



ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးဌာနခွဲ
ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)

ယဲဂ်ရပ်နာဗိုင်းရပ်သ် (ဂ်ဗေတ်-၁၉) ယဲမဆေင်စပ်ကုဂ်ဗုန်ယွီ (ကျာယိုလုပ်ယိုတိတ်) စပွန် ဇကုတု စိုဒ္ဒာညိအ်

နယ်ကယ်ဂ်ဗုန် ယဲဂ်ဗေတ် - ၁၉ မကောံ ဗုမာန်ဂမိုင်း

- ပွမကောံ ဗုမာန်အာတိုက်ရိုက်မာန်
နုဂ်ဗုန်ယွီ (ကျာယိုလုပ်ယိုတိတ်)
- ပွမကောံ ဗုမာန်အဆက်
နပွမလုက်စုက်ဒေစုနကိတ်
မတန်ဒြပ်ဒိုင်ပဲအရာဝတ္ထုဂမိုင်း

သံသယယဲ မဒ်မာန်ဂမိုင်း

- ပွမကောင်အာလပ်တရဲ ပဲဒုဒုဌာန်ဒေသ
ယဲမကောံဗုမာန်မံင် လောန်ကျင်လပ်
ပဲ(၁၄)တဲတဲတဲ (ဟံ့သေင်သတ်ဂ်)
ပွမကောင်မံင်သွဒြပ်လပ်မံင် ကောံညး
မဒေဒိုင်သွဒတန်လပ် ညးဒ်ယဲဂ်ရပ်နာ
ဗိုင်းရပ်သ် ယဲမဆေင်စပ်ကုဂ်ဗုန်ယွီ
- ပွမကောံ (ဗုတ်ထွါမံင် ၃၈°C /
၁၀၀-၄ °F) ပွမခက်၊ ပွယိုဝါတ်
ပွဗဟတ်အိုတ် (ချိတ်ဒိုင်ချိတ်တဲ)



နယ်ကယ်ဂ်ဗုန် မစိုဒ္ဒာမာန်ဂမိုင်း

- သွေးဝေင်ပါ နပွမလုက်စုက်ကောံညးမံင်ကုလက်
သန်ယဲဂ်ရပ်နာဗိုင်းရပ်သ်၊ ယဲမဆေင်စပ်
ကုဂ်ဗုန်ယွီ (ကျာယိုလုပ်ယိုတိတ်) ရောင်။
- သွေးကြာတ်တဲမဲခဲနဲမဲခဲ ဗွဲမသးသး
ဗွဲမစေံသောတ် (ဗွဲမချိတ်ပိုတ်) ရောင်။
- သွေးကွတ်ကြေပ်ကောံ ဇေင်မုတ်၊ ပါင် ဗွဲမကုတ်
ပဲကာလမခအဟ်၊ ဇေက်တအ်ရောင်။
(ဗွဲတေင် ယောဒျိုက်ဘာတ်စကာ)
- ယပ်ရပ်စပ်တေတ်သျှုတအ်မူး ဩဝ်ကုတ်
ထဝေင်စုတ်ပဲနထိုက်၊ ဗွဲမစေံသောတ်တဲ၊
သွေးဇေင်ကြာတ်တဲ ဗွဲမစေံသောတ်ရောင်။
- သွေးသွဂရရောင်တုင်သးသးကာယဇကုရောင်
သွေးစုအာဟာရဗွဲမဖဲသီရောင်၊ သွေးဇူ
သွေးတိက်ညွင်ဗွဲမချိတ်ပေင်ရောင်။

ပဲဒုဒုမိုက်ဂိုင်း ပွမအာကျင်ဂ်သွေးဝေင် ပါညိ

- စိုဒ္ဒာပဲတဲဟဲမဲသတ်မူးသွေးဝေင်ပါ နပွမဗိုတ်ရပ်
တိဇာန်တအ် တိုက်ရိုက်ရောင်

ယပ်မံင်ကုသံသယ ဒ်ယဲဂ်ရပ်နာဗိုင်းရပ်သ် (ဂ်ဗေတ်-၁၉) ယဲမဆေင်စပ်ကုဂ်ဗုန်ယွီ (ကျာယိုလုပ်ယိုတိတ်) မူး ဩဝ် ကို ပရိုင်ကုဌာနပရေင်ထတ်ယုက်တဲ ဩဝ်ဒုင်လွီပရာညိအ်။

- ဟပ်တေင်ကောံ ညးတုကမောန် မအာတရဲဂမိုင်း - ယပ်ရေဝိညာတ်ဒေ ညးမံင်ကုသံသယ ယဲဂ်ရပ်နာ
ဗိုင်းရပ်သ် (ဂ်ဗေတ် - ၁၉) ယဲမဆေင်စပ်ကုဂ်ဗုန်ယွီ (ကျာယိုလုပ်ယိုတိတ်) မူး ဩဝ် ကို ပရိုင်ကု
ဌာနပရေင်ထတ် ယုက်တဲ ဩဝ် ရီဗင်သွက်သောံလွီပရာညိအ်။
- ညးမအာတရဲ အပဲဒုချင် မူးချင်ဂမိုင်း - ဩဝ် သွေးဒေတ်ပက်တင်သသပ်ဂုန် နုဌာနဝန်ဇေင်ပရေင်
ထတ်ယုက်ကောံပရေင်ဝေင်ဗြဟတ်တအ်မပွိတ်လပ်ရောင်။

အသေးစိတ်သိရှိလိုပါက
ဤ QR CODE ကို
SCAN ဖတ်ပါ။

၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ မတ်လ (၂၅) ရက်