

# တၢ်ကံးညၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤန့ၣ်ကမၤစ့ၤလီၤတၢ်ဆါလၢကရၤလီၤသးအဂီၢ်လီၤ

## တၢ်ဂ့ၤလၢပဖျိၣ်တၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤအဂ့ၢ်တဖၣ်

The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢပကဘၣ်ဖျိၣ်တၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤခိဖျိလၢ

- ကမၤစ့ၤလီၤ COVID-19 အယၢ်လၢကအိၣ်အဂီၢ်လီၤ
- ဣၣ်ဆါပုၤလၢအဆိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအယၢ်တဖၣ်သုတရၤလီၤအိၣ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကံးဆူပုၤပုၤလၢတဖၣ်အဂီၢ်.
- ခိဖျိလၢပယုပကစၢ်ဒၣ်ပဆးန့ၣ်အိၣ်သ့ဒီးပယုမၤန့ၣ်အိၣ်ညိအယိပတဘၣ်လၢကိၣ်လၢကိၣ်စ့ၤလၢအအိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ဖျိၣ်နၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤအံၤတဖၣ်လၢကိၣ်သးတၢ်ဆါအယၢ်တဖၣ်ကူၣ်ဘၣ်ကံးလၢကိၣ်စ့ၤကိၣ်ဘၣ်.တၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤအမ့ၢ်Surgical & N-95 တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်လၢအိၣ်စ့ၤအယိပုၤလၢကိၣ်သးလၢကိၣ်သးရၣ်တဖၣ်ကသုပဲအဂီၢ်လီၤ.

## ပကဘၣ်ဖျိၣ်တၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤန့ၣ်လဲၣ်



### တၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤန့ၣ်ကြၢးလၢ

- ကဘၣ်ဘၣ်လိာ်အသးဒီးပဲာ်သ့ၣ်,အဆၢတဘၣ်အိၣ်ဘၣ်
- ကဘၣ်အိၣ်တၢ်ယၢ်သးဒီးပဲာ်သ့ၣ်လီၤ,အိၣ်ဒီးပျံၤလၢကစၢ်အိၣ်တၢ်မ့ၢ်တဖၣ်ဒီးကဘၣ်အိၣ်ဒီးနီၣ်ကွၢ်လၢနၢ်လီၤဒ်သိးသုတလီၤတဲာ်တဂ့ၤအဂီၢ်.
- ကဘၣ်တၢ်ဆးအိၣ်အစ့ၤကတၢ်ခံကကြၢးဒီးအိၣ်န့ၣ်အန့ၣ်.တဘၣ်မ့ၢ်ထဲတကကြၢးစီၤဘၣ်.
- ကဘၣ်ညိလၢတၢ်ကသိထီၣ်ကသိလီၤအဂီၢ်.
- ပဆူၣ်အိၣ်ကဘၣ်သ့ဒီးတဘၣ်ဟးဂီၤဘၣ်.

## ပကဘၣ်ဖျိၣ်တၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤအဆၢကတီၢ်ဒီးအခါဖဲလဲၣ်

- ဖဲလဲၣ်တၢ်လၢပုၤအါဂၤလဲၣ်ထီၣ်က့ၤလီၤအါဝဲအလီၢ်,ဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဆါပူၤအလီၢ်တဖၣ်.
- တၢ်လီၢ်လၢပဟးဆူးပုၤအဂၤတန့ၣ်ညိညိဘၣ်အလီၢ်.

## ကြၢးလၢပကဘၣ်အိၣ်စီၤစ့ၤလိာ်ပသးဖဲပသူတၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤအဆၢကတီၢ်န့ၣ်ခါ



မ့ၢ်,ပကြၢးအိၣ်စီၤစ့ၤလိာ်သးယုခိၣ်ယိၣ်န့ၣ်လီၤ.6ft  
ထဲပသူတၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤန့ၣ်တဖၣ်တၢ်လၢတၢ်ပဲၤဘၣ်.ပကဘၣ်အိၣ်စီၤစ့ၤလိာ်သးယုခိၣ်ယိၣ်သ့ၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤ.6ft

## ပကဘၣ်ဆူၣ်ဒီးမၤကဆိၣ်အိၣ်ပုၤဘျီလဲၣ်.

- ပကဘၣ်ဆူၣ်ဒီးမၤကဆိၣ်အိၣ်ပုၤထဲသိးဒီးပသူအိၣ်အသိးန့ၣ်လီၤ.
- ပထၢန့ၣ်ဆူၣ်အိၣ်လၢဖဲဆူၣ်တၢ်အပူၤသ့ပဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ.

## ဒ်သိးကပူၤဖျးဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအယၢ်အဂီၢ်ကျဲလၢပကဘၣ်ဘ့ၣ်လီၤအီၤအဂီၢ်



တဘၣ်ဖိၣ်လီၤဖဲာ်ချ့,နၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤဖဲန့ၣ်ဘၣ်လီၤတၢ်ဖျိၣ်နၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤတၢ်ကံးညၢ်အံၤဘၣ်.ဘ့ၣ်လီၤဝံၤတဘျီယိၣ်သ့ကွံာ်န့ၣ်စီၤတက့ၢ်.

## ပုၤလၢတကြၢးသူတၢ်ဖျိၣ်တၢ်ကးဘၢနၢ်ဒုခံဒီးကိၣ်ပူၤတဖၣ်

- ဖိသၣ်လၢအသးအနံၣ်စ့ၤန့ၣ်ဒီးခံနံၣ်
- ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆူဆါဘၣ်ယးဒီးတၢ်ကသိကိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်
- ပုၤလၢအမၤစ့ၤလီၤအသးလၢဘ့ၣ်လီၤ,ထီထီၣ်ဝဲတသ့ဒီးလိၣ်ပုၤကဘၣ်ကွံာ်ထွဲမၤစ့ၤအီၤတဖၣ်.

Sources:  
WHO - <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>  
CDC - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>

