

သိရှိရန် အချက်အလက်များ

နှာခေါင်းစည်းတပ်ခင်း



နှာခေါင်းစည်းတပ်ခင်းသည် အမဲပြ လုံခြုံရေးအကင်းဆုံးဖြစ်သည်

COVID-19 သည် သက်ကူးပြန့်နှံ့မှုများ၊ လူလတ်ပိုင်းများ၊ ဆယ်ကျွတ်သက်များနှင့် ကလေးငယ်များအပါအဝင် လူထုနှင့်ချိတ်ဆက်မှုများကို နှောင့်နှေးစေနိုင်ပါသည်။ သင်နှင့်အိမ်ထောင်အရပ်တွင် နှာခေါင်းစည်း တပ်ဆင်ရန် လိုအပ်သည်ဖြစ်စေ၊ လိုအပ်သည်ဖြစ်စေ၊ သင် နှာခေါင်းစည်း တပ်ဆင်ခြင်းဖြင့် သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် သင့်မိသားစုသည် ဘေးကင်းအလုံခြုံမှု ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

နှာခေါင်းစည်းများသည် COVID-19 ကို ကာကွယ်သည်

COVID-19 သည် အလွန်လွယ်ကူစွာ ပျံ့နှံ့သောကြောင့် နှာခေါင်းစည်းတပ်ခင်းသည် သင်၊ သင့်သူငယ်ချင်းများနှင့် သင့်မိသားစု၊ သင့်လူမှု ပါတ်ဝန်းကျင်ကို ကာကွယ်ပါသည်။

- ✓ သင် နှာခေါင်းစည်းတပ်လျှင် လထေ့ရှိပိုင်းရပ်စံပိုးကို ရှောင်ရှားခြင်းဖြင့် ဖျားနာခြင်း ဖြစ်နိုင်ခြေ နည်းပါသည်။
- ✓ လူတိုင်းသည် နမေကောင်းဖျားနာသည်ဟု မခံစားရသောကြောင့် COVID-19 ရှိနေသည်ကို မသိခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် သင် နှာခေါင်းစည်းတပ်ခင်းသည် အခြားသူများထံသို့ ပိုင်းရပ်စံပိုးကူးစက်မည့်အဖြစ်မှ လျော့နည်းစေပါသည်။



နှာခေါင်းစည်းများကို ထိရောက်မှု ရှိအောင် သင်ချောတပ်ဆင်ရမည်

- နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို လိုအောင် ဖုံးအုပ် တပ်ဆင်ပါ
- အပေါ် သို့မဟုတ် ဘေးဘက်များမှ လအောင်အထွက်မရှိအောင် သင်ချောတပ်ဆင်ပါ
- နှာခေါင်းစည်းကို သန့်ရှင်းသော လက်နှင့် တပ်ပါ ချွတ်ပါ
- တပ်ဆင်ပြီးပါက မျက်နှာပေါ်ရှိ နှာခေါင်းစည်းကို မထိပါနှင့်
- ပြန်လည်တပ်ဆင်အသုံးပြုနိုင်သော နှာခေါင်းစည်းများကို နှောင့်နှေးသန့်ရှင်းပါ
- တစ်ခါသုံး နှာခေါင်းစည်းများကို တစ်ကြိမ်သာ အသုံးပြုပါ



ကာကွယ်ဆေးများသည် ကာကွယ်မှုအများဆုံးပေးသည်

- ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးဆုံးသော ခြေလှမ်းဖြစ်ပါသည်။
- သင်သည် ကာကွယ်ဆေး အပညွှဲထိုးပြီးပါက COVID-19 ကူးစက်မှုခံနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ကူးစက်ခဲ့ရသည်ဆိုပါကလည်း ကာကွယ်ဆေးက သင့်အား ပြန်လည်ကျန်းမာရေးအခြေအနေမှ ကာကွယ်ပေးပါလိမ့်မည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးပြည့်စုံသူများသည် ပင်လျှင် နှာခေါင်းစည်းတပ်ခင်းသည် ဘေးကင်းအလုံခြုံမှုဖြစ်ပါသည်

"ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးနောက် COVID-19 ကူးစက်မှုခြေမှာ ဖြစ်တော့မဖြစ်ပါ။ သို့သော် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။"

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် နှာခေါင်းစည်းတပ်ခင်းသည် နမေကောင်း မဖြစ်စေရန်နှင့် အခြားသူများထံ COVID-19 ကူးစက်စေခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းများ ဖြစ်ပါသည်။

