

စားနပ်ရိက္ခာ လုံခြုံမှု

ဖြန့်ဝေပြီးနောက် စောင့်ကြည့်လေ့လာမှု စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်း

စက်တင်ဘာလ ၂၀၂၁ ခုနှစ်



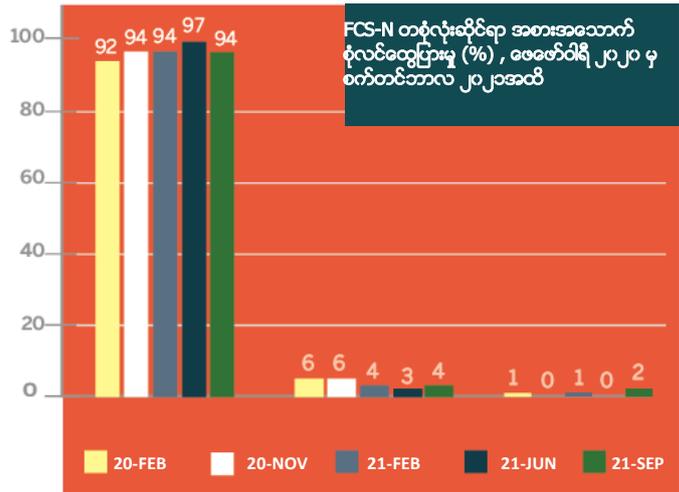
၂၀၂၁ ခုနှစ် စက်တင်ဘာလတွင် စားနပ်ရိက္ခာ လုံခြုံမှု PDM စစ်တမ်းကို စခန်း ၈ ခု တွင် အိမ်ထောင်စု ၂၀၉၄ ဖြစ်ပေါ်စေရန် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ (မှတ်ချက်။ COVID-19 ကူးစက်ပြန့်ပွားနေမှုကြောင့် မဲလစခန်းတွင် မဆောင်ရွက်နိုင်ပါ)

စားနပ်ရိက္ခာ စားသုံးမှု ရမှတ် - အာဟာရ အရည်အသွေးဆိုင်ရာ သုံးသပ်ချက် (FCS-N)

FCS-N သုံးသပ်ချက်သည် ပရိုတင်းဓာတ်၊ ဗီတာမင်-အေ နှင့် သံဓာတ် (heme iron) လုံလောက်စွာ ရရှိမှုကို သုံးသပ်ပါသည်။ (ဤဓာတ်များကို အသားနှင့် ငါးများတွင် တွေ့ရှိရပြီး ခန္ဓာကိုယ်က အစားအစာမှ ကောင်းစွာစုပ်ယူပါသည်) FCS-N သုံးသပ်မှုသည် အိမ်ထောင်စုများ အစားအစာ ရရှိမှု နှင့် စားသုံးမှု ပညာရှိခြင်း၊ ပိန်လီခြင်း၊ သက်စောင့်ဓာတ်များ ချို့တဲ့ခြင်းတို့ကို ချိတ်ဆက် ဖော်ပြပါသည်။ ပရိုတင်းဓာတ် မလုံလောက်ပါက ပိန်လီ- ပညာရှိနိုင်ပြီး၊ ယင်းကြောင့် သက်စောင့်ဓာတ် ရရှိမှုအပေါ် သက်ရောက်မှု ဖြစ်စေပါသည်။ ပရိုတင်းဓာတ် ပါဝင်သော အစားအစာများသည် ဗီတာမင်များနှင့် သတ္တုဓာတ်များ ကြွယ်ဝသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ဗီတာမင်-အေ နှင့် သံဓာတ်တို့ကဲ့သို့သော သက်စောင့်ဓာတ် (micronutrient) ချို့တဲ့မှုကို ဖြစ်စေပါသည်။

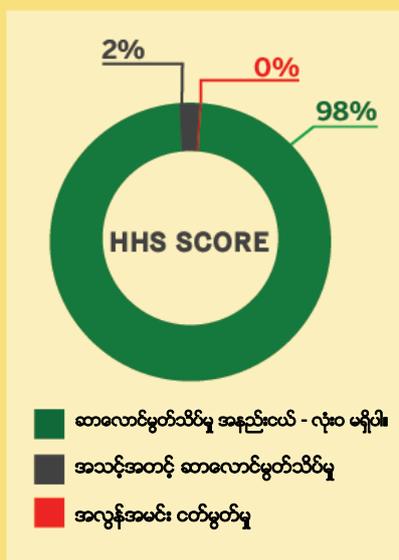
FCS-N သုံးသပ်ချက်အရ အိမ်ထောင်စု အများစု၏ အစားအသောက်များသည် လက်ခံနိုင်ဖွယ် စုံလင်ထွေပြားမှု ရှိသည်။ အစီရင်ခံစာများအရ ၂၀၂၁ ခုနှစ်တစ်လုံး စစ်တမ်းများနှင့် သိသာစွာ ကွာခြားမှုမရှိပါ။

FCS-N စစ်တမ်း တစ်လုံးလုံးအရ အိမ်ထောင်စု အများစုသည် ဗီတာမင်-အေ နှင့် ပရိုတင်းဓာတ် ကြွယ်ဝသည့် အစားအစာများကို နေ့စဉ်စားသုံးနိုင်ကြသော်လည်း၊ အစားအစာ အရည်အသွေးတွင် သံဓာတ် (heme iron) ချို့တဲ့မှု ရှိသည်။ အိမ်ထောင်စုများ၏ ၂၂% က ဖော်ပြရာတွင် နေ့စဉ်စားသုံးမှုများသည် ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဖွန်လ စစ်တမ်းများနှင့် တူညီကြောင်း ဖော်ပြကြသည်။ ဗီတာမင်-အေ စားသုံးမှုတွင် ဖွန်လနှင့်နှိုင်းယှဉ်ပါက လျော့နည်းသော်လည်း၊ ၂၀၂၁ ခုနှစ် နှင့် ၂၀၂၀ ခုနှစ် အခြားသော စစ်တမ်းများနှင့် တူညီကြသည်။ နေ့စဉ် ပရိုတင်းဓာတ်စားသုံးမှုတွင် ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလမှစ၍ တိုးတက်လာသည်။



အိမ်ထောင်စုအလိုက် ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု အတိုင်းအတာ အမှတ် (HHS)

အိမ်ထောင်စုအလိုက် ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု အမှတ် (HHS) သည် မေးခွန်း (၆) ခုပါ အိမ်ထောင်စုများ ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုကို တိုင်းတာရန် လွယ်ကူသည့် ညွှန်းကိန်းများ ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် မတူခြားနားသည့် ယဉ်ကျေးမှုပေါင်းစုံတွင် အသုံးပြုနိုင်ရန် ရေးဆွဲထားပြီး၊ စစ်ဆေးအတည်ပြုထားသည်။ ရရှိသည့် အမှတ်များဖြင့် အိမ်ထောင်စုများ၏ အဆင့်ကို တိုင်းတာသည်။ ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု အနည်းငယ် - လုံးဝ မရှိပါ။ အသင့်အတင့် ဆာလောင်မွတ် သို့မဟုတ် အလွန်အမင်း ဆာလောင်မွတ်



၉၈ %

ပြီးခဲ့သည့် ၃၀ ရက်တွင် အစီရင်ခံရာ၌ ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု အနည်းငယ် - လုံးဝ မရှိပါ * ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ စစ်တမ်းမှတစ်ဆင့် အပြောင်းအလဲ မရှိပါ။

၂%

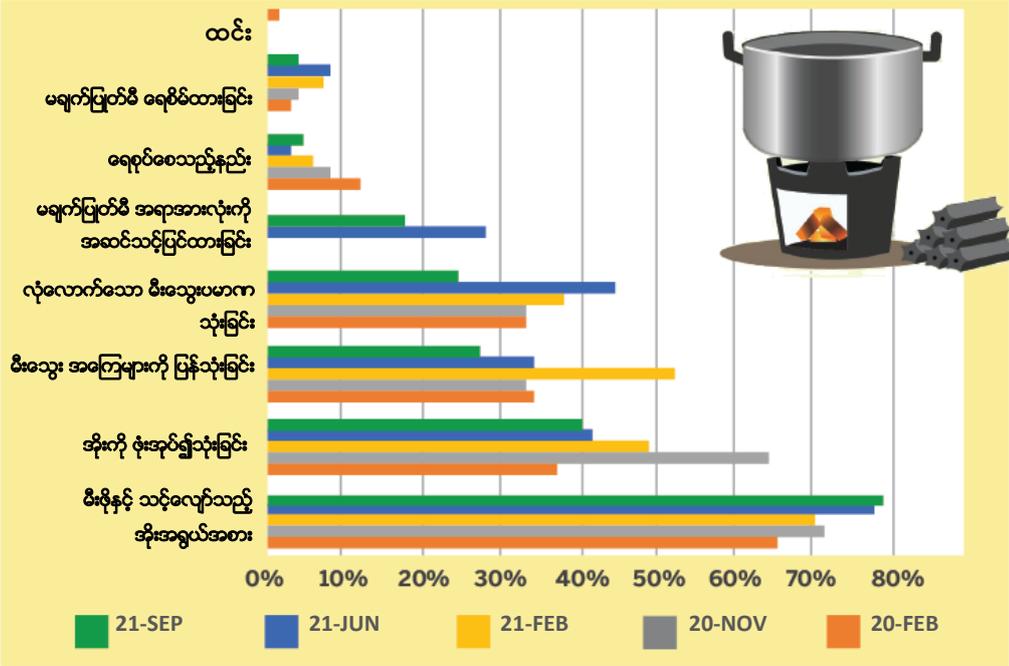
အိမ်ထောင်စု ၄ စုသာ ဖော်ပြသည်။ အသင့်အတင့် ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုရှိသည်

အလွန်အမင်း ငတ်မွတ်မှု လုံးဝ မရှိ။

အစားအစာ ဈေးကွက် ဈေးနှုန်းများနှင့် အစားအစာ အရည်အသွေးအပေါ် တုံ့ပြန်ဖော်ပြချက်

အစားအစာ အုပ်စုများအနက် 'အလွန် ဈေးကြီးသည်' ဟု အများဆုံး ဖော်ပြကြသည်မှာ ဆန်၊ ကြက်ဥ နှင့် ဆီ တို့ဖြစ်သည်။ စားနပ်ရိက္ခာကဒ် အသုံးပြု၍ ရရှိလာသော အစားအစာများ အရည်အသွေးနှင့် ပတ်သက်၍ အလွန်နည်းသော အိမ်ထောင်စုများကသာ အရည်အသွေးနိမ့်သည်ဟု ၂၀၂၀ ခုနှစ် စစ်တမ်းများနှင့်အလားတူ ထင်မြင် ဖော်ပြကြသည်။ (ကြက်ဥအတွက် အများဆုံး ၁၁% က ဖော်ပြပြီး၊ အိမ်ထောင်စု ၁၅ စုသာ ဖော်ပြသည်။)

လောင်စာ ထိရောက်စွာသုံးစွဲမှု နည်းလမ်းများ



နိဂုံးချုပ်

1

- စစ်တမ်းကောက်ယူမှု ရလဒ်များသည် ၂၀၂၀-၂၀၂၁ ခုနှစ် ယခင်စစ်တမ်းများနှင့် တူညီသည်။ အာဟာရဆိုင်ရာ ညွှန်းကိန်း များတွင် တိုးတက်မှုအချို့ ရှိခဲ့သည်။
- COVID-19 ရောဂါကြောင့် သက်ရောက်မှုများ ရှိသည့်တိုင် -
 - အစားအစာများသည် လက်ခံနိုင်ဖွယ် စုံလင်ထွေပြားမှု ရှိသည်။ (၉၄%)
 - အစားအစာ အရည်အသွေးနှင့် ပတ်သက်၍- နေ့စဉ်စိတာမင်-အေ နှင့် အသားဓာတ်စားသုံးမှုကို အိမ်ထောင်စုများစုက ဖော်ပြကြသည်။ နေ့စဉ် သံဓာတ် (Heme) စားသုံးမှု (အသားများ) နှင့် ပတ်သက်၍ အလေးပေးရန်လိုသည်။
 - အိမ်ထောင်စု ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှု အနည်းစုသာ ရှိသည်။
 - အစားအစာနှင့် မီးသွေး အရည်အသွေး ကောင်းမွန်သည်။
 - စားနပ်ရိက္ခာကဒ် တန်ဖိုးများနှင့် ငွေသား အသုံးစရိတ်များသည် ဆက်လက် တည်ငြိမ်မှု ရှိသည်။

2

- ကလေးငယ်များ၊ အရွယ်ရောက်ခါစ အမျိုးသမီးငယ်များ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်များနှင့် နို့တိုက်မိခင်များအတွက် သံဓာတ် (Heme iron) စားသုံးမှု တိုးတက်စေရန် ပစ်မှတ်ထားအုပ်စု များကို ဆက်လက်၍ အာဟာရအသိ ပညာပေးမှုပြုသည်။

3

- ၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ COVID-19 ကူးစက်မှုကြောင့် ကန့်သတ်မှု များ ပြုချိန်မှစတင်၍
 - စားနပ်ရိက္ခာကဒ်ရှိ တန်ဖိုးသည် ခန့်မှန်း ၂၂ ရက်ကြာတွင် ကုန်သည်။
 - စားနပ်ရိက္ခာကဒ်ထက်ပို၍ သုံးစွဲသော အစားအသောက် တန်ဖိုးသည် မပြောင်းလဲပါ။ လစဉ် ပျမ်းမျှ ၅၀၆ ဘတ် ရှိသည်။

4

- လောင်စာ စွမ်းအင်အရ ထိရောက်သည့် နည်းလမ်းများကို တိုး၍ အသုံးပြုလာကြသည်။ (၆၇% မှ ၇၆%၊ ၈၈% မှ ၉၀% မှသည် ယခု ၉၂% သို့) ၂၀၂၀ ခုနှစ် နှစ်ဆန်းပိုင်းမှစ၍ ချက်ပြုတ်နည်း သရုပ်ပြမှုများတွင် ဆက်လက်၍ သတင်းပေးမှုများ ပါဝင်ပါမည်။
- မီးဖိုနှင့် အရွယ်ကိုက်ညီသည့် အိုးများကို အသုံးပြုခြင်းသည်အများဆုံး ဖော်ပြကြသည့် လောင်စာထိရောက်စွာ သုံး၍ ချက်ပြုတ်နည်း ဖြစ်သည်။ (၇၈%)

5

- ဆန်၊ ဆီ/အဆီ၊ ကြက်ဥ နှင့် ငါး ပုစွန်များကို 'အလွန်အမင်း ဈေးကြီး' သည်ဟု မှတ်ယူကြသည်။
- အိမ်ထောင်စုများက စားနပ်ရိက္ခာ ကဒ်ကို အသုံးပြု၍ ဈေးပိုကြီးသည် ယူဆသည့် ပစ္စည်းများကို ဝယ်ယူကြသည်။ အခြား ပင်မ အမျိုးအမည်များကို ဥယျာဉ်များမှ ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိမ်းများဖြင့် ဖြည့်ဆည်းကြသည်။

