සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය මඟින් සංවිධානය කරනු ලබන ප්‍රවෘත්ති සාකච්ඡාව සඳහා මාධ්‍යවේදීන්ට පණිවිඩ

මාතෘකාව

ලෝක පිළිකා දිනය –2026 පෙබරවාරි 4

WHO තේමාව -"වෙනස්කම් මගින් එකමුතු වීම"

මාතෘකාව හැඳින්වීම

ලෝක පිළිකා දිනය සැමරීමේ අපේක්ෂාව පිළිකා වැළැක්වීම, කලින් හඳුනා ගැනීම, ප්‍රතිකාර කිරීම සහ රෝගීන්හට සහන සත්කාර සේවා කාර්යක්ෂමව සිදුකිරීමයි.

2026 දී ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයෙහි තේමාව වන "වෙනස්කම් මගින් එකමුතු වීම" , පිළිකා පිළිබඳ සෑම පුද්ගලයෙකුගේම අත්දැකීම එකිනෙකාට විශේෂිත බව හඳුනා ගනිමින්, එම රෝගී පුද්ගලයා කේන්ද්‍ර කරගත් පිළිකා සත්කාර ක්‍රමවේදයක් අනුගමනය කරයි .නමුත් පිළිකාවට එරෙහි සටනේදී අපි එක්සත්ව එකමුතුව සිටිමු.

ගෝලීය වශයෙන්, නව රෝගීන් මිලියන 20 ක් සහ මරණ මිලියන 10 ක් වාතර්‍ා විය (2022).
2030 වන විට, නව රෝගීන් මිලියන 22-27 ක් සහ මරණ මිලියන 13 ක් සිදුවනු ඇතැයි ඇස්තමේන්තු ගත කර ඇත.

ශ්‍රී ලංකාවේ නව රෝගීන් 35,855 (2022) ක් සහ මරණ 14,986 ක් වාතර්‍ා විය (2021)
ශ්‍රී ලංකාවේ පිළිකා පිළිබඳ වතර්මාන තත්වය) 2022)

පුරුෂයන්	කාන්තාවන්
මුඛ පිළිකා (3,013)	පියයුරු පිළිකා (5,447)
මහාන්ත්‍ර හා ගුද මාගර් පිළිකා (1,564)	තෛරොයිඩ් ග්‍රන්ථි පිළිකා (2,369)
පෙනහළු පිළිකා (1,381)	මහාන්ත්‍ර හා ගුද මාගර් පිළිකා (1,519)
පුරස්ථ ග්‍රන්ථි (1,226)	ගභර්ාෂ පිළිකා (1,238)
ගල නාල පිළිකා (1,178)	ගැබ්ගෙල පිළිකා (1,226)

තේමාව

වෙනස්කම් මගින් එකමුතු වීම

පණිවිඩය

- අවධානම් සාධක වලට නිරාවරණය වීම අඩු කරගැනීමෙන් පිළිකා හට ගැනීමෙන් වැළැක්වීම

- දුම්කොළ භාවිතයෙන් වැළකී සිටීම, මත්පැන් සීමා කිරීම, සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවන රටාවක් පවත්වා ගැනීම
- එන්නත් ලබා ගැනීම (HPV, හෙපටයිටිස් B)
- කලින් හඳුනා ගත හැකි පිළිකා හඳුනා ගැනීමට උපකාරීවන පරීක්ෂණ වැඩසටහන්වලට සහභාගී වීම
- පහත සඳහන් අනතුරු ඇඟවීමේ සකුණු නොසළකා හරින්න එපා, වහාම වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගන්න

සති 2 කට වඩා වැඩි කාලයක් පවතින අසාමාන්‍ය ගැටිති හෝ සුව නොවන තුවාලයක්, පියයුරු හෝ වෙනත් තැනක ඝනවීමක් හෝ ගැටිත්තක්, දිගු කාලීන අජීර්ණය හෝ බඩ පිපීම, ගුද මාගර්යෙන් හෝ යෝනි මාගර්යෙන් සිදුවන අසාමාන්‍ය රුධිර වහනයක් හෝ ශ්‍රාවයක් පිටවීම, වෙනස් වූ මළපහ පුරුදු, ගිලීමේ අපහසුතාවයන්, උපන් ලපවල සිදුවන පැහැදිලි වෙනසක්, දිගු කාලීන කැස්ස හෝ කටහඬේ ගොරෝසු බව, සති 2 කට වඩා වැඩි කාලයක් පවතින උණ, රාත්‍රී දහඩිය, පැහැදිලි කළ නොහැකි බර අඩු වීම සහ තෙහෙට්ටුව, පැහැදිලි කළ නොහැකි තැලීම්, නිතර ආසාදන ඇතිවීම, අස්ථි වේදනාව වැනි රෝග ලක්ෂණ

- **කලින් හඳුනා ගත හැකි පිළිකා සඳහා - එම අදාළ පරීක්ෂණ කරගන්න**

සේවාවන් ලබා ගත හැකි ස්ථාන -

- පිළිකා කලින් හඳුනා ගැනීමේ මධ්‍යස්ථාන: කොළඹ, යාපනය, රත්නපුර, මාතර, මඩකළපුව, බදුල්ල
- සුවනාරි සායන
- සුවදිවි සායන
- පියයුරු සායන
- ශල්‍ය සායන
- දන්ත / OMF සායන

- **පිළිකාවක් වැළඳුණහොත් කාලෝචිත ප්‍රතිකාර සහ දැනුවත් කිරීම තුළින් ජීවිත ආරක්ෂා කර ගන්න.**

තනතුරු සහිත නම

විශේෂඥ වෛද්‍ය සේනක තලගල (අධ්‍යක්ෂ, ජාතික පිළිකා මදර්න වැඩසටහන) - 0706722177

විශේෂඥ වෛද්‍ය හසරැලි ප්‍රනාන්දු (ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, ජාතික පිළිකා මදර්න වැඩසටහන) - 0772920407

විශේෂඥ ජාලිය ජයසේකර (පිළිකා රෝග විශේෂඥ, ජාතික පිළිකා ආයතනය, මහරගම) - 0715334951

Press Release / Briefings through HPB

Topic

World Cancer Day – 4th February 2026

Introduction to the topic

World Cancer Day is a global initiative to raise awareness on cancer prevention, early detection, treatment, and palliative care. The 2025-7 theme, **United by Unique**, highlights people centred cancer care, recognizing that every person's experience with cancer (the cancer journey) is different, yet we are united in the fight against cancer.

There were 20 million new cases & 10 million deaths globally (2022)
By 2030, it is predicted that there will be 22-27 million new cases & 13 million deaths

In Sri Lanka there were 35,855 new cases (2022) & 14,986 deaths (2021)
Incidence of cancers, site-wise-

Females	Males
Breast (5,447)	**Oral (3,013)**
Thyroid (2,369)	**Colo-rectal (1,564)**
Colo-rectal (1,519)	**Lung (1,381)**
Uterine (1,238)	**Prostate (1,226)**
Cervical (1,226)	**Oesophageal (1,178)**

Theme

United by unique

The main content (messages & information)

☐ Prevent cancers –

- Avoid tobacco, limit alcohol, maintain a healthy lifestyle
- Get vaccinated (HPV, Hepatitis B)
- Participate in regular screening programs to identify early detectable cancers
- Do not ignore the following warning signs, seek medical advice immediately

  An unusual lump or wound that lasts more than two weeks, a lump or thickening in the breast or elsewhere, prolonged indigestion or bloating, unusual bleeding or discharge from the anus or vagina, change in bowel habits, difficulty in swallowing, a noticeable change in a birthmark, a long-term cough or hoarseness, a fever that lasts more than two weeks, night sweats, unexplained weight loss and fatigue, unexplained bruising, frequent infections, bone pain

☐ Screen for early detectable cancers

These services are available at following locations-

1. **Cancer Early Detection Centres; Colombo, Batticaloa, Jaffna, Rathnapura, Matara, Badulla**
2. **Well Women Clinics**
3. **Healthy Life-style centres**
4. **Breast clinics**
5. **Surgical clinics**
6. **Dental / OMF clinics**
7. **Palliative care centres**

☐ Protect lives through timely initiation & completion of treatment + Palliative services

Details of your institute/programe and the contact numbers

- Dr. Senaka Talagala (Director, National Cancer Control Program), 0706722177
- Dr. Hasarali Fernando (Consultant Community Physician, NCCP), 0772920407
- Dr. Jaliya Jayasekara (Consultant Oncologist, Cancer Institute Maharagama, Sri Lanka), 0715334951