြီး ပစ္စည်း

*ရေစိုနေသော ပေါင်းတင်ပစ္စည်းအား အညစ်အကြေး ပစ္စည်းအဖြစ်
သပ်မှတ်သည်။

*滅菌しても濡れているものは汚れ物とみなす。

滅菌物が濡れている原因

ပိုးသပ်ပေါင်းတင်လုပ်ငန်း ပြီးဆုံးသော်လည်း

အဘယ့်ကြောင့် ပေါင်းတင် ပစ္စည်းများ

မခြောက်သွေ့ရသနည်း?

Dry Function မပါရှိသော်လည်းကောင်း၊

ပါသော်လည်း ကောင်းစွာ အလုပ်မလုပ်ခြင်း၊

Dry Process အချိန်က တိုတောင်းခြင်းများအပြင်....

Chamber အတွင်း ရေဓါတ်များပြားနေခြင်းကြောင့်လည်း

ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဤသို့ ရေဓါတ်များနေရခြင်းမှာ ပြည့်ဝသော

ကောင်းမွန်သော Humidity မဟုတ်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

Boiler, Water Quality များ မကောင်းသောကြောင့်ဟု

မှတ်ချက်ချ စစ်ဆေးသင့်သလို၊ စိုစွတ်နေသော ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများကို ပေါင်းတင်ခဲ့သလား ? ဟု သံသယ ဖြစ်ရန်လည်း လိုအပ်ပေသည်။

Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply
Department

EOG ガス滅菌器

なぜガス滅菌器をつかう？

ဂတ်စ် ဓါတ်ငွေ့ကို ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများ အကြား
ဖြတ်သန်းစေခြင်းသော ပိုးသတ်ပေါင်းတင်နည်း ဖြစ်ပါသည်။

မြင့်မားသော အပူချိန်ဒဏ်ကို မခံနိုင်သည့် ရာဘာ၊ ပလတ်စတစ်၊
Optical Apparatus ပစ္စည်းများကို ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ရာတွင် သုံးပါသည်။

၆၀ ဒီဂရီသာသာ အပူချိန်ကိုသုံးသော်လည်း ရေနွေးငွေ့ကို အသုံး
ပြုသော နည်းထက် အချိန်/ငွေကြေး များကို အသုံးပြုရပါသည်။
ထို့အပြင် ကျန်ရှိနေသော ဂတ်စ်ကို ဖယ်ထုတ်ရန်မှာလည်း အရေး

ကြီးပေသည်။ ထို့ကြောင့် EOG အစား၊ တစ်ခြားနည်းလမ်းများကို
အသုံးချလာကြပါသည်။

ဥရောပတိုက်ရှိ တိုင်းပြည်များသည် အသုံးပြုသူ၏ ကျန်းမာရေး
ဝန်ထမ်းများ၏ အသက်အန္တရာယ်နှင့် ကျန်းမာရေးထိခိုက်မှုများ

ရှိနိုင်ပါသောကြောင့်၊ စက်ကို အသုံးပြုနေစဉ် CSSD အခန်းပြင်ပမှ

C C T V များ တတ်ထားပြီး၊ ကျန်တစ်ဦးက ပြင်ပမှ အမြဲ မပြတ်
စောင့်ရှောက် ကြည့်ရှု နေကြ ရပါသည်။



E.O.G 滅菌器用滅菌物について

EOGစက်ဖြင့် ပေါင်းတင်သောပစ္စည်းများနှင့် ပါတ်သက်၍

၁) ပိုးသပ်လိုသော ပစ္စည်းများကို သန့်ရှင်းစွာ ဆေးကြော၍ အခြောက်မခံထားပါက၊ ဂတ်စ်များက ပစ္စည်းများ၏ မျက်နှာပြင်ကို ကောင်းစွာ မထိနိုင်ပါ။ သို့သော် ခြောက်သွေ့စေရန် အချိန်ယူ ထားရှိခြင်းကြောင့် သံချေးတက်ခြင်း၊ ဟောင်နွမ်းခြင်းများ ဖြစ်လာနိုင်သောကြောင့် လျှင်မြန်စွာ အခြောက်ခံရန် လိုအပ်ပါသည်။ **錆、老化**

၂) မိမိပေါင်းတင်လိုသော ပစ္စည်းများနှင့် ဂတ်စ်က ဓါတ်တည့်မတည့်ကို ကြိုတင်စုံစမ်းလေ့လာ ထားရပါမည်။ ထို့အပြင် ကျန်ရှိနေသော ဂတ်စ်ကို ဖယ်ရှားရန် အချိန်မည်မျှ စောင့်ကြည့်သင့်သည်ကိုလည်း ရှာဖွေထားရပါမည်။ **化学反応**

၃) တစ်လက်စတည်း (အပူ၊ ရေနှေးငွေ့၊ စိုထိုင်းမှု၊ ဖိအား)
ပိုးသတ်ခြင်းကြောင့် ပစ္စည်းများ၏ အရောင်၊ ပုံသဏ္ဍန်၊ စွမ်း
ရည်များ ကျဆင်းပျက်စီးသွားနိုင်ပါသောကြောင့်၊ ပစ္စည်း
ထုပ်လုပ်သည့် ကုမ္ပဏီသို့ စုံစမ်းထား သင့်ပေသည်။ 变形

၄) ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများကို အကြိမ်မည်မျှ ပေါင်းတင်ပြီး
ပြန်လည် အသုံးချနိုင်သည်ကိုလည်း သိရှိ ထားရန်လည်း
လိုအပ်ပါသည်။ 回数

၅) ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများအတွင်း ဂတ်စ် စိမ့်ဝင်နိုင်မှုကိုလည်း
သိရှိထားရန် လိုအပ်သည်။ စိမ့်ဝင်နိုင်စွမ်း မရှိလျှင် အောင်မြင်
ပြီးမြောက်သော ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ခြင်း မရနိုင်ပါ။ 浸透

၆) ဂတ်စ် အကြွင်းအကျန်နှင့် ဂတ်စ်ဓါတ်ပေါင်းပစ္စည်းများကို
တတ်နိုင်သလောက် လျော့ချရန် လိုအပ်ပါသည်။

ကြိုတင်၍ အသုံးပြုမည့် ထုပ်ပိုးပစ္စည်းများကို ထုတ်လုပ် သည့် ကုမ္ပဏီဖြင့် ဆက်သွယ် မေးမြန်း ထားရန် လိုအပ် ပါသည်။ 残留時間

၇) ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများသည် ပိုးသတ်ပေါင်းတင် ပြီးချိန်မှ စ၍ ပြန်လည် အသုံးချသည်အထိ ထုပ်ပိုးပစ္စည်းများ အတွင်း ထည့်သွင်းထားသောကြောင့်၊ ထုပ်ပိုးအိပ်များ အတွင်းသို့ ဂတ်စ်များ ဝင်ရောက်ရန် လိုသလို အောက်ပါ အချက်များကိုလည်း သိရှိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ 浸透

၇-၁) ထုပ်ပိုးအိပ်များ အတွင်းသို့ ဂတ်စ်များ ဝင်ရောက်ရန် လိုအပ်သလို၊ လွယ်ကူစွာ ပြန်လည် ထွက်သွားနိုင်သော ထုပ်ပိုး ပစ္စည်းကို ရွေးချယ် ရပါမည်။ 排出

၇-၂) ပိုးသတ်ပေါင်းတင်နေစဉ်အတွင်း၊ ရေငွေ့၊ ဖိအား၊ ရေဓာတ်များ၏ ဒဏ်ကိုလည်း ခံနိုင်ရပေမည်။ (အပူချိန်

ကိုသာ သတိပြုမိသူက များပါသည်) 強度

၇-၃) ဂတ်စ်နှင့် ဓါတ်ပြုခြင်း မရှိသလို၊ သိမ်းဆည်းထားစဉ် ကာလအတွင်း ပြင်ပမှ ပိုးမွှားများ ဝင်ရောက် မလာနိုင်ရန် လုံခြုံစွာ ပိတ်ထားရပါမည်။ လိုအပ်ပါက Seal Validation

စစ်ဆေးမှုများ လုပ်သင့်ပါသည်။ エアレーション

ဂတ်စ်ဖြင့် ပေါင်းတင်ထားသော ပစ္စည်းများပေါ် ရှိ ဓါတ်ငွေ့များနှင့် ပါတ်သက်၍

- ▶ 60° C ဖြင့် Aeration ပြုလုပ်ပါက ၈နာရီ
- ▶ 50° C ဖြင့် Aeration ပြုလုပ်ပါက ၁၂နာရီ
- ▶ 37° C ဖြင့် Aeration ပြုလုပ်ပါက ၃၂ မှ ၃၆ နာရီ ကြာအောင်ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။

Association for the Advancement of Medical Instrumentation(AAMI)

(American Hospital Association: AHA)



Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply
Department

滅菌確認テスト

通常確認

နေ့စဉ်စောင့်ကြပ် မှတ်သား စစ်ဆေးခြင်း

ပိုးသတ် စွမ်းအား စစ်ဆေးခြင်း

၁) အထုပ်အပိုး ပြင်ပတွင်ကပ်သော CI Tapeကို

အသုံးပြုခြင်း

ပိုးသပ်ပေါင်းတင်သော အထုပ်တိုင်းတွင် အထုပ်အပိုး

ပြင်ပတွင် ကပ်နိုင်သော CI Tapeကို ကပ်ရပါမည်။



နေ့စဉ်စောင့်ကြပ် မှတ်သား စစ်ဆေးခြင်း

၂) အထုပ်အပိုး အတွင်းတွင်ကပ်သော CI Tapeကို အသုံးပြုခြင်း။ (Chemical Indicator)

ပိုးသပ်ပေါင်းတင်သော အထုပ်တိုင်း၏ အတွင်းတွင် ကပ်၍ စစ်ဆေးရပါမည်။ ပေါင်းအိုးအတွင်း လွယ်ကူစွာ ပိုးသတ်ပေါင်းတင်၍ မရသော နေရာ (သို့) Container ဘူး (သို့) ခွဲစိတ်ခန်းအတွင်း အသုံးပြုသော ကိရိယာများကို ထည့်သည့် အိပ် (သို့) Flashing Sterilizer (Hi-Speed Autoclave) တွင် အသုံးပြုသော အိပ်များတွင် မလွဲမသွေ အသုံးပြုရပါမည်။



အင်တာနက်မှ ကူးယူဖော်ပြပါသည်။

နေ့စဉ်စောင့်ကြပ် မှတ်သား စစ်ဆေးခြင်း

၃-၁) Bowie Dick Test ကိုအသုံးပြုခြင်း

ယွှာနောက်ပိုင်းတွင် လေစုတ်ပန့် Pre-Vacuum Type Hi-Pressure Steam Sterilizerကို အသုံးပြုသော CSSDဌာနများသည် နေ့စဉ် Bowie Dick Test ကို ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ခြင်း လုပ်ငန်း မစမီ ပြုလုပ်ကြပါသည်။

အဓိက ရည်ရွယ်ချက်မှာ ပိုးသတ်ပေါင်းတင်စက်က ပုံမှန် အလုပ်လုပ်နေပြီး ရေခိုးငွေ့များ စိမ့်ဝင်နိုင်မှု အားကို စစ်ဆေးလိုသောကြောင့် ဖြစ်ပေသည်။

အသေးစိတ် ရှင်းလင်းရသော် ပေါင်းအိုးတွင်းမှ လေကို ကုန်စဉ်အောင် စုတ်ထုပ်ပြီး ရေနွေးငွေ့ကို ပေါင်းအိုးအတွင်းသို့ မည်သည့် အနေအထားအထိ ပြည့်ဝအောင် ထည့်သွင်းနိုင်မှု ရှိမရှိ စစ်ဆေးခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

ထိုစစ်ဆေးမှု အောင်မြင်မှသာ ပိုးသတ်ပေါင်းတင်ခြင်းကို စတင်ကြပါသည်။

ဥပမာအားဖြင့် BD-B 134C- 3.5min ISO11140-1 Type2 သည် စာရွက် အထူကြီးအကြားရှိ Chemical Indicator CI ၏ အရောင် ပြောင်းလဲသွားပါက၊ အလည်ဗဟို အထိ ရေနွေးငွေ့က ဝင်ရောက် နိုင်စွမ်းအား ရှိသည်ဟု ယူဆနိုင်ပေသည်။



နေ့စဉ်စောင့်ကြပ် မှတ်သား စစ်ဆေးခြင်း

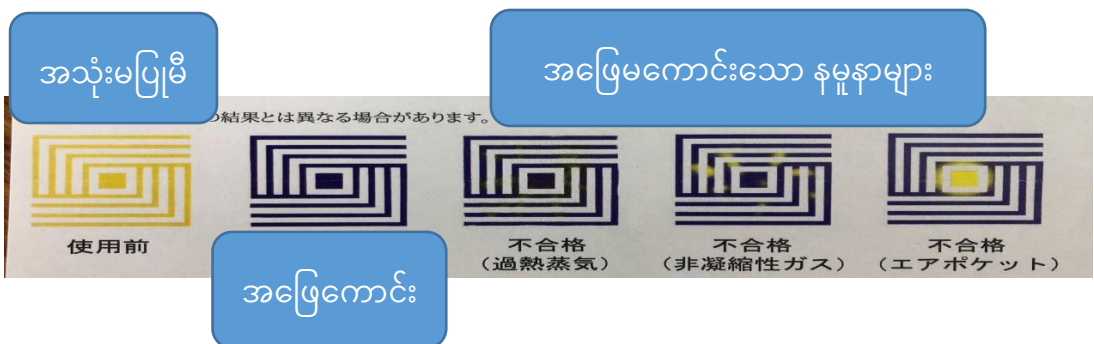
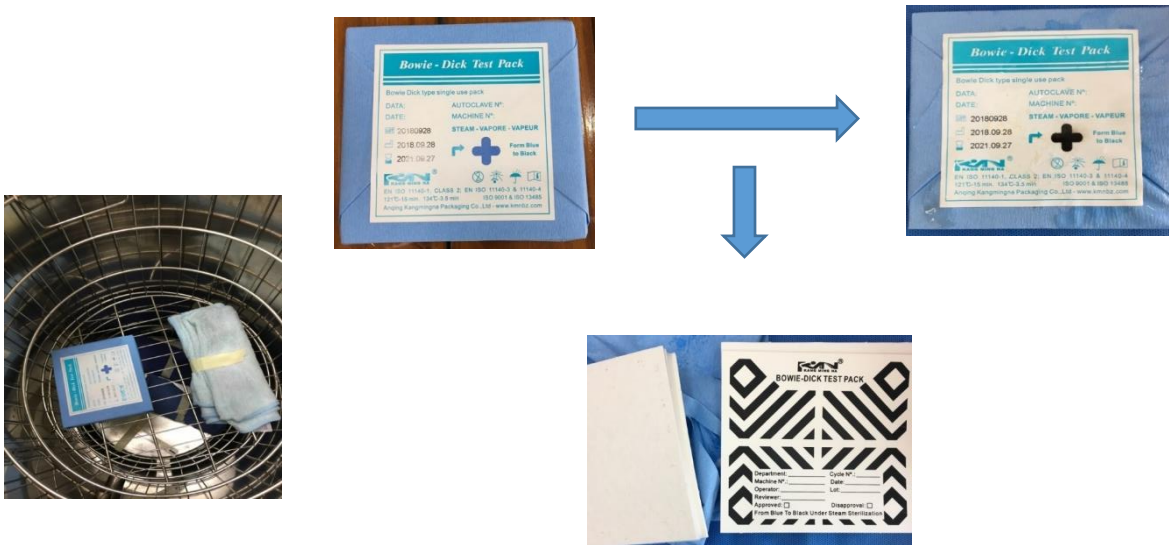
၃-၂) Bowie Dick Test ကိုအသုံးပြုခြင်း

(၃-၁) ကဲ့သို့နေ့စဉ် စစ်ဆေးရန် လိုအပ်သလို စက်ကို

နေရာရွှေ့ခြင်း၊ ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် တစ်ခြားသော စစ်ဆေးမှုများ

အဖြေက မကောင်းမွန်သည့်အခါ

သုံးကြိမ် သုံးခါ ဆက်တိုက် စမ်းသပ်စစ်ဆေး သင့်ပေသည်။



他のインジケーター

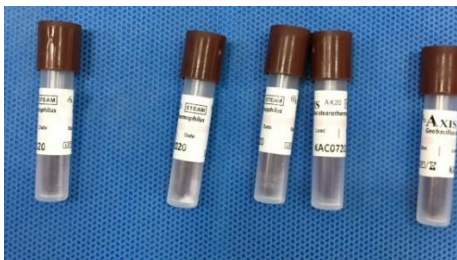
တစ်ဖြားသော Chemical Indicator များ



バイオ・インジケータ

Biological Indicator

- ပိုးသတ်ပေါင်းတင်နိုင်ခြင်း ရှိမရှိ တိတိကျကျ သက်သေ ပြနိုင်သော စစ်ဆေးနည်းပင် ဖြစ်ပါသည်။
- နမူနာပုလင်းနှင့် စမ်းသပ်ပုလင်းများတွင် ပိုးမွှားများကို ကြိုတင် ထည့်ထားပါသည်။ **H6302M Bacillus Atrophaeus**
- ပိုးပါသော ပုလင်းများကို ပေါင်းအိုးအတွင်း ဒေါင့်စုံထည့်သွင်းပြီး ပေါင်းတင်ပါ။
- ထို့နောက် ၃ - ၄ နာရီခန့် Incubator တွင်းသို့ ထည့်ပြီး ပိုးဖောက်ပါ။
(WHOက ၁၀နာရီအထက်ဟု သပ်မှတ်သလို၊ တစ်ချို့သော ကုမ္ပဏီများက ၂၄နာရီ သပ်မှတ်ကြပါသည်)
- အကယ်၍ ပိုးများ ကျန်ရှိ ပေါက်ပွားနေပါက ကောင်းမွန်စွာ ပိုးမသပ်နိုင်ဟု သပ်မှတ်နိုင်ပါသည်။



Note

ဉာဏ်စမ်း

Bl Test ပြီးစီးသွားသောအခါ ပုလင်းတစ်ခုအတွင်း ပိုးမွှားများ ကျန်နေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ သို့သော် အောင်မြင်စွာ

ပိုးသတ်နိုင်သည်ဟု တာဝန်ခံက ဆိုပါသည်။ အဘယ့်ကြောင့် ဖြစ်ပါသနည်း?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Basic General
Information
For
C.S.S.D
Central Sterile Supply
Department
Q & A

なぜ使用済みものを長時間おけない？

အသုံးပြုပြီးသော ပစ္စည်းများအား အဘယ်ကြောင့်

ကြာရှည်စွာ ပစ်မထားသင့်သနည်း?

ပေကျန်နေသော သွေးရည်များ ခြောက်သွေ့သွားသောအခါ၊
သွေးခဲခြောက်များ၊ အဆီများ၊ ပရိုတိမ်းများ၊ သကြားဓါတ်များပါ
ခဲသွားသောကြောင့် ဆေးကြောသန့်စင်ရန် ခက်ခဲခြင်း **洗淨面の困難**

သံဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ပစ္စည်းများသည် ကြာရှည်စွာ ဆား၊ သွေး၊ ခွဲများ
နှင့် ထိတွေ့နေပါက သံချေးတက်နိုင်သလို ပိုမို ကြာရှည်စွာ ထားရှိပါက
ဆွေးမြေ့သွားနိုင်ပါသည်။ **錆の問題**

တစ်ခါတစ်ရံ ဆေးကြောရန်သယ်ဆောင်သွားစဉ်အတွင်း ခြောက်သွေ့
သွားတတ်သောကြောင့် သွေးများအညစ်အကြေးများ ပေကျန်၍
သွားသောအခါ မခြောက်သွေ့သွားစေရန် သတိပြုသင့်ပေသည်။
ပြုလုပ်သင့်ပေသည်။ **乾燥の問題**

使用済器材を乾かないようにするときの注意点は？

အသုံးပြုပြီးသော ပစ္စည်းများအား မခြောက်သွေ့အောင်

ထားရှိစဉ် သတိထားရမည့် အချက်များ

ပေကျန်နေသော ပစ္စည်းများကို CSSDသို့ ချက်ခြင်း မသယ်ဆောင်သွားနိုင်သောအခါ (သို့) ချက်ခြင်း မဆေးကြောနိုင်သောအခါ၊ ရေ၊ ဆေးရည်၊ ဆပ်ပြာရည်များအတွင်း စိမ်ထားတတ်လေသည်။ ဆေးကြောပုံ ဆေးကြောနည်း၊ ဆပ်ပြာနှင့် ဆေးရည်အပေါ်လိုက်၍ ပစ္စည်းများသာမက၊ ဝန်ထမ်းများ၏ ကျန်းမာရေး အတွက်ပါ ထိခိုက်နိုင်ပါသည်။

Q
&
A

化学変化による健康面

ထိုကဲ့သို့ ပစ္စည်းများကို ကြာရှည်စွာ ရေထဲသို့ စိမ်ထားခြင်းသည် ဆေးရည် ဆပ်ပြာရည် အတွင်းသို့ အညစ်အကြေးများ၊ သွေးများ ပျော်ဝင်သွားသည့် အကျိုးကျေးဇူး ရရှိနိုင်သလို၊ သံချေးတက်နိုင်သည်ကိုလည်း သတိပြုသင့်ပေသည်။ 錆の問題

洗淨後の注意点は？

ဆေးကြောပြီးနောက် သတိထားရမည့် အချက်များ

ဆေးကြော၍ ပြန်လည် အသုံးပြုသော ဆေးရုံသုံး ပစ္စည်းများကို ခြောက်သွေ့အောင် ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

乾燥

လက်ဆေးဘေစဉ်ကဲ့သို့ ရေစိုစွတ်သည့်နေရာတွင် သိမ်းဆည်းမထားသင့်ပါ။

場所

စိုစွတ်နေသော ပစ္စည်းများကို ညစ်ကြေးပစ္စည်းအဖြစ် သပ်မှတ်သည်။

濡れているものは汚れ物

(CDC Centers for Disease Control and Prevention U.S.A)

滅菌する機材はなぜ乾いている必要がある？
ပေါင်းတင်ပစ္စည်းက ဘာကြောင့် ခြောက်သွေ့နေဖို့ လိုပါသလဲ?

မည်သည့် ပေါင်းတင်နည်းမဆို ခြောက်သွေ့နေရန် လိုအပ်ပါသည်။
အရေးကြီးပါသည်။

高压蒸気滅方法では

ရေနွေးငွေ့ကို သုံးသောနည်းတွင် စိုစွတ်နေသည့်အတွက် သပ်မှတ်ထားသော
အပူချိန်အထိ မရောက်ရှိနိုင်၍ ပြီးမြောက်အောင်မြင်သော လုပ်ဆောင်မှု
မရရှိနိုင်ပါ။

ガス滅菌器

ဓါတ်ငွေ့များ၊ ဓါတုဗေဒနည်းများတွင် စိုစွတ်နေသော ပစ္စည်းများ၏
မျက်နှာပြင်အောက်သို့ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့နိုင်ခြင်း မရှိသောကြောင့်
ပြီးမြောက်အောင်မြင်သော ပေါင်းတင်မှု မရရှိနိုင်ပါ။

なぜ、滅菌バッグのプラスチック面を上？

ပလတ်စတစ် ပေါင်းတင်အိပ်ကို အသုံးပြုသောအခါ

အဘယ့်ကြောင့် ဖလင်ပြားကို အပေါ်ဘက်တွင်

ထားရှိရပါသနည်း?

အကြောင်းမှာ ရေနွေးငွေ့သည် လေထက် ပေါ့ပါးသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

蒸気は空気より軽い



ဖလင်ပြားက အောက်ဖက်တွင် ရှိသောအခါ အိပ်အတွင်းရှိ လေများ

အိပ်အပြင်သို့ ထွက်ရန် ခက်ခဲလေသည်။

ပိုးသပ် ဓါတ်သတ္တိဆေးများသည်လည်း အိပ်အတွင်းသို့

ထိုဖောက်ဝင်ရောက်ရန် ခက်ခဲလေသည်။

အခြောက်ခံနေစဉ် ရေပြန်ဖြစ်သွားသော ရေနွေးငွေ့များက ရေအဖြစ်

အိပ်ပေါ်တင်ကျန်လာနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

Q
&
A

滅菌物をどのくらいチャンバーに入れる？

ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများကို တစ်ကြိမ်လျှင် မည်မျှ

ပေါင်းတင်အိုးအတွင်းသို့ ထည့်သွင်း သင့်သနည်း?

မည်သည့် ပေါင်းတင်နည်းဖြစ်စေကာမူ ပေါင်းတင်လိုသော ပစ္စည်းများ၏ မျက်နှာပြင်ပေါ်သို့ လေ၊ ရေနွေးငွေ့၊ ဓါတ်ငွေ့များ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လေဝင်လေထွက် လမ်းကြောင်းကို ပြုလုပ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

通気確保

高压蒸気滅方法では

ရေနွေးငွေ့ကို သုံးသောနည်းတွင် လေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင် ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့် ထည့်သင့်ပြီး

ガス滅菌器

ဓါတ်ငွေ့များ၊ ဓါတုဗေဒနည်းများတွင်မူ ၃၀ မှ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းလောက်ကို ထည့်သွင်း အသုံးပြုသင့်ပါသည်။

ပေါင်းအိုးအတွင်း ပြတ်သိပ်နေပါက ခြောက်သွေ့ရန်လည်း ခက်ခဲပါသည်။

乾燥不良

乾燥不良滅菌物は乾燥機で乾かせる？

စိုစွတ်နေသော ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများကို Dry Unit ဖြင့် အခြောက်ခံ၍ ရပါသလား?

ပေါင်းတင်ပြီးသော်လည်း ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများ အပေါ်တွင် ရေများ စိုစွတ်နေသောအခါ အညစ်အကြေးများ ကျန်ရှိနေသည်ဟု သပ်မှတ် ပြောဆိုနိုင်သဖြင့်၊ ထပ်မံ၍ အပူပေး အခြောက်ခံခြင်း မပြုလုပ်ပဲ၊ နောက်ထပ်တစ်ကြိမ် ပိုးသတ်ပေါင်းတင်သင့်ပါသည်။

ပေါင်းတင်ပစ္စည်းများ မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် ရေများ စိုစွတ်တင်ကျန်နေခြင်းမှာ

☆≡ ပိုးသပ်ပေါင်းတင်စက်က ပျက်စီးနေနိုင်သကဲ့သို့.....

ပစ္စည်း ထုပ်ပိုးမှုအပေါ် မှုတည်ခြင်း

(ဥပမာ - ချည်သားမဟုတ် စက္ကနိုင်းလွန်သား အဝတ်ဖြင့် ၂ထပ်ထုပ်၍ ပေါင်းတင်ရသော ပစ္စည်းများကို၊ ချည်သားတစ်ထပ် (သို့) စက္ကနိုင်းလွန်သား တစ်ထပ်ဖြင့် ထုပ်ခြင်း)

☆≡ လေလမ်းကြောင်း မရှိလောက်အောင် စုပြုံ၍

ပေါင်းအိုးတွင်းသို့ထည့်ခြင်း

☆≡ Dry အချိန်က တိုတောင်းခြင်း

Q
&
A

Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply
Department

Q & A Of 2020/11/19 ME Lecture

Q & A Of 2021/1/28 ME Lecture

Q) CI、BI、BOWID、リークテストなどはメーカーとしてどのぐらいの頻度で行うか教えてください。
（例えば、滅菌回数または時間的）

အင်ဂျင်နီယာ တစ်ဦးအနေဖြင့် CI、BI、BOWID စစ်ဆေးမှု၊ လေ့ယိုစိမ့်ခြင်း စစ်ဆေးမှုများကို အချိန်ကာလ အပိုင်းအခြား မည်မျှခန့်ကြာလျှင် ပြုလုပ်သင့်သည်ဟု ထင်ပါသနည်း။

A) 日本では「医療現場における滅菌保証のガイドライン 2015」の内容に準じて実施
しています。

ဂျပန်ပြည်တွင် ပိုးသတ်ပေါင်းတင် အာမခံနိုင်သော အကြံပြုချက် စာစောင်ကို အခြေခံ၍
ပြုလုပ်ကြပါသည်။

Q) オペ機材、検査機材、超音波、内視鏡機器などとそれらがある部屋にオゾン発生
器を設置すれば滅菌できる？

ဆေးရုံသုံး စက်ပစ္စည်းများနှင့် ယင်းတို့ကို ထားရှိသော အခန်းအတွင်း အိုဇုန်းထုပ်စက်ကို
ဖွင့်ထားပါက ပိုးသတ်ပြီးသည်ဟု ယူဆနိုင်ပါသလား။

A) ကာလရှည်ကြာစွာ အသုံးပြုလာသော Hi Pressure Temperature Method, Low
Temperature Method, Plasmaစသည့်နည်းလမ်းများအတွက် စစ်ဆေးပုံ
စစ်ဆေးနည်း၊ စစ်ဆေးပြီး အဖြေ၊ ဒေတာ အချက်အလက်နှင့် သက်သေ ပြချက်များ
ရှိပါသောကြောင့် အောင်မြင်စွာ ပိုးသတ်နိုင်ခြင်း ရှိမရှိ လွယ်ကူစွာ သိရှိနိုင်ပါသည်။
သို့သော် ဖော်မလင်၊ အိုဇုန်းနည်းအသစ်အဆန်းများ အတွက် မည်ကဲ့သို့ စစ်ဆေးရမည်၊
မည့်သည့်အနေအထားဖြင့် ပိုးသတ်ရမည်၊ သုတေသနဌာန၊ စက်ရုံများအတွင်းရှိ

အခြေအနေ၊ Pre-processing များနှင့် လက်တွေ့ ဆေးရုံအတွင်းရှိ Situation အခြေအနေမှာ မတူညီသောကြောင့် ပုံသေ ကောက်ချက်ချရန်မှာ ခက်ခဲပါသည်။ စစ်ဆေးလိုသော စက်ပစ္စည်း တစ်ခုစီတွင် Tester များ အသုံးပြု၍ စစ်ဆေးနိုင်သော်လည်း လက်တွေ့တွင်မူ လွယ်ကူသော အရ မဟုတ်ပေ။

ထို့အပြင် COV-19ကို ရည်ရွယ်၍ အသုံးပြုပါက လက်ရှိအခြေအနေတွင် သက်သေပြသော ဆေးပညာဆိုင်ရာ သုတေသန စာစောင်များ မတွေ့ရှိရသေးပေ။

* 本来、滅菌する前の被滅菌物は、洗浄・乾燥された準清潔物品です。コロナ汚染された医療機器をそのまま Plasma 滅菌するのは検証されていないので、できますとは言えません。 ရှေ့အပိုင်းများတွင် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ပိုးသတ်ခြင်းကို မပြုလုပ်မီ၊ ပိုးသတ်လိုသော ပစ္စည်းများသည် ဆေးကြော သန့်စင် ခြောက်သွေ့သော ပစ္စည်းများ ဖြစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကိုရိုနာပိုးများကပ်တွယ်နေသော ပစ္စည်းများကို ထိုအတိုင်း ပိုးသတ်နိုင်သည်ဟု အာမခံရန်မှာ လွယ်ကူသော အရာမဟုတ်ပေ။

Q) 同じく、Plasma 滅菌法も滅菌できていると思いますか？

Plasma နည်းဖြင့် ပိုးသတ်ပေါင်းတင်နိုင်ပါသလား？

A) N95 マスクの再利用向けでJJプラスマ・ステリス V-PRO が使用できると日本では厚労省事務連絡が発行されております。

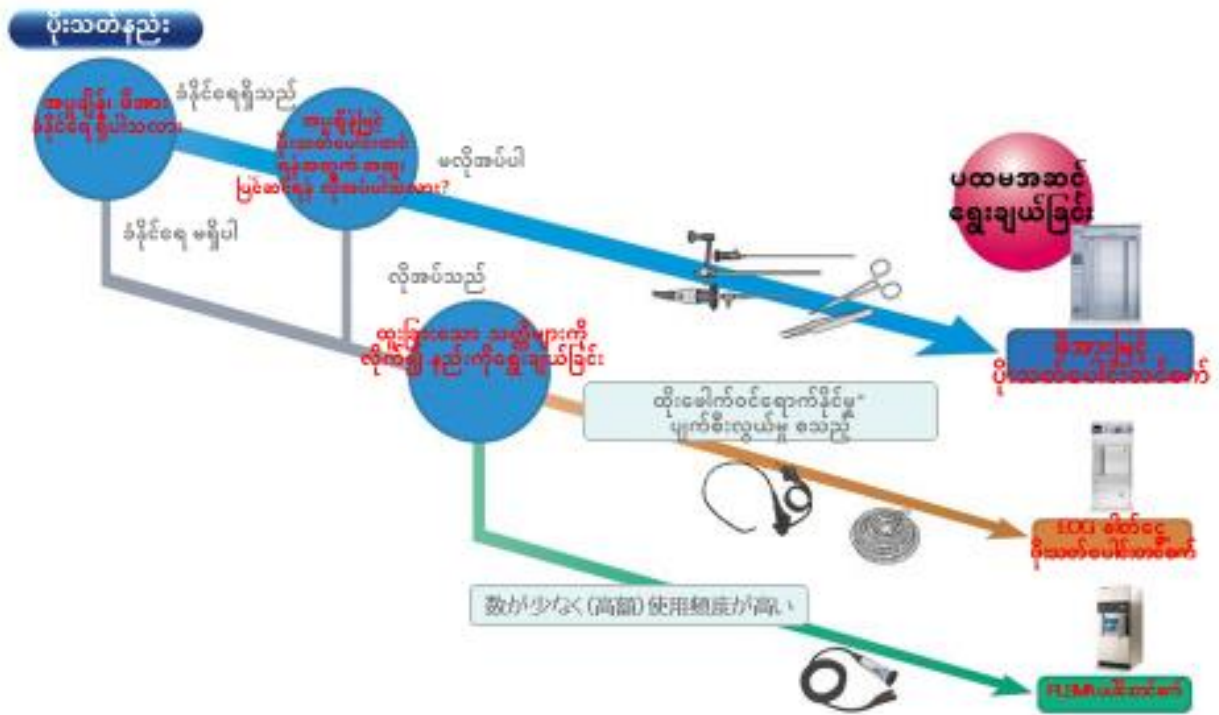
N 95 မျက်နှာဖုံးစွတ်အား ပြန်လည် အသုံးပြုနိုင်ရန် ပိုးသတ်နိုင်သည်ဟု ဂျပန်နိုင်ငံ ကျန်းမာရေး ဌာနမှ ထုတ်ပြန် အကြောင်းကြားစာတွင် ဖော်ပြထားပါသည်။

ကောင်းမွန်စွာ ပိုးသတ် ပေါင်းတင်နိုင်ရန် သင်ခန်းစာအား ပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်း

滅菌に関する注意点

၁) အညစ်အကြေးများကို သန့်ရှင်းစဉ်ကြယ်အောင် ဆေးကြော အခြောက်ခံရမည်။ 洗淨 & 乾燥

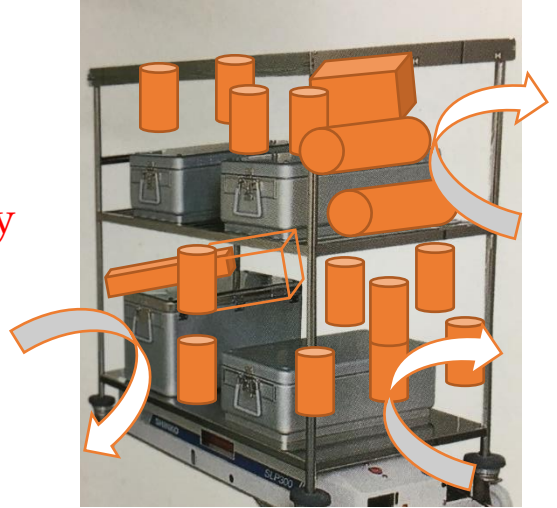
ပိုးသတ်ပေါင်းတင်နည်း 3 မျိုး



၂) မည်သည့်နည်းကို အသုံးပြုစေကာမူ ပေါင်းတင်မည့် ပစ္စည်းများအကြား လုံလောက်သော လေများ တိုး၍ ဝင် နိုင်သော လမ်းကြောင်းကို ပြုလုပ်ပေးရမည်။ 通気



Air Way



Note

အင်ဂျင်နီယာများ၏ အတွေ့အကြုံများ 技術者の経験

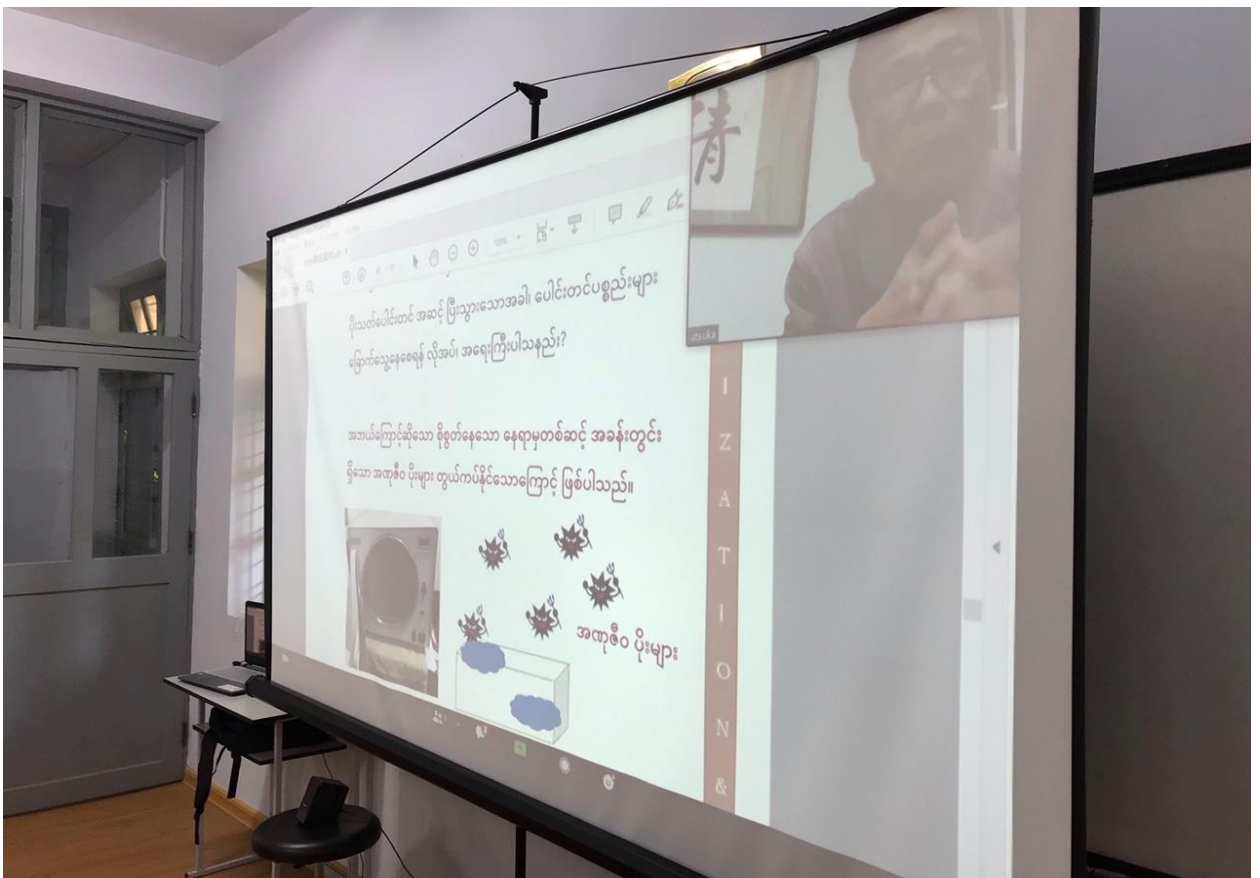
Jet Washerမှ ရေအားနည်းခြင်း→→→ရေပန်းများ ကောင်းမွန်စွာ အလုပ်မလုပ် မစစ်ဆေးမီ၊ နော်ဇယ်ခေါင်းများတွင်

အညစ်အကြေး ချေးပိတ်ခြင်းရှိမရှိ။

Cl. Tapeများကို အသုံးပြုပြီး ပိုးသတ်စက်တွင်းသို့ ထည့်သည့်အခါ Chamber အတွင်းနံရံတွင် မကပ်စေရန် သတိထားရပါမည်။ တိတ်က ခြောက်သွေ့ မီးကြမ်း၍ နံရံတွင် ကပ်သွားသော အခါ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရန် ခက်ခဲသကဲ့သို့ စက်ပစ္စည်းအား လျှင်မြန်စွာ ဟောင်းနွမ်းစေပါသည်။

.....
.....

ပထမအကြိမ်မြောက် Workshop 2020 • 11. 19





Basic General Information

For

C.S.S.D

Central Sterile Supply
Department

院内感染 ဆေးရုံတွင်း ကူးဆက်မှု

感染防止 Infection Control

ကူးစက်ရောဂါ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်ခြင်း

အထူးသဖြင့် ဆေးရုံတွင်း ကူးစက်ရောဂါ ပျံ့ပွားခြင်း (院内感染)

ဆေးရုံဆိုသည်မှာ

ရောဂါကု သသော နေရာဖြစ်သကဲ့သို့

ရောဂါကူး စက်နိုင်သော နေရာလည်း ဖြစ်ပါသည်။

သီးခြားတည်ရှိနေသော အဆောက်အဦးတစ်ခုအတွင်း ကူးစက်မှုက ပျံ့ပွားလာခြင်းကြောင့် မည်သူကစတင် ဖြစ်သည်ဟု မသပ်မှတ်နိုင်သည်က များပါသည်။ ထို့အပြင် ကျန်းမာရေး ဝန်ထမ်းများသည် ကာကွယ်ဆေးမှ အစ၊ ခုခံအားကောင်းစေရန် နေထိုင်သူများဖြစ်၍၊ ပိုးမွှားဝင်ရောက် ကူးစက်စေကာမူ ပြင်းပြင်းထန်ထန် မဖြစ်သောကြောင့်၊ တစ်ခါတစ်ရံ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများက ရောဂါပိုး သယ်ဆောင် ဖြန့်ဖြူးသူများ ဖြစ်နေတတ်ပေသည်။ ကိုယ်ခံအား ကောင်းစေရန် နေထိုင်စားသောက် သင့်သကဲ့သို့၊ မိမိ၏ ကျန်းမာရေး ပြောင်းလဲမှုကိုလည်း ဂရုစိုက်ကြည့်၍ အမြန်ဆုံးသတိပြုမိရန် လိုအပ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံအတွက်....

တိုက်ရိုက်အဖြေမဟုတ်နိုင်သော်လည်း

- Q. ကူးစက်ရောဂါပိုး အများဆုံး ရှိနိုင်သော နေရာတစ်ခုက ?
- A. カーテン Quiz →→→ မြန်မာပြည်မှာ ဆို ဘာတွေလဲ?

ကူးစက်ရောဂါ ဖြစ်စေနိုင်သော အကြောင်းအရာများ (၅ချက်)

ကိုင်းတွယ် ထိတွေ့မှုမှ

接触感染:

ရောဂါပိုးရှိသူ၏ အသားအရေ၊ အရိအရွဲ ကိုကိုင်းတွယ်မိခြင်း။

အစားအသောက် ထည့်သည့် အသုံးအဆောင်၊ အဝတ်အစားမှတစ်ဆင့် ကိုင်းတွယ်မိခြင်း။

ခံတွင်းမှ တစ်ဆင့်

経口感染:

ရောဂါပိုးက လက်၊ အစားအသောက် ထည့်သည့် အသုံးအဆောင်များမှ တစ်ဆင့်

ခံတွင်းအတွင်း ဝင်ရောက် ကူးစက်ခြင်း။

အရည်အစက်၊ သွားရည်မှ တစ်ဆင့်

飛沫感染:

ရောဂါပိုးရှိသူက နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းမှ သွားရည် အရည်အစက်များ ပျံ့လွင့်ရာမှ

ကူးစက်ခြင်း။

လေတွင်းမှ တစ်ဆင့်

空気感染:

လေထဲတွင် ပျံ့လွင့်နေသော ရောဂါပိုးမှ တစ်ဆင့် ရှူသွင်းမိသောကြောင့် ကူးစက်ခြင်း။

အထက်ပါ ကူးစက်ခြင်းများကို အများအားဖြင့်

သတိထား၍ လက်ဆေးခြင်း၊ အရက်ပျံသုံးခြင်း၊ Mask သုံးခြင်းဖြင့် ရှောင်ရှားနိုင်ပေသည်။

သွေးရည်မှ တစ်ဆင့်

血液感染:

ဆေးထိုးအပ်စူးမိခြင်း၊ သွေးသွင်းခြင်း၊ သွေးနှင့်ပါတ်သက်သော ဆေးဝါးပစ္စည်းမှ တစ်ဆင့်

ကူးစက်ခြင်း။

မကူးစေဖို့ ဘယ်လို လုပ်ရ(ကာကွယ်)မလဲ?

မကူးသွားဖို့ ဘယ်လို လုပ်ပေး(သတိပြု)မလဲ?

* အားလုံးသိပြီးသား အရာများ ဖြစ်သော်လည်း၊

ပညာရှိ သတိဖြစ်ခဲ့.....

သတိဟူသည် ပိုသည်မရှိ။

အဓိက.....

စိတ် *နှလုံးသား

မကူးလာနဲ့.... မကူးစေနဲ့

မကူးစေဖို့ ဘယ်လို လုပ်ရ(ကာကွယ်)မလဲ?

လက်ဆေးမယ်။



*အဓိက သတိပြုစေလိုသည်မှာ

စက္ကန့် ၃၀၊ ခြောက်အောင်သုတ်၊ လက်သည်းထိပ်

(စိုစွတ်နေသော အရာတိုင်းသည် မသန့်ရှင်းသော ပစ္စည်းဖြစ်သည်)



အာခေါင်ကျဉ်းမယ်။

*အဓိက သတိပြုစေလိုသည်မှာ

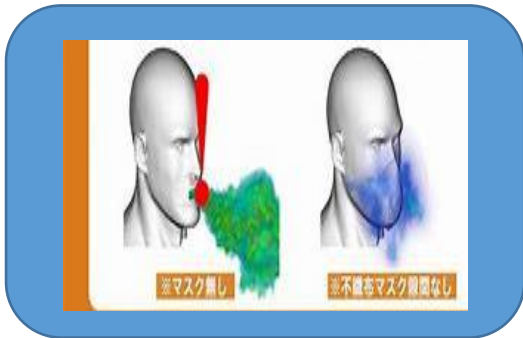
အများသုံး ရေသန့်စဉ်ခန်းများတွင် အာခေါင်ကျဉ်းခြင်း ရှောင်ကျင်ပါ။



公共・共有スペースでのうがいは好ましくない

Quiz

*အဓိက သတိပြုစေလိုသည်မှာ



မည်သည့်အရာကို ပို၍ သတိထားရမည်နည်း?

အတတ်နိုင်ဆုံး မထိတွေ့၊ မကိုင်ပါနဲ့။



တစ်ခြားသော ကာကွယ်မှုများ



SOCIAL DISTANCE သို့သော်

နှင့်

လက်ဆေးနိုင်ရင်



သို့သော်





ကောင်းစွာ အိပ်စက်၊
အနားယူခြင်း



အဟာရ ပြည့်ပြည့်ဝဝ
စားသောက်သုံးဆောင်ခြင်း



ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု
ပြုလုပ်ခြင်း

ကူးစက်ရောဂါ တတ်နိုင်သော

ကိုဗစ် ၁၉ ကူးစက်မှုရောဂါ
新型コロナウイルス

COVID-19

ကာကွယ်မှုအတွက် အရာများ



လက်ကို မကြာခဏ ဆေးကြောခြင်း



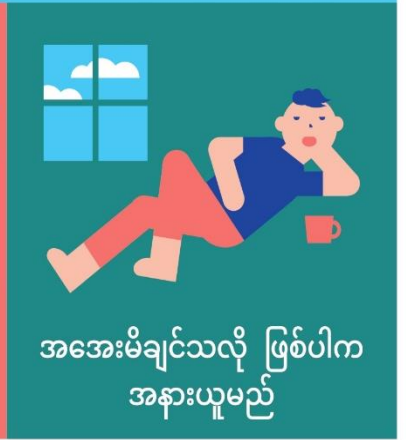
မျက်စိ၊ နှာခေါင်း၊
ပါးစပ်ကို
မကိုင်တွယ်ခြင်း



နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်ကို ဖုံးအုပ်ခြင်း
(တံတွေးသလိပ်များ မပျံ့လွင့်စေရန်)



အကွာအဝေးကို သတိထား
ထိမ်းသိမ်းပါ



အအေးမိချင်သလို ဖြစ်ပါက
အနားယူမည်



@ancov2020

SNS # 感染予防のためにできること

www.bowlgraphics.net/covid19

note.com/ancov

Creative commons: Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International
CC BY-NC-ND 4.0

Supervision :
Kenji Shibuya (King's College London),
Yoshiro Hayashi (Kameda Medical Center),
Narumi Hori (National Center for Global health and Medicine),
Eli Kusumi (Navitas Clinic)
Translation : Utsuka Yeoung
Design / Illustration : Takashi Tokuma (bowlgraphics inc.)
Poster : June 2020 ver.3



၂၀၂၀ ခုနှစ် အတွက်

အပူရှပ်ခြင်း မဖြစ်ရလေအောင် ကာကွယ်ခြင်း

「နေထိုင်မှု ပုံစံအသစ်」 ဖြင့် အပူရှပ်ခြင်း မဖြစ်ရလေအောင် ကာကွယ်ရမည့် အချက်များ

COVID-19 နှင့် တစ်ဆက်တည်း ကူးဆက်ရောဂါ ကာကွယ်မှု အခြေခံ အချက်ခုခု ဖြစ်သည်။ ① တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အနီးကပ်မနေခြင်း ② မျက်နှာဖုံးစွတ် တတ်ခြင်း ③ လက်ဆေးခြင်း 「ထူထပ်မှ 3 ခု (လူမစုခြင်း၊ ပူးပူးကပ်ကပ်မနေခြင်း၊ လှောင်ဝတ်မနေခြင်း)」 စသည့် 「နေထိုင်မှု ပုံစံအသစ်」 ကို တောင်းဆိုလာခဲ့ပါသည်။ အလားတူစွာ 「နေထိုင်မှု ပုံစံအသစ်」 ဖြင့် အပူရှပ်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရမည့် အချက်များသည်လည်း အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

1 အပူဒဏ်မှ ကာကွယ် ကြပါစို့။

- အဲယားကွန်း စသည်များကို သုံး၍၊ အခန့်အပူချိန်ကို ညှိခြင်း
- ကူးဆက်ရောဂါ ကာကွယ်ရန် လေစုတ်ပန်ကာ၊ ပြုတင်းပေါက်များ ဖွင့်ခြင်းဖြင့် လေဝင်လေထွက်ဖြစ်စေပြီး၊ အဲယားကွန်း အပူချိန်ကို မကြာခဏ ညှိခြင်း
- ပူပြင်းသောနေ့၊ ပူပြင်းသောအချိန်တွင် ပြင်းပြင်းထန်ထန် မလှုပ်လျှားခြင်း
- ပေါ့ပါးသော အဝတ်အစားကို ဝတ်ဆင်ခြင်း
- ရုပ်တစ်ရက် ပူပြင်းသောနေ့များတွင် အထူး သတိထားခြင်း



2 အလျှင်း သင့်လျော်စွာ မျက်နှာဖုံးစွတ်ကို ဖြုတ်ကြပါစို့။



- အပူချိန် ဝိုထိုင်းမှု မြင့်မားသည့်အခါ မျက်နှာဖုံးစွတ် တတ်ဆင်ခြင်းကို အထူးသတိပြုပါ။
- ပြင်ပတွင် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး (2 မီတာ အထက်) ဝေးကွာပါက မျက်နှာဖုံးစွတ်ကို ဖြုတ်ပါ။
- မျက်နှာဖုံးစွတ်ကို တတ်ဆင်ထားသည့်အခါ ပင်ပန်းစေသော အလုပ်၊ အားကစားလုပ်ခြင်းကို ရှောင်လျှား၍ အလျှင်း သင့်သလို မျက်နှာဖုံးစွတ်ကို ချွတ်ပြီး အနားယူပါ။

3 မကြာခဏ ရေသောက် ကြပါစို့။



- ရေမဝတ်ခင် ရေသောက်ပေးပါ
- ခန့်မှန်းချေ 1ရက်လျှင် 1.2 လီတာ သောက်ပေးပါ
- ချွေးမြောက်မြားစွာ ထွက်ပါက ဆားဓါတ်လည်း မမေ့ပါနှင့်

4 သာမန်နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး ထိမ်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ကြပါစို့။



- သာမန်နေ့စဉ် အပူချိန်တိုင်းခြင်း၊ ကျန်းမာရေး သတိပြု စစ်ဆေးခြင်း၊
- ပင်ပန်းနွမ်းနယ် နုံးချိပါက၊ နေအိမ်တွင် အေးဆေးစွာ အနားယူပါ။

5 အပူဒဏ်ကို ခံနိုင်သော ကိုယ်ခန္ဓာ ဖြစ်အောင် လုပ်ကြပါစို့။



- မပူခင် အချိန်လောက်မှ စ၍၊ သင့်တော်သော အားကစားကို လုပ်ကြပါစို့။
- ရေများများ သောက်ဖို့ မမေ့ကြပါ။ အတင်းအဓမ္မ အဖြစ်သော အနေအထားဖြင့်
- 「အနည်းငယ် အပူချိန်ရှိသော နေရာ」 တွင် 「အနည်းငယ် ပင်ပန်းသော」 အနေအထားဖြင့် တစ်နေ့လျှင် မိနစ် 30 ခန့် ကိုယ်လက်လှုပ်လျှား အားကစားလုပ်ကြပါစို့။



COVID-19 နှင့် ပါတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များ
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html
 အပူရှပ်ခြင်းနှင့် ပါတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များ
<https://www.wbgt.env.go.jp/>



မကူးသွားဖို့ ဘယ်လို လုပ်ပေး(သတိပြု) မလဲ?

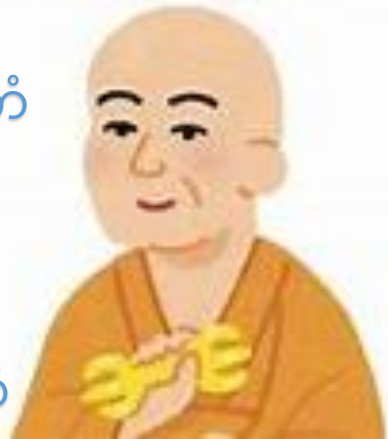
မမြင်ရတဲ့ပိုး... သူ့မှာရှိသလား? ကိုယ်မှာရှိသလား? မသိနိုင်တဲ့ အခြေအနေမှာ

【NO! 集近閉】

大勢がいる 密集場所	間近で会話する 密接場面	換気の悪い 密閉空間
		
ぎゅうぎゅう	ガヤガヤ	むんむん

「三密」は仏教の言葉 日常にも活かせる教えを紹介

- 身密 (行動) ကာယကံ
- 口密 (言葉) ဝဇီကံ
- 意密 (こころ) မနောကံ



ထို့အပြင်.....

တံထွေး၊ ကွမ်းသွေး၊ နှာချေ ရာမှာ

အသုံးပြုပြီး PPE များ၊ စားကျင်းစာကျုံးများ စွန့်ပစ်ရာမှာ

ခါတ်လှေကားတွင်း၊ အခန်းကျဉ်းအတွက် စကားပြောရာမှာ

ကာကွယ်ဆေးက အဆောင်ပီယ ပြီးဆေးလို့ ထင်နေရင်ဖြင့်

ပေါ့စေလိုလို့ ကြောင်ရုပ်ထိုး၊ ဆေးအတွက်လေး.....

ကံယုံပြီး ဆူးပုံမနင်းပါနဲ့

လူပြီသသော စိတ်ထားသည်သာ ကူးစက်ရောဂါများအား

အမြစ်မှနေ၍ တော်လှန်နိုင်မည် ဖြစ်ပေသည်။

Message From Tokyo City Office

[\(86\) Message From Tokyo City Office - YouTube](#)

တွင် ဝင်ရောက် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။



サクラグローバルホールディング株式会社

Basic General
Information For
C.S.S.D
Central Sterile
Supply
Department

 サクラ精機株式会社

 SAKURA

Please contact me

utsuka.yeaung@gmail.com