දුරකථන 2698 471
தொலைபேசி 2698475
Telephone 2698490
2698507

ෆැක්ස්
பெக்ஸ் 2693866
fax

විද්‍යුත් තැපැල :
மின்னஞ்சல்
E-mail : postmaster@health.gov.lk
www.health.gov.lk

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

මගේ අංකය
எனது எண்.
My No.

ඔබේ අංකය
உமது எண்.
Your No.

දිනය
திகதி 2016.01.19
Date

සෞඛ්‍ය, පෝෂණ හා දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார, போசாக்கு மற்றும் சுதேச வைத்திய அமைச்சு
Ministry of Health, Nutrition & Indigenous Medicine

චක්‍ර ලේඛ අංක : 01 - 04 / 2016

සියළුම පළාත් සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්,
ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂවරුන්,
සියළුම රෝහල් අධ්‍යක්ෂවරුන් /වෛද්‍ය අධිකාරිවරුන් /වෛද්‍ය නිලධාරීන්
සියළුම ආයතන ප්‍රධානින්

ත්‍රිපෝෂ ප්‍රතිලාභීන් තෝරා ගැනීම සහ ත්‍රිපෝෂ බෙදා හැරීම

"ත්‍රිපෝෂ" මව්වරුන්ගේ හා පෝෂණ ඌනතාවයන්ගෙන් පෙලෙන දරුවන්ගේ පෝෂණ තත්ත්වය නඟා සිටුවීම සඳහා වෛද්‍ය උපදෙස් මත නොමිලේ බෙදා හරිනු ලබන ඉහල පෝෂණ ගුණයෙන් යුතු අතිරේක ආහාරයකි. බඩ ඉරිඟු, සෝයා බෝංචි, පූර්ණ යොදය සහිත පිටිකිරි, විටමින් සහ ඛනිජ මිශ්‍ර කොට ත්‍රිපෝෂ සාදා ඇත.

ත්‍රිපෝෂ ලබා දීමේ මූලික අරමුණ වන්නේ පෝෂණ ඌනතා ඇති ඉලක්ක කණ්ඩායම් වලට සාමාන්‍ය ආහාර වේලක් තුළින් සපුරා ගැනීමට අපහසු පෝෂණ අවශ්‍යතා සපුරාලීමය. මෙම අරමුණු සපුරා ගැනීම සඳහා ඔබගේ පූර්ණ සහාය අප වෙත ලබා දෙන මෙන් මෙයින් ඉල්ලා සිටින අතර, ඒ සඳහා ඔබ ආයතනයේ නිලධාරීන් දැනුවත් කිරීම සඳහා පහත සඳහන් උපදෙස් උපයෝගී කර ගන්නා ලෙස දන්වා සිටිමි.

1. **ත්‍රිපෝෂ ප්‍රතිලාභීන් තෝරා ගැනීම**
    1. සියළුම ගර්භනී මව්වරුන්
    2. සියළුම කිරිදෙන මව්වරුන් (ළදරුවාට මාස 6 ක් වනතුරු)
    3. මන්දපෝෂණයෙන් පෙළෙන මාස 06 සිට අවුරුදු 5 දක්වා දරුවන්. එනම්,
        (අ) වයසට අදාල බර ප්‍රස්ථාරයේ -2SD රේඛාවට පහලින් සිටින දරුවන් (below -2SD)
        (ආ) වයසට අදාල බර ප්‍රස්ථාරයේ පිළිවෙලින් මාස 03 ක වර්ධනය අඩාලවීමක් පෙන්නුම් කරන දරුවන් (longstanding growth faltering)
        (ඇ) දිග / උසට අදාල බර ප්‍රස්ථාරයේ -2SD හා -3SD අතර සිටින දරුවන්
    4. ඉහත සඳහන් කරන ප්‍රතිලාභීන් දීර්ඝ කාලීනව රෝහල්ගත වී ඇති අවස්ථා වලදී ද ත්‍රිපෝෂ ලබාදිය යුතුය.

        ඉහත සඳහන් දරුවන්ගේ බර යථා තත්ත්වයට පත්වීමෙන් පසු තවත් මාස 03 ක් ගතවන තුරු ත්‍රිපෝෂ ලබාදී ඉන්පසු නතර කළ හැක.

සැ.යු.:
- දිග/උසට අදාල බර ප්‍රස්ථාරයේ -3SD පහලින් සිටින දරුවන් ඖෂධීය තත්ත්වයේ ආහාර ලබාදීම සඳහා ළමා රෝග විශේෂඥ වෛද්‍යවරයාට යොමු කළ යුතුය.
- ඉහත සඳහන් කණ්ඩායම් වලට අමතරව වෙනත් කවරෙකු හෝ ත්‍රිපෝෂ ප්‍රතිලාභියෙකු ලෙස සළකනු නොලැබේ.

නිර්දේශිත පරිදි දිනපතා ත්‍රිපෝෂ අතිරේකය ලැබෙන ඉලක්ක කණ්ඩායම් සඳහා වෙනත් අතිරේක ආහාර අවශ්‍ය නොවේ. අතිරේක ආහාරයක් යනු තාවකාලික පෝෂණ මැදිහත්වීමක් පමණක් බැවින් අතිරේක ආහාර වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක වන සේවාලාභීන් සඳහා ඊට සමගාමීව නිවැරදි ආහාර රටාවකට පෙලඹවීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.
(උදා : ප්‍රධාන ආහාර වේල් සහ මව්කිරි සමඟ අමතර ආහාර ලබාදීම)

2. **ත්‍රිපෝෂ බෙදා හැරීම**
    1. එක ප්‍රතිලාභියෙකු සඳහා මසකට අනුමත ත්‍රිපෝෂ ප්‍රමාණය ග්‍රෑම් 1500 කි. (ග්‍රෑම් 750- පැකට් 02ක්) (දිනකට ග්‍රෑම් 50 බැගින්)
    2. මාස් පතා ඔබ ආයතනය වෙත ලැබෙන ත්‍රිපෝෂ තොගය නිසියාකාරව ගබඩා කොට තෝරාගත් ප්‍රතිලාභීන් සඳහා හැකි ඉක්මනින් බෙදා හැරීමට කටයුතු කළ යුතුය.
    3. ත්‍රිපෝෂ නරක්වීම, පළුදු වීම, මීයන්, ගුල්ලන්, වෙයන්, පණුවන් ආදී සතුන් බෝවී ත්‍රිපෝෂ විනාශවීම අවම කර ගැනීම සඳහා නිසියාකාරව ගබඩා කිරීම, හැකි ඉක්මනින් ත්‍රිපෝෂ බෙදා හැරීමට කටයුතු කිරීම සහ ගබඩාව පිරිසිදුව තබා ගැනීම මහත්සේ ඉවහල් වනු ඇත.
    4. මුලින් ලැබූ ත්‍රිපෝෂ පළමුව නිකුත් කළ යුතු අතර, අළුතින් ලැබෙන ත්‍රිපෝෂ තොග නරක් වූ හෝ පළුදු වූ ත්‍රිපෝෂ සමඟ ගබඩා නොකරන්න. නරක් වූ හෝ පළුදු වූ ත්‍රිපෝෂ සඳහා ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ වෙත දැනුම් දිය යුතු අතර ඔහු විසින් පත් කරනු ලබන සමීක්ෂණ මණ්ඩලයක් මගින් ඒවා පරීක්ෂා කර වාර්තාවක් ඉදිරිපත් කළ යුතුයි. ඒ අනුව පොදු 47 පෝරමය පුරවා ශ්‍රී ලංකා ත්‍රිපෝෂ සමාගම වෙත යොමු කළ යුතු අතර එමඟින් තොගයෙන් ඉවත් කිරීමට අනුමැතිය ලබාගත යුතුය.
    5. ත්‍රිපෝෂ ප්‍රතිලාභී සහ තොග වාර්තාව ඊලඟ මාසයේ 10 වන දිනට පෙර ශ්‍රී ලංකා ත්‍රිපෝෂ සමාගම වෙත ලැබීමට සලස්වා ඔබගේ ත්‍රිපෝෂ නියමිත වේලාවට ලබා ගැනීමට කටයුතු කළ යුතුය.

ත්‍රිපෝෂ වැඩසටහන සඳහා සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය වසරකට රු. මිලියන 2500 ක් පමණ මුදලක් වැය කරනු ලබන බැවින් මෙය ශ්‍රී ලංකාවේ මන්දපෝෂණය තුරන් කිරීම සඳහා ප්‍රයෝජනවත් ලෙස භාවිතා කිරීම කෙරෙහි ඔබගේ විශේෂ අවධානය යොමු කරන ලෙස වැඩිදුරටත් දන්වා සිටිමි.

....
වෛද්‍ය පී.ජී. මහිපාල
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

සෞඛ්‍ය, [illegible] අමාත්‍යාංශය
385, පූජ්‍ය [illegible] මාවත,
කොළඹ.