ජාතික ප්‍රවාහන වෛද්‍ය ආයතනය

කාර්ය මණ්ඩල සාමාජිකයින් සඳහා වන උපදෙස් පත්‍රිකාව

වෛද්‍ය සවින්ද්‍ර ගමගේ

දැක්ම

සෑම සුක්කානමක් පිටුපසම
නිරෝගිමත් රියදුරකු හිඳුවීම

මෙහෙවර

ශ්‍රී ලංකාව තුළ ප්‍රවාහන වෛද්‍ය ක්ෂේත්‍රයේ
ප්‍රමුඛයා වෙමින් සියළුම රියදුරු බලපත්‍ර
අපේක්ෂකයන්ට අධ්‍යාත්මික හා ගුණාත්මක
වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සිදුකර ශාරීරික හා මානසික
යෝග්‍යතාවය පිළිබඳ සහතික කිරීම.

පෙරවදන

ජාතික ප්‍රවාහන වෛද්‍ය ආයතනයේ කටයුතු පිළිබඳව පසුගිය කාලය තුල ප්‍රජාව මෙන්ම රජය තුලද තිබුනේ එතරම් හොඳ ආකල්පයක් නොවේ. අනෙක් අතට සැලකීමේදී දිනෙන් දින අප වෙත පැමිණෙන සේවාලාභීන්ගේ ප්‍රමාණයේ ඉහළ යාමක්ද දක්නට ලැබේ. මෙම පොත් පිංච මුද්‍රණය කිරීමට මූලිකම හේතුව වූයේ සේවාලාභීන්ට ඉතා සුහදශීලී පරිසරයක් තුල, ක්‍රමවත් හා එකම ආකාරයට ඉක්මනින් මුලු දිවයින පුරාම සේවාව ලබා දීමේ හැකියාව හා දැනුම ඔබට ලබා දීමේ අදහසිනි.

මෙම පොත පිංච, අප ආයතනයේ සියලුම නිලධාරීන් හා සේවකයන් මෙන්ම නව රජයේ ඉදිරි ඉලක්ක ජය ගැනීමේ අපේක්ෂාවෙන් සකසා ඇත්තේය. මෙයින් කිසියම් හෝ ධනාත්මක වෙනසක් ඇති කිරීමට හැකියාව ලැබුනේ නම් එය මා ගත් උත්සාහයේ ප්‍රතිඵලයක් වූයේ යැයි මට සතුටු විය හැකිය. එම සතුට ලබා ගැනීමට ඔබගේ උපරිම දායකත්වය මා අපේක්ෂා කරමි. එවිට ඔබටද ඔබගේ රාජකාරි කටයුතු කිරීමේදී සතුටු වීමේ හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

වෛද්‍ය සවින්ද්‍ර ගමගේ
සභාපති
ජාතික ප්‍රවාහන වෛද්‍ය ආයතනය
30.08.2020

මූලික වශයෙන් සැලකිය යුතු කරුණු

අප කාර්යාලයෙන් සේවය ලබා ගැනීමට එන බොහෝ දෙනෙකු පැමිණෙන්නේද පැමිණ පසු සිටින්නේද කිසියම් චතිකයකින් යුක්තවය. ඒ බව හොදින් වටහා ගෙන මුලින්ම ඔබගෙන් සේවය ලබාගැනීමට පැමිණෙන මහත්ම මහත්මීන් සිනහ මුසු මුහුනින් පිළිගත යුතු වන්නේය.

ප්‍රධාන කාර්යාලය හා අනෙකුත් සියලුම කාර්යාල වලට පැමිණෙන සියලුම දෙනා පසුකල යුතු අවස්ථා කිපයක් ඇත. සමහරෙක් අන්තර්ජාල මගින් හෝ දුරකථන මාර්ගයෙන් දිනය හා කාලය වෙන් කර ගත් අයවලුන් වන අතර අනෙකුත් අය දින වෙන් නොකර එදින පාන්දරම පැමිනි අයවලුන් විය හැකිය. ඊට අමතරව නොයෙකුත් සම්බන්ධතා මත හෝ කිසියම් අතිසි ක්‍රමයක් යොදා ගැනීමේ අපේක්ෂාවෙන් පැමිණි අයෙක් විය හැකිය.

කාර්යාලය ඇතුලට පැමිණීමට පෙර ඔවුන් ගත කරන කාලය හා සිටින තත්ත්වය පිළිබඳවද අප සැලකිය යුතුව ඇත. සමහර අයවලුන් උදේ පාන්දර සිටම කාර්යාල භූමිය එලියේ සිටින අයුරු පිලිබඳව අප බොහෝ දෙනා එතරම් සැලකීමක් දක්වන්නේ නැත. නමුත් එය එසේ විය යුතු නොවේ. මෙම තත්ත්වය වහාම වෙනස් විය යුතුව ඇත.

සේවාලාභීන්ට අවම වශයෙන් උදේ 6.00 වනවිට කාර්යාලය භූමිය ඇතුලට පැමිණීමට හා එසේ කාර්යාලය භූමිය ඇතුලට එන සේවාලාභීන්ට වාඩිවී සිටීමේ පහසුකම් ඉදිරියේදී එනම් 2020 වසර අවසානයට පෙර ලබා දීමට අප ඉලක්ක ගත කර සිටින්නෙමු. ඒ සඳහා පෞද්ගලික ආරක්ෂක අංශවල සහයෝගය ලබා ගැනීමට කටයුතු කරනු ඇත.

ඊට අමතරව එම අවස්ථාවේදීම පැමිණි සේවා දායකයාගේ ඡායාරූපය සහිත ටෝකන් පතක් ඔහු හෝ ඇය එම දිනයේ සේවාව ලබා ගැනීමට පැමිණිය යුතු කාල පරාසය දක්වා ලබා දීමට කටයුතු කරනු ඇත.

මෙම පහසුකම දැනටමත් නුගේගොඩ ප්‍රධාන කාර්යාලයේදී ලබා දී ඇත. එනිසා සේවාලාභියාට කාර්යාලය තුලම රැඳී සිටිමට අවශ්‍ය නොවේ. පිටතට ගොස් නියමිත වේලාවට පැමිණිය හැකිය.

කාර්යාලය ඇතුලට පැමිනී පසු උස හා බර බැලීම ලියාපදිංචි කිරීම මුදල් ගෙවීම රුධිර පරීක්ෂණ සිදු කිරීම සහ වෛද්‍ය පරීක්ෂණයකට ලක්කිරීම ආදී අවස්ථා ගණනාවකට ඔවුනට මුහුණ දීමට සිදුවන්නේය. ඒ සෑම අවස්ථාවකදීම ඔවුනට එනම් සේවය ලබන්නාගේ ගෞරවය ආරක්ෂා වන ලෙස අප කටයුතු කලයුතුව ඇත. සුහදව ඔවුන් ඇමතිය යුතුව ඇත.

ඊට අමතරව ඕනෑම වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක මුලිකම අංගය වන්නේ රෝගියාගේ හෝ සේවය ලබන්නාගේ පෞද්ගලිකත්වය හා ගෞරවය ආරක්ෂා වන අයුරින් කටයුතු කිරීමයි.

කිසියම් පුද්ගලයකු විශේෂයෙන්ම වෛද්‍ය පරීක්ෂණයකට ලක් කිරීමේදී සැමවිටම ඔහුගේ හෝ ඇයගේ කැමැත්ත ලබාගත යුතු අතර ඔවුන්ගේ පෞද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා කළ යුතුව ඇත.

පහත සඳහන් කරුණු කෙරෙහි මූලික අවධානය යොමු කල යුතුව ඇත. එම කරුණු වල සාධාරණත්වය ඔබම මැන බලන්න.

1. උපරිම වශයෙන් එක කාමරයක එක් වරකට පරීක්ෂා කල යුත්තේ 10 දෙනෙකු පමණි.

2. වෛද්‍ය නිලධාරීන් හෝ නිල ඇඳුම් සහිතව පැමිණෙන පොලිස් හා ත්‍රිවිධ හමුදා නිලධාරීන් කණ්ඩායමේ මුලින් වෙන් වශයෙන් බැලීම වැදගත් වේ.

3. කණ්ඩායමේ කාන්තාවන් සිටී නම් ඔවුන් ඉන් පසු වෙනමම පරීක්ෂා කිරීම වඩා සුදුසු වන්නේය.

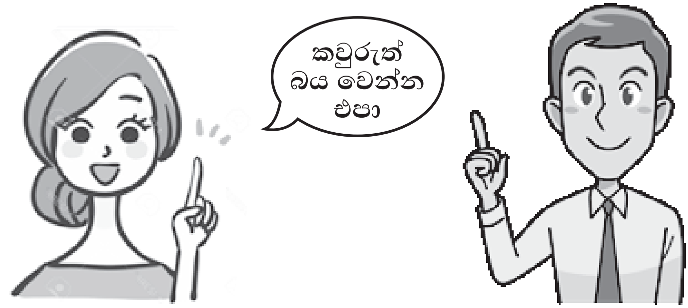
4. ඉන්පසු අනෙකුත් පුද්ගලයන් පරීක්ෂා කල යුතු අතර ඔවුන් වයස අනුව වැඩිහිටිම පුද්ගලයා මුලින් සිටින පරිදි පෙළගස්වන්නේ නම් මැනවි. පසුව සිදුකරන අක්ෂි පරීක්ෂාවෙන් පසු කණ්ඩායමේ සිටින වැඩිහිටිම පුද්ගලයාට වෛද්‍ය නිලධාරිවරයා අසල ඇති පුටුවේ වාඩි වීමට සලස්වා වැඩිහිටියන්ට සැලකීමේ වැදගත් කම සමාජයට ඉගැන්වීමට අවස්ථාවක් කර ගැනීමටද අපට පුලුවන.

“ආයුබෝවන්”, “සුභ උදෑසනක් වේවා” හෝ “සුභ දහවලක්” Good Morning යනුවෙන් ආරම්භයේදීම ඔවුන් පිලිගැනීම වඩා වැදගත් වේ.

දිග කලිසම් කොටට නැමීම හා කමිස වල අත් නැමීම කල යුත්තේ ඔවුන් කාමරයට ඇතුල් කල පසුවය. කාමරයෙන් පිටත දිග කලිසම් කොටට නමා ගෙන සිටීම එතරම් සදාචාර නොවේ.

ඉන්පසු ඔවුන් සියලු දෙනාටම සිංහල භාෂාව හෝ තමන් මෙහිදී භාවිතා කරන භාෂාව තේරුම් ගත හැකිවේද යන්න විමසීම මැනවි. විශේෂයෙන් නුගේගොඩ හා වේරහැර ශාඛා වලදී මේ තත්ත්වය වැඩියෙන් සැලකිය යුතුව ඇත. ඊට හේතු වන්නේ විදේශිකයන් හා උතුරු නැගෙනහිර දමිල සහෝදර සහෝදරියන් අපගේ සේවය ලබා ගැනීමට පැමිණෙන බැවිනි. එසේ අප භාවිතා කරන භාෂාව තේරුම් නොගන්නේ නම් ඒ බව තම වෛද්‍ය නිලධාරී හෝ වෛද්‍ය නිලධාරිනී වෙත දක්වා නිසි පියවර ගත යුතු වන්නේය.

කණ්ඩායමක් වශයෙන් සියලු දෙනා එක්වරම පරික්ෂා කරන බැවින්, කිසියම් හේතුවක් මත කිසියම් පුද්ගලකුට තනියම පරික්ෂා කිරීමට අවශ්‍ය වේද යන්න මුලින්ම විමසීම සුදුසු වන්නේය. එසේ අවශ්‍ය වන්නේ නම් අදාල පුද්ගලයා තනියම පරික්ෂා කිරීම වඩා සුදුසු වන්නේය.



ඉන්පසු මෙම පරීක්ෂණය ආරම්භ කිරීමට පෙර "කිසිවෙකු බියට පත් නොවිය යුතු බව" පැවසීම ඉතා වැදගත් වන්නේය. එමෙන්ම ඔවුන්ගේ අනන්‍යතාවය පරීක්ෂා කිරීමද ඉතා වැදගත් වන්නේය.

මෙහිදී "**කවුරුත් බය වෙන්න එපා**" යන වචන 4 කෙරෙහි තදින්ම අවධාරණය කරනු කැමැත්තෙමි. (ඊට හේතු වන්නේ මෙම පරීක්ෂනයට පැමිණෙන බොහෝ දෙනා මා මුලින්ද සඳහන් කල පරිදි ඉතා අනවශ්‍ය බියකින් පෙලෙන බැවිනි. (තමා මේ තත්ත්වයට පත් වුවහොත්, කෙසේ වේද යන්න මොහොතකට සිතන්න.)

ඉන්පසු, අප මේ අවස්ථාවේදී පරීක්ෂා කර බැලීමට අදහස් කරන දේ එනම් ඉන්පසු අප ගන්නා ක්‍රියා මාර්ග පිලිබඳවද ඔවුන්ට කෙටියෙන් පැහැදිලි කළ යුතුව ඇත.

එනම්

1. පාලනය නොවූ හා මේ දක්වා හඳුනා ගත් දියවැඩියාව හා රුධිර පීඩන වැනි රෝග තිබේද යන්න සොයා බැලීම.
2. හෘදය වස්තුව සම්බන්ධ කිසියම් ශල්‍යකර්මයක් සිදුකර තිබේද යන්න ගැන සොයා බැලීම.
3. ඇස් පෙනීමේ හෝ ඇස් වල කිසියම් දුර්වලතාවයන් තිබේද යන්න.
4. රිය ධාවනයට බාධා හෝ අපහසු වන පරිදි අත් පා වල කිසියම් ආබාධිත තත්ත්වයක් තිබේද යන්න.
5. ශ්‍රවණය පිළිබඳ කිසියම් ගැටළුවක් තිබේද යන්න සොයා බැලිම.

ඒ කෙසේ වෙතත් කිසියම් ආබාධයක් තිබුණද යම් යම් සීමාවන් මත ඔවුනට රියදුරු බලපත්‍ර ලබා ගැනීමේ හැකියාවක් ඇති බවද ඔවුන්ට දැන්වීම සුදුසු වන්නේය.

මෙම කරුණු ඉතා දිග ලෙස පෙනුනත් එය පුහුණු වීමකින් පසු ඉතා කෙටියෙන් හා කෙටි කාලයක් තුලදී පැහැදිලි කිරීමට පුළුවන් වනවා ඇත.

ඊට අමතරව කිසියම් පුද්ගලයෙකු බාහිර වශයෙන් කිසියම් ආබාධයකට ලක්වී ඇති බව පෙනී යන්නේ නම්, සමහර විට ඔහු හෝ ඇය අන් අය සමඟ කණ්ඩායමක් වශයෙන් පරීක්ෂණයට භාජනය වීමේ දී අපහසුතාවයකට පත්වීමේ හැකියාවක් ඇති බැවින් ඔහුව හෝ ඇයව කණ්ඩායම අවසානයේදී පරික්ෂා කරන්නේ නම් වඩා සුදුසු වනවා ඇත.

මේ අතරතුරදී හේතුවද ඉතා කෙටියෙන් පැහැදිලි කරමින් (''අපිට ඔබලාගේ අතපය හොඳින් පරික්ෂා කර බැලිය යුතු නිසා"), යනුවෙන් පවසමින් කලිසම් දණහිස දක්වා හා කමිස අත් වැලමිට දක්වා නමා ගන්නා ලෙසත්, සරම් ඇඳ ඇත්නම් එය ''කැසපට" ගන්නා ලෙසත් දැන්වීමට කටයුතු කරන්න.

ඉන්පසු ඔබ දැනටමත් සිදු කරන ආකාරයට අතේ මාපටගිල්ල හා ඉතිරි ඇඟිලි, වලලුකර, වැලමිට හා උරහිස යන හන්දි වලද පාද වල ඇඟිලි හා සියළුම හන්දිවල තත්ත්වය හා ක්‍රියාකාරිත්වය මෙන්ම කිසියම් අඩුපාඩුවක් තිබේද යන්න පරික්ෂා කරන්න. ඇත්තෙන්ම මෙය ව්‍යායාම් කරවීමක් නොවේ. අප සිදු කරන්නේ අත් පා හා සියළුම හන්දි වල ක්‍රියාකාරිත්වය පරික්ෂා කිරීමක් පමණි. එනිසා කිසිදු විටෙක ''ව්‍යායාම'' යන වචනය මෙහිදී භාවිතා නොකරන්න.

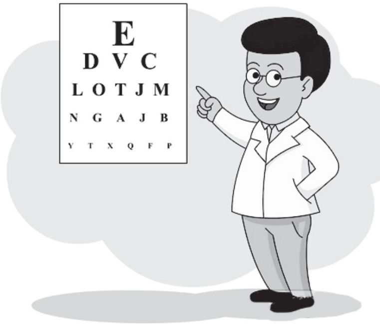
මෙහිදී පාදවල ඇඟිලි තුඩුවලින් සිටගෙන සිටීමට හැකියාව ඇත්ද යන බව පරීක්ෂා කළ යුතු වුවත් ඔවුනට එසේ පාදවල ඇඟිලි තුඩුවලින් සිටගෙන කෙලින් කටින් වාඩිවී සිටීමට කීම කිසිසේත්ම අවශ්‍ය නොවන බව මෙහිදී අවධාරණය කළ යුතුව ඇත.

හදවත සම්බන්ධ ශල්‍යකර්ම සිදුකර ඇති බව බැලීම සඳහා කමිසය එසවීමට හෝ ගැලවීමට අවශ්‍ය වේද යන්න, කණ්ඩායමක් වශයෙන් සිටින විට සිදු කිරීම පිළිබඳව වෛද්‍යවරයා තීරණය කරනවා ඇත.

ඉන් පසු සිදුකළ යුත්තේ අක්ෂි පරීක්ෂාවයි. අක්ෂි පරීක්ෂාවේදී අකුරු, ඉලක්කම් හෝ වෙනත් සංඥා පෙන්වීම සිදු කල යුත්තේ අදාල වෛද්‍ය නිලධාරියා හෝ නිලධාරිනිය විසින් පමනි.

ඉදිරියේදී ඊට පහසු වන ආකාරයේ (එනම් වෛද්‍ය නිලධාරියට හෝ නිලධාරිනියට වාඩිවී සිටිමින්ම අකුරු, ඉලක්කම් හෝ වෙනත් සංඥා පෙන්වීම සිදු කල හැකි) උපකරන ලබා දීමට කටයුතු කෙරෙනු ඇත.

අක්ෂි පරීක්ෂාවට පෙර එය කෙරෙන ආකාරය හා සැලකිය යුතු අනෙකුත් කරුනු පිලිබඳව වෛද්‍ය නිලධාරී හෝ නිලධාරීනිය විසින් කරුණු පැහැදිලි කරන්නේ නම් මැනවි.



පහත සදහන් කරුණු පිලිබඳවද සලකා බලන්න.

1. ඇස් කණ්නාඩි පැළඳ ඉන්න අය සිටීද යන්න බලන්න. එසේ සිටී නම් ඒවා ඉවත් කර, ඔවුන්ගේ ඇස් වල කිසියම් වපරයක් වැනි වෙනත් ආබාධ තිබේ දැයි සොයා බැලීම සඳහා, සියළුම දෙනාටම තමන් දෙස ඍජුවම මොහොතක් බලන ලෙස පවසන්න.

2. බොහෝ දෙනා තමන් අසමත් වේයැයි බියෙන් ඇස් කණ්නාඩි ගෙන එන අවස්ථාවන් ඇත. තවත් සමහර පුද්ගලයන් ඇස් කණ්නාඩි භාවිතා කරන්නේ රාත්‍රී කාලයේදී පමණි. සමහර දෙනා ඇස් කණ්නාඩි භාවිතා කරන්නේ පොත්පත් බැලීමට හෝ ළඟ බැලීමට පමණකි. සමහර අය කණ්නාඩි භාවිතා කරන්නේ දුර ගමන්වල යෙදෙන අවස්ථාවල දී පමණි,

   මෙම කරුණු සිතෙහි තබාගෙන ඔවුන්ගෙන් ඍජුවම ඒ ගැන ප්‍රශ්න කිරීම වඩා වැදගත් වනවා ඇත. කෙසේ වෙතත් ප්‍රශ්නකාරී හෝ ගැටලුකාරී අවස්ථාවක් ඇති උවහොත්, ඇස් කණ්නාඩි දමා හා නොදමා යන අවස්ථා දෙකේදීම දෘෂ්ටි තත්ත්වය පරික්ෂා කිරීම වැදගත් වනවා ඇත.

   උදාහරණයක් වශයෙන්, කිසියම් පුද්ගලයෙකු දිවා කාලයේදී ඇස් කණ්නාඩි පාවිච්චි නොකරන බව පවසන්නේ නම්, ඔබ දැන් සිටින්නේ දිවා කාලයේ බව පවසා ඇස් කන්නාඩි නොදමා ඔහුගේ තත්ත්වය පරීක්ෂා කළ යුතුව ඇත. මුලින්ම සඳහන් කල පරිදි දෘෂ්ටි පරික්ෂා කිරීමේදී අදාළ සටහන පෙන්වීම හැකි සෑම විටම වෛද්‍යවරයා විසින් කළ යුතු වන්නේය. මීට හේතුව පැහැදිලි කිරීම අවශ්‍ය වන්නේ නැත.

කිසියම් පුද්ගලයකුගේ දෘෂ්ටියේ ආබාධයක් තිබේ නම් එම තත්ත්වය ඔහුගේ පෞද්ගලිකත්වයට බාධාවක් නොවන පරිදි ඔහුට පැවසීමට කාරුණික වන්න. එසේම ඒ පිළිබඳව ඔහුට සුළු පැහැදිලි කිරීමක් කිරීමටද කාරුණික වන්න.

උදාහරණයක් වශයෙන් කිසියම් අයෙකු ගේ ඇස් පෙනීමේ තත්ත්වය 6/36, 6/ 18 ලෙස කියන අතර තුර එහි තේරුමද අදාළ පුද්ගලයාට කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්නේ නම් ඉතා වැදගත් වනු ඇත.

එනම්, එක් ඇසක 6/36 යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙක් එම ඇස තුළින් අඩි 36ක් දුර ඇති දෙයක් පෙනෙන ආකාරයටම, තමාට බැලීමට අවශ්‍ය වන්නේ නම් ඒ ස්ථානය අසලට අඩි හයක් ආසන්නයට යා යුතු බවයි. එසේ නොමැති නම් මෙයින් අදහස් වන්නේ එම අක්ෂි ආබාධිත පුද්ගලයාට අඩි හයක් දුරින් ඇති යම් කිසි දෙයක් පෙනෙන දේ ඒ ආකාරයටම සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකුට අඩි 36ක් දුර සිට පෙනෙන බවයි.

කිසියම් පුද්ගලයෙකු ඔහුට හෝ ඇයට තමාගේ ඇස් පෙනීම පිළිබඳව නැවත වරක් පරීක්ෂා කර ගැනීමට අවශ්‍ය බව කියා සිටින්නේ නම් ඔහුට හෝ ඇයට එම අවස්ථාව දිය යුතුව ඇත. එසේම කිසියම් පුද්ගලයෙකුගේ වපරයක් වැනි දෙයක් ඇතිවිට එහිදී ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ගය පැහැදිලි කලයුත්තේද, එම පුද්ගලයාගේ මානසිකත්වයට හා පෞද්ගලිකත්වයට හානියක් නොවන පරිදිය.

උදාහරණයක් වශයෙන් එම පුද්ගලයාට මේ බව පැහැදිලි කල හැකි එක් ක්‍රමයක් නම්, අද අපි මෙම කරුණ පිලිබදව කටයුතු නොකොලොත් හදිසියේ කිසියම් අනතුරක් සිදුව අධිකරණය ක්‍රියා මාර්ග ගැනීමට සිදු වූ විටෙක පැමිණිලි පාර්ශ්වයෙන් අධිකරනයේදී ඔහුගේ අක්ෂි දෝෂය පිලිබදව අභියෝගයකට ලක්විය හැකි බවයි. එනිසා එසේ අවදානමට ලක් නොවී එම අවස්ථාවේදී අපහසුතාවයකට පත් නොවී, දැන්ම අක්ෂි විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකුගෙන් සහතිකයක් ලබා ගැනීම සුදුසු බවය.

කෙසේ වෙතත් අක්ශි විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමු කළ යුතු ආකාරයේ දෘෂ්ටි ආබාධයක් ඇති අයකු වේ නම් ඔහුට හෝ ඇයට එදිනම ඇස් කණ්නාඩි ගැනීමේ හැකියාවක් නොමැති බව පැහැදිලිය. එසේම ඒ අසලම ව්‍යාපාරයක් වශයෙන්ම ඇස් කණ්නාඩි සපයන සුදුසුකම් නොමැති පුද්ගලයන් හා ආයතන බිහිවෙන්නට පත් වූවොත් හෝ ඒ අය තම කාර්යාලයේ අය සමග සම්බන්ධතා පවත්වන බවට සැකයක් ඇති උවහොත් මේ සම්බන්ධයෙන් සැලකිලිමත් වීම ඉතා වැදගත් වනවා ඇත.

සමහර අවස්ථාවලදී සේවා ලාභීන් විසින් තමන්ගේ අක්ෂි දුබලතා ඇති බවට පිළිනොගන්නා අවස්ථා ඇති වීමට පුළුවන. උදාහරණයක් වශයෙන් ඇස් කණ්නාඩි භාවිතයෙන් පසුව වුවද එක ඇසැක් සම්පූර්ණයෙන් නොපෙනෙන අයෙකු සමහර විටෙක මෝටර් සයිකල් පැදීමට අවසර ඉල්ලා කරදර කිරිමට පුළුවන.

එවැනි අවස්ථාවලදී සුදුසු උදාහරණයක් භාවිතා කොට එහි ඇති අවදානම ඔහුට පැහැදිලි කිරීමට කටයුතු කළ යුතුව ඇත. එනම් යම් අයකුට තමාගේ වම්පස සම්පූර්ණයෙන් නොපෙනේ නම්, ඔහු හෝ ඇය හතරමං හන්දියකින් ගමන් කිරීමේදී, වම් පසින් එන්නාවු කිසිවක් නොපෙනෙන බව පහදා දීමෙනි. හැකි සෑම අවස්ථාවකදීම තම සේවාදායකයාට මෙවැනි උදාහරණ භාවිතයෙන් කරුණු පැහැදිලි කර දීමට

උත්සාහ කරන්න. මෙවැනි අයෙකුට භාවිතා කළ හැක්කේ තමන්ගේ තමන්ගේම නමින් ඇති, යම් වෙනස්කම් වලට භාජනය කළ මෝටර් රථයක් පමණක් බව පැහැදිලි කර දෙන්න.

යම් සේවාලාභියෙකුට, කිසියම් හේතුවක් නිසා ඇස් කණ්නාඩි අවශ්‍ය වන්නේ නම්, එදිනම වුවත් ඇස් කණ්නාඩි ගෙන එන්නේ නම් ඒ සඳහා ඉඩ ලබා දිය යුතුව ඇත. එහෙත් මෙහිදී අදාල කණ්නාඩි නිසි ලෙස ගත්තේද යන්න පරීක්ෂා කර ගැනීම පිනිස එම පුද්ගලයාගේ නම සහිත රිසිට්පත ඉල්ලා සිටීම වැනි දෙයක් සිදු කිරීමට පුලුවන.

තවත් විටක, සේවාදායකයාගේ අනන්‍යතාවය ස්ථිර කර ගැනීම සඳහා ජාතික හැඳුනුම්පත හෝ වලංගු ගමන් බලපත්‍රයක් ඉල්ලා සිටීමේදී, ගැටලුකාරී අවස්ථා ඇති විය හැකිය. තම අනන්‍යතාවය ස්ථිර කර ගැනීම සඳහා රියදුරු බලපත්‍රය මෙය සඳහා භාවිතා නොකළ හැක්කේ ඇයිදැයි විමසන අවස්ථා බොහෝ විට ඇත. මේ සම්බන්ධයෙන් දිනපතා පුවත්පතක පළවූ පළ වූ වාර්තාවක් මේ සමඟ ඉදිරිපත් කිරීමට කැමැත්තෙමි.

අවශ්‍යතාවක් ඇති උවහොත් මේ සමග ඇති පුවත්පත් වාර්තාව පෙන්වා ඔවුන්ට ඒ බව පැහැදිලි කිරීමට කටයුතු කළ හැකිය.

රුධිර පීඩනය හා අධික ලෙස රුධිරයේ සිනි ප්‍රමාණය වැඩි නම් ඒ බව වටහාදී, එම ප්‍රමාණයන් සටහන් කොට, ගත යුතු ක්‍රියා මාර්ග පහදා දිය යුතුව ඇත. මොවුන් සමහර විට අලුතෙන්ම හඳුනා ගත් අය වීමට පුළුවන.

මෙම තත්ත්වයන්, නියමිත පරිදි සටහන් කිරීමේ ක්‍රමයක් ඉදිරියේදී ලබා දීමට කටයුතු කෙරෙනු ඇත. සමහර දෙනා අලුතෙන්ම තමන්ට මෙවනි දියවැඩියාව හා අධික රුධිර පීඩනය දැනගන්නේ මුල්වතාවටය. තවත් කණ්ඩායමක් රෝගය තමන්ට ඇති බව දන්නා නමුත් කිසියම් හේතුන් නිසා පාලනයෙන් තොරව සිටි. අක්ෂිරෝග පිලිබඳ තත්ත්වයද එසේමය. එබැවින් මේ පිලිබඳ

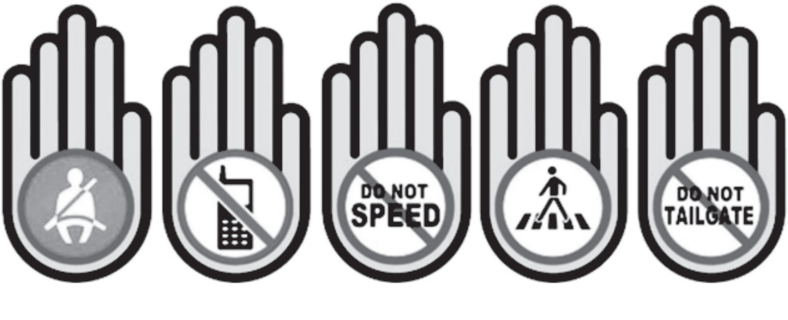
නිවැරදි දත්ත තබා ගැනීම හා අදාල අංශ වෙත ලබා දීම ඉතා වැදගත්වේ, ඒ බව අප හොඳින්ම වටහා ගත යුතුව ඇත.

එසේම කාලය තිබේනම්, ප්‍රජාවට මෙම රෝග පිලිබඳව අධ්‍යාපනයක් ලබා දීමද වැදගත් වේ.

යම් අයෙකුගේ රුධිර වර්ගය "ඕ නෙගටිව්" හෝ "ඒ නෙගටිව්" වැනි දුර්ලභ තත්ත්වයක ඇත්නම් එම තත්වය පිලිබඳව පැහැදිලි කර දීමද අප යුතුකමක් වන්නේය. හැකියාවක් තිබේ නම් රුධිරය දන් දීමට කටයුතු කරන ලෙසත් ප්‍රතිකාර සඳහා රෝහලකට යාමට සිදු උවහොත් තම රුධිර වර්ගය කියන ලෙස දන්වන්න.

ඊට අමතරව, රිය අනතුරු වලක්වා ගැනීම, රිය පැදවීමේදී නිදි මතක් ඇති වුවහොත් ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග, රිය ධාවනයේදී පිලිපැදිය යුතු හොඳ පුරුදු ආදිය පිලිබඳව මෙන්ම, හදිසියේ රියදුරාට මාරක රිය අනතුරක් සිදු උවහොත් ඉන්ද්‍රිය බද්ධ කිරීමට වෙනත් අයෙකුට ලබා දීමට ඇති හැකියාව පිලිබඳව, කාලය ලැබෙන පරිදි කෙටියෙන් හෝ කරුණු දැක්වීම වැදගත් වනු ඇත, මේ සඳහා අවශ්‍ය පෝස්ටර ඉදිරියේදී ලබා දෙනු ඇත.

වෛද්‍ය පරීක්ෂණය අවසානයේ ගතයුතු ක්‍රියා මාර්ගයන්ද, තමන්ගේ ජංගම දුරකතන හා හැඳුනුම්පත් වැනි දේවල් ආපසු ගෙන යාමටද මතක් කර දීම සුදුසුය.



ජාතික ප්‍රවාහන වෛද්‍ය ආයතනය,
නුගේගොඩ.
2020.09.11

අභ්‍යන්තර චක්‍රලේඛ අංක 2020/07

යොමුව :
ප්‍රධාන වෛද්‍ය නිලධාරි, සියළුම කාර්යභාර වෛද්‍ය නිලධාරින්, වෛද්‍ය නිලධාරින්, කාර්යභාර නිලධාරීන්, වැ/බ කාර්යභාර නිලධාරන්, සේවක මහත්ම/මහත්මයින්,

ප්‍රධාන කාර්යාලය ඇතුලු අම්පාර, අනුරාධපුරය, බදුල්ල, මඩකලපුව, ගාල්ල, ගම්පහ, හම්බන්තොට, යාපනය, කළුතර, මහනුවර, කෑගල්ල, කිලිනොච්චිය, කුරුණෑගල, මන්නාරම, මාතලේ, මොනරාගල, මාතර, මුලතිව්, නුවරඑළිය, පොළොන්නරුව, පුත්තලම, ත්‍රිකුණාමලය, රත්නපුරය, වවුනියාව, වේරහැර ශාඛා කාර්යාල වෙත,

විෂය : රියදුරු බලපත්‍ර අපේක්ෂකයින්ට කාර්යක්ෂම හා කඩිනම් සේවාවක් ලබා දීම සඳහා වෛද්‍ය පරික්ෂණ සිදු කිරිම සම්බන්ධයෙන් ගෙන ඇති නවතම වෙනස් කිරිම්.

2020.09.11 දින වාහන නියාමනය, බස් රථ ප්‍රවාහන සේවා හා දුම්රිය මැදිරි හා මෝටර් රථ කර්මාන්ත රාජ්‍ය අමාත්‍ය ගරු දිලුම් අමුණුගම මැතිතුමාගේ ප්‍රධානත්වයෙන් පැවති රැස්වීමේදී සේවාලාභින් හට වෛද්‍ය පරික්ෂණ සිදුකිරිමේදී කාර්යක්ෂම හා කඩිනම් සේවාවක් ලබාදීමේ අරමුණින් පහත සඳහන් තීරණවලට එළඹිණි.

ඒ අනුව 2020.09.12 දින සිට ක්‍රියාත්මක වන පරිදි පහත සඳහන් ආකාරයට වෛද්‍ය පරික්ෂණ සිදු කිරීමේදී කටයුතු කල යුතුව ඇත.

01. **උස හා බර පරික්ෂාව**

සාමාන්‍ය පරිදි සේවාලාභියාගේ උස හා බර පරික්ෂා කිරිම සිදුකල යුතුව ඇත. එසේ සිදුකරන්නේ බරවාහන සඳහා අවශ්‍ය උස අඩි 5 ක ප්‍රමාණයක් පවතින බව දැනගැනීම හා අපේක්ෂකයා හට උසට සරිලන බරක් තිබේද යන්න දැන ගැනීම සඳහා පමණි.

උස අඩි 5ට අඩු සේවාලාභින් බරවාහන පැදවීමට සුදුසු නොවේ. එහෙත් උසට සරිලන බරක් නොතිබීම හෝ ස්ථුලභාවයෙන් යුක්ත වීම රියදුරු බලපත්‍රයක් ලබා ගැනීමට නුසුදුස්සෙකු ද නොවේ. නමුත් එවැනි අවස්ථාවකදී නිසි වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා දීමට හා එසේ උපදෙස් ලබාදුන් බවට අදාල වෛද්‍ය නිලධාරි විසින් වෛද්‍ය සහතිකයේ සටහනක් යෙදිය යුතුව ඇත.

02. **එක්ස්රේ පරික්ෂාව**

රියදුරු අපේක්ෂකයින් සඳහා **ළය එක්ස්රේ පරික්ෂාවක් සිදු කිරිම තවදුරටත් අවශ්‍ය නොවේ.** එහෙත් පවතින සෞඛ්‍යමය තත්ත්ව මත වෛද්‍ය නිලධාරියා හට කිසියම් පුද්ගලයෙකුගේ ළය පරික්ෂාවක් අවශ්‍ය බවට ඒත්තු යන්නේ නම් ළය

එක්ස්රේ පරික්ෂාවක් සිදුකල යුතුව ඇත. කෙසේ වෙතත් ශ්‍රී ලංකා ගමනා ගමන මණ්ඩලය හෝ වෙනත් ආයතන සඳහා පත්වීම් ලබා දීම සඳහා සිදුකරන වෛද්‍ය පරික්ෂණ සඳහා ළය එක්ස්රේ පරික්ෂාවක් සිදුකිරීම අනිවාර්යය වේ.

03. **රුධිර සිනී මට්ටම පරික්ෂා කිරීම හා රුධිර පීඩන පරික්ෂාව**

පළමු වරට පැමිණෙන සේවා ලාභීන්ගේ රුධිර වර්ගය හා සීනි ප්‍රමාණය පරික්ෂා කිරීම දිගටම කල යුතුව ඇත. කෙසේ වෙතත් රුධිරයේ සිනි මට්ටම මත හෝ පවතින රුධිර පීඩන මට්ටම් මත සේවාලාභින් වෛද්‍ය පරික්ෂණයෙන් අසමත් කිරීම සිදු නොකල යුතුව ඇත. නමුත් රුධිරයේ සිනි මට්ටම හෝ පවතින රුධිර පීඩන මට්ටම නියමිත සීමාවට වැඩි හෝ අඩු අවස්ථාවලදී වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා දී "**වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා දී ඇත**'' යනුවෙන් සටහන් කර වෛද්‍ය සහතිකය නිකුත් කිරීමට කටයුතු කල යුතුව ඇත.

එසේම ඉහත රෝගී තත්වයන් සමග සංකූලතා පවතින්නේ නම් හෝ වෙනත් කිසියම් වෛද්‍යමය හේතුවක් මත යම් සේවා දායකයෙකු රියදුරෙකු ලෙස කටයුතු කිරීමට සුදුසු නොවන බවට වෛද්‍ය නිලධාරියෙකුට හැගී යන අවස්ථාවකදී, විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකුගේ අදහසක් ලබා ගැනීම සඳහා නියමිත විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමු කිරීමේ හැකියාව ඇත. එවැනි අවස්ථාවකදී ඒ පිළිබඳව පැහැදිලි සටහනක් අදාල අයදුම් පතෙහි සටහන් කල යුතුව ඇති අතර එවැනි අයෙකුට මීළගට පැමිණෙන අවස්ථාවලදී ප්‍රමුඛතාවයලබා දිය යුතුව ඇත. ජාතික අවශ්‍යතාවයක් සේ සලකා රුධිර සිනි /රුධිර පීඩන පරික්ෂාවන් නොකඩවා සිදු කල යුතු අතර, අවශ්‍ය උවහොත් එසේ සිදු කරන්නේ "**ඔබගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය පිළිබඳ ඔබටම තහවුරුවක් ලබා ගැනීම සඳහා**" නිසා බවට පැහැදිලි කිරීමට කටයුතු කල යුතුව ඇත. කෙසේ වෙතත් දෙවන වරට පැමිනෙන සේවාලාභියෙකු, රුධිර සීනී මට්ටම බැලීම සඳහා අකැමැති වන්නේ නම් රුධිර පරීක්ෂාව සිදු නොකල යුතුව ඇත.

මේ පිළිබඳව තම සියලුම කාර්ය මණ්ඩලය දැනුවත් කොට ඒ බව වහාම මෙම කාර්යාලය වෙත දැන්වීමට කටයුතු කරන ලෙසත් උක්ත උපදෙස් වහාම ක්‍රියාත්මක විය යුතු බවටත් අවධාරණය කරනු කැමැත්තෙමි.

වෛද්‍ය සවින්ද්‍ර ගමගේ
සභාපති
ජාතික ප්‍රවාහන වෛද්‍ය ආයතනය.

පිටපත් : 1) වාහන නියාමනය, බස් රථ ප්‍රවාහන සේවා හා දුම්රිය මැදිරි හා මෝටර් රථ කර්මාන්ත රාජ්‍ය අමාත්‍යතුමා ගරු දිලුම් අමුණුගම ඇමතිතුමා, (කාරුණික දැනගැනීම සඳහා)

පිටපත් : 2) ලලිත් ද අල්විස් මහතා වාහන නියාමනය, බස් රථ ප්‍රවාහන සේවා හා දුම්රිය මැදිරි හා මෝටර් රථ කර්මාන්ත පිළිබඳ රාජ්‍ය ලේකම් (කාරුණික දැනගැනීම සඳහා)

සැක්/භාගා