

මානව සෞඛ්‍යය සඳහා සනීපාරක්‍ෂාව

වෛද්‍ය සරත් අමුණුගම

සනීපාරක්‍ෂාව ලෙස හැඳින්වෙනුයේ අන්තරායකර අපද්‍රව්‍ය මිනිසා සමඟ ගැටීම වැළැක්වීම මගින් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සිදු කිරීමය. මිනිස් සහ සත්ව මල, සන අපද්‍රව්‍ය, ගෘහස්ථ අප ජලය, කාර්මික අපද්‍රව්‍ය සහ කෘෂිකාර්මික අපද්‍රව්‍ය යනාදිය සෞඛ්‍ය ගැටළු ඇති කිරීමට සමත් අපද්‍රව්‍ය අතර පවතියි. මෙම අන්තරායකර අපද්‍රව්‍ය මගින් ඇති කරන උපද්‍රව කායික (භෞතික) මය, ක්ෂුද්‍රජීවීමය, ජීවීමය හා රසායනිකමය ආදී වශයෙන් විය හැකිය. මෙවැනි උපද්‍රව වැළැක්වීම සඳහා වන ස්වස්ථතානුකූල පියවර වනුයේ ඉංජිනේරුමය විසඳුම් (උදා: ජලාපචාහන පද්ධති සහ අපජල ප්‍රතිකාර ක්‍රම) යොදා ගැනීම, වැසිකිළි අපද්‍රව්‍ය රැස්කර දිරාපත් කරවන වැංකි හෙවත් ප්‍රතික වැංකි වැනි සරල තාක්‍ෂණ ක්‍රම භාවිතය හෝ සබන් දමා දැන් සෝදා ගැනීම වැනි පෞද්ගලික ස්වස්ථතානුකූල පියවර හෝ අනුගමනය යනාදියයි. සනීපාරක්‍ෂාව යන පදය පහත දැක්වෙන පරිදි අර්ථ විග්‍රහ කළ හැකිය.

- **මූලික සනීපාරක්‍ෂාව:** ගෘහස්ථ මට්ටමේදී මිනිස් මළ කළමනාකරණය සිදු කිරීම.
- **ආහාර සනීපාරක්‍ෂාව:** ආහාර සුරක්‍ෂිතතාව හුරුපුරුදු කරන ස්වස්ථතානුකූල පියවර.
- **පාරිසරිකමය සනීපාරක්‍ෂාව:** රෝග සම්ප්‍රේෂණයෙහි ලා උදව් වන වටපිටාවේ පවතින සාධක හෙවත් පාරිසරිකමය සාධක පාලනය කිරීම.

මෙම ප්‍රවර්ගයට අයත් උප අංග ලෙස සන අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය, ජල සහ අපජල ප්‍රතිකාර ක්‍රම, කාර්මික අපද්‍රව්‍ය ප්‍රතිකාර ක්‍රම සහ ශබ්ද සහ දූෂක පාලනය සැලකෙයි.

- **පරිසරවේදීමය සනීපාරක්‍ෂාව:** මිනිස් සහ සත්ව මළ තුළ ඇති පෝෂක ස්වභාවධර්මයා වෙත නැවත ප්‍රතිවක්‍රීකරණය පිළිබඳව පවතින සංකල්ප සහ ප්‍රවේශ.

නාගරික සනීපාරක්‍ෂාව පිළිබඳ පැරණිතම සාක්‍ෂි හරප්පා, මොහෙන්ජොදාරෝ සහ මැනකදී සොයාගනු ලැබූ, රාක්ග ර්ගි වැනි ඉන්දු-නිම්න ශිෂ්ටාචාරයන්හි දැකිය හැකිය. මෙම නාගරික සැලසුම් තුළට ලෝකයේ ප්‍රථම නාගරික සනීපාරක්‍ෂක පද්ධති ද ඇතුළත් විය. රෝම නගර සහ රෝම මාලිගාවන්හි

ද සනීපාරක්‍ෂක පද්ධති සම්බන්ධ මූලිකාංග දැකිය හැකි වුව ද මධ්‍යතන යුගයේ දියුණු සමය වන තුරු බොහෝ යුරෝපීය රටවල සනීපාරක්‍ෂාමය පියවර හා පද්ධති පිළිබඳ වාර්තා ඇත්තේ සුළු වශයෙනි.

මානව සෞඛ්‍යය සඳහා සනීපාරක්‍ෂාවේ අත්‍යවශ්‍යතාවය

බ්‍රිතාන්‍ය වෛද්‍ය සඟරාව මැනකදී සිදු කළ පාඨක සමීක්‍ෂණයකට අනුව වර්ෂ 1840න් පසුව ලද ප්‍රධානතම වෛද්‍යමය ජයග්‍රහණය ලෙස සනීපාරක්‍ෂාව පිළිගැනීමට ලක් විය. අදත් බිලියන 1ක් පමණ දරුවන් ඇතුළු බිලියන 2.6ක ජනගහනයක් ලෝකය පුරා අඩු තරමින් මූලික සනීපාරක්‍ෂක පහසුකම්වලින් පවා තොරව ජීවත් වෙති.

ලෝකය පුරා මූලික සනීපාරක්‍ෂක පහසුකම්වලින් තොරව වෙසෙන වයස අවුරුදු 18ට අඩු දරුවන් සංඛ්‍යාව මිලියන 980 කි. ඒ අතරින් මිලියන 280ක් අඩු 5 ට වඩා වයසින් අඩු දරුවන්ය.

එක්සත් ජාතීන්ගේ ළමා අරමුදලට අනුව වයස අවුරුදු 5ට අඩු දරුවන් අතරින් 5000ක් දිනපතා පාවන රෝග වැළඳීමෙන් මියයති. මෙම පාවන රෝග හේතුකොට මියයන දරුවන් අතරින් 58%කටම එම රෝග වැළඳීමට හේතුව ඇත්තේ ජලය හා සනීපාරක්‍ෂක පහසුකම් නොමැති වීමය. අහිතකර සනීපාරක්‍ෂාව හේතු කොට සෑම මිනිත්තු 20 කටම වරක් දරුවෙකු මියයයි. එහි අදහස නම් සෑම වර්ෂයකම වැළැක්විය හැකි මරණ මිලියන 1.5ක් සිදුවන බවය. දියුණු කළ සනීපාරක්‍ෂක සහ ස්වස්ථතානුකූල තත්වයන් තුළ පාවන රෝග ඇති වීම් පහළ දැමිය හැකි අනුපාතය 3:2ක් බව 2006 දී යුනිසෙෆ් ආයතනය ප්‍රකාශ කර තිබේ.

සනීපාරක්‍ෂාව ඉහළ නැංවීම තුළින් මිලියන සංඛ්‍යාත ජනතාවක් රෝගී කරවන සහ මරණයට පත් කරවන පාවනය, කොළරාව, උණසන්නිපානය, පණු ආසාදන, නියුමෝනියාව සහ මන්දපෝෂණය වැනි තත්වයන් සැලකිය යුතු ප්‍රමාණයකින් පහළ හෙළිය හැකිය. දහ නව වෙනි ශතවර්ෂයේදී යුරෝපීය සහ උතුරු ඇමරිකානු රටවල ළමයින්ගේ රෝගී වීම් සහ ළමා මරණ සඳහා මුල්වූ ප්‍රධානතම හේතු කාරක වූයේ අහිතකර සනීපාරක්‍ෂාව හේතුවෙන්

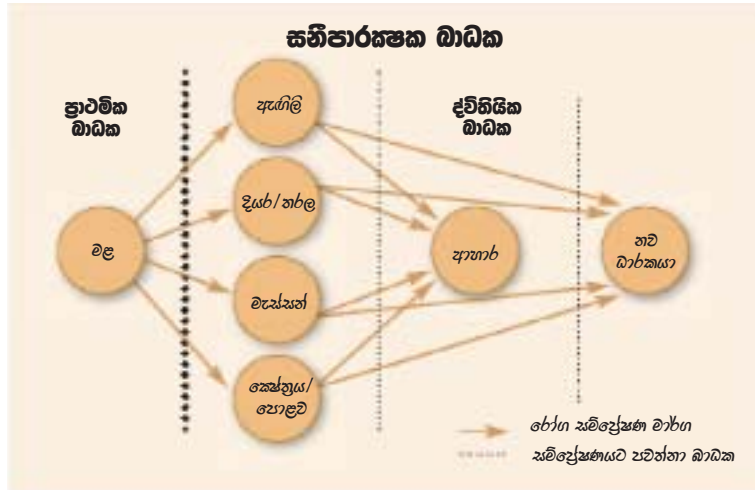
පැතිරෙන පාචනය, කොළරාව හා උණසන්නිපාතය වැනි රෝග තත්වයන්ය. නමුත් ඒ කලාපයට අයත් රටවල දැන් එවැනි මරණ ඉතා විරලය. එහෙත් සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවල මෙම රෝග තවමත් ඉතා සුලබය. මෑතකදී සිදු කළ පර්යේෂණ පෙන්වා දෙන්නේ මෙම රටවල වාර්ෂිකව සිදුවන ළමා මරණවලින් අඩකටත් වැඩි සංඛ්‍යාවකට පසුබිම් වන හේතුව වන්නේ අහිතකර සනීපාරක්‍ෂාව සහ ස්වස්ථතාමය හේතූන් බවය.

මිනිස් මල සනීපාරක්‍ෂක ලෙස ඉවත් කිරීමේ පහසුකම් නොමැති වූ විට ඒ අවට සිටින සියළු දෙනාම පාචනීය ව්‍යාධිජනකයන් විශාල සංඛ්‍යාවකට පාත්‍ර කරයි. වයස අවුරුදු 5ට අඩු දරුවන්ගේ මරණවලට හේතුකාරක වන ප්‍රධානතම සාධකය පාචන රෝග වන අතර සනීපාරක්‍ෂක පහසුකම් දියුණු කිරීම තුළින් එම රෝග ඇති වීම පහළ හෙළිය හැකිය. පාචන රෝග වැළඳීම හේතුකොට දුර්වල වන දරුවන් වෙතත් ආසාදනවලට පහසුවෙන් ගොදුරුවන අතර, එවැනි එක් රෝග තත්වයක් වන ශ්වසන පද්ධතියේ ආසාදන ළමා මරණවලට මුල්වන තවත් ප්‍රධාන හේතුවකි.

හේතුසාධක මත පදනම් වූ ඉතා ප්‍රබල විශ්ලේෂණ පෙන්වා දෙන්නේ ළමා වියේ මර්ත්‍යතාව අඩු කිරීමට සමත්වන වඩාත් පිරිවැය-එලදායී මහජන සෞඛ්‍ය මැදිහත්වීම් අතර ස්වස්ථතාව සහ සනීපාරක්‍ෂාව පවතින බවය. වැසිකිලි පහසුකම් ලබා දීම

ඉතා බරපතල ලෙස අහිතකර බලපෑම් එල්ල කළ හැකිය. වටපණුවන්, කසපණුවන් සහ කොකුපණු ආසාදන සෞඛ්‍යය පහළ හෙළීමට සමත් පණු ආසාදන වෙති. ආසාදිත දරුවෙකුගේ ආන්ත්‍ර කුළ දැකින සාමාන්‍ය වටපණු සංඛ්‍යාවට දරුවා ගනු ලබන ආහාරයෙන් 1/3ක් පමණ ගැනීමට හැකිය. එහි ප්‍රතිඵලය වනුයේ දරුවා මන්දපෝෂණයට ලක්වීමය. ළමා රෝග සියල්ල අතරින් අඩකටම හේතුකාරක වන්නේ මන්දපෝෂණයය. නිරක්තියට මුල්වන හේතුකාරක අතර කොකුපණු ආසාදනය පවතියි. කසපණු ආසාදනය කුඩා බිළිඳුන්ගේ බඩ කොරවීම ඇති කරවයි. මෙය සාමාන්‍ය තත්වයක් ලෙස සලකා බොහෝ දරුණු තත්වයට පත් වන තුරු වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා දීම පමණ කරයි. පාසලේදී ඇහුම්කන් නොදෙන, නිදිමත සහ අවධානය යොමු නොකරන අප්‍රාණික දරුවන් ලෙස ඔවුන් සිටිය හැකිය.

අහිතකර සනීපාරක්‍ෂාව සහ නියුමෝනියාව වැනි නිවු ශ්වසන ආසාදන අතර ද සබඳතා පවතියි. ලෝකයේ සිදුවන මරණ අතර එක් ප්‍රධාන හේතුවක් ලෙස තිවු ශ්වසන ආසාදන සැලකෙයි. මේ හේතුකොට සිදුවන මිලියන 4ක මරණ අතරින් අඩක්ම සිදුවනුයේ දරුවන් අතරය. ලැබී ඇති දත්ත අනුව පෙනී යන්නේ ආහාර ගැනීමට පෙර සහ මලපහ කිරීමෙන් පසු සබන් දමා දැන් සොදා ගැනීම වැනි යහපත් ස්වස්ථතානුකූල පියවර ගැනීම තුළින් මෙම ආසාදන ප්‍රමාණය අඩු කළ හැකි බවය.



සනීපාරක්‍ෂාවෙන් තොරවීම නිසා ඇතිවන තවත් බරපතල අහිතකර සෞඛ්‍ය තත්වයක් ලෙස සත්කාර සැපයීම අසීරු වීම දැක්විය හැකිය. යම් කෙනෙකු පාචනයෙන් රෝගී වූ විට, විශේෂයෙන්ම ඔහු හෝ ඇය හෝ ආබාධිත, වියපත් හෝ ඒඩ්ස් හෝ වෙනත් රෝග තත්වයක් හේතුකොටගෙන අබල දුබල වී ඇත්නම් ඔවුන්ගේ බහිසුරුවීම් අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම අපහසු හෝ දුෂ්කර හෝ තත්වයන්ට මුහුණ දීමට සිදු වෙයි. ඔවුන්ට රැක බලා ගැනීමේ යෙදී සිටින කාන්තාවන්ට ද වෙනත් ගෘහස්ථ කටයුතු සහ ආදායම් ඉපැයීම සඳහා ගත කිරීමට තිබූ කාලය, ඔවුන් රැක බලා ගැනීමට සහ සත්කාර සැපයීමට ගත කිරීමට සිදුවනු ඇත.

සහ සරල අත් සේදීම් ක්‍රම පුහුණුව තුළින් පමණක්වුව මල-මුඛ වක්‍රය බිඳ දැමීම තුළින් ළමා පාචන රෝග මරණ සැලකිය යුතු ලෙස අඩු විය හැකිය.

ආන්ත්‍රමය පණු පරපෝෂිතයන් මිනිසුන් තුළට සම්ප්‍රේෂණය වනුයේ මිනිසුන් ආසාදිත මල ද්‍රව්‍ය ආහාරයට ගැනීම හෝ එවැනි මල මත නිරාවරණය වූ පාද තැබීම හේතුවෙනි. පණු ආසාදන පාචන රෝග තරම්ම ජීවිත තර්ජන නොකළද දරුවාගේ සෞඛ්‍යයට, පෝෂණයට සහ ප්‍රජානන සංවර්ධනයට

ආදරණීය දරුවෙකුගේ අහිමිවීම තුළින්, ඔවුන්ගේ දෙමාපියන් සහෝදර සහෝදරියන් සහ අනෙකුත් ඥාතියෙකු කුළ ඉතා ප්‍රබල මානසික බලපෑම් ඇති කළ හැකිය. ඒ සමහරවිට ඔවුන්ගේ ජීවිත කාලය කුළ එතරම් අවධානයක් නොලැබෙන මානසිකමය බලපෑමක් විය හැකිය.

සමාජ සංවර්ධනය උදෙසා සනීපාරක්‍ෂාවේ දායකත්වය

ඕනෑම සංවර්ධන සමාජයක සනීපාරක්‍ෂාව මූලික අවශ්‍යතාවයකි. සනීපාරක්‍ෂාව මගින් ආත්ම ගෞරවය, පෞද්ගලිකත්වය සහ ආරක්‍ෂාව ඉහළ නංවයි. විශේෂයෙන්ම කාන්තාවන් සහ



ගැහැනු ළමයින් සම්බන්ධයෙන් ඒ සුවිශේෂීතය. එය පහසුව සහ සමාජ තත්වයද ඉහළ නංවයි. පාසල් පද්ධතිය තුළ සනීපාරක්‍ෂාව පැවතීම දරුවන්ට විශේෂයෙන් මල්වර වියට එළඹෙන දැරියන්ට, තවදුරටත් අධ්‍යාපනය ලබමින් පාසල්හි රැඳී සිටීමට අවස්ථාව සලසයි. වැසිකිලි භාවිතය සීමා කිරීම හේතු කොටගෙන කාලික මලබද්ධය ඇති කිරීමට සමත් විය හැකි අතර ඇදිරි වැටෙන සමයේදී සහ වෙන් කරන ලද ප්‍රදේශ වල පමණක් මලපහ කරන ලෙස කාන්තාවන්ට බල කළහොත් කාන්තාවන් කල කෝලාහලවලට පාත්‍ර වීමට අවස්ථාව සැලසෙයි. වැඩි දියුණු කළ සනීපාරක්‍ෂක පහසුකම් සැපයීම කාන්තාවන් සහ ගැහැනු ළමයින්ට විමුක්තිය ලබා දීමක් පමණක් නොව සමස්ත සමාජයටම සැලකිය යුතු එල ප්‍රයෝජන හිමි කරනු ඇත.

සනීපාරක්‍ෂාව පරිසරයට ආරක්‍ෂාව සලසයි

මිනිස් මල අපද්‍රව්‍ය වඩා දියුණු ක්‍රම මගින් ඉවත් කිරීම තුළින් පානීය ජල මූලාශ්‍ර ආරක්‍ෂා කර ගැනීමට හැකි වෙයි. කොම්පෝස්ට් කරන ලද අපද්‍රව්‍ය කෘෂිකර්මය සඳහා නැවත භාවිත කිරීම පරිසරයට මෙන්ම ආර්ථිකයට ද වාසි සහගතය. වර්තමානයේදී සෑම වර්ෂයකදීම ලොව පුරා මානව අපද්‍රව්‍ය ටොන් මිලියන 200ක් සහ අපජලය සහ ඝන අපද්‍රව්‍ය අති විශාල ප්‍රමාණයක් එක් රැස් කිරීමකින් හා ප්‍රතිකාර කිරීමකින් තොරව අපතේ යන්නේ පරිසරය දුගඳ ගස්සමින්, මිලියන සංඛ්‍යාත ජනතාවක් අප්‍රසන්න තත්වයට පත් කරමින් සහ රෝගාබාධයන්ට ලක් කරමිනි.

සනීපාරක්‍ෂාව ආර්ථික ඵලදායීතාවය උත්සාදනය කරයි

ඉහළ නැංවෙන සනීපාරක්‍ෂාව, ආර්ථික වර්ධනය හා දුගී බව අඩු කිරීම යන කාර්යයන්හි හිකතර බලපෑමක් ඇති කිරීමට සමත් වෙයි. ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය මෑතකදී සිදු කළ අධ්‍යයනයෙන් හෙළි කර ඇත්තේ සනීපාරක්‍ෂාව ඉහළ නැංවීම සඳහා වැයකරන සෑම ඩොලරයක් සඳහාම සාමාන්‍යයෙන් ඩොලර් 7ක ආර්ථික ප්‍රතිලාභ ලැබෙන බවය. මෙහිදී ක්‍රියා නොකර සිටීම නිසා ඇති වන ආර්ථික අලාභය අතිමහත්ය. ලෝකය දැනටමත් කැපවී සිටින සහසුක සංවර්ධන ඉලක්ක කිසිවක් සාක්ෂාත් කර ගැනීමට, සනීපාරක්‍ෂාව දියුණු නොකළහොත් හැකි නොවනු ඇත.



සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවල් සහ සනීපාරක්‍ෂාව

එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයෙහි සහසුක සංවර්ධන ඉලක්ක අරමුණු කර ඇත්තේ වර්ෂ 2015 වන විට මූලික සනීපාරක්‍ෂක පහසුකම් රහිතව සිටින ජනගහනය අඩුකින් අඩු කිරීමය. එක්සත් ජාතීන්ගේ මහා මණ්ඩලය 2008 වර්ෂය ජාත්‍යන්තර සනීපාරක්‍ෂක වර්ෂය ලෙස ප්‍රකාශයට පත් කරනු ලැබූයේ සහසුක සංවර්ධන ඉලක්කයන්හි සනීපාරක්‍ෂක අරමුණු සාක්ෂාත් කරගැනීමේ වැදගත්කම පිළිගැනීමට ලක් කරමිනි. වඩා යහපත් සනීපාරක්‍ෂක මට්ටමක් සාක්ෂාත් කරගැනීමට නම් සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවල අධ්‍යාපන ආයතන, නීතිය ක්‍රියාත්මක කරවන ආයතන සහ සෞඛ්‍ය ආයතන යහපත් සනීපාරක්‍ෂක සහ ස්වස්ථතාමය තත්වය දියුණු



කිරීම සඳහා වන ක්‍රියාකාරකම් වැඩි වැඩියෙන් සිදු කළ යුතු බව පර්යේෂණ ප්‍රතිඵල අවධාරණය කරයි.

සනීපාරක්‍ෂාව පිළිබඳ පවත්නා වැරදි මත

- සනීපාරක්‍ෂාව දියුණු කිරීම තුළින් හිමි වන සෞඛ්‍ය ඵල ප්‍රයෝජන ඉතා අවම මට්ටමක පවතිනවා මෙන්ම එමගින් සමාජ-ආර්ථික ඵල ප්‍රයෝජන කිසිවක් හිමි වීමද සිදු නොවෙයි.
- ජල සැපයුම නංවාලීමෙන් පමණක් යහපත් සෞඛ්‍යයක්

ඇති කර ගැනීමට හැකිවන නිසා සනීපාරක්‍ෂක කටයුතුවල අවශ්‍යතාවයක් නොපවතියි.

- සියළු හොඳ සනීපාරක්‍ෂක විකල්ප මිල අධිකය. එසේම ක්‍රියාත්මක කිරීමද අසීරුය.
- සනීපාරක්‍ෂාව නංවාලීම මගින් ඉක්මන් ඵල ප්‍රයෝජන හිමි නොවේ.
- සනීපාරක්‍ෂාව පිළිබඳ වගකීම පවතිනුයේ අනෙක් තැනකය.
- කුඩා දරුවන්ගේ මල හානිකර භාවයෙන් තොරය.
- සම්ප්‍රදායක සහ සංස්කෘතිකමය ආකල්ප හොඳ සනීපාරක්‍ෂාවට හරස් වෙයි.
- ආරක්‍ෂිත සහ ප්‍රමාණවත් ජල සැපයුමක් තිබීම හොඳ සනීපාරක්‍ෂාවක් සඳහා වන පූර්ව අවශ්‍යතාවයකි.
- පණිවිඩ ලබා දීමෙන් වර්ධාව වෙනස් කළ හැකි වෙයි. එවිට හොඳ සනීපාරක්‍ෂාවක් ලැබීම ඉබේටම සිදු වෙයි.
- යහපත් සනීපාරක්‍ෂාවක් සාක්ෂාත් කරන, සාර්වත්‍රික ලෙස යොදා ගත හැකි ඉක්මන් සූත්‍ර පවතියි.

අපද්‍රව්‍ය එක්රැස් කිරීම, ප්‍රතිකාර කිරීම සහ යළි භාවිතය

නාගරික ප්‍රදේශවල අපජලය එක්රැස් කර ඉවත් කිරීමේ සම්මත සනීපාරක්‍ෂක තාක්‍ෂණය වනුයේ ජලාපවාහනය ය. එහිදී අපජලය ප්‍රතිකාරමය යන්ත්‍ර මගින් ප්‍රතිකාරයට ලක් කර නැවත භාවිතයට හෝ ගංගා වැව් හෝ මුහුදු වෙත මුදා හැරීම හෝ සිදු කෙරේ. සම්ප්‍රදායක අපජලය එක් රැස් කිරීමේ පද්ධති සඳහා විශාල ආයෝජනයක් සිදු කිරීමට සිදුවන නිසා බොහෝ සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවලට ඒවා ක්‍රියාත්මක කිරීමේ අපහසුවක් පවතියි.

සංවර්ධිත රටවල නාගරික අපජලය ප්‍රතිකාරයට ලක් කිරීම දැන් බහුලව සිදු වෙයි. එනමුත් සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවල තවමත් අප ජලයෙන් වැඩි ප්‍රමාණයක් ප්‍රතිකාරයට ලක් නොකර පරිසරයට මුදා හැරීම සිදු වෙයි.

ප්‍රතිකාර නොකළ අපජලය, වාරිමාර්ග පහසුකම් සහිත කෘෂිකාර්මික භූමි අලංකරණය සහ කර්මාන්ත කටයුතු සඳහා යොදා ගැනීම සංවර්ධිත රටවල දැන් වැඩි වැඩියෙන් සිදු වෙයි. නාගරික මායිම් ප්‍රදේශ සහ ග්‍රාමීය ප්‍රදේශවල බොහෝ ගෘහස්ථ ජලාපවාහන පද්ධති සමග සම්බන්ධ කර නොමැත. ඔවුහු තම අප ජලය මුදා හරිනුයේ පූනික ටැංකි හෝ අසල වූ වෙනත් ස්ථානයකටය.

ලෝක ජනගහනයේ 20% ඈඬු ප්‍රමාණයක් ජීවත් වන සංවර්ධිත රටවල ජනගහනයෙන් 99%කට දියුණු කළ සනීපාරක්‍ෂක පහසුකම් හිමි අතර 81%ක්ම ජලාපවහන පද්ධතියන්ට සම්බන්ධ කර ඇත.

ඝන අපද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීම

ඝන අපද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීම සඳහා බොහෝ සුලබ ලෙසට යොදා ගන්නා ක්‍රමය වන්නේ පහත් බිම් ගොඩ කිරීම සඳහා ඒවා යොදා ගැනීමය. පිළිස්සීම, ප්‍රතිවක්‍රීකරණය, කොම්පෝස්ට් සෑදීම සහ ජෛව ඉන්ධන බවට හැරවීම ඒ සඳහා යොදා ගත හැකි වෙනත් මාර්ග අතර වෙයි. පහත් බිම් ගොඩ කිරීම සඳහා ඝන අප ද්‍රව්‍ය යොදා ගැනීමේ දී සංවර්ධිත රටවල් වහාම මතුපිටට පස් යොදා වසා දැමීම වැනි තද නීති රීති සහිත ක්‍රමවේද අනුගමනය කළද සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවල එවැනි වැඩ පිළිවෙළක් නොමැත. දිනපතාම අපද්‍රව්‍ය මතුපිට පස් වලින් වසා දැමීම මගින් රෝග වාහකයන් අඩු කිරීමට සහ රෝග කාරක විෂබීජ පැතිරීම වැළැක්වීමට උදව් වෙයි. එසේම මෙසේ දිනපතා පස් තට්ටුවක් යෙදීම මගින් දුර්ගන්ධය පැතිරීමත් සහ කුණු කසල සුළඟට ගසාගෙන යාමත් වැළැක්විය හැකිය.

පිළිස්සීම් විකල්පය භාවිත කිරීමේ දී වායු දූෂක නිකුත්වීම විශේෂයෙන් දූලක සංයෝග අඩංගු වායු නිකුත්වීම අහිතකර තත්වයකි. විශේෂයෙන් සමස්ත පරිසර විද්‍යාත්මක පල විපාක සලකා බැලීමේදී ප්‍රතිවක්‍රීකරණය සහ ජෛව-ඉන්ධන පරිවර්තනය වඩා උසස් ජීවිත වක්‍ර පිරිවැයක් උරුම කර දෙන තිරසාර විකල්ප ලෙස සැලකිය හැකිය. කොම්පෝස්ට් සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලියේ වටිනාකම කොම්පෝස්ට් නිෂ්පාදන සඳහා පවතින වෙළඳපොළ ඉල්ලුම මත රඳා පවතින්නකි.

ආහාර කර්මාන්තයේදී සනීපාරක්‍ෂාව

ආහාර කර්මාන්තය තුළදී සනීපාරක්‍ෂාව යන්නෙන් අදහස් කෙරෙනුයේ, මහජන සෞඛ්‍යයට අහිතකර ලෙස බලපෑ හැකි ක්‍ෂුද්‍ර ජීවීන්ගේ වර්ධක සෛල සාර්ථක ලෙස විනාශ කිරීමට සහ වෙනත් අනවශ්‍ය ක්‍ෂුද්‍ර ජීවීන්ගේ සංඛ්‍යාව සැලකිය යුතු මට්ටමකින් පහළ දැමීමට සමත් වන ලෙස එහෙත් නිෂ්පාදනය කෙරෙහි අහිතකර ලෙස බල නොපාන හෝ පාරිභෝගිකයාගේ ආරක්‍ෂාවට බලපෑමක් නොවන හෝ ලෙස ආහාර ගැටෙන පෘෂ්ඨයන් ප්‍රමාණවත් ලෙස ප්‍රතිකාරයට ලක් කිරීමය.

වෛද්‍ය සරත් අමුණුගම
අධ්‍යක්ෂ, සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන කාර්යාංශය