



COVID-19 နှိပ်ကွပ်အတတ်အိတ်လီဆီ

နှိပ်ကွပ်အတတ်အိတ်လီဆီနှင့်ဒီသဒါခိတ်ဂျိတ်နတ်တင်ဆါဃာဒီးတြီဆာ COVID-19 တင်ဆါလီ။ နမ့ဒ်ဒီး COVID-19 တင်တိပနီတ် မ့တမ့ နမ့ဒ်ဒီးတပူဃီဒီးပှာဘတ်တင်ဆါနတ်တဘတ်ဟးထီတ်လာဟံတ်တရ။

ပှာမ့ဒ်ဒီးကညးနာလာနဘတ်အိတ်ထဲတရဒီနတ်

၁. ဒ်လဲတ်ရဲဒ်လဲတ်ရဲတဘတ်ဟးထီတ်လာဟံတ်တရ။ နမ့ဒ်လိတ်ဘတ်တင်အိတ် မ့တမ့ ကသံပ်နတ်ကီးလာလီထဲဆီ မ့ဒ်ရဲ လာအအိတ်လာအှုတ်ထာတ်နတ်အဖိခိတ်မ့ဒ်ရဲ မ့တမ့ နမ့ပှာပှာနတ်နာတရဒီသုလီ။
၂. နတဘတ်ဒုးဟဲပှာတမ့ဟံတ် ဟံတ်ဖိဃီဖိအရတဖတ်လာနဟံတ်တရ။
၃. ဟးဆဲးကမုာ်တင်ဝံစိတ်တီဆှာ မ့တမ့ တဘတ်ဒီသိလှုတ်တခိတ်ဃီဘတ်
၄. နမ့ဒ်ဒီးကဂျာနတ်နသုနကဂျာသုလီ။
၅. ဖဲနဆိးကွဲအဆာကတီ တဘတ်ဖိတ်ဆတ်ဖိကီဖိလာနဘတ်ကွဲကီတဖတ် မ့တမ့ ဆတ်ဖိကီဖိအရတဖတ်တရ။ ဖဲနဆိးကွဲအဆာကတီ မာပနဟံတ်ဖိဃီဖိတရကွဲထွဲနဆတ်ဖိကီဖိတကွဲ။ နမ့ဒ်ဘတ်ကွဲနဆတ်ဖိကီဖိနတ်သု နစုခဲအံခဲအံတကွဲ။ မ့သုနတ်ကးဘာနမဲတ်တကွဲ။
၆. သုနစုခဲအံခဲအံဒီးဆးပှုတ်ဒီးထံအစုကတီ မံးနံး ၂၀ တကွဲဆးပှုတ်ဒီးထံမ့ဒ်တအိတ်ဘတ်နတ် အစုကတီ သံးသဝံ ၆၀ % တင်သုစုထံနတ်နသုသုလီ။
၇. ကီးနံဒီးမကဆီတင်လီလာနဖိတ်တူတဖတ်လာအမ့ဒ်ပဲတြီစုဖိတ် တင်ပာခိတ် စီနီခိတ် တင်လုထံလီတင်ဖိ တင်လံတဖတ် တင်ဟးလီ လီထဲဆီတဖတ် ဖဲဒီလံ တဖတ်တကွဲ။ တင်ဖိခိတ်လာအအိတ်ဒီး သွံတ် အှုတ် ဒီးတင်ထံ တဖတ်မကဆီဘတ်အီတကွဲ။ သူဟံတ်တင်ဖိတင်လံလာအမကဆဲကဆီတင်ဒ်တင်နတ်လီပာဖျဲဝဲအသီးနတ်တ ကွဲ။
၈. ခိးကွဲဘတ်နတင်ဆူးတင်ဆါအပနီတ်တကွဲ။ နတင်ဆါမ့ဒ်နးထီတ်နတ်ဆဲးကျိးကသံပ်သဂျင်လာအကွဲနာတရတ ကွဲ။

နကဘဉ်လဲလၢတၢ်ဆါဟံၣ်လၢတၢ်ယါဘျါအၢနီၢ်ဆံးယံၣ်လဲၣ်

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါအပနီၣ်တခါခါန့ၣ် လဲလၢယါဘျါနသးတဘျီဃီတက့ၢ်.

- ❖ နကသါတဘျဲဘဉ်
- ❖ နလီၤဆါ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆိၣ်တံၢ်လၢသးနါပုၢ်
- ❖ တၢ်သးကဒံကဒါအသီ မ့တမ့ၢ် နီၢ်ခိတအဲၣ်ဒီးဟူးရဲဘဉ်
- ❖ ထးခိၣ် ဒီး မဲာ်သၣ်လါထီၣ်

တၢ်အမံၤသ့ၣ်တဖၣ်တပၣ်ဃုာ်ခဲလၢာ်ဘဉ်

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအပနီၣ်လၢအနးတဖၣ်ဒီးတၢ်ဘဉ်ယိၣ်အၢမ့ၢ်အိၣ်န့ၣ်ဝံသးစ့ၤလဲၤထံာ်ဘဉ်နကသံာ်သက့ၣ်တက့ၢ်.

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးစ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်ဆါန့ၣ် ကိးဘဉ် ၉၁၁ တက့ၢ်. ဒုးသ့ၣ်ညါပုၤလၢအတဲလီၤတဲဆိလၢနအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါ မ့တမ့ၢ်နဆိမိၣ်လၢနအိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါလီၤ. မ့သ့န့ၣ်သူတၢ်ကးဘၢမဲာ် မ့တမ့ၢ် ကးဘၢနမဲာ်ဒီးတၢ်ကံးညးတက့ၢ်.

နဘဉ်အိၣ်ထဲတၢ်တၢ်ဆါဆံးယံၣ်လဲၣ်

ပုၤလၢအဘဉ် COVID-19 တၢ်ဆါ မ့တမ့ၢ် နဆိမိၣ်လၢနတၢ်ဆါအိၣ်န့ၣ် ပုၤမ့ၢ်နဲၣ်လီၤနလၢနဘဉ်ကွၢ်ထွဲနသးလၢဟံၣ် ဒီးတဘဉ်အိၣ်လၢထဲတၢ်တၢ်ဆါတၢ်ဂ့ၢ်ပာ်ဖျါလၢလၢာ်အသိးလီၤ.

- ❖ အစ့ၤကတၢၢ် ၃ သီ (၇၂) န့ၣ်ဂံၢ် တအိၣ်ကသံာ်လၢဘဉ်ဒီးတၢ်ကိၢ်စ့ၢ်ကိးတအိၣ်လၢဘဉ် ဒီးတၢ်ကသါအပနီၣ်စ့ၤထီၣ်ဝဲလၢအမ့ၢ် (အဒိ ကူး ကသါတဘျဲဘဉ်)
- ❖ အစ့ၤကတၢၢ် ၇ သီ လဲလၢပူၤကွံၤဖဲတၢ်ဆါစးထီၣ်အဆၢကတီၢ်

ပုၤတၢ်တၢ်ဆါလၢအမၤကွၢ်အသး ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါမ့ၢ်တအိၣ်ဘဉ် ဒီးအစ့ၤကတၢၢ်မ့ၢ်အိၣ်လံ ၇ သီန့ၣ်နပတုၣ်ကွံာ်တၢ်အိၣ်ထဲတၢ်တၢ်ဆါသ့လီၤ.

နကဘဉ်တုၤထီၣ်တၢ်ဆါအဒၢးဒ်လဲၣ်

၁. နမ့ၢ်ပာ်ပုၤဆါထဲတၢ်တၢ်ဆါလၢအကစၢ်အဒၢးန့ၣ်မၤစၢၤနပုၤဟံၣ်ဖိဃီဖိလၢအတဘဉ်တၢ်ဆါသ့ဝဲလီၤ.
၂. မ့ၢ်သ့န့ၣ်ဒုးအိၣ်ပုၤဆါလၢအကစၢ်အဒၢးဒ်ဝဲတက့ၢ်. ပုၤဆါမ့ၢ်အိၣ်အါန့ၣ်ဒီးတၢ်တၢ်ဆါန့ၣ်လၢဒၢးတဖျါဃီသ့လီၤ.
၃. နတၢ်လုၢ်ထံလီၤမ့ၢ်အိၣ်အါန့ၣ်ဒီးတဖျါန့ၣ်ပုၤလၢအဘဉ်တၢ်ဆါတၢ်တၢ်ဆါန့ၣ်ဒုးသူအိၣ်တဖျါ ဒီးပုၤတၢ်တၢ်ဆါ

