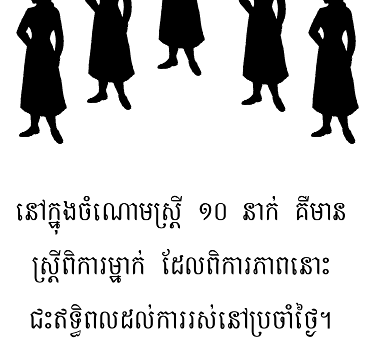
ជំពូកទី ១

ពិការភាព និង សហគមន៍

ស្ត្រីពិការគ្រប់រូបមានសិទ្ធិចំពោះតម្រូវការឱ្យមានសុខភាពល្អ។ សុខភាពល្អអាស្រ័យដោយការទទួលបានម្ហូបអាហារមានជីវជាតិគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់បរិភោគ ហាត់ប្រាណទៀងទាត់ និងការទទួលបានព័ត៌មាននិងសេវាកម្មទាំងឡាយដើម្បីការពារខ្លួន ព្រមទាំងការព្យាបាលបញ្ហាសុខភាព ជាពិសេសបញ្ហាក្នុងការការពារប្រដាប់បន្តពូជ។ កុមារីពិការនិងស្ត្រីពិការគ្រប់រូបត្រូវការការអប់រំល្អ មានមុខរបរចិញ្ចឹមជីវិត និងឱកាសដើម្បីចូលរួមនៅក្នុងសហគមន៍របស់ពួកគេ ដើម្បីអភិវឌ្ឍសក្ដានុពលរបស់ខ្លួន។



នៅក្នុងចំណោមស្ត្រី ១០ នាក់ គឺមានស្ត្រីពិការម្នាក់ ដែលពិការភាពនោះជះឥទ្ធិពលដល់ការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។

តើអ្វីទៅជាពិការភាព?

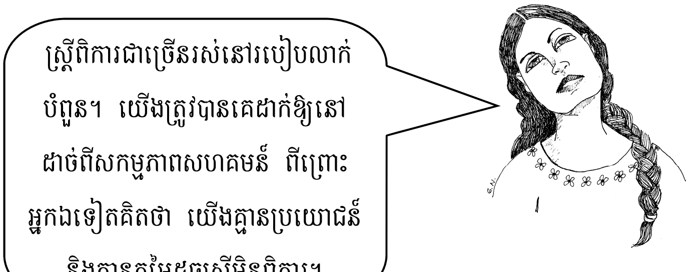
ស្ត្រីពិការជាច្រើនរូបតែងប្រើពាក្យ "ភាពពិការ" ពាក្យនេះសំដៅដែនកំណត់គ្រប់ប្រភេទផ្សេងៗនៃពិការភាពរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ ។ ការកំណត់អំពី "ភាពពិការ" នេះរួមមាន ភាពពិការភ្នែក, ថ្លង់, លក្ខខណ្ឌដែលបង្កការលំបាកក្នុងការដើរ ឬ និយាយ, លក្ខខណ្ឌដែលធ្វើឱ្យមានការលំបាកក្នុងការយល់ដឹង ឬ រៀនសូត្រ ព្រមទាំងលក្ខខណ្ឌដែលអាចបង្កឱ្យប្រកាច់ដោយសារជំងឺស្កន់ ។ល ។

ស្ត្រីពិការម្នាក់ប្រហែលជាធ្វើចលនាបំលាស់ទី (មានដំណើរ), មើល, ស្តាប់, ឬ រៀន និងយល់ ខុសប្លែកពីស្ត្រីមិនពិការម្នាក់ ។ ភាពខុសប្លែកនេះអាចមាននៅក្នុងសកម្មភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ ដូចជាពេលដែលគាត់ប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយអ្នកដទៃ, ហូប ចុក, ងូតទឹក, ស្លៀកពាក់, ក្រោកពីដំណេក, ទម្រេតខ្លួន និងកាន់/យួរ ឬ បញ្ចុកបាយទឹកដល់កូនរបស់គាត់ ។ល ។

ថ្វីបើគាត់ពិការក៏ដោយ ស្ត្រីម្នាក់នៅតែអាចស្វែងរកដំណោះស្រាយបញ្ហាដែលបង្កឡើងពីភាពពិការរបស់ខ្លួនឱ្យអស់ពីសមត្ថភាពដែរ គាត់នៅតែអាចប្រឈមមុខនឹងរបាំងសង្គម កាយសម្បទា វប្បធម៌ និង សេដ្ឋកិច្ចដែលរារាំងគាត់ពីការទទួលបាននូវការគាំពារសុខភាព ការអប់រំ ការបណ្តុះបណ្តាលវិជ្ជាជីវៈ និងការទទួលបានការងារធ្វើ ។

អត្តចរិត ឬ អាកប្បកិរិយាដែលបង្កទៅជាឧបសគ្គ

អត្តចរិតនិងគំនិតយល់ខុសទាំងឡាយអំពីអ្វីដែលស្ត្រីពិការអាចធ្វើបាន និងមិនអាចធ្វើបាន អាចរារាំងស្ត្រីពិការពីការរស់នៅប្រកបដោយសុខភាពល្អ និងពេញលេញ ឬរារាំងមិនឱ្យចូលរួមក្នុងជីវភាពរស់នៅនៃសហគមន៍របស់គាត់ ។ ការបង្កើតរបាំងទាំងឡាយ វាបង្កើនការគាបសង្កត់ទៅលើពិការភាពរបស់គាត់ថែមទៀត ដែលអាចរារាំងគាត់ពីការទទួលបានការអប់រំ ឬការងារធ្វើ និងពីការមានជីវិតផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងសង្គម ។



ឧទាហរណ៍ :- គ្រូបង្រៀនម្នាក់ប្រហែលជាជឿថា កុមារីម្នាក់មិនអាចរៀនសូត្រចេះដឹងដោយសារតែនាងពិការភ្នែក ឬ ថ្លង់ ។ ប៉ុន្តែសមត្ថភាពរបស់កុមារីក្នុងការមើលនិងស្តាប់មិនមែនជាបញ្ហាឡើយ ។ កុមារីពិការភ្នែកអាចរៀនដោយការស្តាប់និងការប្រើវិញ្ញាណឯទៀតដូចជា ការហិតក្លិន និងការប៉ះ/ស្ទាប ។ នាងអាចរៀនបានច្រើនទៀត បើនាងមានសៀវភៅភាសាប្រៃយ៍ ឬថតព័ត៌មានដាក់កាសែតម៉ាញ៉េ ។ កុមារីថ្លង់អាចរៀនបានពេលមនុស្សម្នាប្រើភាសាសញ្ញា និងវិធីសាស្ត្របង្រៀនតាមរយៈការមើល ។

ស្ត្រីដែលមិនអាចដើរបាន ប្រហែលជាមានសមត្ថភាពក្នុងការមានអាជីពល្អ និងអាចមានថវិកាចំណូលដើម្បីគាំទ្រក្រុមគ្រួសាររបស់នាង ។ ប៉ុន្តែបើក្រុមគ្រួសារនិងសហគមន៍របស់គាត់មានការអាម៉ាស់ចំពោះរបៀបដែលគាត់ដើរ-បំលាស់ទី និងចង់ឱ្យនាងរស់នៅដោយការលាក់ពួន ទង្វើទាំងអស់នោះជាអារម្មណ៍អៀនខ្មាសរបស់ក្រុមគ្រួសារនិងសហគមន៍ដែលធ្វើឱ្យគាត់ពិការ ។

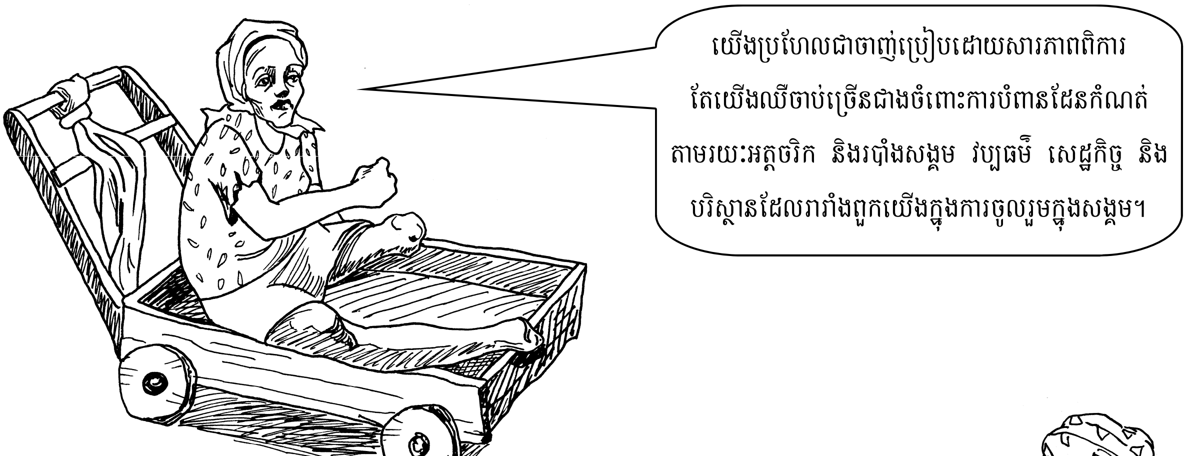
សមាជិកក្នុងសហគមន៍តែងតែរួមបញ្ចូលទាំងជនពិការ នេះជារឿងធម្មតា ។ ប៉ុន្តែវាមិនមែនជារឿងធម្មតាទេ ដែលបុគ្គលម្នាក់ទទួលការរើសអើង និងដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកដោយសារតែភាពពិការរបស់គាត់នោះ ។ នោះជាបញ្ហារើសអើងដ៏អាក្រក់!

ការយល់ដឹងនៃផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រស្តីពីពិការភាព

វេជ្ជបណ្ឌិតនិងបុគ្គលិកសុខាភិបាលស្ទើរតែទាំងអស់មើលឃើញតែភាពពិការដែលបុគ្គលម្នាក់មានតែប៉ុណ្ណោះ ។ ពួកគេមើលមិនឃើញថា ជនពិការម្នាក់នេះជាបុគ្គលម្នាក់ ឬជាស្ត្រីម្នាក់ពេញលេញឡើយ ។ វេជ្ជបណ្ឌិតនិងបុគ្គលិកសុខាភិបាលបានគិតថា ជនដែល "ពិការ" ពិតជាមានអ្វីមួយ "ទាស់ខុស" ជាមួយបុគ្គលនោះ ហើយត្រូវតែព្យាបាលឱ្យជាសះស្បើយ ស្តារលទ្ធភាពពលកម្ម ឬត្រូវការការពារ ។

នៅពេលច្រកផ្លូវចេញចូលនៃមន្ទីរពេទ្យនិងអាគារទាំងឡាយ ឬ ចរិតអាក្រក់របស់បុគ្គលខ្លះដែលធ្វើការនៅមន្ទីរពេទ្យ និងអាគារទាំងនោះមិនអាចឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបក្នុងសហគមន៍ប្រើប្រាស់បាន នោះការងារនៃប្រព័ន្ធវេជ្ជសាស្ត្រពិតជាមានអ្វីមួយ"ទាស់ខុស" ហើយត្រូវតែធ្វើការកែលំអ ឬស្តារលទ្ធភាពពលកម្ម ។ ក្នុងករណីនេះ ភាពខុសឆ្គងមិនមែនជាពិការភាពរបស់ស្ត្រីទេ តែវាជាការយល់ដឹងនៃពិការភាពខាងផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រទៅវិញទេ ដែលតែងគិតថាវាមិនអាចទៅរួចចំពោះស្ត្រីពិការក្នុងការរស់នៅប្រកបដោយសុខភាពល្អ និងសុខុមាលភាពពេញលេញ ។

យើងត្រូវរកផ្លូវដោះស្រាយជាមួយនឹងភាពពិការរបស់យើង មានតែអ្នកទេដែលអាចបញ្ឈប់ការបង្កមូលហេតុរើសអើងក្នុងសង្គមដែលយើងប្រឈមមុខ។



ពិការភាពជាផ្នែកធម្មតានៃជីវិត

ដរាបណាមនុស្សនៅតែរស់នៅលើផែនដី នោះមនុស្សយើងមួយចំនួននៅតែកើតមកជាមួយភាពពិការ មានជំងឺ និងគ្រោះថ្នាក់កើតឡើង ។ ប៉ុន្តែរដ្ឋាភិបាលនិងសហគមន៍អាចធ្វើការដើម្បីផ្លាស់ប្តូរមូលហេតុសង្គមដែលបង្កឱ្យមានពិការភាព-ដែនកំណត់ដែលរារាំងជនពិការតាមរយៈអាកប្បកិរិយានិងសង្គម វប្បធម៌ សេដ្ឋកិច្ច និងរាងកាយដើម្បីឱ្យពួកគេបានចូលរួមក្នុងសង្គម ។ សុខភាពទាំងរាងកាយនិងផ្លូវចិត្តរបស់ស្ត្រីពិការនឹងបានប្រសើរឡើង ពេលណាសហគមន៍បង្កលក្ខណៈធ្វើឱ្យមានច្រកផ្លូវងាយស្រួលចេញចូល, កាត់បន្ថយការរើសអើង, និង បង្កើតឱកាសរកការងារធ្វើ ។

ស្ត្រីពិការនៅរដ្ឋធានីបង់ហ្គាល័រនៃប្រទេសឥណ្ឌាធ្វើការបង្ហាញនិសដៅ

នៅរដ្ឋធានីបង់ហ្គាល័រភាគខាងត្បូងនៃប្រទេសឥណ្ឌា ស្ត្រីពិការផ្នែករាងកាយ 4 នាក់ឈ្មោះ **សាហ៊ីណា, ណូរី, ឌីវ៉ាគី** និង **ចាន់ជ្រាម៉ា** ផលិតនិងបំពាក់ឧបករណ៍ជំនួយនិងធ្វើការស្តារលទ្ធភាពពលកម្ម ។ ពួកគេធ្វើការនៅរោងជាងជំនួយការស្តារលទ្ធភាពពលកម្មដោយស្ត្រីពិការ (Rehabilitation Aids Workshop by Women with Disabilities = RAWWD) រោងជាងនេះបានបង្កើតឡើងនៅឆ្នាំ 1997 ដោយស្ត្រីពិការ 8 នាក់ ដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាលពីអង្គការចល័តប្រចាំប្រទេសឥណ្ឌា (Mobility India) ដើម្បីធ្វើឧបករណ៍ជំនួយរាងកាយ ។

ថ្វីបើនៅទីក្រុងនោះមានរោងជាងនិងសេវាកម្មផ្សេងៗក្តី ទំរាំតែ RAWWD ចាប់ផ្តើម នៅទីនោះមានតែអ្នកបច្ចេកទេសប្រុសប៉ុណ្ណោះ ដែលវាស់វែងនិងផលិតឧបករណ៍ជំនួយរាងកាយ ហើយស្ត្រីពិការមានការទើសទាល់ទៅរកពួកប្រុស ។ ស្ត្រីពិការអៀនខ្មាស់ក្នុងការឱ្យប្រុសវាស់វែងរាងកាយនិងបំពាក់ឧបករណ៍ជំនួយរាងកាយ ។ ដោយហេតុនេះហើយស្ត្រីពិការជាច្រើននាក់មិនបានប្រើ ឬ បំពាក់ឧបករណ៍ជំនួយរាងកាយដែលជួយឱ្យពួកគេអាចធ្វើដំណើរទៅនេះទៅនោះបាន ។

ឥឡូវនេះ RAWWD ធ្វើឧបករណ៍ជំនួយរាងកាយផ្សេងៗជាច្រើនសម្រាប់គាំទ្រកជើង ប្រអប់ជើង និងជង្គង់ ។ ឧបករណ៍ទាំងនេះមាន ឈើច្រត់, រទេះរុញ, ស្បែកជើង, ខ្សែក្រវ៉ាត់ និងរណបជើង ក៏ដូចជាជើងនិងប្រអប់ជើងសិប្បនិម្មិត ។

ទន្ទឹមនឹងពេលដែលស្ត្រីនៅ RAWWD កើនទំនុកចិត្តនិងបង្កើនជំនាញ ពួកគេបានចាប់ផ្តើមផ្តល់សេវាកម្មដល់អង្គការនានាដែលធ្វើការសម្រាប់ជនពិការ ហើយឥឡូវនេះក៏កំពុងផ្តល់សេវាកម្មដល់មន្ទីរពេទ្យ និងគ្លីនិកនៃវេជ្ជបណ្ឌិតមួយចំនួនផងដែរ ។ ស្ត្រីទាំងនោះទទួលខុសត្រូវទិញសំភារៈដើម្បីធ្វើឧបករណ៍ជំនួយរាងកាយ ចុះបញ្ជីនិងរក្សាឯកសាររបស់អតិថិជន ធ្វើការពិនិត្យតាមដាន និងគ្រប់គ្រងមុខរបរដោយខ្លួនឯងផ្ទាល់ ។ RAWWD លើកទឹកចិត្តស្ត្រីពិការឯទៀតឱ្យក្លាយជាអ្នកបច្ចេកទេស និងបណ្តុះបណ្តាលឱ្យចេះផលិតនិងជួសជុលឧបករណ៍ជំនួយរាងកាយនិងគ្រឿងបន្លាស់ ។ ប្រការនេះលើកកំពស់នូវសិទ្ធិស្មើគ្នាសំរាប់ស្ត្រីពិការជាពិសេសស្ត្រីដែលត្រូវបានគ្រួសារបោះបង់ចោល និងផ្តល់ជីវិតរស់នៅសមរម្យដល់ពួកគេផងដែរ ។

ធនធាន និង ឱកាស

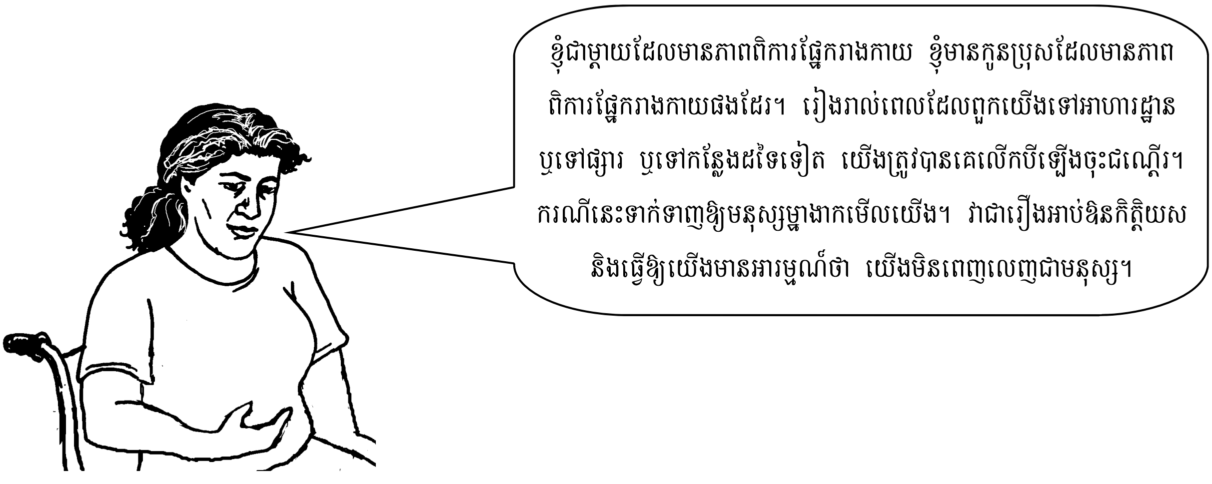
នៅក្នុងសហគមន៍ជាច្រើន ស្ត្រីមានធនធាននិងឱកាសតិចតួចជាងបុរស ។ ភាពមិនស្មើភាពគ្នារវាងបុរសនិងស្ត្រី គឺជារឿងពិតផងដែរក្នុងចំណោមជនពិការ ។

រទេះសម្រាប់ជនពិការ ដៃ-ជើងសិប្បនិម្មិត ថ្នាក់រៀនភាសាសញ្ញា បន្ទាត់និងដែកចារអក្សរប្រៃយ៍ (ជួយឱ្យស្ត្រីពិការភ្នែកអាចសរសេរនិងអានអក្សរ) និងធនធានដទៃទៀត ជារឿយៗមានតម្លៃថ្លៃ ហើយមិនសូវមានសម្រាប់ស្ត្រីពិការដូចបុរសពិការឡើយ ។ ការគ្មានឧបករណ៍ជំនួយទាំងនេះ កុមារីនិងស្ត្រីពិការមានការពិបាកក្នុងការទទួលបានការអប់រំ និងធ្វើអ្វីៗសម្រាប់ខ្លួនឯង ។ ជាលទ្ធផល ពួកគេមិនសូវទទួលបានការងារធ្វើ គ្មានលទ្ធភាពត្រួតត្រាលើជីវិតខ្លួនឯង និងមិនសកម្មក្នុងការចូលរួមចំណែកក្នុងជីវិតនៃសហគមន៍របស់ខ្លួន ។

ឧបសគ្គរាំងផ្នែករាងកាយ

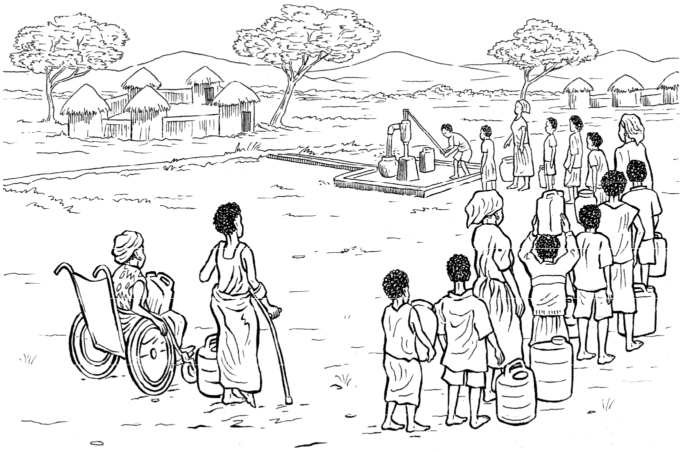
ស្ត្រីពិការជាច្រើនមិនអាចប្រើប្រាស់សេវាកម្មនៅក្នុងសហគមន៍ដូចជា ធនាគារ ឬ មន្ទីរពេទ្យ ដោយសារអាគារស្ទើរតែទាំងអស់គ្មានជម្រាល គ្មានបង្កាន់ដៃ និងគ្មានជណ្តើរយន្ត ។ ឧបសគ្គដែលរាំងផ្នែករាងកាយធ្វើឱ្យស្ត្រីពិការលំបាកក្នុងការធ្វើដំណើរពីកន្លែងមួយទៅកាន់កន្លែងមួយទៀតដោយខ្លួនឯង ។ នៅពេលដែលស្ត្រីត្រូវបានឃាត់ឃាំងដោយឧបសគ្គទាំងនេះ ជារឿយៗពួកគេមិនអាចទៅរកម្ហូបអាហារមានជីវជាតិ មិនបានហាត់ប្រាណ ឬ មិនទទួលបានការគាំពារសុខភាពដែលពួកគេត្រូវការបានគ្រប់គ្រាន់ឡើយ ។

មនុស្សជាច្រើនរួមទាំងបុគ្គលិកសុខាភិបាលអាចជឿថា បើស្ត្រីដែលប្រើប្រាស់រទេះមិនអាចចេញចូលអាគារបាន ដោយសារអាគារនោះមានតែជណ្តើរ នោះនាងត្រូវតែរៀនពាក់រណបជើង ឬ ប្រើឈើច្រត់ ឬ ឱ្យនរណាម្នាក់ជួយលើកដាក់នាង ។ ពិការភាពរបស់នាងមិនមែនជាបញ្ហាទេ តែឧសគ្គរាំងផ្នែករាងកាយធ្វើឱ្យនាងមិនអាចចេញចូលអាគារបាន ។ បើអាគារមានជម្រាល នាងអាចបង្វិលរទេះចេញចូលអាគារបាន នោះវាពិតជាគ្មានបញ្ហាអ្វីឡើយ ។



បុគ្គលិកអភិវឌ្ឍបានចុះតាមភូមិនានា ពួកគេមកធ្វើការជាមួយគម្រោងការរបស់ខ្លួន។ ហើយពួកគេធ្វើការជាមួយស្ត្រីនៅទីនោះ គឺស្ត្រីទាំងអស់នៅទីនោះ។ ហើយស្ត្រីពិការ... នាងក៏ត្រូវការចិញ្ចឹមបីបាច់ក្រុមគ្រួសារផងដែរ។ ពួកគេធ្វើគម្រោងជីកអណ្តូងទឹកដែលមិនអាចឱ្យស្ត្រីពិការចេញចូលបាន។ នាងត្រូវការទៅដងទឹកមកប្រើប្រាស់ ហើយពួកគេមិនបានគិតគូរដល់រឿងនេះទេ។

– ពីស្ត្រីនៅប្រទេសហ្សីមបាវ៉េ នៅក្នុងការចូលរួមមហាសន្និបាតពិភពលោកលើកទី 3 ស្តីអំពីស្ត្រី, ណៃរ៉ូប៊ី, 1985



ស្ត្រីពិការមានសិទ្ធិក្នុងការដកចេញឧបសគ្គរាំងផ្ទែកសង្គមនិងរាងកាយ។

មូលហេតុដែលបណ្តាលឱ្យមានពិការភាព

ស្ត្រីមួយចំនួនពិការតាំងពីកំណើត។ ស្ត្រីខ្លះពិការបន្តិចម្តងៗទៅតាមពេលវេលា។ ស្ត្រីខ្លះទៀតស្រាប់តែធ្លាក់ខ្លួនពិការមួយរំពេចដោយសារគ្រោះថ្នាក់ ឬ ជំងឺយារយី។ វាជារឿងដែលមិនអាចទៅរួចក្នុងការទប់ស្កាត់ភាពពិការគ្រប់ប្រភេទ។ ទារកខ្លះមានរូបរាងខុសៗគ្នាតាំងពីនៅក្នុងពោះម្តាយ ហើយគ្មានអ្នកណាម្នាក់ដឹងពីមូលហេតុច្បាស់លាស់ឡើយ។

ប៉ុន្តែភាគច្រើននៃពិការភាពដែលកើតឡើងចំពោះទារក តែងបង្កដោយស្ថានភាពខូចសុខភាពក្នុងជីវិតរបស់ស្ត្រី។ បើស្ត្រីអាចទទួលបានម្ហូបអាហារមានជីវជាតិដើម្បីបរិភោគបានគ្រប់គ្រាន់ អាចការពារខ្លួនពីការងារដែលមានជាតិពុល និងទទួលបានការគាំពារសុខភាព រួមទាំងការថែទាំសុខភាពនៅពេលផ្តល់កំណើតកូន នោះភាពពិការជាច្រើនអាចត្រូវទប់ស្កាត់បាន។

ភាពក្រីក្រ និង កង្វះអាហារូបត្ថម្ភ

ភាពក្រីក្រគឺជាមូលហេតុដែលធំជាងគេបំផុតនៃពិការភាព។ អ្នកក្រគឺជាក្រុមដែលងាយរងគ្រោះចំពោះពិការភាព ពីព្រោះពួកគេត្រូវបានបង្ខំឱ្យរស់នៅ និងធ្វើការនៅកន្លែងដែលបរិស្ថានគ្មានសុវត្ថិភាព ដូចជាកន្លែងមិនសូវមានអនាម័យ ស្ថានភាពរស់នៅក្នុងគ្រួសារមានសមាជិកច្រើនប្រជ្រៀតគ្នា និងមានច្រកតិចតួចទៅរកការអប់រំ ទឹកស្អាត ឬម្ហូបអាហារមានជីវជាតិគ្រប់គ្រាន់។ ករណីនេះបង្កឱ្យមានជំងឺរាតត្បាតដូចជា របេង ស្វិតដៃជើង ហើយដែលអាចបង្កឱ្យមានពិការភាពកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរជាងជំងឺធម្មតា ពីព្រោះជំងឺរាតត្បាតអាចចម្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតបានយ៉ាងងាយ។

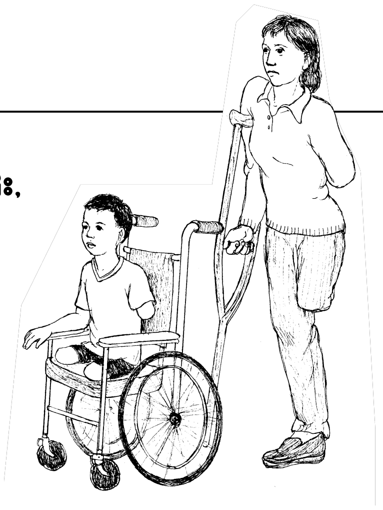
ទារកជាច្រើនដែលកើតមកនៅក្នុងគ្រួសារក្រីក្រ ប្រហែលជាកើតមកជាមួយពិការភាព ឬ អាចស្លាប់ក្នុងអំឡុងពេលនៅជាទារក។ នេះដោយសារតែម្តាយមិនទទួលបានម្ហូបអាហារសម្រាប់បរិភោគគ្រប់គ្រាន់ កាលពីគាត់មានផ្ទៃពោះ ឬ ប្រហែលមកពីគាត់មិនទទួលបានម្ហូបអាហារសម្រាប់បរិភោគគ្រប់គ្រាន់ កាលពីគាត់នៅជាកុមារី។ ចាប់តាំងតែពីកុមារភាពជារឿយៗ កុមារីតែងត្រូវបានផ្តល់ម្ហូបអាហារតិចជាងកុមារា។ ជាលទ្ធផល នាងធំលូតលាស់យ៉ាងយឺតយ៉ាវ ហើយឆ្អឹងរបស់នាងមិនអាចអភិវឌ្ឍបានសមស្រប ដែលជាហេតុបង្កការលំបាកនៅពេលនាងធំឡើង ជាពិសេសបើនាងមិនទទួលបានការគាំពារសុខភាពនៅពេលនាងសម្រាលកូន។

ម្តាយរបស់កុមារីដែលមានមាត់ឆែបនេះ កាលពីគាត់មានផ្ទៃពោះ គាត់មិនទទួលបានម្ហូបអាហារមានជាតិវ៉ៃ (**ហ្វូលិក អាស៊ីត** / folic acid) និងជាតិកាល់ស្យូមគ្រប់គ្រាន់ ដូចជា (បន្លែស្លឹកដែលមានពណ៌បៃតងចាស់ សណ្តែក និងពងមាន់-ពងទា)។

បើទារក ឬ កុមារតូចម្នាក់មិនទទួលបានម្ហូបអាហារមានជីវជាតិសម្រាប់បរិភោគឱ្យគ្រប់គ្រាន់ នាងអាចក្លាយជាពិការភ្នែក ឬ មានបញ្ហាក្នុងការរៀនសូត្រ ឬ មិនសូវយល់ដឹង និងមានការភ្លេចភ្លាំងច្រើន។

សង្គ្រាម

ក្នុងសង្គ្រាមសព្វថ្ងៃនេះ ចំនួនប្រជាជនស្លាប់ ឬ ពិការច្រើនជាងចំនួនកងទ័ព ហើយមនុស្សស្លាប់ភាគច្រើនជាស្ត្រីនិងកុមារ។ គ្រាប់ផ្ទុះធ្វើឱ្យមនុស្សទៅជាហ៊ឹងត្រចៀក ថ្លង់ ពិការភ្នែក និងដាច់ដៃ-ជើង ក៏ដូចជាបង្កឱ្យរបួស។ សុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់ពួកគេក៏ត្រូវបានប៉ះពាល់យ៉ាងអាក្រក់ដោយអំពើហឹង្សា។ ការបំផ្លិចបំផ្លាញផ្ទះសម្បែង សាលារៀន មជ្ឈមណ្ឌលសុខភាព និងខ្លឹមសារនៃជីវិតរស់នៅ សុទ្ធតែជាលទ្ធផលពីជម្លោះនិងការប្រយុទ្ធក្នុងសង្គ្រាមដែលធ្វើឱ្យភាពពិការ ភាពក្រីក្រ និងជំងឺរាតត្បាតកើនឡើងថែមទៀត។



នៅក្នុងពិភពលោកសព្វថ្ងៃនេះ **គ្រាប់មីនកប់ក្នុងដី, ចង្កោមគ្រាប់បង្កៃដែលផ្ទុះ, គ្រាប់កាំភ្លើង និងជាតិគីមីដែលបានប្រើក្នុងសង្គ្រាម** បានបង្កឱ្យមនុស្សមានពិការភាពច្រើនជាងអ្វីៗទាំងអស់។ ជារឿយៗ ពួកវាធ្វើឱ្យស្ត្រីរងរបួសក្នុងពេលពួកគាត់ធ្វើការងារប្រចាំថ្ងៃដូចជា ធ្វើចំការ ឬ ដើរទៅដងទឹក និងទៅរកអុស។

ការផ្ទុះគ្រាប់ផ្លោង និងគ្រាប់មីនបង្កឱ្យរបួសដៃនិងជើង ហើយជាញឹកញាប់ជើងរបស់កុមារ ឬស្ត្រីត្រូវបានកាត់ចោល។ ប៉ុន្តែមានតែបុគ្គលម្នាក់ប៉ុណ្ណោះក្នុងចំណោមបុគ្គលបួននាក់បានបំពាក់ជើងសិប្បនិម្មិតជំនួសឱ្យជើងដែលបាត់បង់ ធម្មតាដោយសារវាថ្លៃពេក ឬ ពិបាករកបាន។ តួជើងសិប្បនិម្មិតឈ្មោះ**ម៉ុកទី** (Mukti) និងប្រអប់ជើងសិប្បនិម្មិតឈ្មោះ**ចៃប៉ើ** (Jaipur) ជាឧបករណ៍ពីរយ៉ាងមានគុណភាពល្អ និងមានតម្លៃថោកល្មមបានផលិតដោយក្រុមមួយនៅប្រទេសឥណ្ឌា។ ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីជើងទាំងនេះ ចូរអានទំព័រ 378។

សន្ធិសញ្ញាអន្តរជាតិដើម្បីបញ្ឈប់ការប្រើប្រាស់មីនកប់ក្នុងដីអាចសង្គ្រោះជីវិតមនុស្សជាច្រើននាក់ និងទប់ស្កាត់ពិការភាពបានយ៉ាងច្រើន ប៉ុន្តែរដ្ឋាភិបាលមួយចំនួនមិនព្រមចុះហត្ថលេខាឡើយ។ បើវាមិនត្រូវបានចុះហត្ថលេខាទេនោះ ចូរនាំគ្នារកវិធីបញ្ចុះបញ្ចូលឱ្យរដ្ឋាភិបាលរបស់អ្នកចុះហត្ថលេខាលើសន្ធិសញ្ញានេះ។

គ្រោះថ្នាក់បណ្ដាលដោយនុយក្លេអ៊ែរ

មនុស្សជាច្រើនបានរងទុក្ខទោសក្រោយពីរងចំហាយវិទ្យុសកម្មដ៏ធំសម្បើម ។ រឿងនេះបានកើតឡើងក្រោយពេលមានគ្រោះថៃ្ងដន្យផ្ទុះបង្គោលនុយក្លេអ៊ែរផលិតអគ្គិសនីនៃនៅលើកោះស្រ៊ីម៉ាលយ៍នៅសហរដ្ឋអាមេរិកកាលពីឆ្នាំ 1979 និងនៅទីក្រុងឆេណូប៊ីលក្នុងប្រទេសអ៊ុយក្រែនកាលពីឆ្នាំ 1986 ។ រឿងនេះក៏បានកើតឡើងដែរនៅពេលសហរដ្ឋអាមេរិកបានទម្លាក់គ្រាប់បែកនុយក្លេអ៊ែរទៅលើប្រទេសជប៉ុនកាលពីឆ្នាំ 1945 ។ ព្រឹត្តិការណ៍ទាំងនេះបានអូសបន្លាយ បង្កការរាគត្បាតបំផ្លិចបំផ្លាញ និងស្លាប់រង្គាលពីការរងចំហាយវិទ្យុសកម្ម ។

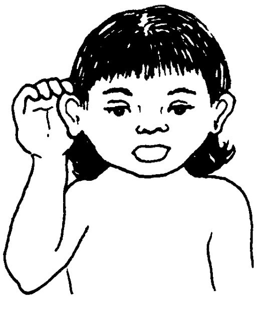
មនុស្សដែលបានរួចជីវិតពីហេតុការណ៍ទាំងនេះ និងក្រោមការវាយប្រហារដោយគ្រាប់ផ្លោង បានរងទុក្ខវេទនាយ៉ាងចំបងលើជំងឺមហារីកដូចជា ដុំសាច់ដុះលើចំណែកនៃរាងកាយ ជាពិសេស**ក្រពេញទីរ៉ូអ៊ីដ**នៅម្ដុំបំពង់ក (កូនកណ្ដុរ) ឬ មហារីកឈាម ករណីទាំងអស់នេះបង្កឱ្យមានការស្លាប់ទាំងនៅវ័យក្មេង ។ នៅក្នុងសហគមន៍ដែលមានការផ្ទុះថាមពលនុយក្លេអ៊ែរកើតឡើង ក៏មានការកើនឡើងនៅចំនួនកុមារដែលមានការលំបាកក្នុងការរៀនសូត្រ ដូចជាពិការភាពប្រាជ្ញាអន់ថយ (ខ្សោយសតិបញ្ញា) ។

ភាពខ្សត់ខ្សោយក្នុងការទទួលបានការគាំពារសុខភាព

សុខភាពល្អអាចទប់ស្កាត់ពិការភាពបានជាច្រើន ។ ការពិបាកក្នុងពេលឈឺពោះនិងពេលសម្រាលកូនអាចបង្កឱ្យទារកពិការនៅពេលកើតដូចជា ខូចប្រព័ន្ធបញ្ចូចលនា ។ ឆ្មប ឬ អ្នកមានវិជ្ជាផ្នែកសម្រាលកូនដែលយល់ដឹងអំពីគ្រោះថ្នាក់ និងអាចដោះស្រាយបញ្ហាសង្គ្រោះបន្ទាន់ អាចការពារទារកមិនឱ្យកើតមកជាមួយពិការភាពច្រើនប្រភេទ ។ ថ្នាំវ៉ាក់សាំងក៏អាចការពារពិការភាពបានយ៉ាងច្រើនផងដែរ ។ ប៉ុន្តែភាគច្រើនថ្នាំវ៉ាក់សាំងមិនអាចរកបាន ឬ មនុស្សរស់នៅឆ្ងាយពីទីក្រុង ឬ ក៏ជាអ្នកក្រគ្មានលុយទិញថ្នាំវ៉ាក់សាំង ឬ គ្មានថ្នាំវ៉ាក់សាំងគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ផ្ដល់ឱ្យមនុស្សគ្រប់រូប ។

ជំងឺ

ជំងឺមួយចំនួនដែលអាចកើតឡើងចំពោះស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ អាចបង្កបញ្ហាលើរាងកាយ ឬ បញ្ហារៀនសូត្រចំពោះទារកនៅពេលទារកកើតមក ។ ជំងឺដែលអាចបង្កឱ្យទារកមានពិការភាពពីកំណើតរួមមាន ជំងឺស្អូចដែលភាគច្រើនបង្កឱ្យទារកទើបនឹងកើតមកទៅជាថ្លង់ ។ បច្ចុប្បន្ននេះមានថ្នាំវ៉ាក់សាំងប្រឆាំងជំងឺស្អូច ប៉ុន្តែដើម្បីឱ្យវ៉ាក់សាំងការពារជំងឺស្អូចមានប្រសិទ្ធិភាព ស្ត្រីដែលទទួលបានវ៉ាក់សាំងនេះត្រូវតែមានផ្ទៃពោះក្នុងរវាងមួយខែបន្ទាប់នោះ ។



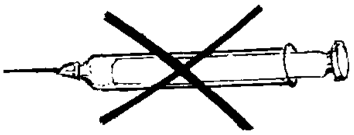
បើស្ត្រីកើតជំងឺកញ្ជ្រឹលនៅពេលកំពុងមានផ្ទៃពោះ ទារករបស់គាត់អាចកើតមកថ្លង់ពីកំណើត។

ជំងឺស្វាយ (អានទំព័រ 163) ជំងឺរើម (អានទំព័រ 165) និងជំងឺអេដស៍ (អានទំព័រ 169) ក៏អាចឆ្លងពីម្ដាយទៅទារក ហើយអាចបង្កឱ្យទារកពិការតាំងពីកំណើត ។ ដូច្នេះស្ត្រីត្រូវទៅធ្វើតេស្តនិងព្យាបាលជំងឺកាមរោគក្នុងអំឡុងពេលទារកកំពុងលូតលាស់ក្នុងផ្ទៃ ។

ជំងឺមួយចំនួនដែលអាចកើតឡើងចំពោះទារក ឬ កុមារតូច ក៏អាចបង្កឱ្យក្មេងមានពិការភាពដែរដូចជា ជំងឺរលាកស្រោមខួរក្បាល និងជំងឺកញ្ជ្រឹល ។ វាជាការសំខាន់ចំពោះទារកទើបនឹងកើតគ្រប់រូបត្រូវទទួលបានថ្នាំវ៉ាក់សាំងដើម្បីការពារសុខភាព (អានទំព័រ 276) ។ កុមារដែលរស់នៅតំបន់ទាំងឡាយណាដែលមានជំងឺហង់សិន (ឃ្លង់) ជាទូទៅត្រូវការធ្វើតេស្តឱ្យបានឆាប់បំផុត តាមដែលអាចធ្វើបាន ។

ថ្នាំពេទ្យ និង ការចាក់ថ្នាំ

កាលណាថ្នាំពេទ្យត្រូវបានប្រើប្រាស់ត្រឹមត្រូវ ថ្នាំចាក់ខ្លះដូចជា ថ្នាំវ៉ាក់សាំងគឺសំខាន់ណាស់ដើម្បីការពារសុខភាព និងទប់ស្កាត់ពិការភាពនានា ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ក្នុងពិភពលោកមានការរាតត្បាតយ៉ាងទូលំទូលាយនៃការចាក់ថ្នាំដែលមិនចាំបាច់ ។



ចូរចៀសវាងការចាក់ថ្នាំដែលមិនចាំបាច់

ការចាក់ថ្នាំដោយប្រើម្ជុលគគ្រិច ឬ សឺរ៉ាំងមិនស្អាត គឺជារឿងទូទៅមួយដែលបង្កឱ្យមានជំងឺឆ្លង និងអាចចម្លងមេរោគដែលបណ្តាលកើតជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដូចជា ការឆ្លងវីរុសហ៊ីវ/អេដស៍ ឬ ជំងឺថ្លើម ។ រៀងរាល់ឆ្នាំ ការចាក់ថ្នាំមិនចាំបាច់ទាំងនេះបានធ្វើឱ្យមនុស្សកាន់តែឈឺធ្ងន់, ស្លាប់, និងបង្កឱ្យមនុស្សរាប់លានក្លាយជាអ្នកពិការ ជាពិសេសកុមារ ។ ការចាក់ថ្នាំគ្មានអនាម័យ គឺជារឿងទូទៅមួយដែលបង្កឱ្យមានជំងឺឆ្លង និងអាចឈានទៅដល់ការស្លាប់រាងកាយ ឬ របួសសរសៃប្រសាទឆ្អឹងខ្នង ឬ ស្លាប់ ។ ថ្នាំចាក់មួយចំនួនអាចបង្កឱ្យរ៉ែអស្សុងថ្នាំយ៉ាងគ្រោះថ្នាក់, ពុលថ្នាំ, និងធ្វើឱ្យទារកថ្លង់តាំងពីពេលនៅក្នុងពោះម្តាយផងដែ ។

ម្ជុល ឬ សឺរ៉ាំងមួយត្រូវប្រើចំពោះមនុស្សម្នាក់តែប៉ុណ្ណោះ មិនត្រូវប្រើសម្រាប់មនុស្សច្រើននាក់ដោយគ្មានការសម្លាប់មេរោគរៀងរាល់លើកឡើយ ។

ថ្នាំនិងឱសថមួយចំនួនដែលបានប្រើក្នុងអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ អាចបង្កឱ្យទារកក្នុងផ្ទៃពិការ ។ ការប្រើថ្នាំចាក់លើសកំណត់ដូចជា ថ្នាំ**អុកស៊ីតូស៊ីន** (oxytocin) ជាថ្នាំចាក់បង្ខំឱ្យស្បូនបើកលឿនក្នុងពេលឈឺពោះសម្រាលកូន ថ្នាំនេះធ្វើឱ្យខ្យល់អុកស៊ីសែនក្នុងខ្លួនទារកថយចុះ ដោយសារតែថ្នាំនេះបង្ខំស្បូនម្តាយរុញទារកចេញពីក្នុងពោះលឿនពេក ។ វាជាមូលហេតុយ៉ាងធំដែលធ្វើឱ្យទារកខូចខួរក្បាល ។ គ្រឿងស្រវឹងនិងថ្នាំជក់ដែលស្ត្រីបានប្រើក្នុងពេលមានគភ៌ ក៏អាចបង្កឱ្យទារកខូចរូបរាងអំឡុងពេលដែលទារកកំពុងលូតលាស់ក្នុងពោះម្តាយផងដែរ ។ មនុស្សគ្រប់គ្នាត្រូវតែពិចារណាអំពីគ្រោះថ្នាក់ និងផលប្រយោជន៍នៃការប្រើថ្នាំមួយណាក៏ដោយ ។ វេជ្ជបណ្ឌិត, បុគ្គលិកសុខាភិបាលឯទៀត, ឱសថស្ថាន និងប្រជាជនគ្រប់រូបត្រូវតែបញ្ឈប់ការប្រើថ្នាំពេទ្យលើសកំណត់ ឬ ប្រើថ្នាំខុសពីតម្រូវការជាពិសេសថ្នាំចាក់ ។ សម្រាប់ជាគំនិតយោបល់ស្តីពីការបង្រៀនអំពីគ្រោះថ្នាក់នៃការចាក់ថ្នាំដែលមិនចាំបាច់ សូមអានសៀវភៅ "**ការជួយបុគ្គលិកសុខាភិបាលស្វែងសិក្សា** / Help Health Workers Learn" ត្រង់ជំពូកទី 18, 19, និង 27 ។ សៀវភៅនេះអាចរកបានជាភាសាអង់គ្លេសនៅ **វិបសេ** ឬ គេហទំព័រនេះ :- http://www.hesperian.org/publications_download.php ឬ បើបុគ្គលិកសុខាភិបាលចង់បានសៀវភៅស្រដៀងគ្នានេះជាភាសាខ្មែរ "សៀវភៅ**សម្រាប់បុគ្គលិកសុខាភិបាលនិងគ្រូបង្រៀនវិជ្ជាពេទ្យ-សង្គ្រោះជីវិត, សង្គ្រោះអវៈយវៈ**" ត្រង់ផ្នែកជំពូទ្ធានល្អ១ ចាប់ផ្តើមត្រង់ទំព័រ 177, ចូរស្នើសុំពីអង្គការ ICRC នៅប្រទេសកម្ពុជា ។

ស្ថានភាពនៃការងារដែលគ្រោះថ្នាក់

ភាគច្រើន ស្ត្រីដែលធ្វើការលើសកំណត់ពេលដោយមិនបានសម្រាកគ្រប់គ្រាន់តែងមានគ្រោះថ្នាក់យ៉ាងងាយ ស្ត្រីធ្វើការនៅក្នុងរោងចក្រ ការដ្ឋានជីករ៉ែ ឬកសិកម្មចំការដំណាំត្រូវបានជួបប្រទះនឹងម៉ាស៊ីនធំ១ ឧបករណ៍ធ្ងន់១ ឬ រងចំហាយជាតិគីមីផ្សេង១ ដែលអាចជាគ្រោះថ្នាក់សម្រាប់ស្ត្រី ។ គ្រោះថ្នាក់ ធ្វើការងាររហួសកម្លាំង និងការរងចំហាយជាតិគីមីផ្សេង១អាចបណ្តាលឱ្យមានពិការភាព ។

ចំនួនស្ត្រីកាន់តែច្រើនបានរងរបួសជាអចិន្ត្រៃយ៍ដោយអំពើហឹង្សានៅកន្លែងធ្វើការ ។ ជួនកាលអ្នកគ្រប់គ្រងបុគ្គលិកប្រើអំពើហឹង្សា និងគំរាមគំហែងដើម្បីបង្ខំឱ្យស្ត្រីធ្វើការឱ្យលឿនលើសកំណត់ ។ ជួនកាលអ្នកកាន់អំណាចនាំទាហាន ឬ ប៉ូលីសដើម្បីបញ្ឈប់ស្ត្រីពីការធ្វើកុប្បកម្ម ឬបាតុកម្មចំពោះលក្ខខណ្ឌគ្មានសុវត្ថិភាពនៅកន្លែងធ្វើការ ។

គ្រោះថ្នាក់

ស្ត្រីនិងកុមារជាច្រើននាក់បានធ្លាក់ខ្លួនពិការដោយសាររងរបួសនៅផ្ទះដោយការរលាកភ្លើងចំអិនអាហារ ធ្លាក់-ដួល គ្រោះថ្នាក់តាមផ្លូវ និងការដកដង្ហើម ឬផឹកជាតិគីមីពុល ។ គ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការ ជាពិសេសនៅតំបន់ដែលមិនសូវមានច្បាប់ការពារសុវត្ថិភាពដូចជា ការដ្ឋានសំណង់ ការដ្ឋានកសិកម្ម-កសិដ្ឋាន ការដ្ឋានជីករ៉ែ និងកន្លែងមុខជំនួញតូចតាច ជារួមវាជាប្រភពដែលបណ្តាលឱ្យមានពិការភាព ។

ពីមុនស្ត្រីម្នាក់នេះជាកម្មករធ្វើចំការ ហើយបានរងចំហាយជាតិពុលពេលគាត់កំពុងមានផ្ទៃពោះ។ ហេតុការណ៍នេះបានប៉ះពាល់ដល់ទារកក្នុងផ្ទៃ ជាតិពុលធ្វើឱ្យទារករបស់គាត់កើតមកជាមួយពិការភាព។

ជាតិពុល និង ថ្នាំកំចាត់សត្វចង្រៃ

ជាតិពុលដូចជា សំណពុលលាយក្នុងថ្នាំលាប ថ្នាំកំចាត់សត្វចង្រៃដូចជា ថ្នាំបំពុលកណ្តុរ និងជាតិគីមីពុលឯទៀតអាចបង្កឱ្យមនុស្សពិការ និងបណ្តាលឱ្យទារកដែលកំពុងវិវឌ្ឍក្នុងពោះម្តាយខូចរូបរាង ។ ការជក់បារី ឬ បៀមថ្នាំជក់ ការស្រូបផ្សែងបារីដែលអ្នកដទៃបានជក់ ការស្រូបផ្សែងភ្លើងផ្សេងៗ និងផឹកគ្រឿងស្រវឹងក្នុងពេលកំពុងមានផ្ទៃពោះ ក៏អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់ទារកមុនពេលកើតផងដែរ ។

ជារឿយៗ កម្មករតែងបានប្រើជាតិគីមីពុលនៅកន្លែងធ្វើការ និងនៅចំការដំណាំដោយមិនបានទទួលការណែនាំពីរបៀបប្រើប្រាស់វាដោយសុវត្ថិភាព ឬ មិនដឹងថាវាធ្វើឱ្យមាន គ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាព ។ គ្រោះថៃដន្យពីជាតិពុលនៅក្នុងរោងចក្រអាចជះចំហាយទៅក្នុងខ្យល់ ជ្រាបក្នុងទឹក ឬ ក្នុងដីដែលបង្កបញ្ហាយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដល់សុខភាព រួមទាំងពិការភាពអស់មួយជីវិត ។

ពិការភាពពីតំណពូជ

ពិការភាពមួយចំនួនត្រូវបានដឹងថា ជាពិការភាពពីតំណពូជដូចជា ស្វិតប្រព័ន្ធសាច់ដុំនិងសាច់ដុំខ្សោយ (ជំងឺនៃសាច់ដុំនិងសរសៃប្រសាទ) [spinal muscular atrophy and muscular dystrophy (diseases of the muscles and nerves)] ។ ស្ត្រីមានកូនមួយ ឬ ច្រើននាក់មកហើយៗដែលកូននោះមានពិការភាពពីតំណពូជ ភាគច្រើនស្ត្រីនោះនឹងបន្តមានកូនក្រោយៗទៀតមានបញ្ហាដូចកូនមុនៗដែរ ។ ពិការភាពផ្សេងទៀតអាចជាលទ្ធផលបង្កពីមានកូនជាមួយសាច់ញាតិយ៉ាងជិតមានកូនជាមួយគ្នា (ដូចជាបង ប្អូនបង្កើតមានកូនជាមួយគ្នា, បងប្អូនជីដូនមួយមានកូនជាមួយគ្នា ឬ ឪពុកមានកូនជាមួយកូនស្រីគាត់ ឬ ម្តាយមានកូនជាមួយកូនប្រុសគាត់) ។ ម្តាយដែលមានវ័យ 40 ឆ្នាំហើយ ភាគច្រើនតែងផ្តល់កំណើតកូនមានពិការប្រាជ្ញាអន់ថយ ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ **ពិការភាពស្ទើរតែទាំងអស់មិនបានបង្កពីតំណពូជទាំងស្រុងឡើយ** ។ នៅក្នុងករណីស្ទើរតែទាំងអស់ ឪពុកម្តាយរបស់ទារកដែលពិការពីកំណើតមិនបានធ្វើអ្វីមួយខុសទៅលើមូលហេតុដែលបណ្តាលឱ្យមានពិការភាពឡើយ ។ ពួកគាត់មិនគួរត្រូវទទួលកំហុសនោះទេ ។

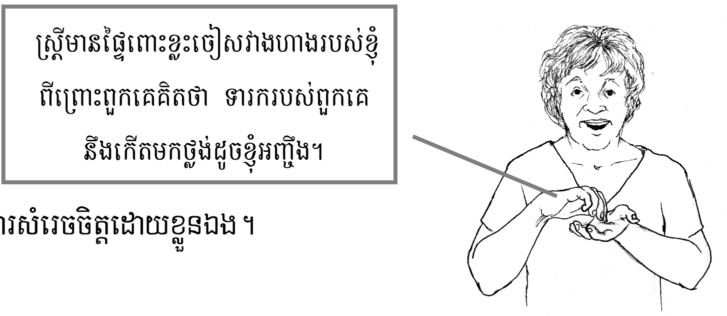
គំនិតយល់ខុសអំពីពិការភាព និង រឿងរ៉ាវទាក់ទិននឹងអបិយជំនឿ

ទំនៀមទម្លាប់ក្នុងស្រុកនិងអបិយជំនឿរួមទាំង គំនិតយល់ខុសនិងគំនិតបង្កទុក្ខទោសអំពីពិការភាព។ មនុស្សខ្លះគិតថា ស្ត្រីម្នាក់អាចមានពិការភាព បើនាងនិងឪពុកម្តាយរបស់នាងបានធ្វើអ្វីមួយអាក្រក់កាលពីជាតិមុន ដូច្នេះពួកគេបានធ្វើឱ្យព្រលឹងជីដូនជីតាខឹងសម្បារ ឬក៏ឪពុក ឬម្តាយរបស់ជនពិការមានសហាយផិតក្បត់នឹងប្តី ឬប្រពន្ធស្របច្បាប់។ តាមធម្មតា មនុស្សទូទៅបានទំលាក់កំហុសទៅលើម្តាយ។ ប៉ុន្តែ**កំហុសមិនត្រូវទំលាក់ទៅលើម្តាយចំពោះរឿងពិការភាពរបស់កូនឡើយ។** ហើយវាក៏ជារឿងគ្មានប្រយោជន៍ក្នុងការទំលាក់កំហុសទៅលើបុគ្គលណាម្នាក់ចំពោះរឿងពិការភាព។

គំនិតដែលខូចប្រយោជន៍មួយទៀតអំពីពិការភាពគឺថា ជនណាដែល "ប្លែក" ពីគេគួរតែដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក, ត្រូវគេឯងសើចចំអក និងទិតៀន។ មនុស្សខ្លះគិតថា ជនពិការជាមនុស្សមានគ្រោះអាក្រក់ ឬ នាំប្រផ្នូល/សំណាងអាក្រក់។ ហើយជារឿយៗ ស្ត្រីពិការត្រូវបានគេប្រមាថ ឬ បង្ខំឱ្យដើរសុំទាន ឬ ធ្វើជាស្ត្រីខូចដើម្បីបានប្រាក់កម្រៃ។ ពេលខ្លះស្ត្រីពិការត្រូវបានគេរំលោភបំពានផ្លូវភេទដោយសារមនុស្សជឿថា ស្ត្រីពិការគ្មានផ្ទុកវីរុសហ៊ីវ/អេដស៍ ឬថាការរួមភេទនឹងស្ត្រីពិការធ្វើឱ្យវីរុសហ៊ីវ/អេដស៍ជាសះស្បើយ។

ប៉ុន្តែការពិត :- ស្ត្រីពិការគ្រប់រូបមិនគួរត្រូវបានគេរំលោភឡើយ។ ពិការភាពគឺ**មិនមែន**ជាការដាក់ទណ្ឌកម្មទេ។ ពិការភាព**មិនបានបង្ក**ដោយអំពើធ្មប់ ឬ បណ្តាសារឡើយ។ ពិការភាពគឺមិនមែនជាជំងឺរាតត្បាត ហើយមិនអាចចម្លងទៅអ្នកដទៃឡើយ។

មនុស្សម្នាអាចមិនយល់ផងដែរនូវអ្វីដែលស្ត្រីពិការអាច ឬមិនអាចធ្វើបាន។ ពួកគេអាចមិនដឹងថា :-



- អ្នកជាបុគ្គលពេញវ័យ ហើយអាចធ្វើការសំរេចចិត្តដោយខ្លួនឯង។
- អ្នកត្រូវការការអប់រំ។
- អ្នកក៏អាចឆ្លងជំងឺពីនរណាម្នាក់ ដូចជា ជំងឺមហារីក និង វីរុសហ៊ីវ/អេដស៍។
- អ្នកត្រូវការឱកាសនានា និងការគោរព ប៉ុន្តែមិនមែនជាការអាណិតអាសូរបែបដាក់ទានឡើយ។
- អ្នកអាចធ្វើការងារបាន។ អ្នកអាចមានមុខរបរ និងអាជីពនៅក្នុងជីវិត។
- អ្នកអាចរកកំរៃចំណូល មានដី-ផ្ទះសម្បែង ហើយអាចចិញ្ចឹមនិងគាំទ្រក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នកបាន។
- អ្នកចេះគិត មានចិត្ត និង អារម្មណ៍។
- អ្នកអាចរាំ និង ហាត់ប្រាណ។
- អ្នកអាចទទួលខុសត្រូវ ធ្វើការសំរេចចិត្ត និងអាចធ្វើជាអ្នកដឹកនាំ ហើយចូលរួមដោយខ្លួនឯងនៅក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក។
- អ្នកអាចមានចំណងទាក់ទងយ៉ាងជិតស្និទ្ធជាមួយនរណាម្នាក់។ អ្នកអាចស្រឡាញ់ ឬ ត្រូវបានជនដែលមិនពិការ ឬ ជនពិការណាម្នាក់ស្រឡាញ់។

- អ្នកមានអារម្មណ៍ចង់រួមរ័ក្ស ហើយអ្នកអាចសកម្មក្នុងការរួមភេទ។
- អ្នកអាចរៀបការ និងមានកូន។
- អ្នកមានលទ្ធភាពក្នុងការរួមភេទ តែប្រហែលជាមិនចង់បានការរួមភេទ។
- បើអ្នកមានបញ្ហាពិបាករៀន ឬ យល់ដឹង អ្នកអាចមានតម្រូវការចំពោះរឿងរួមភេទច្រើន ឬ តិចតួចជាងស្ត្រីដទៃទៀត។
- ជាញឹកញាប់ អ្នកនឹងមានកូនដែលគ្មានពិការភាពដូចស្ត្រីឯទៀតដែរ។
- អ្នកជាម្តាយដ៏ល្អ។
- បើអ្នកមានភាពពិការផ្នែករាងកាយ ឬបញ្ហាលំបាកក្នុងការរៀនសូត្រ អ្នកពិតជាគ្មានជំងឺខូចសតិ ឬ មិនហ្នឹងន់នោះទេ។
- អ្នកមិនបានទទួលបណ្តាសា ឬ អ្នកមិនបានដាក់បណ្តាសាដល់ក្មេងៗ ហើយអ្នកក៏មិនមែនជាមនុស្សនាំប្រផ្នូលអាក្រក់ដែលគួរឱ្យចៀសវាងឡើយ។

ធ្វើការសំរាប់ការផ្លាស់ប្តូរដ៏ប្រពៃ

ភាពពិការរបស់ស្ត្រីម្នាក់មិនត្រឹមតែប៉ះពាល់រូបនាងម្នាក់ឯងឡើយ វាប៉ះពាល់ដល់មនុស្សជាច្រើន :- ក្រុមគ្រួសាររបស់នាង មិត្តភក្តិនាង និងសហគមន៍របស់នាងស្ទើរតែទាំងអស់។ ស្ត្រីពិការម្នាក់អាចប្រែជាមានសុខុមាលភាពល្អ កាលណាមនុស្សទាំងឡាយនៅជុំវិញនាងឱ្យតម្លៃនិងគាំទ្រនាង។ វាជារឿងដ៏លំបាកក្នុងការផ្លាស់ប្តូរទស្សនៈដែលសង្គមបានប្រព្រឹត្តិទៅលើស្ត្រីពិការ។ ប៉ុន្តែវាមិនមែនជារឿងដែលមិនអាចធ្វើបាននោះទេ។

អ្វីដែលស្ត្រីពិការអាចធ្វើបាន

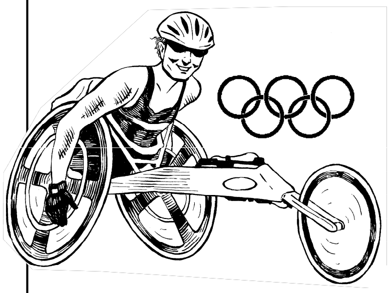
ការបង្កើនសម្លេងរបស់អ្នកឱ្យគេឯងបានដឹងឮ ដោយធ្វើការតស៊ូបញ្ចេញមតិសំរាប់សិទ្ធិសេរីភាពរបស់អ្នក និងការធ្វើឱ្យបញ្ហាពិការភាពក្លាយជាអាទិភាពយ៉ាងពិតប្រាកដ ។

- ចូរបដិសេធលើការកំណត់ឱ្យនៅសុញ្ញស្ងៀមមួយកន្លែង ត្រូវហ៊ានប្រថុយ និងស្វាគមន៍បទពិសោធន៍ប្លែកៗ ។
- ចូររៀនពីមុខរបរធ្វើជំនួញ និងលើកស្ទួយសេដ្ឋកិច្ចរបស់អ្នកផ្ទាល់ ។

ការស្វែងរកសន្តិសុខទីផ្សារ

អូប៉ារ នល្វូវ នៅប្រទេស**ស៊ីមបាវ៉េ** ជាជនពិការប្រើរទេះ ហើយក៏ជាសមាជិកដែលគួរឱ្យគោរពស្រឡាញ់ម្នាក់នៅក្នុងសហគមន៍ ។ គាត់បានចាប់ផ្តើមគម្រោងលក់បន្លែនិងប៉េងប៉ោះដ៏ជោគជ័យ ។ ឥឡូវនេះក្រុមសហគមន៍បានទិញបន្លែពីគាត់ ។ **អូប៉ារ** បានទិញផ្ទះមួយខ្នងដោយប្រាក់ចំណូលអចិន្ត្រៃយ៍ដែលគាត់រកបានពីការលក់ដូរនេះ ។

- ចូរទាមទារការចូលរួមគ្រប់ជាន់ថ្នាក់នៅក្នុងសហគមន៍ ។
- ចូរធ្វើខ្លួនឱ្យក្លាយជាអ្នកគំរូសម្រាប់ស្ត្រី និងកុមារីដទៃទៀត ។
- ចូរនិយាយប្រាប់គេឯងអំពីពិការភាពរបស់អ្នក ។
- ចូរប្រាប់ស្ត្រីនិងកុមារីពិការឯទៀតថា អ្នកនឹងរួមដំណើរជូនពួកគេទៅកាន់កន្លែងទាំងឡាយណាដែលពួកគេត្រូវទៅ ។
- ចូលរួមចំណែកនៅក្នុងសកម្មភាពកីឡាទាំងឡាយ ។



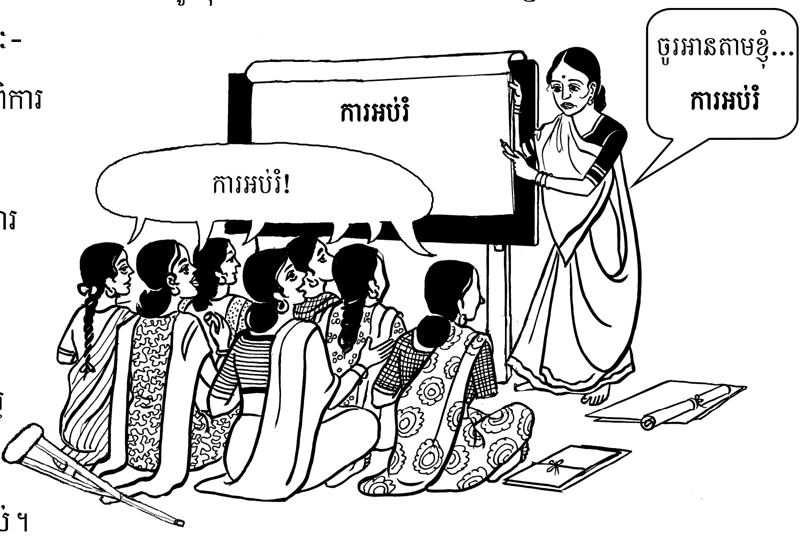
កីឡាករករិតអូឡាំពិក

ចំនួនស្ត្រីពិការកាន់តែកើនឡើងលើការចូលរួមចំណែកនៅក្នុងកីឡាប៉ារ៉ាឡាំពិក គឺការប្រកួតកីឡាស្តង់ដារអន្តរជាតិសំរាប់កីឡាករដែលមានពិការភាពរួមមាន ពិការចលនា (មិនអាចដើរបាន) ពិការអវៈយវៈ ពិការភ្នែក និងពិការប្រព័ន្ធបញ្ជាចលនាក្នុងខួរក្បាល ។ កីឡាប៉ារ៉ាឡាំពិកបានប្រារព្ធឡើងក្នុងអំឡុងបួនឆ្នាំម្តង ដោយធ្វើតាមកីឡាអូឡាំពិក ។ វាជារឿងដ៏អស្ចារ្យណាស់ គឺធ្វើឱ្យមនុស្សជាច្រើនបើកភ្នែកធំៗដោយបានឃើញស្ត្រីពិការប្រកួតប្រជែងយ៉ាងស្ទាត់ជំនាញដោយជំនឿមុតមាំក្នុងចិត្ត ។

កីឡាករបោះប៊ូលបំបែករបាំងទំនៀមទម្លាប់

ខនស្តែន ស៊ីបានដា ជាកីឡាករពិការភ្នែកផ្នែកបោះប៊ូលត្រូវបានតែងតាំងជាកីឡាករឆ្នើមប្រចាំឆ្នាំនៅប្រទេសយូហ្កានដា នាងបានបំបែករបាំងទំនៀមទម្លាប់របស់ប្រទេសនេះដែលតែងគិតថា ស្ត្រីពិការត្រូវបានគេឯងចាត់ទុកជា "មនុស្សស្លាប់និងគ្មានប្រយោជន៍តាំងពីយូរមកហើយ ។" **ខនស្តែន** បានឈ្នះមេដាយមាសដល់ទៅពីរក្នុងការប្រកួតកីឡាបោះប៊ូលសំរាប់ជនពិការភ្នែក ហើយនាងបានចូលរួមក្នុងការប្រកួតជាច្រើនទៀតនៅប្រទេសអាហ្វ្រិកខាងត្បូង ស្កុតលែន និង ចក្រភពអង់គ្លេស ។ ករណីរបស់**ខនស្តែន** ធ្វើឱ្យស្ត្រីនិងកុមារីឯទៀតហ៊ានប្រថុយសាកល្បងរាវរកបំណិនប្រសប់ដែលបង្កប់ក្នុងខ្លួនរបស់ពួកគេ ។

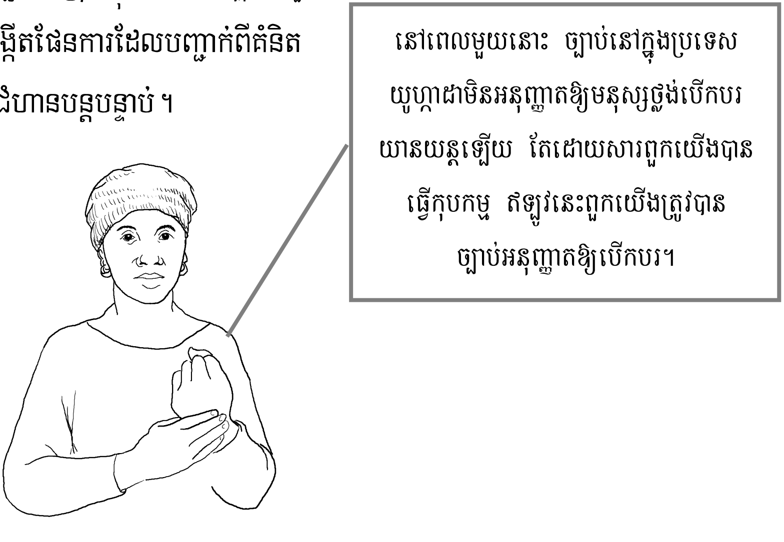
អ្នកអាចធ្វើការសំរេចចិត្តរួមគ្នានូវអ្វីៗដែលត្រូវធ្វើការផ្លាស់ប្តូរក្នុងសហគមន៍របស់អ្នក ដើម្បីធ្វើឱ្យជីវិតរស់នៅបានល្អប្រសើរឡើងសំរាប់មនុស្សគ្រប់រូប ។ ឧទាហរណ៍ អ្នកអាច :-



- ចាប់ផ្តើមថ្នាក់រៀនអក្ខរកម្មសំរាប់ស្ត្រីពិការ ដែលមិនចេះអាននិងសរសេរ ។
- ចាប់ផ្តើមមុខជំនួញខ្នាតតូចរួមគ្នា ធ្វើការលក់ដូរសិប្បកម្មផលិតដោយដៃ ឬមុខរបរទិញដូរឧបករណ៍ជួសជុល ។
- ចែករំលែកព័ត៌មានដល់គ្នីគ្នាពីសេវាកម្មក្នុងសហគមន៍ និងធ្វើការរួមគ្នាដើម្បីធ្វើឱ្យសេវាកម្មទាំងនោះងាយប្រើប្រាស់ ។
- ព្យាយាមស្វែងរកមូលនិធិតាមរយៈសម្បទានកម្ចីដែលមានការប្រាក់ទាប ឬតាមរយៈការបរិច្ចាកមនុស្សធម៌ ដើម្បីចាប់ផ្តើមមុខរបរបង្កើនប្រាក់ចំណូល ឬធ្វើការដើម្បីឱ្យធនធានក្នុងសហគមន៍កាន់តែងាយរកបានមកប្រើប្រាស់ ។
- ធ្វើការផ្សព្វផ្សាយការយល់ដឹងជាសាធារណៈអំពីពិការភាពនិងឥរិយាបថសំរាប់ទទួលយកគំនិតថ្មីៗអំពីភាពជាម្ចាស់ការ ។
- ធ្វើការជាមួយអ្នកដឹកនាំក្នុងស្រុក ឬ រដ្ឋាភិបាលដើម្បីកាត់បន្ថយការរើសអើងទៅលើស្ត្រីពិការ និង បង្កើតឱ្យមានគំនិតថ្មីៗដែលល្អប្រសើរឡើង ។

អ្នកក៏អាចជួយក្រុមសហគមន៍ផងដែរ :-

- ចូរពិចារណារកមើលមូលហេតុផ្សេងៗ ដែលបង្កបញ្ហាដល់សុខភាពរបស់អ្នកនិងស្ត្រីពិការឯទៀតកំពុងប្រឈមមុខ និងសំរេចចិត្តថា មូលហេតុណាមួយដែលសហគមន៍អាចកែប្រែបាន ។
- ចូរធ្វើសកម្មភាពដោយការតស៊ូមតិសំរាប់សកម្មភាពនិងសេវាកម្មដែលធ្វើឱ្យជីវិតរបស់អ្នកគ្រប់គ្នាប្រសើរឡើង រួមមានការគាំពារសុខភាព ការអប់រំ និងមធ្យោបាយយានជំនិះសំរាប់អ្នកពិការទាំងឡាយ ។ ចូរទាមទារឱ្យមានភាពដែលអាចទទួលយកបានសម្រាប់ជនពិការ (ច្រកផ្លូវងាយចូលចេញអាគារនានា និងងាយប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ទាំងឡាយ) ។
- ចូរបង្កើតជាក្រុមតូចៗ ។ ការបញ្ចេញសម្លេងជាក្រុមក្នុងនាមជាអង្គការមួយ គឺខ្លាំងជាងសម្លេងនៃបុគ្គលម្នាក់ ។ ចូរបង្កើតផែនការដែលបញ្ជាក់ពីគំនិតនៃផែនការនោះ ដែលក្រុមនឹងអនុវត្តជាជំហានបន្តបន្ទាប់ ។
- ចូរបញ្ចេញមតិរបស់អ្នកប្រឆាំងនឹងគោលការណ៍និងច្បាប់ទាំងឡាយណាដែលរើសអើងចំពោះអ្នករាល់គ្នា ។



ធ្វើការអប់រំមនុស្សដើម្បីឱ្យមានច្រកដែលទទួលយកបានសម្រាប់ជនពិការ (ច្រកផ្លូវដែលជនពិការងាយចេញចូលអាគារ)

ដូរ៉ូស៊ី ជាស្ត្រីពិការប្រើរទេះនៅរដ្ឋបង់ហ្គាល័រ ដែលជារដ្ឋធានីនៃប្រទេសឥណ្ឌា នាងបានដឹងថាអាគារដែលជាការិយាល័យរបស់នាយករដ្ឋមន្ត្រី គ្មានជម្រាលសម្រាប់ឱ្យរទេះរបស់ជនពិការចេញចូលបានឡើយ ហើយទ្វារចូលទៅកាន់អាគារនោះក៏តូចដែលនាងមានការពិបាកចេញចូលផងដែរ ។ នាងបានជជែកពីបញ្ហានេះជាមួយអ្នកយាម ហើយទាមទារឱ្យពួកគេជួយនាងធ្វើការណាត់ជួប ។ ក្រោយមក **ដូរ៉ូស៊ី** បានផ្ញើសារតាមអ៊ីមែលរាប់រយដើម្បីប្រាប់មនុស្សម្នាពីអ្វីដែលបានកើតឡើង ។ ករណីនេះបង្កើនសំពាធទៅលើរដ្ឋាភិបាលឱ្យធ្វើការកែប្រែច្រកផ្លូវចេញចូលអាគារ (ធ្វើទ្វារឱ្យធំ, ជម្រាលរទេះនិងបង្កាន់ដៃ, ទ្វាររបងទូលាយ) ។

នៅពេលមួយទៀត **ដូរ៉ូស៊ី** បានទៅទស្សនាការប្រកួតកីឡាកូនគោលនៅស្តាត នាងត្រូវបានប៉ូលីសសួរថា "ហេតុអ្វីអ្នកចង់មកមើលកីឡាផ្ទាល់អញ្ចឹង? អ្នកអាចអង្គុយមើលកីឡានេះតាមទូរទស្សន៍យ៉ាងស្រួលនៅផ្ទះ ។" នាងបានឆ្លើយតបថា ដូចអ្នកឯទៀតអញ្ចឹងដែរ ខ្ញុំចង់មើលការប្រកួតកីឡាដោយផ្ទាល់នៅក្នុងស្តាត ។

អ្វីៗដែលក្រុមគ្រួសារអាចធ្វើបាន

ករណីទាំងឡាយដែលក្រុមគ្រួសារ មិត្តភក្តិ និងអ្នកជួយរបស់ស្ត្រីពិការ បានធ្វើចំពោះស្ត្រីពិការអាចធ្វើឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរដ៏ធំមួយដែលល្អប្រពៃ ។ ជាច្រើនលើក កុមារីពិការម្នាក់ត្រូវបានគេឯងមើលឃើញថា នាងជាមនុស្សភ្លីភ្លើ ពឹងផ្អែក និងមិនអាចជួយខ្លួនឯងនិងអ្នកឯទៀតបាន ហេតុដូច្នេះហើយនាងមិនសមនឹងទទួលបានធនធានអ្វីឡើយ ។ ជួនកាលក្រុមគ្រួសារគិតឃើញថា នាងជាបន្ទុកដ៏អាម៉ាស់ដែលត្រូវលាក់ទុកឱ្យជិត ហើយពួកគេបិទសិទ្ធិមិនឱ្យគេឯងដឹងឮ និងមិនឱ្យនាងសម្រេចចិត្តដោយខ្លួនឯងឡើយ ។ បើរឿងនេះកើតឡើងនៅក្នុងគ្រួសារ ឬ សហគមន៍របស់អ្នក បញ្ហានេះមិនមែនបង្កឡើងពីកុមារី ឬ ស្ត្រីពិការឡើយ ប៉ុន្តែវាជាបញ្ហារបស់មនុស្សដែលនៅជុំវិញនាង ។

ចូរថ្វាក់ថ្នមការបណ្ដុះធំនុកចិត្ត

កាលពី **គ្រីស្ទីន** មានអាយុ 13 ឆ្នាំ ជើងរបស់នាងត្រូវបានកាត់ចោលដោយសារជំងឺ ។ ដំបូង **គ្រីស្ទីន** បានគិតថាវាជាទីបញ្ចប់នៃសុបិន្តរបស់នាង ។ ប៉ុន្តែឪពុកម្ដាយនាងបានបង្ហាញទឹកចិត្តល្អៗចំពោះនាង យ៉ាងឆាប់រហ័សទំនុកចិត្តរបស់**គ្រីស្ទីន**បានកើនមកវិញ ។ មុនដំបូងឪពុកម្ដាយរបស់**គ្រីស្ទីន**បានការពារនាងយ៉ាងខ្លាំង តែនាងទាមទារឱ្យពួកគាត់ចាត់ទុកនាងឱ្យដូចបងប្អូនរបស់នាងឯទៀតដែរ ។ **គ្រីស្ទីន**បានបញ្ចប់ការសិក្សានៅមហាវិទ្យាល័យនិងទទួលរង្វាន់សម្រាប់និស្សិតឆ្នើម ។ ការប្រែប្រួលក្នុងជីវិតរបស់**គ្រីស្ទីន** បានធ្វើឱ្យក្រុមគ្រួសារនិងសហគមន៍របស់នាងភ្ញាក់រលឹកថា ការបាត់បង់ជើងរបស់**គ្រីស្ទីន**មិនបានរារាំងនាងពីការបំពេញក្ដីសុបិន្តរបស់នាងឡើយ ។

ការដែលអាចផ្លាស់ប្ដូរអាកប្បកិរិយាទាំងនេះ គឺមានតែការយល់ដឹងផ្នែកសង្គមប៉ុណ្ណោះ ។ ស្ត្រីនិងកុមារីពិការត្រូវការម្ហូបអាហារមានជីវជាតិ ការអប់រំ ការគាំពារសុខភាព និងឱកាសទាំងឡាយ ដើម្បីបានចូលរួមនៅក្នុងសកម្មភាពអត្តពលកម្មនិងសកម្មភាពសង្គម ។ ចូរអានជំពូកស្ដីពី "សុខុមាលភាពផ្លូវចិត្ត" និង "ការគាំទ្រដល់អ្នកថែទាំ" ។

អ្នកអាចអភិវឌ្ឍជំនាញច្រើនយ៉ាង

ហុង ហា មកពីប្រទេសឡាវ នាងមានពិការភាពស្វិតដៃជើង (ប៉ូលីយ៉ូ) កាលពីអាយុពីរឆ្នាំ ។ ជាមួយការគាំទ្ររបស់ក្រុមគ្រួសារ នាងបានទទួលសញ្ញាប័ត្រកម្រិតសកលវិទ្យាល័យផ្នែកភាសាបារាំង ។ នៅពេល **ហុង ហា** មិនអាចរកការងារធ្វើបាន នាងបានរៀនដេរខោអាវ ហើយបន្ទាប់មកបើកហាងកាត់ដេរនៅផ្ទះ ។ រួមគ្នាជាមួយមុខរបរកាត់ដេរខោអាវ នាងក៏បានសិក្សាភាសាអង់គ្លេស ។ **ហុង ហា** និងមិត្តភក្តិម្នាក់បានបើកថ្នាក់បង្រៀនភាសាអង់គ្លេសនៅផ្ទះ ហើយនាងក៏ជាអ្នកសម្របសម្រួលកម្មវិធីមួយស្ដីពីពិការភាពផងដែរ ។

ការជួយឱ្យទាន់ពេល

នៅឆ្នាំដំបូងនៃការរស់រានមានជីវិត កុមារគ្រប់រូបនឹងចេះដឹងយ៉ាងច្រើនផ្នែករាងកាយ ផ្នែកប្រាជ្ញា ផ្នែកប្រាស្រ័យទាក់ទង និងបំណិនសង្គម ហើយពួកគេរៀនបំណិនទាំងនេះយ៉ាងរហ័សបំផុត និងរៀនឆាប់ចេះចាំជាងពេលណាៗទាំងអស់ក្នុងជីវិតរបស់ខ្លួន ។ ទារកចាប់ផ្ដើមរៀនតាំងពីកើតមកភ្លាម ដូច្នេះវាជាការសំខាន់ដែលក្រុមគ្រួសារត្រូវចាប់ផ្ដើមផ្ដល់ការយកចិត្តទុកដាក់បន្ថែម ដើម្បីជួយកុមារដែលមានពិការភាពឱ្យទាន់ពេលតាំងពីកូនមានអាយុតិចបំផុត ។

ករណីនេះជាការសំខាន់ដោយសារតែបំណិនថ្មីៗដែលកុមារបានចេះចាំ តែងកើនឡើងពីបំណិនមុនៗដែលនាងបានចេះហើយ ។ បំណិនថ្មីនីមួយៗក៏ជួយធ្វើឱ្យនាងអាចរៀនបំណិនដទៃទៀតដែលពិបាកជាងមុនផងដែរ ។ ដូច្នេះហើយ កុមារមិនអាចរៀនបំណិនដទៃដែលបំណិនថ្មីនោះពឹងផ្អែកទាំងស្រុងលើបំណិនមួយដែលនាងមិនបានរៀន ។

ចាប់ផ្ដើមបង្កើតក្រុមគាំទ្រមួយសំរាប់ឪពុកម្ដាយរបស់កុមារពិការ

ជារឿយៗ ស្ត្រីដែលមានកូនពិការតែងត្រូវបានប្ដី ឬសង្សារបោះបង់ចោល ហើយគាត់ត្រូវស៊ូទ្រាំចិញ្ចឹមកូនៗដោយខ្លួនឯង ។ ក្រុមគាំទ្រឪពុកម្ដាយអាចជួយគាត់បាន ។ ស្ត្រីពិការពេញវ័យអាចជួយផ្ដល់ប្រភេទដំបូន្មានទាក់ទិននឹងកុមារីពិការ ដែលពួកនាងនឹងជួបប្រទះនៅពេលធំពេញវ័យ ។ ករណីនេះអាចជួយម្ដាយរបស់កុមារីឱ្យផ្គត់ផ្គង់កូនស្រីបានល្អប្រសើរ ។ អ្នកក៏អាចចាប់បង្កើតក្រុមគាំទ្រមួយសំរាប់កុមារីជំទង់ដែលមានពិការភាព ធ្វើដូច្នេះពួកនាងអាចជួយគាំទ្រគ្នាទៅវិញទៅមក ។

អ្វីៗដែលសហគមន៍អាចធ្វើបាន

ក្រុមសហគមន៍អាចជួយរដ្ឋាភិបាលបុគ្គលិកសុខាភិបាល គ្រូបង្រៀន បុគ្គលិកស្ដារលទ្ធភាពពលកម្មក្នុងសហគមន៍ និងអ្នកដឹកនាំសហគមន៍ ឱ្យស្វែងសិក្សាអំពីបញ្ហាពិការភាពទាំងឡាយ ។ ពួកគេក៏អាចធ្វើឱ្យមានការយល់ដឹងជាសាធារណៈ តាមរយៈការសំដែងឆាកល្ខោនខ្លីៗតាមដងផ្លូវ ការជំនុំគ្នា និងវិធីផ្សេងៗដែលបង្ហាញថាស្ត្រីពិការ មានសិទ្ធិទទួលបានការអប់រំ ការគាំពារសុខភាព និងយានជំនិះដូចជនដែលមិនពិការដែរ ។

សហគមន៍អាចបង្កើតមុខរបរ និងផ្ដល់ព័ត៌មានអំពីសេវាកម្មនានាសម្រាប់ស្ត្រីពិការ ។

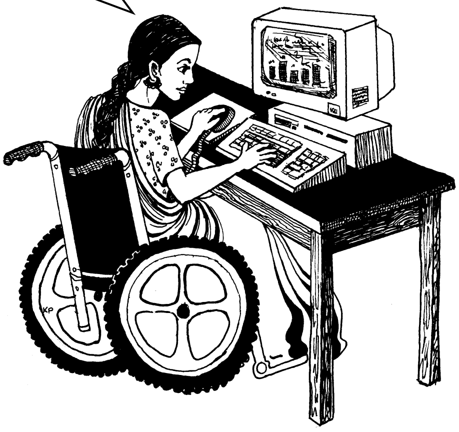
កុមារីនិងស្ត្រីពិការអាចក្លាយជាមនុស្សមានជំនឿទុកចិត្តលើខ្លួនឯង ហើយអាចលូតលាស់ដល់សក្ដានុពលកំពូល កាលណាឪពុកម្ដាយនិងក្រុមគ្រួសារស្រឡាញ់និងទទួលយកពួកគេដោយមិនទើសទាល់ក្នុងចិត្ត ហើយនឹងពេលដែលពួកគេទទួលបានការអប់រំ ការងារធ្វើ និងការគាំពារសុខភាព ។ ធនធានរបស់សហគន៍ទាំងអស់ដូចជា សាលារៀន ធនាគារ មន្ទីរពេទ្យ កន្លែងគោរពសាសនាទាំងឡាយ និងគ្លីនិកត្រូវតែក្លាយជាកន្លែងដែលមនុស្សគ្រប់គ្នាអាចចេញចូលនិងប្រើប្រាស់សេវាកម្មបានងាយស្រួលផងដែរ ។

ការអប់រំ

ការអប់រំគឺជារឿងសំខាន់ណាស់សម្រាប់កុមារីពិការ រួមទាំងការអប់រំជាភាសាសញ្ញាសម្រាប់កុមារីដែលថ្លង់ និងភាសាប្រៃយ៏ ឬថតសំលេងដាក់កាសែតម៉ាញ៉េសម្រាប់កុមារីពិការភ្នែក។

កុមារីពិការមានឱកាសចូលរៀនតិចតួចជាងកុមារាពិការ។

នៅក្នុងប្រទេសក្រីក្រទាំងឡាយ បើកុមារីពិការមិនអាចទៅសាលារៀន និងមិនទទួលបានការអប់រំ នៅពេលពួកគេធំឡើង ពួកគេប្រហែលជាក្លាយជាអ្នកសុំទានដើម្បីឱ្យបានរស់។

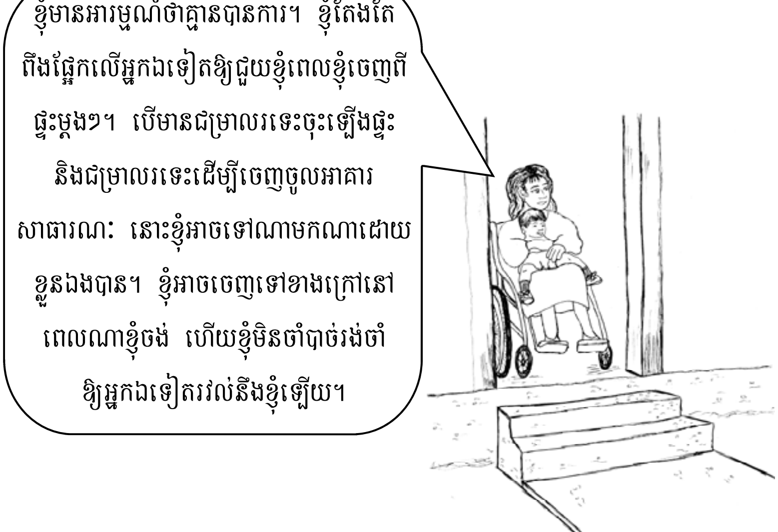


នៅពេលដែលសហគមន៍ទាំងមូលធ្វើការដើម្បីសិទ្ធិទទួលបានការអប់រំសម្រាប់ជនពិការ វាអាចធ្វើឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរយ៉ាងប្រពៃ។ ក្រុមការងារប្រចាំសហគមន៍អាចពិភាក្សាបញ្ហានានា និងលើកទឹកចិត្តមនុស្សគ្រប់រូប រួមទាំងកុមារផងដែរ ដើម្បីស្វាគមន៍និងគោរពកុមារីដែលពិការ។ ពួកគេអាចរៀបចំឱ្យមានឱកាសសម្រាប់អប់រំកុមារតូចទាន់អាយុនៅតិច ឬរៀបចំបណ្តាញទៅរកមូលនិធិរដ្ឋ ឬ ជួយទៅតាមវិធីផ្សេងៗ។ ជាមួយការអប់រំ កុមារីពិការអាចទ្រទ្រង់និងលើកស្ទួយសហគមន៍របស់ខ្លួនឱ្យរស់រវើក។

ការធ្វើឱ្យសហគមន៍មានច្រកដែលអាចទទួលយកបានសំរាប់មនុស្សគ្រប់រូប

នៅជុំវិញពិភពលោក ស្រ្តីពិការកំពុងរៀបចំធ្វើការដើម្បីជួយធ្វើឱ្យគ្លីនិក សាលារៀន ទីផ្សារ ផ្លូវនៅក្នុងទីក្រុង រថយន្តក្រុង និងសហគមន៍ទាំងឡាយឱ្យកាន់តែងាយចេញចូលសម្រាប់ជនពិការក្នុងការប្រើប្រាស់។ សហគមន៍អាចជួយធ្វើឱ្យប្រាកដថា អាគារ និងផ្លូវថ្នល់ដែលទើបនឹងសាងសង់មានធ្វើច្រកផ្លូវដែលអាចឱ្យជនពិការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព ជាជាងកែច្នៃវានៅពេលក្រោយ។ បើធ្វើរបៀបនេះ គ្រប់បណ្តាអាគារនិងឧបករណ៏សាធារណៈទាំងឡាយត្រូវបានប្រើប្រាស់កាន់តែច្រើន ហើយមនុស្សកាន់តែច្រើនអាចប្រើប្រាស់បានដោយមិនប្រកាន់អាយុ សមត្ថភាព លទ្ធភាព ឬស្ថានភាព។ វានឹងបំរើមនុស្សដោយមិនប្រកាន់ថាក្មេង ឬ ចាស់ជាមួយសមត្ថភាពល្អ ឬនៅមានកំណត់ ដោយមិនគិតថានៅក្នុងលំដាប់គំរូ ឬស្ថានការណ៏ណាមួយឡើយ

(ចូរអានពីទំព័រ 38 ដល់ 40)។

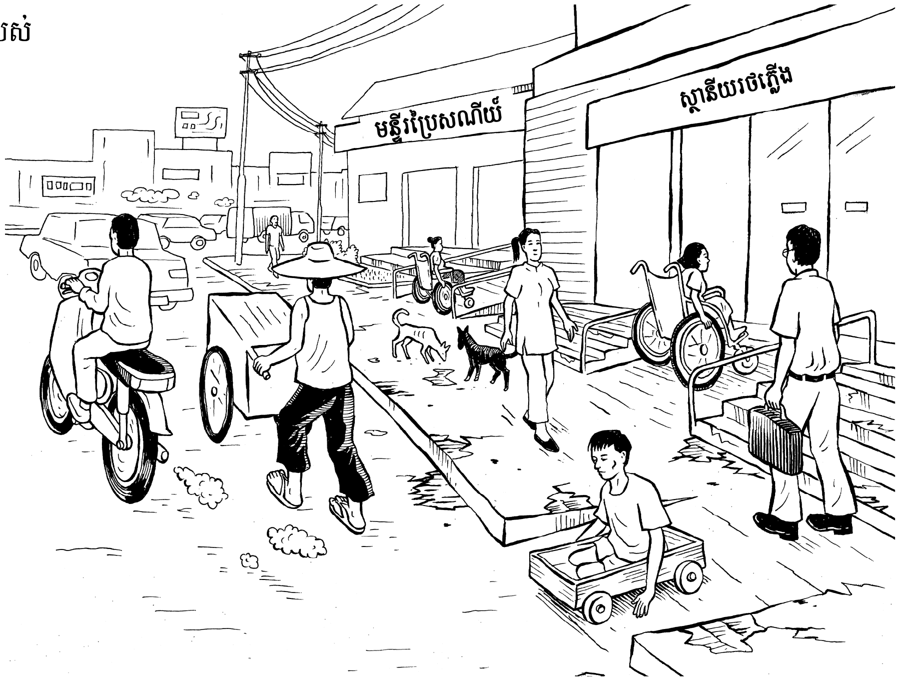


នៅពេលដែលកន្លែងនានាមានច្រកងាយចេញចូលសម្រាប់ជនពិការ វានឹងជួយសម្រួលឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបបានចូលរួមនៅក្នុងសកម្មភាពសហគមន៍ ។ ប៉ុន្តែស្ថានភាពដែលអាចទទួលយកបានសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នារួមទាំងជនពិការផងដែរនោះ គឺមិនត្រឹមតែមានឧបករណ៍ជំនួយប្រើប្រាស់ ដូចជាជម្រាលសម្រាប់ជនពិការប៉ុណ្ណោះឡើយ ។ ស្ថានភាពដែលអាចទទួលយកបានក៏មានន័យថា មនុស្សគ្រប់រូបអាចប្រាស្រ័យទាក់ទងនិងយោគយល់ដល់គ្នាទៅវិញទៅមកនូវអ្វីដែលកំពុងកើតឡើង ។ ពេលនោះស្ត្រីដែលមានពិការភាពអាចធ្វើអ្វីៗបានកាន់តែច្រើនសម្រាប់ខ្លួនឯង ហើយមនុស្សកាន់តែច្រើននឹងឃើញថា ពិការភាពគឺជាផ្នែកធម្មតាមួយនៃជីវិត ។ កាលណាស្ត្រីពិការ ក្លាយជាសមាជិកមានតម្លៃរបស់សហគមន៍ នោះសហគមន៍នឹងចាប់ផ្ដើមគិតរឿងល្អប្លែកអំពីពិការភាព ។

រដ្ឋាភិបាលត្រូវតែផ្ដល់ធនធានជាចាំបាច់ដើម្បីធ្វើប្រព័ន្ធយានជំនិះ អាគារ កម្មវិធី និងឧបករណ៍សាធារណៈទាំងអស់ងាយប្រើប្រាស់បានដោយមនុស្សគ្រប់រូប រួមបញ្ចូលទាំងស្ត្រីពិការផងដែរ ។ នៅតំបន់ខ្លះ គេបានដាក់ពិន័យចំពោះមនុស្សណាដែលមិនព្រមសហការ ។

ចូរពាក់ព័ន្ធរដ្ឋាភិបាលឱ្យធ្វើការផ្លាស់ប្ដូរ

ក្រោយពីការចូលរួមសិក្ខាសាលាស្ដីពីការលុបបំបាត់របាំងឧបសគ្គ មជ្ឈមណ្ឌលអភិវឌ្ឍស្ត្រីពិការនៅប្រទេសឡាវ បានផលិតឯកសារវីដេអូស្ដីពីការលុបបំបាត់របាំងឧបសគ្គសម្រាប់ជនពិការ ។ ពួកគេបានចាប់ផ្ដើមពិភាក្សាជាមួយស្ថាប័នរដ្ឋនានាអំពីការសម្របសម្រួលការចូលរួមរបស់ជនពិការនៅក្នុងសង្គម ។ គំនិតរបស់ពួកគេត្រូវបានការអនុញ្ញាតដោយខុទ្ទកាល័យរបស់នាយករដ្ឋមន្ត្រី ក្រសួងទំនាក់ទំនង ក្រសួងដឹកជញ្ជូន ក្រសួងប្រៃសណីយ៍និងសំណង់ ក្រសួងសង្គមកិច្ចនិងការងារ និង ក្រសួងការបរទេស ។ ពួកគេរកបានមូលនិធិដើម្បីសាងសង់ជម្រាលរទេះសំរាប់ជនពិការ ចំនួន 47 កន្លែង នៅក្នុងរដ្ឋធានីវៀងច័ន្ទ ។



ស្ត្រីធ្វើការដើម្បីធ្វើឱ្យមានស្ថានភាពទទួលយកបានសម្រាប់ជនពិការ

នៅពេល**អាលីស្យា ខនត្រេរ៉ា** នៅប្រទេសម៉ិចស៊ិក មានពិការភាពដោយជំងឺស្វិតដៃជើងតាំងពីកុមារភាព ឪពុកម្តាយនាងបានគិតថា នាងមិនអាចទៅសាលារៀនឡើយ ។ ប៉ុន្តែអ្នកព្យាបាលចលនារបស់**អាលីស្យា**បានដឹងថា **អាលីស្យា**មានប្រាជ្ញាឈ្លាសវៃណាស់ ។ គាត់បានបញ្ចុះបញ្ចូលឪពុកម្តាយរបស់**អាលីស្យា**ឱ្យយកកូនទៅរៀន ហើយ**អាលីស្យា**បានក្លាយជាសិស្សពិការដំបូងនៅសាលារៀនរបស់នាង ។ ក្រោយមកទៀត**អាលីស្យា**បានបន្តទៅសកលវិទ្យាល័យ ។ ថ្នាក់រៀនដែលនាងពេញចិត្តជាងគេស្ថិតនៅជាន់ទី 3 ។ **អាលីស្យា**ប្រើរទេះ ដូច្នេះរៀងរាល់ថ្ងៃ នាងតែងវារឡើងជណ្តើរទៅជាន់ទី 3 ដោយប្រើដៃនិងជង្គង់ ។

នៅឆ្នាំចុងក្រោយនៃសកលវិទ្យាល័យ **អាលីស្យា**បានជួបនឹងក្រុមស្ត្រីពិការហៅថា "សេរីភាពនៃការចេញចូល" ដែលកំពុងធ្វើការដើម្បីឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរនៅក្នុងសហគមន៍របស់ពួកគេ ។ ក្រុមនោះជឿជាក់ថា ពួកគេមានសិទ្ធិដូចគ្នានឹងមនុស្សទូទៅដែរ ហើយបានធ្វើការដើម្បីធ្វើឱ្យសហគមន៍របស់ខ្លួនកាន់តែងាយចេញចូលសម្រាប់ជនពិការប្រើប្រាស់ ។

ស្ត្រីនៃក្រុម "សេរីភាពនៃការចេញចូល" បានទៅជួបផ្ទាល់នឹងនាយកអង្គការ ហើយបានព្យាយាមបញ្ចុះបញ្ចូលពួកគេឱ្យធ្វើការផ្លាស់ប្តូរដើម្បីឱ្យជីវិតរស់នៅរបស់ជនពិការបានប្រសើរឡើង ។ ឧទាហរណ៍ ពួកគេបានពិភាក្សាជាមួយប្រធានស្ថាប័នផ្នែកដឹកជញ្ជូនសម្រាប់ទីក្រុងរបស់ពួកគេ ។ ពួកគេបានពន្យល់អំពីការលំបាករបស់ជនពិការក្នុងការធ្វើដំណើរ ។ ប្រធានស្ថាប័នមានការស្ងើចសរសើរក្រុមស្ត្រីនេះ ហើយបានបំពាក់ឧបករណ៍ដើម្បីធ្វើឱ្យជនពិការងាយប្រើប្រាស់រថយន្តក្រុង ។

អាលីស្យាបានសម្រេចចិត្តធ្វើការដើម្បីឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរផងដែរ ។ នាងបានទៅជួបនាយកសកលវិទ្យាល័យ និងបានស្នើសុំដូរថ្នាក់រៀនរបស់នាងនៅជាន់ទី 3 មកកាន់ជាន់ក្រោមបង្អស់ ។ លោកនាយកបានយល់ព្រមភ្លាម ។ "ពួកគេមានបន្ទប់មួយទៀតជាស្រេច" **អាលីស្យា**និយាយ ។ "ប៉ុន្តែនាយកសាលាមិនធ្លាប់គិតអំពីការពិតដែលថា សិស្សពិការមិនអាចឡើងចុះទៅកាន់ថ្នាក់រៀនបាន ហើយខ្ញុំក៏មិនធ្លាប់គិតពីការស្នើសុំផងដែរ" ។ ក្រោយមកនាងមិនពិបាកប្រឹងឡើងជណ្តើរទៀតឡើយ ។

ការផ្លាស់ប្តូរគោលការណ៍ច្បាប់មិនមែនជារឿងងាយស្រួលឡើយ ។ វាអាចទាមទាររយៈពេលវែងហើយស្មុគស្មាញ ។ វាអាចចំណាយពេលច្រើនឆ្នាំនិងទាមទារកិច្ចប្រឹងប្រែងពីមនុស្សជាច្រើន ។ អ្នកត្រូវតែយល់អំពីការចំណាយ មនុស្សដែលរងការប៉ះពាល់ និងនយោបាយនៃគោលការណ៍ច្បាប់ដែលអ្នកចង់កែប្រែ ។ វាជាការងាយណាស់ដែលអ្នកអាចមានអារម្មណ៍ធ្លាក់ទឹកចិត្ត កាលបើអ្នកកំពុងរៀបចំសំរាប់ការផ្លាស់ប្តូរណាមួយ ។ ពេលអ្នកមានអារម្មណ៍ងឹតស្លុប ឬធ្លាក់ទឹកចិត្ត ចូរព្យាយាមសុំយោបល់ពីស្ត្រីពិការឯទៀត នៅតំបន់ផ្សេងៗក្នុងប្រទេសរបស់អ្នក និងនៅក្រៅប្រទេសផងដែរ ។ ហើយត្រូវចាំថា អ្នកមានសិទ្ធិប្រើប្រាស់ទ្រព្យសម្បត្តិសាធារណៈដែលអ្នកត្រូវការ ។ អ្នកអាចបង្កើតសហគមន៍មួយដែលស្ថានភាពអាចទទួលយកបានសម្រាប់មនុស្សគ្រប់រូប ។

នេះជារឿងមួយអំពីជនពិការដែលបានបង្កើតក្រុមមួយដើម្បីធ្វើឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរដ៏អស្ចារ្យនៅក្នុងទីក្រុងរបស់ពួកគេ ។

ការធ្វើឱ្យមានស្ថានភាពដែលទទួលយកបាននៅក្នុងទីក្រុង

នៅទីក្រុង**អេកាតេរីនប៊ើជ**នៃប្រទេសរុស្ស៊ី អង្គការសេរីភាពនៃចលនាសង្គមបានធ្វើការជាមួយសាលាក្រុងរបស់រដ្ឋាភិបាលដើម្បីធ្វើឱ្យទីក្រុងរបស់ពួកគេកាន់តែអាចទទួលយកបានសម្រាប់ជនពិការ ។ ច្បាប់នៃប្រទេសរុស្ស៊ីតម្រូវឱ្យជនពិការអាចប្រើប្រាស់អាគារនិងយានជំនិះសាធារណៈ តែកន្លែងជាច្រើននៅតែគ្មានច្រកដែលជនពិការអាចប្រើប្រាស់ ។ សាលាក្រុង **អេកាតេរីនប៊ើជ** បានអភិវឌ្ឍកម្មវិធីពិការភាពមួយដើម្បីធ្វើឱ្យអាគារទាំងឡាយមានច្រកសម្រាប់ជនពិការងាយប្រើប្រាស់ ។ ប៉ុន្តែជនពិការមួយក្រុមដែលប្រើរទេះ ឬ ឈើច្រត់បានដឹងថា ទោះបីជារដ្ឋាភិបាលបានស្វះស្វែងជួយយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏កន្លែងដែលបានកែច្នៃហើយជាច្រើនទៀតនៅតែពិបាកសម្រាប់ជនពិការប្រើប្រាស់ ។ ពួកគេបានដឹងថារដ្ឋាភិបាលមិនអាចអនុវត្តដោយគ្មានការជួយជ្រោមជ្រែងពីជនពិការឡើយ ។

ដូច្នេះហើយក្រុមជនពិការនេះបានបង្កើតអង្គការសេរីភាពនៃចលនាសង្គម ។ ពួកគេបានចាប់ផ្តើមធ្វើបញ្ជីកត់ត្រាកន្លែងសំខាន់ៗនៅក្នុងទីក្រុងដើម្បីកែប្រែវាឱ្យមានច្រកផ្លូវងាយចេញចូល ។ ពួកគេបានជួបនឹងមន្ត្រីក្រុង ហើយបង្ហាញបញ្ជីដល់មន្ត្រីទាំងនោះ ។ មន្ត្រីក្រុងបានដឹងថាក្រុងត្រូវការប្រឹក្សាយោបល់ជាមួយជនពិការ ។ អង្គការសេរីភាពនៃចលនាសង្គមបានធ្វើយ៉ាងប្រាកដថា សមាជិករបស់ខ្លួនត្រូវតែបានដាក់បញ្ចូលនៅក្នុងគណៈកម្មាធិការក្រុងដែលទទួលខុសត្រូវកែប្រែធ្វើឱ្យច្រកងាយចេញចូលប្រសើរឡើង ។ ជនពិការត្រូវតែអនុម័តគម្រោងទាំងឡាយណាដែលក្រុងបានសម្រេចដើម្បីអនុវត្ត ។

អង្គការសេរីភាពនៃចលនាសង្គមបានបង្កើតឯកសារគោលការណ៍ណែនាំ ដែលវិស្វកម្មអាចប្រើដើម្បីធ្វើឱ្យអាគារមានច្រកងាយចេញចូល ។ ពួកគេមានលទ្ធភាពថតរូបអាគារដែលត្រូវការកែច្នៃ និងគូររូបបញ្ជាក់យ៉ាងច្បាស់នៃវិធីកែច្នៃ ។

ឥឡូវនេះ អាគារចាស់ៗបានចាប់ផ្តើមផ្លាស់ប្តូរយឺតៗទៅតាមពេលវេលា ហើយឯកសារគោលការណ៍ណែនាំថ្មីត្រូវបានប្រើប្រាស់គ្រប់កន្លែងនៅក្នុងទីក្រុង ។ ពីព្រោះតែការងាររបស់អង្គការសេរីភាពនៃចលនាសង្គម អាគារទើបសាងសង់ថ្មីទាំងអស់ និងអាគារដទៃទៀតជាច្រើនបានបំពាក់ច្រកដែលជនពិការងាយប្រើប្រាស់ ។ ផ្លូវដើរតាមថ្នល់ត្រូវបានធ្វើឱ្យទាបសំរាប់ជនពិការប្រើរទេះ ។ អាគារថ្មីនៃផ្សារទំនើបមានច្រកងាយចេញចូលសម្រាប់ជនពិការប្រើប្រាស់ ។ អង្គការសេរីភាពនៃចលនាសង្គម ក៏បានធ្វើឱ្យក្រុងយល់ព្រមកែច្នៃសាលារៀន និងរោងមហោស្រពមួយចំនួនរបស់ក្រុងឱ្យមានច្រកដែលជនពិការងាយចេញចូលផងដែរ ។ -**ពិភពពិការភាព**

ការចាប់ផ្តើមធ្វើសកម្មភាព

- ការរៀបចំសកម្មភាពសង្គមដែលជួយកុមារីពិការឱ្យមានឱកាសចេញពីផ្ទះរបស់ខ្លួនដើម្បីបានជួបនឹងជនពិការឯទៀត និងនារីវ័យក្មេងដទៃទៀត ។
- ចែករំលែកព័ត៌មានអំពីការស្វែងរក ឬ បង្កើតឱ្យមានការងារធ្វើ ។
- គាំទ្រស្ត្រីដែលរងទុក្ខទោសនៅផ្ទះ ឬ នៅតាមទីសាធារណៈ ឬ នៅកន្លែងធ្វើការ ។
- រៀបចំការបណ្តុះបណ្តាលអំពីភាពជាដឹកនាំ និងបំណិនសង្គម ។

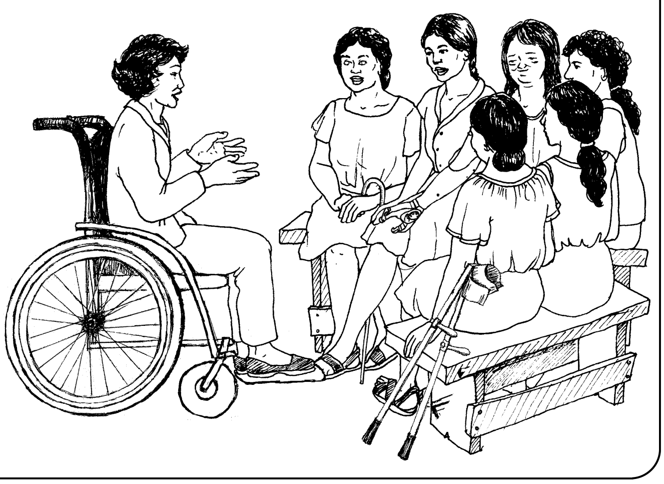
ការផ្តល់ធនធានសម្រាប់ធ្វើការផ្លាស់ប្តូរនៅប្រទេសយូហ្កានដា

សមាគមស្ត្រីពិការនៅប្រទេសយូហ្កានដាបានរក្សាកម្មវិធីប្រាក់កម្ចីបង្វិលសម្រាប់ស្ត្រីពិការ ដើម្បីចាប់ផ្តើមមុខរបរផ្ទាល់ខ្លួន ផ្តល់ការអប់រំ និងឧបករណ៍ជំនួយការដំណើរ និងដំណើរការក្រុមល្ខោនដើម្បីធ្វើការផ្សព្វផ្សាយការយល់ដឹងអំពីស្ត្រីពិការ ។ ពួកគេខិតខំដើម្បីបង្កើនសិទ្ធិនិងសុខុមាលភាពរបស់ស្ត្រីពិការ តស៊ូមតិឱ្យមានការអប់រំកាន់តែប្រសើរសម្រាប់កុមារពិការ ចែករំលែកព័ត៌មានអំពីសុខភាពនៃការបន្តពូជ និងដើម្បី "ប្រឆាំងភាពក្រីក្រ, ការមិនអើពើ, សង្គមរើសអើងចំពោះភាពខុសប្លែក, និងរោគរាតត្បាត" ។

ស្ត្រីធ្វើឱ្យការផ្លាស់ប្តូរល្អៗកើតឡើងនៅប្រទេសអែលសាលវ៉ាឌ័រ

នៅប្រទេសអែលសាលវ៉ាឌ័រ ក្រុមសិទ្ធិជនពិការ (ACOGIPRI) បានរៀបចំកម្មវិធីស្ត្រីតាំងពីឆ្នាំ 1987 ដោយនាំស្ត្រីពិការគ្រប់ស្ថានភាពនិងប្រវត្តិខុសៗគ្នាមកជួបជុំដើម្បីពិភាក្សាអំពីបញ្ហាផ្លូវភេទនិងករណីផ្សេងៗ ។ ក្នុងនោះផងដែរពួកគេ :-

- ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលអក្សរសាស្ត្រ និងភាពជាអ្នកដឹកនាំ ។
- ធ្វើឱ្យមានឧបករណ៍ជំនួយនិងសេវាកម្មសម្រាប់កុមារីនិងស្ត្រីពិការ ។
- ការពារប្រឆាំងនឹងអំពើហឹង្សានិងការរើសអើង ។



សហគមន៍កាន់តែរឹងមាំនៅពេលដែលមនុស្សគ្រប់រូបត្រូវបានដាក់បញ្ចូល

ទោះជាមានរបាំងនៃការប្រកាន់ពូជសាសន៍ ការមិនអើពើនិងការរើសអើង ស្ត្រីពិការនៅជុំវិញពិភពលោកកំពុងធ្វើឱ្យបំណិនសំរាប់ភាពសមល្មមរបស់ខ្លួនបានប្រសើរឡើង។

ស្ត្រីពិការត្រូវតែធ្វើឱ្យគេឯងបានដឹងឮ ពេលដែលការសម្រេចចិត្តបានធ្វើឡើងនៅគ្រប់កម្រិតនិងគ្រប់បញ្ហា-មិនត្រឹមតែករណីពិការភាពប៉ុណ្ណោះទេ។ គ្មាននរណាម្នាក់ដឹងគ្រប់ចម្លើយនោះទេ។ មនុស្សគ្រប់រូប ស្ត្រីនិងបុរស ទាំងពិការនិងមិនពិការ មនុស្សដែលក្រាញូននាលដើម្បីសិទ្ធិមនុស្សនិងសិទ្ធិនៃកម្មករ ព្រមទាំងកិត្តិយសរបស់ស្ត្រីនៅគ្រប់ផ្នែកនៃពិភពលោក ត្រូវតែមកចូលរួមទាំងអស់គ្នា ដើម្បីគាំទ្រស្ត្រីពិការឱ្យមានការរស់នៅប្រកបដោយសុខភាពល្អ ម្ចាស់ការ និង ជីវិតរស់នៅសមរម្យ ។ ចូរធ្វើឱ្យប្រាកដថាពួកយើងអាច លើកតំកើងជីវិតសម្រាប់ខ្លួនយើងម្នាក់ៗ និងរៀនសូត្រពីគ្នាទៅវិញទៅមក យើងអាចកសាងពិភពមួយដែលកាន់តែមានភាពសមស្របសម្រាប់យើងទាំងអស់គ្នា។