ဆရာဝန်မဲ့အမျိုးသမီးများ

အမျိုးသမီးများအတွက် ကျန်းမာရေးလမ်းညွှန်

မြန်မာမူသစ်

WEAVE
စွမ်းဆောင်နိုင်မှု မြင့်မားရေးအတွက် အမျိုးသမီးများအား ပညာပေးရေးအဖွဲ့

ဤဆရာဝန်မဲ့ အမျိုးသမီးများ စာအုပ်တွင် ပါရှိသော သတင်းအချက်အလက်များကို တစ်စုံတစ်ယောက်က အသုံးပြုရာတွင် **WEAVE Hesperian Foundation** နှင့် စာရေးသားသူများမှ တာဝန်မရှိပါ။ သေချာစွာ ကြီးကြပ်ထားသော လက်တွေ့ သင်ယူလေ့ကျင့်ခြင်းကို ဤစာအုပ်ဖြင့် အစားမထိုးသင့်ပါ။ အရေးပေါ် အခြေအနေတွင် သင်မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်ကို သေချာစွာ မသိရှိပါက၊ တတ်ကျွမ်းသိရှိသော ဆေးပညာဝန်ထမ်းများ၊ ဆေးပညာရှင်များ သို့မဟုတ် အခြားသင်ယူလေ့ကျင့်ထားသူများထံမှ အကြံညာဏ်နှင့်အကူအညီ ကိုတောင်းခံပါ။

Women's Education for Advancement and Empowerment

P.O.Box 58,
Chiang Mai University
Chiang Mai 50202
Tel: +66-53 221654
Fax: +66-53 357695
E-mail: Weave@weave-women.org

ဆရာဝန်မဲ့ အမျိုးသမီးများ

အမျိုးသမီးများအတွက် ကျန်းမာရေးလမ်းညွှန်

မြန်မာမူသစ်

WEAVE (စွမ်းဆောင်နိုင်မှုမြင့်မားလာရေးအတွက်အမျိုးသမီးများအားပညာပေးရေး အဖွဲ့) မှ ထုတ်ဝေသည်။

The Hesperian Foundation မှထုတ်ဝေသော Where Women Have No Doctor မူရင်းကိုပြန်လည်ရေးသားတည်းဖြတ်၍မြန်မာ စကားသို့ ဘာသာပြန်ထားသည်။

ဧပြီ ၂၀၀၈

FOREWORD

Health is a right; and like all other human rights it applies to everybody, particularly those person living in deplorable conditions. Quality health services must be based on poor people's particularly poor women's needs.

Historically, women have been at a disadvantaged on account of neglect and discrimination in treatment by the state and societal institutions in most parts of the world. This leads to marginalization of women as attributed by the lack of opportunity and indignities perpetrated by discriminatory legal systems.

We are very pleased to offer this new adapted Burmese version of the book entitled Where Women Have No Doctor which combines self- help medical information with an understanding of the way of poverty, discrimination and cultural beliefs that limit women's health and access to care. The book aims to empower women to improve their health and to support community health workers who continue to improve women's health.

Our special thanks go to the women and men behind the publication of this book whose immeasurable contribution led to the completion work. Moreover, to the Hesperian Foundation, without the generous support of, this book will not come into fruition.

Moreover, we dedicate this book to the Burmese women who continue to be marginalized. May this book offer relief and support to you.

Mitos Urgel

WEAVE Director

အမှာစာ

ကျန်းမာရေးသည် အခွင့်အရေးတစ်ရပ်ဖြစ်ပြီး အခြားသော လူ့အခွင့်အရေးများကဲ့သို့ပင် လူတိုင်းနှင့် သက်ဆိုင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဝမ်းနည်းဖွယ်ကောင်းသော အခြေအနေတွင် နေထိုင်ကြရသောသူများနှင့် ပိုမိုသက်ဆိုင်ပါသည်။ အရည်အသွေးကောင်းသော ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများသည် ဆင်းရဲနွမ်းပါးသော သူများ၊ အထူးသဖြင့်ဆင်းရဲနွမ်းပါးသော အမျိုးသမီးများ၏ လိုအပ်ချက်များပေါ် အခြေခံရမည်။

သမိုင်းကြောင်းတစ်လျှောက်တွင် တိုင်းပြည်အများစုရှိ အမျိုးသမီးများသည် နိုင်ငံနှင့်အသိုင်းအဝိုင်းတို့၏ ပစ်ပယ်မှုနှင့် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုများကြောင့်၊ အခွင့်အသာဘဲရှိခဲ့ကြပါသည်။ ထိုအခါ အမျိုးသမီးများသည် အခွင့်အရေးမဲ့ခြင်း၊ ဂုဏ်သိက္ခာနိမ့်ကျခြင်း စသောလစ်လျူရှုခံရခြင်းတို့ကို ကြုံတွေ့ကြရပါသည်။

"ဆရာဝန်မဲ့ အမျိုးသမီးများ" စာအုပ်မူသစ်ကို မြန်မာဘာသာဖြင့် ထုတ်ပြန်နိုင်သည့်အတွက် ဝမ်းသာအား ရမိပါသည်။ ဤစာအုပ်သည် ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး စေနိုင်သည့် ကျန်းမာရေး သတင်းအချက်အလက်များနှင့် အတူဆင်းရဲခြင်း၊ ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်း၊ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ယုံကြည်ချက်များကြောင့် အမျိုးသမီးများ၏ ကျန်းမာရေးကို ဟန့်တားပုံများကို ပူးပေါင်းဖော်ပြထားပါသည်။ ဤစာအုပ်သည် ကျန်းမာရေးတိုးတက် ကောင်းမွန်လာအောင် အမျိုးသမီးများကို စွမ်းအားဖြည့်ပေးပြီး၊ အမျိုးသမီးများ၏ ကျန်းမာရေးပိုမို ကောင်းမွန်လာအောင် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ကြသော ကျန်းမာရေးလုပ်သားများကိုလည်း ပံ့ပိုးပေးရန် ရည်မှန်းထားပါသည်။

ဤစာအုပ်ထုတ်ဝေနိုင်ရန်အတွက် အချိန်နာရီနှင့် စွမ်းအားများစွာကို ပေးအပ်ပါဝင်ခဲ့ကြသော အမျိုးသမီး၊ အမျိုးသားများကို အထူးကျေးဇူးတင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဤစာအုပ်ထုတ်ဝေရာတွင် ပံ့ပိုးကူညီခဲ့သော Hesperian Foundation ကို ကျေးဇူးအထူးတင်ပါသည်။

"ဆရာဝန်မဲ့ အမျိုးသမီးများ" ကို လစ်လျူရှုခံရမြန်မာအမျိုးသမီးများအတွက် ရည်ညွှန်းပြုစုထားပါသည်။ ဤစာအုပ်သည် သင့်အားသက်သာမှုနှင့် ပံ့ပိုးမှုပေးအပ်နိုင်ပါစေ။

Mitos Urgel

WEAVE ညွှန်ကြားရေးမှူး