දුරකථන) 2698475
தொலைபேசி) 2698490
Telephone) 2698507

ෆැක්ස්) 2692913
பெக்ஸ்) 2693869
Fax)

විද්‍යුත් තැපෑල)
மின்னஞ்சல் முகவரி) postmaster@health.gov.lk
e-mail)

වෙබ් අඩවිය)
இணையத்தளம்) www.health.gov.lk
website)

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

මගේ අංකය)
எனது இல) NCCP/GOSL/CPED/01/2025
My No.)

ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No. :)

දිනය)
திகதி) 25.08.2025
Date)

සෞඛ්‍ය හා ජන මාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
Ministry of Health & Mass Media

චක්‍රලේඛ අංක : 01 – 36 / 2025

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ සියලුම නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්වරු
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ සියලුම අධ්‍යක්ෂවරු
සියලුම පළාත්/ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරු
ජාතික/ශික්ෂණ සහ දිස්ත්‍රික් මහ රෝහල් අධ්‍යක්ෂවරු
පෞද්ගලික සෞඛ්‍ය ආයතන අධ්‍යක්ෂවරු
සෞඛ්‍ය ආයතන ප්‍රධානීන්
සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී

ලෝක පියයුරු පිළිකා පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමේ මාසය - ඔක්තෝබර් 2025

ශ්‍රී ලංකාවේ මෙන්ම ලෝකයේද කාන්තාවන් අතර සුලබතම පිළිකාව පියයුරු පිළිකාවයි. 2022 වර්ෂයේ ශ්‍රී ලංකා ජාතික පිළිකා ලේඛනයට අනුව හඳුනාගත් කාන්තා පිළිකා අතුරින් 28% (5447) ප්‍රමාණයක් පියයුරු පිළිකා රෝගීන්වේ. එම වසරේදී පියයුරු පිළිකාවට ගොදුරු වූ පිරිමින් 188 දෙනෙක් හඳුනාගෙන ඇති අතර එය 2021 වසරට සාපේක්ෂව 50% කට ආසන්න වැඩි වීමක් පෙන්නුම් කරයි. 2020 වසරේ රෙජිස්ට්‍රාර් ජෙනරාල් දෙපාර්තමේන්තු දත්ත අනුව පියයුරු පිළිකා නිසා මියගිය සංඛ්‍යාව 792ක් වන අතර, ඔවුන්ගෙන් 773ක් කාන්තාවන් සහ 19ක් පිරිමින් වේ.

පියයුරු පිළිකා ඇති රෝගීන් කල් ඇතිව හඳුනා ගැනීම, කඩිනම් රෝග විනිශ්චය, ප්‍රතිකාර ලබාදීම සහ පිළිකාව සමඟ දිවි ගෙවන රෝගීන් සඳහා ඇති නොයෙකුත් සේවාවන් පිළිබඳව ජනතාවගේ දැනුවත් බව වැඩි කිරීමේ අරමුණින් ලොව පුරා '**පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමේ මාසය**' සෑම වසරකම **ඔක්තෝබර් මාසයේදී** සමරනු ලැබේ.

පියයුරු පිළිකාව කලින් හඳුනාගෙන මූලික අවස්ථාවේදී ප්‍රතිකාර කිරීම මගින් රෝගය සුව කර ගැනීමට ඇති හැකියාව වැඩි කරගත හැක

පියයුරු පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීම සඳහා ඇති අවස්ථා,

- පියයුරුවල ඇතිවිය හැකි අසාමාන්‍යතා සම්බන්ධව රෝග ලක්ෂණ හා සළකුණු පිළිබඳ ජනතාවගේ දැනුම ඉහළ නැංවීම ('ඔබ විසින්, ඔබ වෙනුවෙන්') (ඇමුණුම I)
- ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාව (Self Breast Examination - SBE)
- සායනික පියයුරු පරීක්ෂාව (Clinical Breast Examination - CBE)

පියයුරු පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීමේ සේවාවන් ලබා ගත හැකි මධ්‍යස්ථාන

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාල හරහා දීපව්‍යාප්තව පවත්වා ගෙන යනු ලබන සුවනාරී සායන
- ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථාන සහ රෝහල්වල පවත්වා ගෙන යනු ලබන සුව දිවි සායන
- හඳුනාගත් ද්විතියික/තෘතියික රෝහල් තුල පවත්වා ගෙනයනු ලබන 'පියයුරු සායන' (ඇමුණුම II)
- නාරාහේන්පිට, මාතර, යාපනය, රත්නපුර සහ මඩකළපුවේ ස්ථාපිත පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීමේ මධ්‍යස්ථාන

මැමෝග්‍රෆි පරීක්ෂාව (ඇමුණුම III) සහ ව්‍යාධිවේදී පරීක්ෂණ සඳහා අවශ්‍යවන පහසුකම් සියලුම දිස්ත්‍රික් ආවරණය පරිදි පවත්වා ගෙනයනු ලැබේ).

ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන සෑමවිටම පියයුරු පිළිකාව කලින් හඳුනා ගැනීම ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා බහුපාර්ශවකරුවන් සමඟ කටයුතු කරයි. මෙම වසරේදී ලෝක පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමේ ජාතික වැඩසටහන "**Pink for Life**" තේමාව යටතේ ඔක්තෝබර් 11වන සෙනසුරාදා දින හැව්ලොක් සිටි සාප්පු සංකීර්ණ පරිශ්‍රයේදී පැවැත්වීමට කටයුතු සම්පාදනය කර තිබේ. මෙහිදී දවස පුරා පැවැත්වෙන පිළිකා සම්බන්ධ ප්‍රදර්ශනයක්, විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන් මගින් සිදු කරන දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහනක් සහ රෝස පැහැය මූලික කරගත් විලාසිතා දැක්මක් පැවැත්වීමට සූදානම් කර ඇත. විලාසිතා දැක්ම හරහා ජටා භාවිතය, විග් භාවිතය වැනි ආදේශක පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමට ද පියයුරු පිළිකා පිළිබද නිශේධාත්මක ආකල්ප (stigma) දුරු කොට, පියයුරු පිළිකාව යනු නියමිත පරිදි වෛද්‍ය අවවාද අනුගමනය කළහොත් සුවකළ හැකි පිළිකාවක් බව සමාජය තුල ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ද බලාපොරොත්තු වේ.

ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥවරුන් (CCP), මාතෘ හා ළමා වෛද්‍ය නිලධාරීන් (MO/MCH), බෝ නොවන රෝග පිළිබඳ වෛද්‍ය නිලධාරීන් (MO/NCD), ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරීන් (RSPHNO), මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරීන් (PHNO) සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන නිලධාරීන් (HEO) යන අයගේ සහයෝගය ඇතිව පහත සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් ඔබේ ප්‍රදේශයේ සිදු කරන ලෙස, දිවයින පුරා සියලුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ (PDHS), දිස්ත්‍රික් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ (RDHS), රෝහල් අධ්‍යක්ෂවරුන්, සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් (MOH) සහ ප්‍රාථමික වෛද්‍ය සේවා ආයතනභාර වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගෙන් ඉල්ලා සිටී.

1. වයස අවුරුදු 50-60 අතර කාන්තාවන් ඉලක්ක කර ගනිමින් පියයුරු පිළිකා පරීක්ෂා කිරීමේ වැඩසටහනක් සංවිධානය කරන ලෙස ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන, දිවයින පුරා පිහිටි සුවනාරී සායන, සුව දිවි සායන සහ පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීමේ මධ්‍යස්ථාන ආදී සියලුම සායනවලට දැනුම් දෙනු ලැබේ. මෙම වැඩසටහන ඔක්තෝබර් මාසය පුරාවට පැවැත්විය හැකිය. සෑම වැඩසටහනකටම අවම වශයෙන් මෙම වයස් කාණ්ඩයේ කාන්තාවන් 100ක් ඇතුළත් කර ගත යුතුය.

මේ සඳහා දෛනික සෞඛ්‍ය සේවා ලබා ගැනීමට පැමිණෙන වැඩිහිටි කාන්තාවන් සම්බන්ධ කර ගත හැකිය. පියයුරු පිළිකාව බහුලව දක්නට ලැබෙන වයස අවුරුදු 50ට වැඩි මෙම වයස් කාණ්ඩයට ප්‍රමුඛත්වයදීම අපේක්ෂා කෙරේ. ශ්‍රී ලංකාවේ පියයුරු පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීම සඳහා සැළකිය යුතු දායකත්වයක් ලබා දෙන මෙම වැදගත් මහජන සෞඛ්‍ය ක්‍රියාකාරකම සැලසුම් කිරීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ඔබගේ පූර්ණ සහයෝගය අපේක්ෂා කෙරේ.

2. පියයුරු සායන පැවැත්වෙන රෝහල් ආයතන ප්‍රධානීන් විසින් මෙම සේවාව විශ්ලේෂණය කර, කාර්යක්ෂමතාව වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය පියවර ගත යුතුය. තවද, රෝගීන්ගේ ව්‍යාධිවේදී හා විකිරණ පරීක්ෂණ සඳහා පොරොත්තු ලේඛණවල රැඳී සිටීමේ කාලය අවම කරගැනීමට ආයතන මට්ටමින් අවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග හඳුනාගෙන ක්‍රියාත්මක කළ යුතුය. එමගින් ගෝලීය පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ 2040 දී සපුරා ගත යුතු ප්‍රධාන ඉලක්ක තුනවන, 60% රෝගීන් මුල් අවධියේදී හඳුනා ගැනීම, දින 60ක් ඇතුළත රෝගය විනිශ්චය කිරීම, >80% රෝගීන් ප්‍රමාණයක් සියලු ප්‍රතිකාර සම්පූර්ණ කිරීම සපුරා ගැනීමේ මාර්ගය සාක්ෂාත් කිරීමට අවශ්‍ය පසුබිම සැකසීම අරමුණ වේ.

3. සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යයාලවල පවත්වාගෙන යන "**පසු විපරම් ලේඛණය** " **(Follow Up Registers)** නිවැරදිව නඩත්තු කිරීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ කාර්ය මණ්ඩලය නැවත දැනුවත් කර, මෙම ක්‍රියාවලිය යාවත්කාලීන කිරීම සඳහා අවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග ගැනීමට සියලුම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන් යොමු විය යුතුය.

4. පියයුරු පිළිකාවෙන් සුව වූ අය සහ මිය ගිය රෝගීන් සිහි කිරීමටත්, එම රෝගයෙන් ගැලවීම සඳහා දරණ උත්සාහයන් අගය කිරීමටත් රෝස පැහැය අන්තර්ජාතික ලෙස භාවිතා වේ. ඔක්තෝබර් මාසය පුරා, රෝහල් හා සෞඛ්‍ය සේවා අංශවලදී පියයුරු පිළිකාව පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමට රෝස පැහැති සැරසිලි භාවිතයෙන් අලංකාර කිරීම සුදුසුය. සිවිල් සමාජ සංවිධානවල සහභාගීත්වය ඔස්සේ මෙම ක්‍රියාකාරකම් රාජ්‍ය නොවන සහ පෞද්ගලික අංශ වෙතද හඳුන්වා දිය හැකිය.

5. රෝහල් මට්ටමින් සහ සෑම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී ප්‍රදේශයකම පියයුරු පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීම පිළිබඳ පුහුණු වැඩසටහන්, දේශන සහ සාකච්ඡා පැවැත්විය යුතුය. සුවනාරි, සුව දිවි, ශල්‍ය, පියයුරු සහ ජංගම සායන, පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීමේ මධ්‍යස්ථාන තුළ මෙම සේවා ප්‍රවර්ධනය කර, කලින් හඳුනා ගැනීම සහ ප්‍රතිකාර ක්‍රියාකාරකම් සවිබල ගැන්විය යුතුය.

6. දිස්ත්‍රික් ලේකම් කාර්යාල සම්බන්ධීකරණ කමිටුව හරහා තම දිස්ත්‍රික්කවල ඇති සියලුම දිස්ත්‍රික් ලේකම් කාර්යාලවල පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත්භාවය ප්‍රවර්ධනය කරන ලෙස සියලුම සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගෙන් මෙයින් ඉල්ලා සිටී.

7. රෝහල් සහ සෞඛ්‍ය සේවා ආයතනවල "**පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමේ ස්ථානයක්**" පිහිටුවා, මහජනතාවට අවශ්‍ය තොරතුරු සැපයීම සඳහා හෙද නිලධාරීන්, මහජන සෞඛ්‍ය හෙද නිලධාරීන් (PHNO) සහ පවුල් සෞඛ්‍ය නිලධාරීන් යොදවා හැකිය. මෙම ස්ථානවලදී දැනුවත් කිරීමේ පත්‍රිකා භාවිතා කරමින් වැඩිදුර තොරතුරු ලබා දිය හැකිය.

8. ඔබගේ ආයතනයේ ෆේස්බුක්, ඉන්ස්ටග්‍රෑම්, වෙබ් පිටු සහ WhatsApp හෝ Viber කණ්ඩායම් භාවිතයෙන් පියයුරු පිළිකාව කලින් හඳුනා ගැනීම පිළිබඳ පණිවිඩ සමාජ ජාලා මාධ්‍ය ඔස්සේ ප්‍රචාරය කළ හැක. මෙයට චක්‍රලේඛය සමඟ අමුණා ඇති දත්ත සහ ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන මගින් ලබා දී ඇති බැනර් (ඇමුණුම IV), ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාව ඉගැන්වීම සඳහා ඇති ඩමියන්, ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාව පිළිබඳ සැණපත් කට්ටල (ඇමුණුම V) සහ අත් පත්‍රිකා (ඇමුණුම VI) භාවිතා කළ හැක.

ඔක්තෝබර් 2025 - ලෝක පියයුරු පිළිකා පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමේ මාසය සැමරීම සඳහා ඔබේ ආයතනය හෝ දිස්ත්‍රික්කය මඟින් සිදු කරන ලද විශේෂ ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ සාරාංශ වාර්තාවක් 2025 නොවැම්බර් 15 වන දිනට පෙර හෝ එදිනට, අධ්‍යක්ෂ, ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන වෙත ඉදිරිපත් කරන ලෙස උපදෙස් දෙනු ලැබේ. මෙම වාර්තාව විද්‍යුත් තැපැල මඟින්ද යොමු කළ හැක: nccpmohsl@gmail.com

මෙම මහඟු ජාතික සෞඛ්‍ය කර්තව්‍යය සඳහා ඔබගේ නායකත්වය, මග පෙන්වීම සහ ක්‍රියාකාරී සහභාගීත්වය බෙහෙවින් අගය කරමි.

....

වෛද්‍ය අසේල ගුණවර්ධන
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

වෛද්‍ය අසේල ගුණවර්ධන
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය දෙපාර්තමේන්තුව
"සුවසිරිපාය"
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.

පිටපත්:

i. *ගරු සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යතුමා*
ii. *ගරු සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය නියෝජ්‍ය අමාත්‍යතුමා*
iii. *සියලුම පළාත් සෞඛ්‍ය අමාත්‍යතුමන්*
iv. *ලේකම් - සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය*
v. *අතිරේක ලේකම් (මහජන සෞඛ්‍ය සේවා) - සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය*
vi. *අතිරේක ලේකම් (වෛද්‍ය සේවා) - සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය*
vii. *අධ්‍යක්ෂ - ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන*
viii. *අධ්‍යක්ෂ - පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය*
ix. *අධ්‍යක්ෂ - බෝ නොවන රෝග ඒකකය*
x. *අධ්‍යක්ෂ - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය*
xi. *අධ්‍යක්ෂ - ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය සේවා*
xii. *අධ්‍යක්ෂ - පෞද්ගලික සෞඛ්‍ය සේවා අංශ සංවර්ධන*
xiii. *අධ්‍යක්ෂ - පරිසර සහ වෘත්තීය සෞඛ්‍ය*
xiv. *අධ්‍යක්ෂ - දන්ත සේවා*
xv. *අධ්‍යක්ෂ - ජාතික සෞඛ්‍ය විද්‍යා ආයතනය*
xvi. *අධ්‍යක්ෂ - වතු සහ නාගරික සෞඛ්‍ය*
xvii. *සියලුම නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්වරුන්/ නි.අ.ජ. (බෝ නොවන රෝග, වෛද්‍ය සේවා I හා II, මහජන සෞඛ්‍ය සේවා I හා II, සැලසුම්, අධ්‍යාපන; පුහුණු හා පර්යේෂණ දන්ත සේවා, වෘත්තීය සහ පරිසර සෞඛ්‍ය, රසායනාගාර සේවා සෞඛ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය*
xviii. *අධ්‍යක්ෂ හෙද සේවා (මහජන සෞඛ්‍ය සේවා/ වෛද්‍ය සේවා)*
xix. *ශ්‍රී ලංකා ශල්‍ය වෛද්‍ය විද්‍යායතනය, ශ්‍රී ලංකා පිළිකා වෛද්‍ය විද්‍යායතනය, ශ්‍රී ලංකා පිළිකා ශල්‍ය වෛද්‍ය සංගමය, ශ්‍රී ලංකා මහාන්ත්‍ර හා ගුද මාර්ග ශල්‍ය වෛද්‍ය සංගමය, ශ්‍රී ලංකා පියයුරු ශල්‍ය වෛද්‍ය සංගමය*
xx. *කාර්යාල පිටපත*