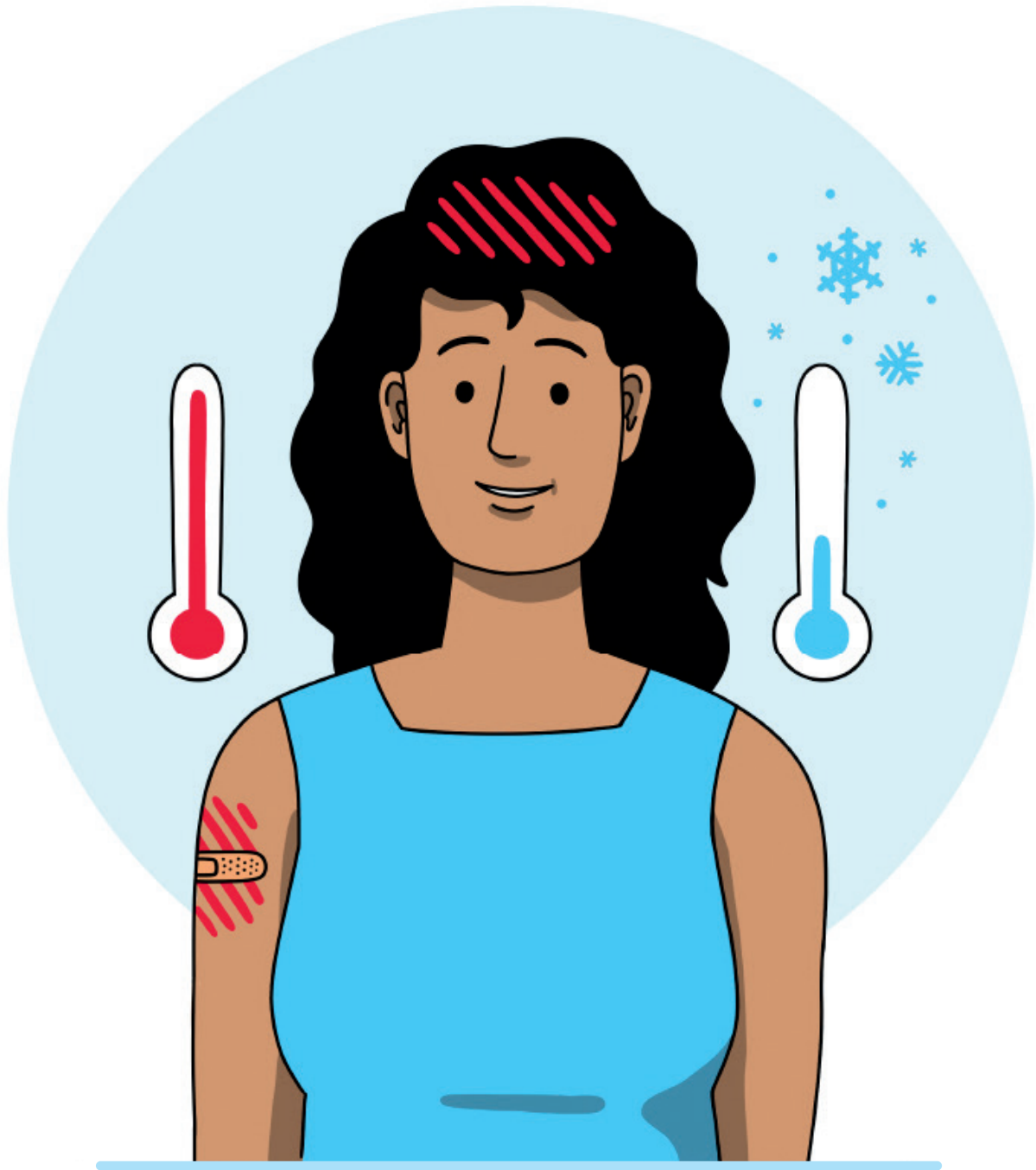


# Covid – 19 ကသံဉ်ဆဲးဒီဒဉ် အတၢ်မၤဘဉ်ဒီဆါအဂုၢ်အဂၤ လၢအအိၣ်ဖျါ လီၤတီၢ်လီၤဆိတဖၣ်န့ၣ် မ့ၢ်ဝဲ

- ၁ တၢ်လီၤဘျးလီၤတီၤ ဒီးတၢ်ခိၣ်ဆါ.
- ၂ ဆူးဆါ၊ တၢ်လီၤကိၢ်.
- ၃ တၢ်ဂီၢ်တၢ်ခုၣ်ဘဉ်အသး ကနိးကစုၣ်
- ၄ ကသံဉ်ဆဲးအလီၢ်ဆါ (မ့တမ့ၢ်) ညိးကဖိထီၣ်



ပုၤလၢအဆူးဆါတဖၣ် အါတက့ၢ်န့ၣ် တူၢ်ဘဉ်တၢ်အပနီၣ်တဖၣ် ဒ်အဖိခိၣ်ဒီး, ညီန့ၢ် ဘျါက့ၤဝဲ လၢတၢ်ဆၢကတီၢ်ဖျါကိၢ် အပူၤန့ၣ်လီၤ.

ဆဲးန့ၢ်အသံဉ်ဆဲး ဒီဒဉ်ဝံၤအလီၢ်ခံ (၂၄)န့ၣ်ရံၣ်ဘျဲၣ်မး တၢ်အ့ၣ်ထူးအ့ၣ်စီၢ်မ့ၢ်ဟဲးနးထီၣ် (မ့တမ့ၢ်) ကသံဉ်အတၢ်မၤဘဉ်ဒီဆါ မ့တကိၢ်ညါထီၣ်ဘဉ်ဒီး, ဆဲးကျိးပုၤလၢ အနီၢ်ပၢၢ်တၢ်ကဟုကယၢ် ကွၢ်ထွဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ (ကသံဉ်သရၣ်) န့ၣ်တက့ၢ်.



တၢ်ပနီၣ်တနီၤ ကိၢ်ညါထီၣ်ဝဲ လၢကသံဉ်တဖၣ်, လၢဘဉ်တၢ်ပူၤန့ၢ်အီၤ လၢကသံဉ်ကျးသန့က့, ကတိၤတၢ်ပီၣ်ဆိသကိးတၢ်ဒီး ပုၤလၢအနီၢ်ပၢၢ် တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ (ကသံဉ်သရၣ်) န့ၣ်တက့ၢ်.

ပုၤဆါတဖၣ်လၢ အအိၣ်ပၢ်စၢၤ ဒီး တၢ်ကဖုဆါ(မ့တမ့ၢ်)ကလုၢ်တၢ်ဆါ ယံၣ်တုၢ်လံန့ၣ် လၢတၢ်အီၤကသံဉ်လၢအဖိလၢ်တဖၣ်, ဘဉ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကဘဉ်မၤထွဲဆိ တၢ်ဂ့ၢ်တနီၤနီၤန့ၣ်လီၤ.

- Ibuprofen
- Aspirin
- Antihistamines

## မၤထွဲတၢ်တဖၣ်အံၤခဲလၢၢ်ဒီး ဒီသဒၢသကိးတက့ၢ်



သုစိနစု လၢချါသိဒီး ထံတက့ၢ်.



အိၣ်စီၤစုၤလိၣ်သး တဂၤဒီးတဂၤတက့ၢ်.



စဲထီၣ်တၢ်ကျါၢ်ဘၢ (ကိၢ်ပူၤ ဒီး နီၣ်စုၤ) တက့ၢ်.



ဃုထံၣ်န့ၢ် ပုၤလၢအိၣ်ဘူး ထိးလိၣ်သး တဖၣ်န့ၢ်တက့ၢ်.



အိၣ်ဆိးလီၤဖးလိၣ်သး တပူၤဒဉ်တၢ်တက့ၢ်.



ဒုးအိၣ်ထီၣ် ကလံၤန့ၢ်လီၤဟးထီၣ် ဂ့ၤဂ့ၤဘဉ်ဘဉ် န့ၣ်တက့ၢ်.



ဆဲးန့ၢ် ကသံဉ်ဆဲးဒီဒဉ် န့ၣ်တက့ၢ်.