

ပှါသးစါလါအသးအိဉ်
12 နံဉ်ဒီး ဆူအဖီခိဉ်တ
ဖဉ်ဆဲးနါလံ

မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်.



ဖိသဉ်ဒီးပှါသးစါတဖဉ် အကပှါဖျဲးကတၢ် ဖဲအမ့ၢ်ဆဲးဘဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါန့ၢ်လီၤ.

ကသံဉ်ဒီသဒါ ကကဟုကဟ် ပှါကိးဂါဒဲးဃုာ်ဒီး ပှါဖိသဉ်ဒီးပှါ
သးစါတဖဉ်လါ COVID-19 န့ၢ်လီၤ. ကသံဉ်ဒီသဒါကကဟုက
ဟ်ပှါဖိသဉ်ဒီးပှါသးစါတဖဉ်လါကဘဉ်တၢ်ဆါနးနးသ့န့ၢ်လီၤ.

ခဲအံၤန့ၢ် COVID-19 အကလုာ်အသီအိဉ်အါထီဉ်, ဒ်အမ့ၢ် Delta အ
ကလုာ်, မ့ၢ် COVID-19 တၢ်ဆါတကလုာ်လါ အရၤလီၤသးညီအါ
ထီဉ် ဒီးကဒူးအိဉ်ထီဉ်တၢ်ဆါလါ အနးဒိဉ်ထီဉ်န့ၢ်လီၤ. ကသံဉ်ဒီ
သဒါတဖဉ်န့ၢ် ကဒီသဒါနလါ Delta အကလုာ်န့ၢ်လီၤ.

တၢ်ဟ့ၢ်ပှါဖိသဉ်ဒီးပှါသးစါဆဲးကသံဉ်ဒီ သဒါန့ၢ် ကဒီသဒါပှါတဝါခဲလၢန့ၢ်လီၤ.

တူၤလါပှါတဝါ မ့ၢ်ဆဲးဘဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါလံန့ၢ်, COVID-19 တၢ်
ဆါကရၤလီၤဘဉ်အသးဆူပှါဂါ ကီဒိဉ်ထီဉ်န့ၢ်လီၤ. ပှါဖိသဉ်လါ
အဆဲးန့ၢ်ကသံဉ်ဒီသဒါ သ့မ့ၢ်ဆဲးဘဉ် ကသံဉ်ပှါလဲန့ၢ် ကဒီသဒါ-

- အတံၤသကိးဒီးအဒုဉ်ဖိထာ်ဖိလါတဆဲးဘဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါတ
ဖဉ်.
- ပှါသးပှါဒီးပှါလါအိဉ်ဒီးတၢ်ဆါအတၢ်အိဉ်သးလါ အလီၤ
ဘဉ်ယိဉ်လါကကဲထီဉ်တၢ်ဆါနးနးခီဖျိ COVID-19 တဖဉ်.

ဒ်ပှါသးပှါဒီးပှါဖိသဉ်ဆဲးဘဉ် ကသံဉ်ဒီသဒါဒဲးအါ, တၢ်အိးထီဉ်
ကဒါက့ၤ ကိဒီးတၢ်ဖိးတၢ်မၤတဖဉ် သ့ဒီးညီအါထီဉ်န့ၢ်လီၤ.



အပှါဖျဲးဒီးအမၤတၢ်တူၤလီၤတီၤလီၤ

- ကသံဉ်ဒီသဒါအဂါတအိဉ်လါ ဘဉ်တၢ်မၤကွါအတၢ်ပှါဖျဲး
အါကတၢ်လါ အမဲရကါ အတၢ်စံဉ်စိၤတဲစိၤ အပှါန့ၢ်လီၤ.
- ကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ ဘဉ်တၢ်အၢဉ်လီၤတူၤလီၤလါအပှါဖျဲး
လါပှါဖိသဉ်, ပှါသးစါ ဒီးပှါသးပှါအဂီၢ်, လါအမ့ၢ်ပှါက
လုာ်ဒုဉ်မနုၤမ့ၢ်ဂ့ၢ် အသးနံဉ်အိဉ်ထဲလဲဉ်အဂီၢ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်န့ၢ်လီၤ.
- တၢ်အုဉ်သးတအိဉ်နီတမံၤလါ နဖိမ့ၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ
န့ၢ် အကဟံးန့ၢ် အဖိလါခါဆူညါတသ့န့ၢ်ဘဉ်.

တအိဉ်ဒီးဘူးလဲလါ ပှါကိးဂါဒဲးအဂီၢ်

- နဒီးနဖိကဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါလါတလိဉ်ဟ့ၢ်အပှါဘဉ်.
တၢ်အံၤတအိဉ်ဒီးတၢ်ကွါမံၤလါတၢ်န့ၢ်လီၤအိဉ်ဆဲးလါထံဂ့ၢ်
ကိၢ်ဂါအတၢ်အိဉ်သးဘဉ်.
- နမ့ၢ်ဂ့ၢ် နဖိမ့ၢ်ဂ့ၢ်တလိဉ် ဒူးနံဉ်ဖျါထီဉ်လံာ်အုဉ်သး မ့ၢ်တ
မ့ၢ် ဆူဉ်ချဲလံာ်အုဉ်ကိၢ်သး လါကဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါလါတ
လိဉ်ဟ့ၢ်အပှါအဂီၢ်ဘဉ်.

ကမ္ဘာ့လူတိုင်းအတွက်

တူလူနာဖိစီးဆဲးဘက်ကသိပ်ဒီသဒါ COVID-19 ပဲ့လဲနဲ့ အဝဲသွန် ကွက ဒါကွဒီး မာတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤဒ်အညီၣ်တဖၣ်, တၢ်လဲၤထီၣ်ကွီ, တၢ်ဂဲၤလိာ်ကွဲ, တၢ်လဲၤဟးလၢတၢ်သကိးအိၣ်ဒီးဒွန်ဖိထၢဖိတဖၣ်အအိၣ်တဖၣ်န့ၣ်သ့လီၤ.



လၢတၢ်ဆဲးကသိၣ်အလီၢ်-

- ❑ တချုးလၢနဖိကဆဲးကသိၣ်ဒီသဒါန့ၣ်, သရၣ်ကွၢ်ပုၤဆါ မ့တမ့ၢ် ကသိၣ်သရၣ် ကတဲဘၣ်န့ၣ် တၢ်ဂ့ၢ် တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲကသိၣ်ဒီသဒါအံၤ, ကကွၢ်ကဒါကွၢ် နဖိအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ အတၢ်ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါ ဒီး ကသိၣ်လၢနအိၣ်ဒီး တၢ်သံကွၢ်တမံၤမံၤန့ၣ်လီၤ.
- ❑ နဖိဆဲးကသိၣ်ဒီသဒါမ့ၢ်ဝံၤလဲၤန့ၣ် အကဘၣ်အိၣ်ခိးဖဲတၢ်ဆဲးကသိၣ်အလီၢ် 15-30 မံးနံး ဒ်သိးတၢ်ကမၤလီၤတၢ်လၢတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်တအိၣ်နီၣ်တမံၤဘၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.



အကအိၣ်ဒီးကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ်ဆဲးဆဲးဖိ ဒ်တၢ်ဆဲးကသိၣ်ဒီသဒါအဂၢၤန့ၣ်လီၤ.

ကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ်တဖၣ် မ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်သးန့ၣ် တမ့ၢ်လၢနဖိဘၣ် COVID-19 အယိၣ်ဘၣ်.

ကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ်တဖၣ် မ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်သးန့ၣ် မ့ၢ်လၢကသိၣ်ဒီသဒါအံၤ အသိၣ်လဲၤနဖိအနီၣ်ခိးမိၢ်ပုၤကွၢ်ဂီၤ ဘၣ်ထွဲ ကျဲလၢအကထီၣ်ဒါ COVID-19 အယိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ်ဆဲးဆဲးဖိတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲဒ်-

- နစူလၢဘၣ်တၢ်ဆဲးကသိၣ်တခီပၤန့ၣ်အညိးထီၣ်ဒီးဆါ
- လီၤဘျးလီၤတီၤ
- ခိၣ်ဆါ
- ဖဲးဆါညၣ်ဆါ
- တၢ်ဂီၢ်သး
- လီၤကီၢ်
- သးကလဲၤ

ကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ်နးနးန့ၣ် အိၣ်ကထီၣ်သးစ့ၤဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ.

➤ **ကသိၣ်ဒီသဒါတဖၣ်န့ၣ်အပူၤပျးလီၤ. တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢနဖိကဘၣ်တၢ်ဆါနးနးခိးပျိလၢ COVID-19 အိၣ်အါန့ၣ်ဒီး တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ် ခိးပျိတၢ်ဆဲးကသိၣ်ဒီသဒါန့ၣ်လီၤ.**

ပုၤသးစၢ်စ့ၤဂၤ ကလဲၤခိးပျိဘၣ် ကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ် ဒ်အမ့ၢ် သးညိး (လၢတၢ်ကိးအီၤလၢတၢ်ဆါ သးအယုၢ်ညၣ်ညိး (Myocarditis) မ့တမ့ၢ် သးပျိၣ်ယဲၤညိးတၢ်ဆါ (pericarditis)) မ့တမ့ၢ် သွံၣ်ကိၣ်လိၣ်ထီၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

- ❑ ကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ်နးနးတဖၣ် **အိၣ်စ့ၤဒိၣ်မး**
- ❑ ကသိၣ်အတၢ်ဒီဘၣ်နးနးတဖၣ် **တၢ်ကူစါအီၤသ့** ဒီးအါတကွၢ်ပုၤတဖၣ်န့ၣ် အဟဲကွၢ်ဂ့ၢ်ထီၣ်ကွၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ❑ ကသိၣ်ဒီသဒါအတၢ်န့ၣ်ဘျးန့ၣ်အိၣ်အါန့ၣ်ဒ် တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

သံကွၢ်နကသိၣ်သရၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါထီၣ်အဂီၢ်တကွၢ်.

ကတီၤတၢ်ဒီးနဖိအကသိၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် အသရၣ်ကွၢ်ထွဲပုၤဆါ ဒ်သိးကသ့ၣ်ညါ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲ ကသိၣ်ဒီသဒါ COVID-19 ဒီးကသိၣ်ဒီသဒါအဂၢၤလၢ နဖိကြါးဆဲးဝဲတဖၣ်အဂီၢ်တကွၢ်.

