

කෘෂිකර්මාන්තයේදී ඇති  
විය හැකි ආපදා හා  
සෞඛ්‍ය ගැටලු  
හඳුනාගෙන ඒව අවම  
කිරීමට ගත හැකි  
ක්‍රියාමාර්ග යෝජනා  
කරයි.  
(18.පාඨම)

## 18.1 කෘෂිකර්මාන්තයේ දී සිදු විය හැකි ආපදා

### ආපාදාවක් යනු

පුද්ගලයෙකුට උපද්‍රවයක් ඇතිකිරීමට විභවතාවක් ඇති ඕනෑම දෙයකි.

### කෘෂි ක්ෂේත්‍රයේ ආපදා වැඩි වීමට හේතු

- කෘෂි ව්‍යවසායකයින්ට විවිධ දේශගුණික තත්ත්ව වලට මුහුණ පෑමට සිදු වීම.
- සත්ත්ව පාලනයේදී හා බෝග වගාවේ දී රසායනික ද්‍රව්‍ය අධිකව භාවිතය.
- කෘෂි යන්ත්‍රෝපකරණ භාවිතය.

### භෞතික ආපදා

- අධික ශබ්දය
- විජලනය
- දූවිලි

### අධික ශබ්දය

#### අධික ශබ්දය ඇති කරන යන්ත්‍ර

- ට්‍රැක්ටර්
- තෘණ කපන යන්ත්‍ර
- ධාන්‍ය වියළීමේ යන්ත්‍ර
- දැව ඉරන යන්ත්‍ර

#### යන්ත්‍ර වල අධික ශබ්දය ඇති වීමට හේතු

- ✓ කැඩුණු, ලිහිල් වූ හෝ සමතුලිත නොවන යන්ත්‍ර කොටස් සහිත යන්ත්‍ර ක්‍රියා කරවීමේ දී
- ✓ ස්පෝන් නොයෙදූ විට

#### ශ්‍රවණ උනන්දා ප්‍රේරිත ශබ්ද

- ✚ Temporary Thershold Shift - මෙහි දී විශාල ශබ්දයකට මුහුණ දුන් විට ශ්‍රවණ තීව්‍රතාව තාවකාලිකව ඇණ හිටීම නිසා ශ්‍රවණේන්ද්‍රිය පීඩාවට පත්වේ.
- ✚ Permanent Thershold Shift - මෙහි දී විශාල ශබ්දයකට මුහුණ දුන් විට ශ්‍රවණය යථා තත්ත්වයට පත් කළ නොහැකි වේ.

#### අධික ශබ්දයේ අහිතකර බලපෑම්

- අධ්‍යාපනික ඇති වීම
- අති අම්ලතාව ඇති වීම
- අභිස්පන්දනය ඇති වීම
- නින්දට හා විවේකයට බාධා ඇති වීම

#### අධික කම්පන නිසා මිනිසාගේ සෞඛ්‍යයට ඇති කරන බලපෑම

- Head Arms Vibration Syndrome (HAVS) නිසා ඇඟිලි හිරිවැටීම, සුදුමැලි වීම හා වේදනාව ඇති වේ.

### අධික උෂ්ණත්වය සහිත ස්ථානවල සේවය කිරීම නිසා ඇතිවන බලපෑම්

- විජලනය
- කුෂ්ඨ ඇති වීම
- පාදයේ කෙණ්ඩ පෙරලීම
- කරකැවිල්ල ,ක්ලාන්තය,අධික වෙහෙස,දෘෂ්ටිය,පැහැදිලි නොවීම,ප්‍රතිශ්‍යාව,දහඩිය හා තෙත් වූ සමක් ඇති වීම.
- නිල වර්ණතාව,ඩයනනිකරණයවිභාන්තිය /උමතු,වලිප්පුව හට ගැනීම.

### විජලනය වීම නිසා මිනිසාට ඇති විය හැකි බලපෑම්

- මොළයේ ක්‍රියාකරිත්වය අඩු වීම නිසා සිතීමේ ශක්තිය හා අවධානය යොමු කිරීමේ හැකියාව අඩුවීම.
- මාංශ පේශි වල ක්‍රියාකරිත්වය අඩු වීම නිසා පරිවෘත්තීය ක්‍රියාවලි අඩපණ වීමෙන් තෙහෙට්ටුව,හෘද ස්පන්දන වේගය වැඩි වීම.
- සම රැළි වැටීම ,වියළීම,සම දුර්වර්ණ වීම.

### කෘෂිකර්මාන්තයේ දී ගොවීන්ට හානි සිදු වන දූවිලි වර්ග

- Cotton dust
- Endotoxin
- ධාන්‍ය කුඩු
- උක්ගස් ආශ්‍රිත අවශේෂ
- ලී කුඩු

### දූවිලි වර්ග ආසාදනය කිරීම නිසා මිනිසාට ඇති විය වන බලපෑම්

- පෙනහළුවල තන්තුමතාව ඇති වීම.
- ආසන්මිකතා ඇති වීම.

### කෘෂිකර්මයේ දී සිදු විය හැකි අනතුරු

- කෘෂි උපකරණ භාවිතයේ දී
- සර්ප දෂ්ටන
- කෘෂි දෂ්ට කිරීම

### කෘෂි උපකරණ භාවිතයේ දී සිදු විය හැකි අනතුරු

- උපකරණ වලට කැපීම
- විදුලි සැර වැදීම.

### කෘෂිකර්ම ක්ෂේත්‍ර වල සර්ප දෂ්ටන ඇති වීම

ශ්‍රී ලංකාවේ 85%ක් පමණ සර්ප දෂ්ටන ඇති වන්නේ කෘෂිකර්මාන්තයේ සෘජුව හෝ වක්‍රව යෙදී ඇති විටය.

උදා : වල් නෙළීම,අස්වනු නෙළීම,බිම් සැකසීම ,ක්ෂේත්‍ර සනීපාරක්ෂණය

### සර්පයන් වැඩිපුර ම දක්නට ලැබෙන කාල සීමා හා අවස්ථා

- වියළි කලාපයේ - මෝසම් වැසි කාලයේ
- තේ ,උක්,කුඹුරු වගා ආශ්‍රිතව
- සර්පයන්ගේ ක්‍රියාකරිත්වය වර්ෂාව හා අධික ආර්ද්‍රතාව මගින් උත්තේජනය වේ.

- කුඹුරු වගා ආශ්‍රිතව මිශන් ආහාරයට ගැනීමට නයි පැමිණේ.
- සන යටි වගාවක් ඇති විට සර්පයන්ට වාසය කිරීමේ හැකියාව වැඩි වන අතර ඔවුන් නොපෙනෙන නිසා දෂ්ට කිරීම් වැඩිය.

#### කෘෂිකාර්මික ක්ෂේත්‍ර වල දී දෂ්ට කල හැකි විශේෂ

- මී මැස්සා
- දෙබරා
- බඹරා

#### කෘෂි දෂ්ට කිරීම් නිසා ඇති විය හැකි ආපදා

- අසාත්මිකතා ඇති වීම. එම අසාත්මිකතා හේතුවෙන් ශ්වසන අපහසුතාව, කරකැවිල්ල හා මුහුණ ඉදිවීම වැනි තත්ත්ව ඇති වීම.
- රෝග කාරක මිනිසාගේ ශරීරයට ඇතුළු වීම.

#### කෘෂි රසායන ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් විෂ ශරීර ගත වන ආකාර

- ආශ්වාසයෙන්
- සම හරහා
- ආහාර සමඟ ( බුලත්විට සමඟ)

#### බහුලව භාවිතා කරන කෘෂි රසායන ද්‍රව්‍ය වර්ග

- කෘෂි නාශක
- වල් නාශක
- දිලීර නාශක
- රසායනික පොහොර

#### කෘෂි රසායන ද්‍රව්‍ය ඒවායේ විෂ බලපෑම අනුව වර්ග කිරීම

- (01.) ප්‍රාදේශීය විෂ බව - මෙහි දී රසායන ද්‍රව්‍ය ස්පර්ශ වූ ස්ථානයේ දී ම විෂ වීම සිදු වේ.
- (02.) සංස්ථානික විෂ බව - රසායනික ද්‍රව්‍ය ශරීර ගත වූ ස්ථානයන් බැහැර වෙනත් ස්ථානයක දී විෂ වේ.
- (03.) උග්‍ර විෂ බව - රසායන ද්‍රව්‍යයට නිරාවරණය වූ විගස විෂ වේ.
- (04.) නිදන්ගත විෂ බව - යම් පද්ධතියක සාමූහික භානියක් සිදු වේ. මෙහි දී රෝගය හන්දුනාගැනීමට බොහෝ කාලයක් ගත වේ.

#### කෘෂි රසායන ද්‍රව්‍ය වල අහිතකර බලපෑම

- වකුගඩු රෝග
- ශ්වසන රෝග
- රුධිර පද්ධතිය සම්බන්ධ රෝග
- හෘද රෝග
- ස්නායු රෝග
- පිළිකා
- ප්‍රජනන පද්ධතියේ රෝග



### කෘෂි කර්මාන්තයේ දී විජලනය අවම කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග

- අධික උෂ්ණත්වයක් යටතේ වැඩ කිරීමේදී ආරක්ෂක ඇඳුම් ඇඳීම.
- ශරීරය නිතර සේදීම.
- අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට ජලය පානය කිරීම.

### අධික යන්ත්‍රවල ශබ්දය හා කම්පන නිසා ඇති වන ආපදා අවම කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග

- යන්ත්‍ර වලට ස්තේභ යෙදීම.
- ගෙවී ගිය, කැඩුණු, ලිහිල් වූ යන්ත්‍ර කොටස් අලුත් වැඩියා කිරීම.
- විශාල යන්ත්‍ර අඩු වේගයකින් ක්‍රියාත්මක කරවීම. වීට්ට ශබ්දය අඩු වේ.
- කම්පනය අවම කරන කොටට(vibration isolation pads) ශබ්ද යන්ත්‍ර වල පාද වලට සවි කිරීමෙන් සිමෙන්ති පොළොව මත යන්ත්‍රයේ බලපෑම නිසා ඇති වන කම්පනය වැළකේ.
- ධ්වනික ද්‍රව්‍ය බිත්ති වලට හා සිවිලිමට සවි කිරීමෙන් ශබ්දය පිටවීම වැළක්විය හැකිය.
- සේවකයන් වැඩ කරන විට ශරීරයට ආරක්ෂිත ඇඳුම් ඇඳීම හා ආරක්ෂිත උපාංග භාවිතය.

### කෘෂි කර්මාන්තයේ දී දූවිලි අවම කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග

- අධික සුළං ඇති විට සි සෑම, කැට පොඩි කිරීම සිදු නොකිරීම
- පස ආවරණය කිරීමට ආවරණ බෝග සිටුවීම.
- සුළං බාධක යෙදීම.
- කාලගුණික තත්ත්ව හා පසේ ස්වභාවය අනුව සිදු කරන කෘෂිකාර්මික ක්‍රියාකාරකම්වල කාලය තීරණය කිරීම.

### කෘෂි උපකරණ භාවිතයේ දී ඇති වන අනතුරු අවම කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග

- සියලුම උපකරණ මනා තත්ත්වවයෙන් නඩත්තු කිරීම හා ඒ සඳහා නිෂ්පාදනයේදී නියමිත උපදෙස් අනුව ක්‍රියා කරවීම.
- විදුලිය සම්බන්ධ උපකරණ භූගත කිරීම සිදු කිරීම.
- ආරක්ෂිත ඇඳුම් භාවිතය.
- උපකරණ භාවිතා කරන පාරවල් හා ස්ථාන ලිස්සන සුලු නොවිය යුතුය.

### කෘෂිකාර්මික ක්ෂේත්‍ර වල සර්ප දෂ්ට කිරීම් අවම කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග

- ක්ෂේත්‍රයේ උසට වැඩි ඇති තෘණ කැපීම.
- ක්ෂේත්‍රයේ සංවරණය කරන විට බුට සපත්තු පැළඳීම.

### කෘෂිකාර්මික ක්ෂේත්‍ර කෘමි දෂ්ට කිරීම් අවම කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග

- කෘමි දෂ්ට කිරීම් සඳහා විභවයක් ඇති ස්ථාන වලට යාමේදී තද පැහැති ඇඳුම් ඇඳීමෙන් වැළකීම.
- සවස් කාලය කෘමි දෂ්ට කිරීම් වලට වඩාත් ග්‍රාහී වන බැවින් එම කාලයේදී වඩාත් ප්‍රවේසම් වීම.

### විෂ ශරීර ගත වීම වැළැක්වීම සඳහා පළිබෝධනාශක ක්ෂේත්‍රයට යෙදීමේදී අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියා මාර්ග

- ලේබලය කියවා එහි උපදෙස් පිළිපැදීම.
- නිවැරදි ඉසිනය තෝරා ගැනීම.
- සුළං දිශාවට ලම්බකව යෙදීම.

- යෙදීමට පෙර උපකරණය ක්‍රියාත්මක වන්නේ ද යන්න පරීක්ෂා කිරීම, කාන්දු වන ස්ථාන ඇත්නම් අලුත් වැඩියා කිරීම.
- සුදුසු මිනුම් උපකරණ භාවිතයෙන් පළිබෝධනාශක මිශ්‍රණය සැකසීම.
- මිශ්‍ර කිරීම සඳහා කෝටුවක් භාවිතය.
- පරිහරණයේ දී ආරක්ෂිත ඇඳුම් කට්ටලයක් භාවිතය. මුඛ ආවරණ, අත් ආවරණ, හිස් වැසුම් පැළඳීම.
- විෂ අධික පළිබෝධනාශක යෙදීමේ දී තවත් අයකුගේ සහය යොදා ගැනීම.
- පැහැදිලි අහසක් ඇති උදයක හෝ හවසන පළිබෝධනාශක යෙදීම.
- ඉසින අවස්ථා වල ආහාර පාන ගැනීමෙන් වැළකීම.
- නොසලය අවහිර වූ විට කට තබා පිඹීමෙන් වැළකීම.
- යොදන අතරතුර දහඩිය පිඹීමෙන් වැළකීම.

### පළිබෝධනාශක යෙදූ පසු ගත යුතු ක්‍රියා මාර්ග

- හිස් පළිබෝධනාශක භාජන නැවත භාවිතයට ගත නොහැකි වන පරිදි ගැඹුරින් වැලලීම.
- උපකරණ වල ඇති පළිබෝධනාශක ජලාශවලට එකතු වීම වැළැක්වීම.
- ඉසින් අවස්ථාවී ඇඳ සිටි ඇඳුම් සෝදා නා ගැනීම.
- වැරදීමකින් පළිබෝධනාශක ඇසේ තැවරුනහොත් කිහිප වතාවක් පිරිසිදු ජලයෙන් සෝදා වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීම.
- ඉසින අවස්ථාවේ හෝ ඉන් පසුව හිසරදය, වමනය, ක්ලාන්තය, වැනි ශාරීරික අපහසුතාවන් දැනුණ හොත් ඇසුරුම් ද සමඟ වෛද්‍යවරයෙකු හමුවීම.

## 18.2 කෘෂිකර්මාන්තයේ දී ඇති විය හැකි කායික හා මානසික ගැටලු පිළිබඳව තොරතුරු විමර්ශනය කරයි.

### කෘෂිකර්මාන්තයේ දී නියැලීමේ දී ඇති වන සෞඛ්‍ය ගැටලු

- සංක්‍රමණික රෝග
- මානසික ගැටලු

### කෘෂිකර්මාන්තය ආශ්‍රිත බහුල සංක්‍රමණික රෝග

- බෲසෙල්ලොසිස්
- ක්ෂය රෝගය
- මී උණ

### බෲසෙල්ලොසිස් රෝගය

- Brucella නම් බැක්ටීරියාව මගින් ඇතිවන මනුෂ්‍යාට සංක්‍රමණික වන රෝගයකි.
- මෙම බැක්ටීරියාවේ විවිධ මාදිලි ඇත. සමහර මාදිලි ගවයන්, උරන්, බල්ලන්, බැටලුවන්, එළුවන්ගේ දැකිය හැකිය.
- මෙම බැක්ටීරියාව පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට පැතිර යන්නේ කලාතුරකිනි.
- Brucella බැක්ටීරියාව ශරීරයට ඇතුළු විය හැක්කේ සමේ කැපුම් හා සිරිම් තුළින් හා බැක්ටීරියාව ආසාදිත ආහාර හෝ පාන වර්ග මගිනි.

උදා : පැස්ටරීකරණය නොකළ කිරි, නොපිසූ මස් හෝ කලාතුරකින් වාතය මගින්

### බෘහෙල්ලොසිස් රෝගයේ රෝග ලක්ෂණ

- ආහාර රුචිය අඩු වීම
- කොන්දේ වේදනාව
- වෙවිලීම
- නිදිමත / අලස බව
- උදරයේ වේදනාව
- සන්ධි වේදනාව
- උණ නැගීම, බැසීම
- දේහයේ බර අඩු වීම

### ක්ෂය රෝගය

- *Mycobacterium bovis* නම් බැක්ටීරියාව මගින් සතුන්ට ක්ෂය රෝගය සෑදේ.  
උදා : ගවයන් හා මී හරක්
- ගවයෝ හා මී හරක් මෙම රෝගයට ධාරකයන් ලෙස ක්‍රියා කරයි.
- Bovine ක්ෂය රෝගය ඇති වන්නේ මෙම සතුන්ගේ ශ්වසන පද්ධතියේ බැක්ටීරියා ආසාදනය වීමෙනි. ශ්වසන පද්ධතියේ ස්‍රාව, මල ද්‍රව්‍ය, කිරි වැනි දේවලින් නිරෝගී සතුන්ට ආසාදනය වේ.
- මෙම බැක්ටීරියාව ගවයන් හා මී හරක් මගින් මිනිසුන්ට සංක්‍රමණය වේ.
- පැස්ටරීකරණය නොකළ කිරි හා කිරි නිස්පාදන ආහාරයට ගැනීමෙන් ශ්වසනයේ දී හා කිවිසුම් වල දී පිට කරන බිඳිම් මගින් හා කැඩුණු සම (තුඩාල) තුළින් මෙම ක්ෂුද්‍ර ජීවියා ශරීර ගත වේ.

### රෝග ලක්ෂණ

- උණ
- පපුවේ වේදනාව
- කැස්ස

### මී උණ

- *Leptospira interrogans* නම් බැක්ටීරියාව මගින් ඇති වේ.
- මියන්නේ මුත්‍රා පසට හා ජලයට මිශ්‍ර වූ විට මිනිසාගේ සමේ තුඩාල වූ ස්ථාන වලින් ද ඇස්, මුඛය හා නාසය වැනි ස්ථාන වල ස්පර්ශ වූ විට බැක්ටීරියාව ඒ හරහා ද මිනිස් ශරීරයට ඇතුළු වී රෝගය ආසාදනය වේ.

### රෝග ලක්ෂණ

- හිසරදය
- මස් පිඩු වේදනාව
- උණ
- දරුණු අවස්ථා වල දී පෙනහළු වලි රුධිරය වහනය වීම හා මෙනින්ජයිටිසැති වීම.

### කෘෂිකර්මාන්තයේ නියැලෙන්නන් හට ඇති වන මානසික ගැටලු

#### ආතතිය

ආතතිය යනු පුද්ගලයෙකුගේ ජීවිතයට තර්ජනයක් වන සිදු වීමක් ඇති වූ අවස්ථා වල දී එය හඳුනාගැනීමට ලැබෙන භෞතික ප්‍රතිචාරයකි



### කෘෂිකර්මාන්තයේදී ආතතිය ඇති විය හැකි හේතු

- පුරෝකථනය කළ නොහැකි දේශගුණික තත්ත්ව නිසා
- මිල අධික යන්ත්‍රෝපකරණ භාවිත වීම.
- වෙළෙඳපොළ ඉල්ලුම අඩු වීම.
- මූල්‍යමය තත්ත්වය දුර්වල වීම.

### ආතතිය හඳුනාගැනීමේ රෝග ලක්ෂණ

- දේහ බර අඩු වීම
- තෙහෙට්ටුව
- නොසන්සුන්කම
- හිසරදය
- අධික රුධිර පීඩනය
- පවුලේ සබඳතා බිඳ වැටීම.

### කෘෂිකර්මාන්තය පිළිබඳ නීතිමය ගැටලු

- ❖ අයිතිය පිළිබඳ ගැටලු
  - LRC බදු ඉඩම් පිළිබඳ නෛතික ගැටලු
  - භුක්තිය පිළිබඳ ගැටලු(අද ගොවි හිමිකම්)
  - සංවර්ධන ව්‍යාපාර වල අයිතිය පිළිබඳ ගැටලු(බෙන්ම ක්‍රමය)
- ❖ ගිවිසුම් ගැටලු
- ❖ රක්ෂණ සම්බන්ධ ගැටලු
- ❖ රාජ්‍ය ආයතන වලට ගොවීන් බදු ගෙවන නමුත් සහනාධාර නොගෙවීම පිළිබඳ ගැටලු
- ❖ ජලය බෙදා හැරීමේ නෛතික ගැටලු
- ❖ කෘෂි රසායන ලබාගැනීමේ දී ඒවායේ ප්‍රමිතිය පිළිබඳ ගැටලු
- ❖ යෙදවුම් වල සම්මත ප්‍රමිති සම්බන්ධ නෛතික ගැටලු
- ❖ අලෙවිකරණය සම්බන්ධ නෛතික ගැටලු(අතරමර්දයන් සම්බන්ධව)
- ❖ ගුණාත්මක බව සම්බන්ධ නෛතික ගැටලු
- ❖ සහනාධාර සම්බන්ධ නෛතික ගැටලු
- ❖ අපනයන වෙළෙඳපොළ අවහිරතා පිළිබඳ නෛතික ගැටලු

### කෘෂිකර්මාන්තය සම්බන්ධ මූල්‍යමය ගැටලු

- අහිතකර පාරිසරික තත්ත්ව පැමිණීම, වගා ණය ගෙවීමට නොහැකි වීම.
- කුඩා පරිමාණයේ කර්මාන්ත ආරම්භ කිරීමට අවශ්‍ය ප්‍රාග්ධනය නොමැති වීම.

### බෲසෙල්ලෝසිස් රෝගය සංක්‍රමණය අවම කර ගැනීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග

- නොපිසූ මස් හා පැස්ටරීකරණය නොකළ කිරි, පැස්ටරීකරණය කළ කිරි වලින් සෑදූ චීස්, අයිස් ක්‍රීම් භාවිතයෙන් වැළකීම.
- සතුන් හැසිරවීමේ දී අත් වැසුම් හා ආරක්ෂිත ඇඳුම් භාවිතය.
- සතුන්ගේ තුවාල හෝ ස්පිරිම් තුළින් ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ට ශරීරය ඇතුළට යෑමට නොහැකි පරිදි ආවරණය කිරීම.
- සතුන්ට ප්‍රසූතියේදී උදව් කිරීමේදී ආරක්ෂිත ඇඳුම් ඇඳීම.
- සතුන්ට බෲසෙල්ලෝසිස් රෝගය පාලනය කරන එන්නත් ලබා දීම.



### ක්ෂය රෝගය මිනිසුන්ට සංක්‍රමණය අවම කර ගැනීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග

උදා : එන්නත් ලබා දීම.

### මී උණ මිනිසුන්ට ආසාදනය වීම වළැක්වීමට ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග

- කුඹුරුවල ඇවිදින විට ආරක්ෂිත සපත්තු පැළඳීම.
- මියන් බෝවීම වැළැක්වීම සඳහා උපක්‍රම යෙදීම.
- ප්‍රතිකාර ලෙස ප්‍රතිජීවක ලබා දීම.

### ආතතිය වළැක්වීම සඳහා ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග

- ගැටලු නිරාකරණයට අවශ්‍ය සහය ලබා දීම.
- ව්‍යායාම සිදු කිරීම.
- කැලේන් යෙදූ පාන වර්ග පානය කිරීමෙන් වැළකීම.
- ඇවිදීම, විනෝදාංශයක යෙදීම, භාවනා කිරීම, වැනි ක්‍රියාකාරකම් වල නියැලීම.
- පොත් කියවීම.

### තෛතික ගැටලු අවම කර ගත හැකි ආකාර

- අදාළ තෛතික ක්‍රියාමාර්ග ගැනීමට නීති උපදෙස් ගැනීම.

### මූල්‍යමය ගැටලු අවම කර ගැනීමට ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග

- රජයේ බැංකු වලින් ණය ලබා ගැනීම.

**Written by**  
**Students of University of Ruhuna**  
**Faculty of Technology**



**University of Ruhuna**  
Faculty of Technology