

အခဲအံအိဉ်ဝဲလာ ပုဒိဉ်တုဉ်ခိဉ်ပဲ၊ ပုဖိသဉ်ဒီးဖိသဉ် ဆဲးတဖဉ်အဂီၢ်

မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖဉ်.

ဒီသဒါန့ဖိ.



ဒီသဒါန့ပုၤတဝါ.

ပုဖိသဉ်ဒီးပုၤသးစၢ်တဖဉ်ကပုၤဖျဲးက တၢ် ဖဲအဝဲသ့ၣ်ဆဲးဘဉ် အဝဲသ့ၣ်အ COVID-19 ကသံဉ်ဒီသဒါချူးဆါချူးက တီၢ်အခါန့ၣ်လီၤ.

ကသံဉ်ဒီသဒါ ဒီသဒါပုၤကိးဂၤဒဲး, ပုဉ်ဃုဉ်ဒီးပုဖိသဉ်ဒီးပုၤသးစၢ်, လၢကမၤန့ၢ် COVID-19 န့ၣ်လီၤ. ကသံဉ်ဒီသဒါ ဒီသဒါစ့ၢ်ကိးပုဖိ သဉ်ဒီးပုၤသးစၢ်လၢကဆိးက့ထီဉ်န့းန့းကလဲဉ် ဖဲအဝဲသ့ၣ်ဆဲးက့အခါ န့ၣ်လီၤ.

COVID-19 တၢ်ဆါ အကလုဉ်အသီတဖဉ်န့ၣ် ဘဉ်ကူဘဉ်ဂၢ်လိဉ် သး ညီအါထီဉ်ဒီး ကဒုး အိဉ်ထီဉ်တၢ်ဆါက့ၢ်ပနီဉ်လၢအနးသ့န့ၣ်လီၤ. ကသံဉ်ဒီသဒါ တြီဆါဘဲး(စ)တၢ်ဆါဃာ်တဖဉ်လီၤ.

ပုဖိသဉ်ဒီးပုၤသးစၢ်လၢအဆဲးဘဉ်လံ ကသံဉ်ဒီသဒါတဖဉ် ဒီသဒါပုၤတဝါ ဒီ တခါန့ၣ်လီၤ.

ပုၤလၢအဆဲး COVID-19 ကသံဉ်ဒီသဒါ ပုၤပုၤချူးဆါချူးကတီၢ်တဖဉ် န့ၣ် ဖျါလၢအရၢလီၤတၢ်ဆါဆူပုၤဂၤစၢ်လီၤန့ၣ်လီၤ. ဖဲပုဖိသဉ်လၢအကြး ဝဲဘဉ်ဝဲဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါအခါ တၢ်အံၤဒီသဒါအီၤလၢ-

- အဝဲသ့ၣ်အတံၤသကိးဒီးဟံဉ်ဖိဃီဖိတဖဉ်လၢတဆဲးဘဉ်ဒဲးက သံဉ်ဒီသဒါတဖဉ်.
- ပုၤသးပုၤဒီးပုၤလၢအိဉ်ဒီးကသံဉ်ကသီတၢ်အိဉ်သးလီၤတံၢ်လီၤ ဆဲးလၢအအိဉ်ဒီး တၢ်လီၤဘဉ်ယိဉ်အါလၢကဆိးက့ထီဉ်န့းန့းက လဲဉ်လၢ COVID-19.

ပုဖိသဉ်ဒီးပုဒိဉ်တုဉ်ခိဉ်ပဲတဖဉ်ဆဲးဘဉ်ကသံဉ်ဒီသဒါဒဲးအါ, တၢ် အံၤမၤညီ ထီဉ်စ့ၢ်ကိးတၢ်လၢတၢ်အိးထီဉ်က့ဒီးပနီဉ်တၢ်ကၤတၢ်ဖဲး တၢ်မၤတဖဉ်လီၤ.



ပုၤဖျဲးဒီးမၤတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤ

- တၢ်တမၤကွၢ်ကသံဉ်ဒီသဒါထဲထဲညါအံၤ လၢတၢ်ပုၤဖျဲးအဂီၢ် လၢ U.S. တၢ်စံဉ်စီၤအပူၤဘဉ်.
- တၢ်အုဉ်သးလၢကသံဉ်ဒီသဒါပုၤဖျဲးလၢပုဖိသဉ်. ပုၤသးစၢ်ဒီး ပုဒိဉ်တုဉ်ခိဉ်ပဲ. ပုဉ်ဃုဉ်ဒီးပုၤလၢအစၢၤသ့ၣ်ကလုဉ်ဒုဉ်. က လုဉ်ဒုဉ် ဒီးသးန့ၣ်လီၤဆီလိဉ်သး တဖဉ်န့ၣ်လီၤ.
- ကသံဉ်ဒီသဒါ COVID-19 န့ၣ် တမၤဘဉ်ဒိ တၢ်လိဉ်ဘိထီဉ် မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၤစၢၤလီၤသ့ၣ်အိဉ်ဒီးဖိ လၢခါဆူညါအဂီၢ်ဘဉ် န့ၣ်လီၤ. ကသံဉ်ဒီသဒါတဖဉ် တမၤဝဲဒဲးသိး န့ဖိတမၤန့ၢ်အက စၢ်ဒဉ်ဝဲ အဖိလၢမုၢ်တနံၤနံၤဘဉ်န့ၣ်လီၤ.

အကလီၤလၢပုၤကိးဂၤဒဲးအဂီၢ်လီၤ.

- န့ၤဒီးန့ဖိကဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါလၢတလိဉ်ဟ့ၣ်အပူၤဘဉ် . တၢ် အံၤတအိဉ်ဒီးတၢ်ကွၢ်မဲးလၢတၢ်န့ၣ်လီၤအိဉ်ဆိးလၢထံဂုၤကီၢ် ဂၤအတၢ်အိဉ်သးဘဉ်.
- န့ၤမုၢ်ဂုၤ န့ဖိမုၢ်ဂုၤတလိဉ် ဒုးနဲဉ်ဖျါထီဉ်လိဉ်အုဉ်သး မ့တမ့ၢ် ဆူဉ်ချုလိဉ်အုဉ်ကီၢ်သး လၢကဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါလၢတလိဉ် ဟ့ၣ်အပူၤအဂီၢ်ဘဉ်.

တၢ်ကမၢ်လၢ်ကွၢ်စိတၢ်မနုၤ

န့ၢ်မ့ၢ်ဆဲးဘၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါ COVID-19 လၢပဲၤ ချးဆါချးကတီၢ်န့ၢ်, အဝဲသ့ၣ် ကပူၤဖျဲးဒိၣ်ထီၣ်ဖဲ အဘၣ်လဲၤထီၣ်ကွၢ်, လဲၤဂဲၤတၢ်ဂဲၤလိၣ်ကွၢ် ဒီးလဲၤဟးလၢ အသ ကိးအအိၣ်အခါန့ၢ်လီၤ. တၢ်ချးဆါချးကတီၢ် အခိပညီ တၢ်ဆဲးဘၣ်လံကသံၣ် ဒီသဒါခဲဘျီလၢၤ, ဒီးဆဲးဆူၣ်ထီၣ်ဘၣ်လံကသံၣ်ဒီသဒါဂံၢ်ဘါဘူးစထၢၣ်တခါလၢ် လၢ် လၢအဝဲသ့ၣ်ကြးဝဲဘၣ်ဝဲန့ၢ်လီၤ.



ဖဲတၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသီ-

- တချးကသံၣ်သရၣ်မ့ၢ်ကွၢ်ပုၤဆါ မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်သရၣ် ဆဲးန့ၢ်န့ၢ်ဒီးကသံၣ်ဒီသဒါတဖၣ်န့ၢ်, အဝဲသ့ၣ် ကတဲန့ၢ်ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်အံၤ, သမံသမိးကွၢ်ကဒါက့ၤန့ၢ်ဖဲအကသံၣ်ကသီတၢ်စံၣ်စီၤ ဒီးကသံကွၢ်န့ၢ်လၢမ့ၢ်န့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်တမံလၢ်လၢ်ခါန့ၢ်လီၤ.
- န့ၢ်မ့ၢ်ကလိၣ်အိၣ်ခိးတၢ် 15-30 မံးနံးလၢကမၤလီၤတၢ်အဝဲသ့ၣ်တအိၣ်ခိးတၢ် တဘၣ်လိၣ်ဒီးသ့ၣ်တၢ်ဆါ ဘၣ်န့ၢ်လီၤ.



ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်တ ဆံးတကၢ်မၢ်တၢ်မၤသးဒ် ညီန့ၢ်အံၤသီးန့ၢ်လီၤ.

ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်တဖၣ်အခိပညီတမ့ၢ် န့ၢ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီး COVID-19 ဘၣ်.

ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်အခိပညီ ကသံၣ်ဒီသဒါသိၣ်လိန့ၢ်ဖဲအ နီၢ်ခိမိၢ်ပုၤလၢကဒုး ထီဒါ COVID-19 ဒ်လဲၣ်န့ၢ်လီၤ.

ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်လၢအစၢ်တဖၣ် ကပၣ်ဃုၣ်ဒီး-

- နစုဒုၣ်ဖဲနဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါအလီၢ် ကဆါအံၤထုး မ့တမ့ၢ် ညိးထီၣ်
- လီၤဘျးလီၤတီၤ
- ခိၣ်ဆါ
- ညၣ်ထူၣ်ပျါဆါ
- တၢ်ဂိၢ်ကနိးကစုၣ်
- တၢ်ကိၢ်ထီၣ်
- တၢ်သးကလဲၤ



ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်လၢအမၤသး ဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်တကဲထီၣ်ညီန့ၢ်သး ဘၣ်န့ၢ်လီၤ.



ကသံၣ်ဒီသဒါတဖၣ်ပူၤဖျဲးန့ၢ်လီၤ. ဖျါလၢန့ၢ်ဖဲ က အိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဆါအနးတဖၣ် လၢအပိၣ်ထွဲထီၣ် တၢ်ဘၣ်က့ဘၣ်ဂၢ် လၢ COVID-19 တၢ်ဆါအါ န့ၢ်ဒီး တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါန့ၢ်လီၤ.

- ပုၤသးစၢ်စုၤဂၤအိၣ်ဒီးကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်တဖၣ် ဒ်အမ့ၢ်သး ဖျါၣ်ညိးထီၣ် (ကိး သ့ၣ်လဲၤတတူၤလၢသးဖျါၣ်အယုၢ်ညၣ် ထူၣ်ပျါ မ့တမ့ၢ် သးဖျါၣ်ထံးရှူယဲၤညိး ထီၣ်) မ့တမ့ၢ် သ့ၣ် ကိၢ်လိၣ်ထီၣ်န့ၢ်လီၤ
- ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်နးနးတဖၣ် အိၣ်စ့ၤဒိၣ်မး
- ကသံၣ်အတၢ်ဒိဘၣ်နးနးတဖၣ် တၢ်ကူၤစါအီၤသ့ၣ် ဒီးအါ တက့ၢ်ပုၤတဖၣ်န့ၢ် အဟံက့ၤဂ့ၤထီၣ်က့ၤန့ၢ်လီၤ.
- ကသံၣ်ဆဲး ဒီသဒါတၢ်ဆါအတၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ် အိၣ်အါ န့ၢ်ဒီး တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်တမံလၢ်လၢ်န့ၢ်လီၤ.

သံကွၢ်နကသံၣ်သရၣ်လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါထီၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

ကတီၢ်တၢ်ဒီးန့ၢ်ဖဲအကသံၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် အသရၣ်ကွၢ်ထွဲပုၤဆါ ဒ်သိးကသ့ၣ်ညါ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲ ကသံၣ်ဒီသဒါ COVID-19 ဒီးကသံၣ်ဒီသဒါအဂၤလၢ န့ၢ်မ့ၢ်ကြးဆဲးဝဲတဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

