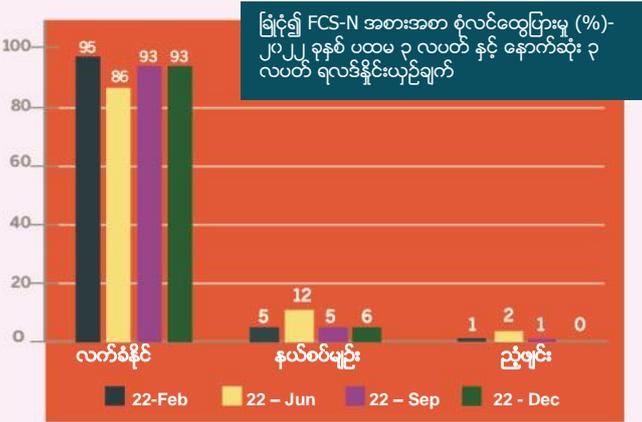


စားနပ်ရိက္ခာ စားသုံးမှု ရမှတ် - အာဟာရ အရည်အသွေးဆိုင်ရာ သုံးသပ်ချက် (FCS-N)

FCS-N သုံးသပ်ချက်သည် ပရိုတင်းဓာတ်၊ ဗီတာမင်-အေ နှင့် သံဓာတ် (heme iron) လုံလောက်စွာ ရရှိမှုကို သုံးသပ်ပါသည်။ (ဤဓာတ်များကို အသားနှင့် ငါးများတွင် တွေ့ရှိရပြီး ခန္ဓာကိုယ်က အစားအစာမှ ကောင်းစွာ စုပ်ယူပါသည်။) FCS-N နှင့် အိမ်ထောင်စုများ အစားအစာ ရရှိနိုင်မှု၊ စားသုံးမှုနှင့် အရပ်ပု ညက်ခြင်း၊ ပိန်လီခြင်း နှင့် သက်စောင့်ဓာတ် (micronutrient) ချို့တဲ့မှုကို ဆက်စပ်နိုင်သည်။ ပရိုတင်း မလုံလောက်မှုကြောင့် ပိန်လီမှုနှင့် အရပ်ပုမှု ဖြစ်စေပြီး သက်စောင့်ဓာတ် ချို့တဲ့မှုအပေါ် သက်ရောက်စေသည်။ ပရိုတင်း ကြွယ်ဝသည့် အစားအစာသည် ဗီတာမင်များနှင့် သတ္တုဓာတ်များ ကြွယ်ဝပါသည်။ အချိန်ကြာမြင့်စွာ သက်စောင့် ဓာတ်ဖြစ်သည့် ဗီတာမင်-အေနှင့် သံဓာတ် ချို့တဲ့မှုကြောင့် ရေရှည်အာဟာရချို့တဲ့မှု ဖြစ်စေသည်။

FCS-N က ဖော်ပြရာတွင် အိမ်ထောင်စုအများစု (၉၃%) လက်ခံနိုင်ဖွယ် စုံလင်ထွေပြားသော အစားအစာ ရရှိသည်ဟု ဖော်ပြ ကြပြီး၊ တတိယ ၃ လပတ်အတိုင်း မြင့်မားသည့် အဆင့်သို့ ပြန် ရောက်လာသည်။

FCS-N တစ်စုံစုံလုံး ဖြည့်သည့်ရလဒ်များ ဖော်ပြရာ၌ အိမ်ထောင်စု အများစု သည် နေ့စဉ် ဗီတာမင်-အေ (၇၁%) နှင့် ပရိုတင်း ကြွယ်ဝသည့် အစားအစာ (၇၇%) စားသုံးကြသည်။ နေ့စဉ်စားသုံးမှု အရည်အသွေး တွင် ဟေမီသံဓာတ် နေ့စဉ် အစားအစာ စားသုံးမှု၌ အိမ်ထောင်စုအများ၏ ၂၁% သာ ရှိသည်။



စားနပ်ရိက္ခာ လုံခြုံမှု

ဖြန့်ဝေပြီးနောက် စောင့်ကြည့်လေ့လာမှု စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်း

ဒီဇင်ဘာလ ၂၀၂၂ ခုနှစ်

၂၀၂၂ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလတွင် စားနပ်ရိက္ခာလုံခြုံမှု PDM စစ်တမ်း ကို စခန်း ၉ ခုတွင် အိမ်ထောင်စု ၃၉၆ စု ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။



၁၀၀%
ပြီးခဲ့သည့် ရက် ၃၀ အတွင်း
ဆာလောင်မှု
အနည်းငယ်မှသည် လုံးဝမရှိ



အိမ်ထောင်စုအလိုက် ဆာလောင်မှုတ်သိပ်မှု အတိုင်းအတာ အမှတ် (HHS)

အိမ်ထောင်စုအလိုက် ဆာလောင်မှုတ်သိပ်မှု အမှတ် (HHS) သည် မေးခွန်း (၆) ခုပါ အိမ် ထောင်စုများ ဆာလောင်မှုတ်သိပ်မှုကို တိုင်းတာရန် လွယ်ကူ သည့် ညွှန်းကိန်းများ ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် မတူခြားနားသည့် ယဉ်ကျေးမှုပေါင်းစုံတွင် အသုံးပြုနိုင်ရန် ရေးဆွဲထားပြီး၊ စစ်ဆေး အတည် ပြုထားသည်။ ရရှိသည့် အမှတ်များဖြင့် အိမ်ထောင်စုများ၏ အဆင့်ကို တိုင်းတာသည်။

ဆာလောင်မှုတ်သိပ်မှု အနည်းငယ် - လုံးဝ မရှိပါ။
အသင့်အတင့် ဆာလောင်မှု၊ သို့မဟုတ် အလွန်အမင်း ဆာလောင်မှု။

၀ HH အသင့်အတင့်
၀ HH ပြင်းထန် ငတ်မွတ်မှု

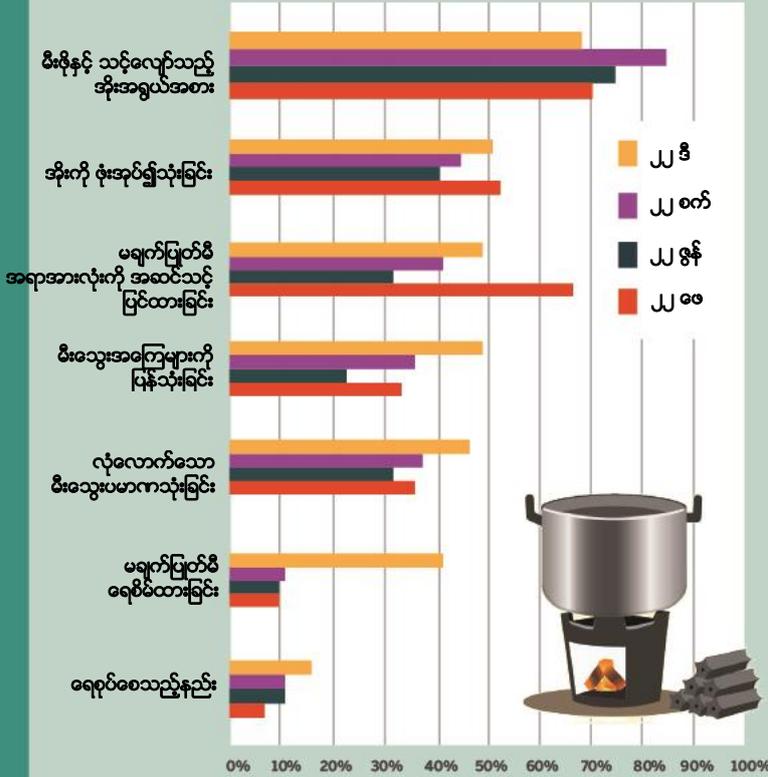


အစားအစာ ဈေးကွက် ဈေးနှုန်းများနှင့် အစားအစာ အရည်အသွေး အပေါ် တုံ့ပြန်ဖော်ပြချက်

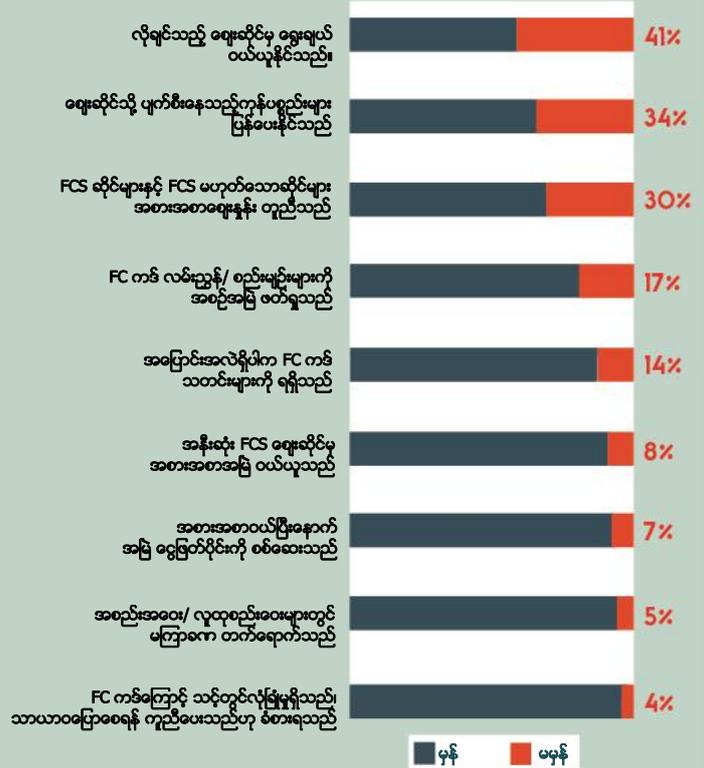
အစားအစာအုပ်စုများအားလုံးအတွက် အိမ် ထောင်စုအများစုက 'သင့်တင့်မှသည် ဈေး သက်သာ' ဟု ဖော်ပြကြသည်။ အိမ်ထောင်စု များက အများအားဖြင့် 'အလွန်ဈေးမြင့်' ဟု ဖော်ပြကြသည်မှာ ဆက်လက်၍ ဆီများ (၄၀%)၊ ဥများ (၃၉%) နှင့် ဆန် (၃၀%) ဖြစ်သည်။

ရိက္ခာငွေကိစ္စကိုသုံး၍ အရည်အသွေးရှိသော အစားအစာများ ရယူသည်။ အစားအစာ အရည်အသွေးနိမ့်သည်ဟု အနည်းစုကသာ ဖော်ပြသည်။

လောင်စာ ထိရောက်စွာ သုံးစွဲမှုနည်းလမ်းများ



အိမ်များသို့ သွား၍စောင့်ကြည့် စစ်ဆေးမှု စုစုပေါင်း၊ နယ်စပ်တစ်ခုလုံး



ထောက်ပံ့ချက်

- ယခုစစ်တမ်း၏ အဓိကတွေ့ရှိချက်များတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်သည်။
 - အိမ်ထောင်စု အများစု ယေဘုယျအားဖြင့် တတိယ ၃-လပတ်ကိုသို့ပင် မြင့်မားစွာ (၉၃%) 'လက်ခံနိုင်သည့်' စုံလင်ထွေပြားသော အစာ ရရှိသည်ဟု ဖော်ပြကြသည်။
 - အိမ်ထောင်စု အများစု 'ဈေးချို- သင့်တင့်' ဟု ဖော်ပြကြပြီး၊ 'အလွန်ဈေးကြီး'ဟု ဖော်ပြသည့် စားကုန်များမှာ ဆီများ၊ ဆန် နှင့် ဥများ ဖြစ်သည်။ အာဟာရ ရရှိမှု စံနှုန်းများကို သုံး၍ ရိက္ခာငွေကိစ္စ တန်ဖိုးအပေါ် နောက်ထပ်အက်ဖြတ်မှုကို ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။
- အိမ်ထောင်စုများ ဝတ်မှုတ်မှု မရှိ။
 - အစားအစာနှင့် မီးသွေးတို့၏ အရည်အသွေး ဆက်၍ ကောင်းမွန်သည်။ မီးသွေးနှင့် ပတ်သက်၍ ၉၈% က ကောင်းမွန်ဟု ဖော်ပြပြီး၊ ဥများအပေါ် အိမ်ထောင်စု ၉ ခုနှင့် ဆန်အပေါ် အိမ်ထောင်စု ၉ ခုတို့က အရည်အသွေး နိမ့်ဟုဖော်ပြသည်။

- ဖြစ်စေလိုသည့်အတိုင်း စားနပ်ရိက္ခာ ကုန်တန်ဖိုးသည် ၂၄ ရက်အကြာတွင် ကုန်သည်။ အစားအစာ အတွက် ငွေသုံးရမှုသည် ပျမ်းမျှ တလလျှင် ၆၈၈ ဘတ် ဖြစ်သည်။ (တတိယ ၃ လပတ်တွင် တလ ၅၅၈ ဘတ်)
- လောင်စာ ထိရောက်စွာ သုံး၍ ချက်ပြုတ်မှု နည်းလမ်းကို ဆက်လက်၍ မြင့်မားစွာ ကျင့်သုံးသည်။ (၈၈%)
 - မီးဖိုနှင့်သင့်သည့်အိုးကို သုံး၍ ချက်ခြင်းကို အသုံးများသည်ဟု အများစုက ဆက်လက်၍ ဖော်ပြကြသည်။ (၇၃%)

- ဆီ၊ ဆန်နှင့် ဥများကို 'အလွန် ဈေးကြီး'ဟု ယူဆကြသည်။

