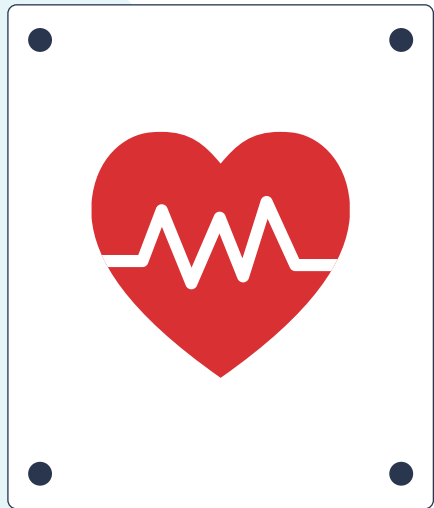


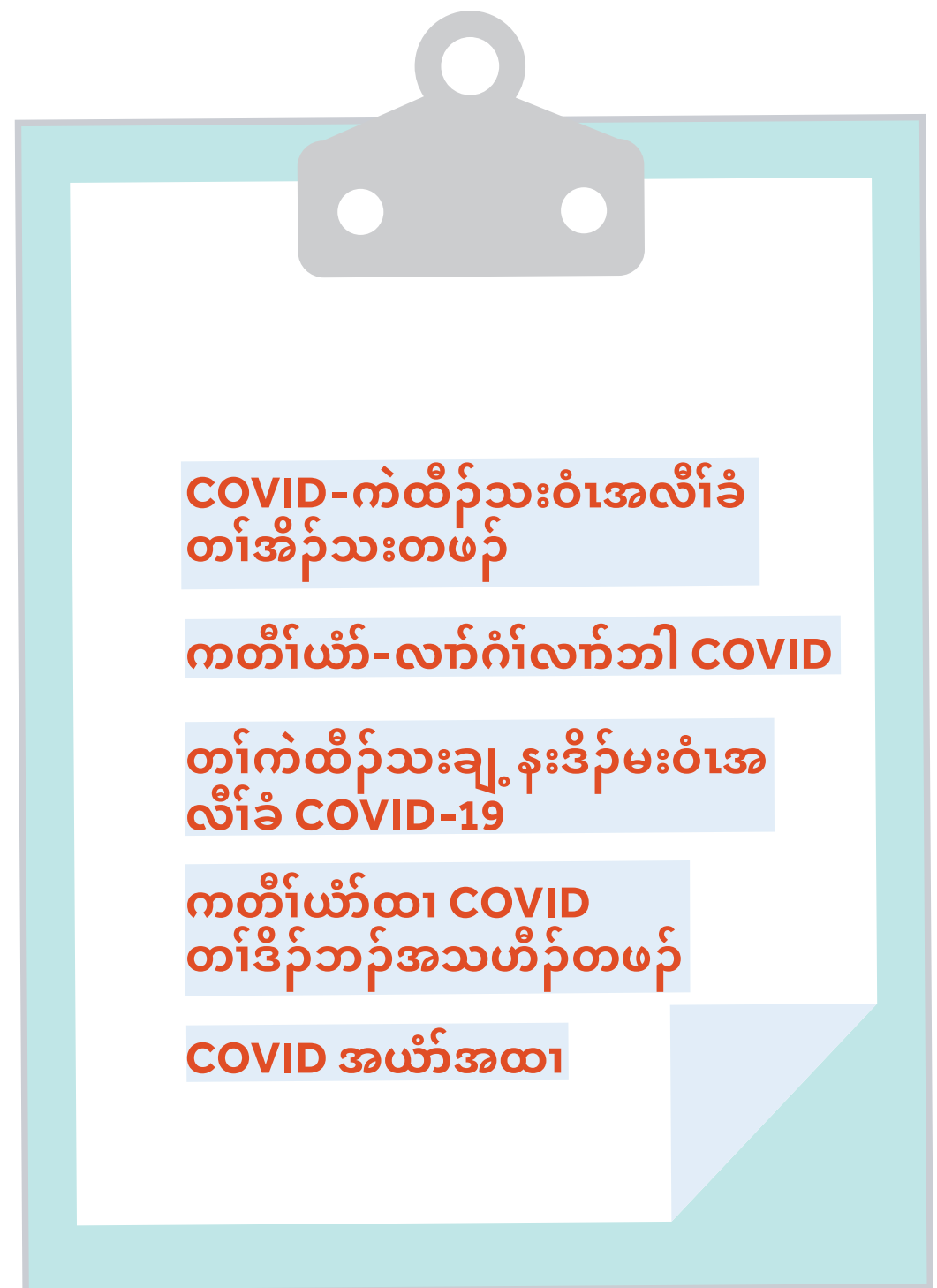
COVID ယံာ်ယံာ် ထၢထၢ စံးတၢ်န့ၣ် မ့ၢ်မၤန့ၣ်လဲၣ်?

COVID ယံာ်ယံာ်ထၢထၢန့ၣ် တၢ်စံးအံၤ
ဒ်အမ့ၢ် တၢ်ပနီၣ်တဖၣ် တၢ်ဆိပနီၣ်တ
ဖၣ်, ဒီး တၢ်အိၣ်သးတဖၣ် လၢအကဲထီၣ်
အသးဆူ ညါ မ့တမ့ၢ် လၢအဒိၣ်ထီၣ် ဖဲ
COVID-19 တၢ်ဘၣ်ကူ ဘၣ်ကဲချ့နးဒိၣ်
မးဝံၤအလီၢ်ခဲ န့ၣ်လီၤ.





တၢ်ကိးအံၤသ့စ့ၢ်ကိးလၢ....



COVID-ကဲထီၣ်သးဝံၤအလီၢ်ခံ
တၢ်အိၣ်သးတဖၣ်

ကတီၢ်ယံၢ်-လၢဂံၢ်လၢဘိ COVID

တၢ်ကဲထီၣ်သးချ့န့ၣ်ဒိၣ်မးဝံၤအ
လီၢ်ခံ COVID-19

ကတီၢ်ယံၢ်ထၢ COVID
တၢ်ဒိၣ်ဘၣ်အသဟီၣ်တဖၣ်

COVID အယံၢ်အထၢ

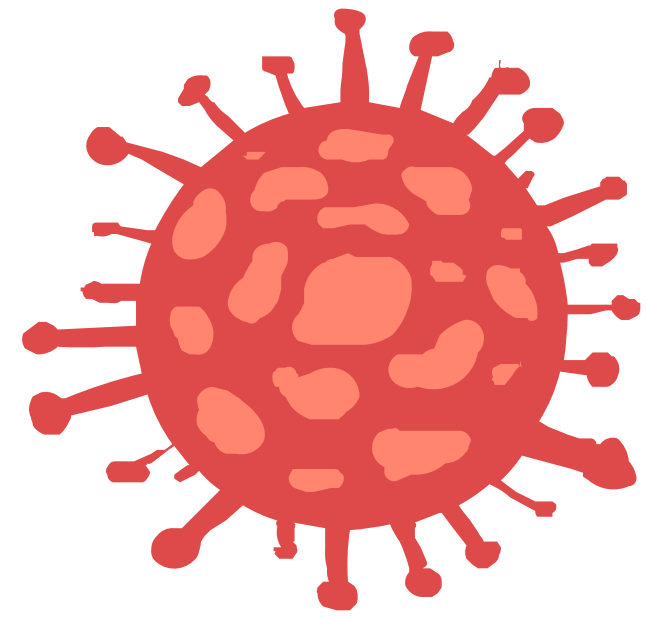
COVID ယံာ်ယံာ်

ထၤထၤ

တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်ထံး

ခိၣ်ဘိၣ်တဖၣ်





COVID ယ်ာ်ယ်ာ်ထာ်ထာ်န့ၣ် ညီၣ်န့ၣ်ကဲထီၣ်အသး
အါတက့ၢ်လၢ ပုၤလၢအတူၢ်ဘၣ် COVID-19 တၢ်ဆိး
က့ဆူးဆါ နးနးကလံာ်တဖၣ်လီၤ,

သန့က့ ပုၤတဂၤလၢလၢလၢ အဘၣ်ကူ ဘၣ်ကဲဒီး ဘဲရၢးစံလၢ
အဒူးကဲထီၣ် COVID-19 န့ၣ် တူၢ်ဘၣ်တၢ်အံၤသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.

1

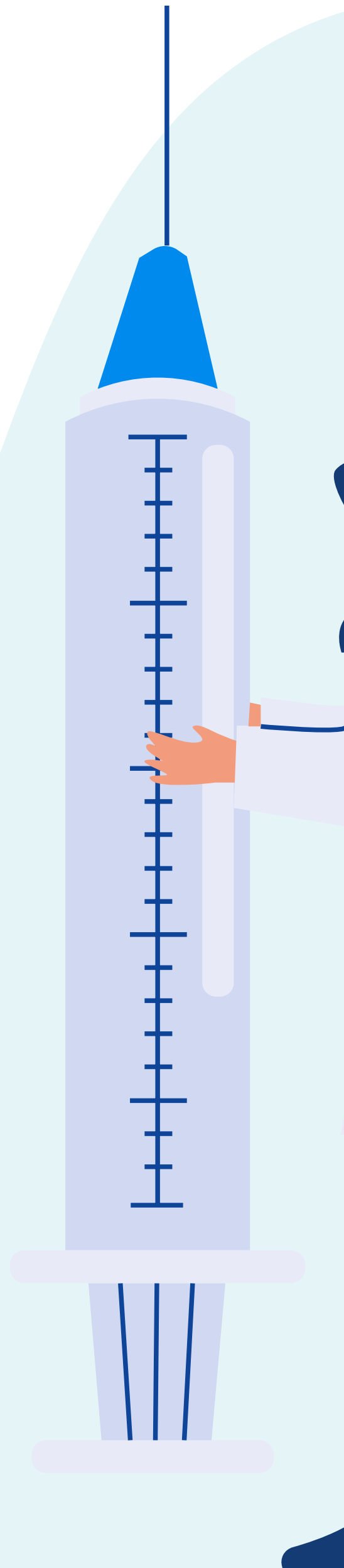
တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်ထံးခိၣ်ဘိ

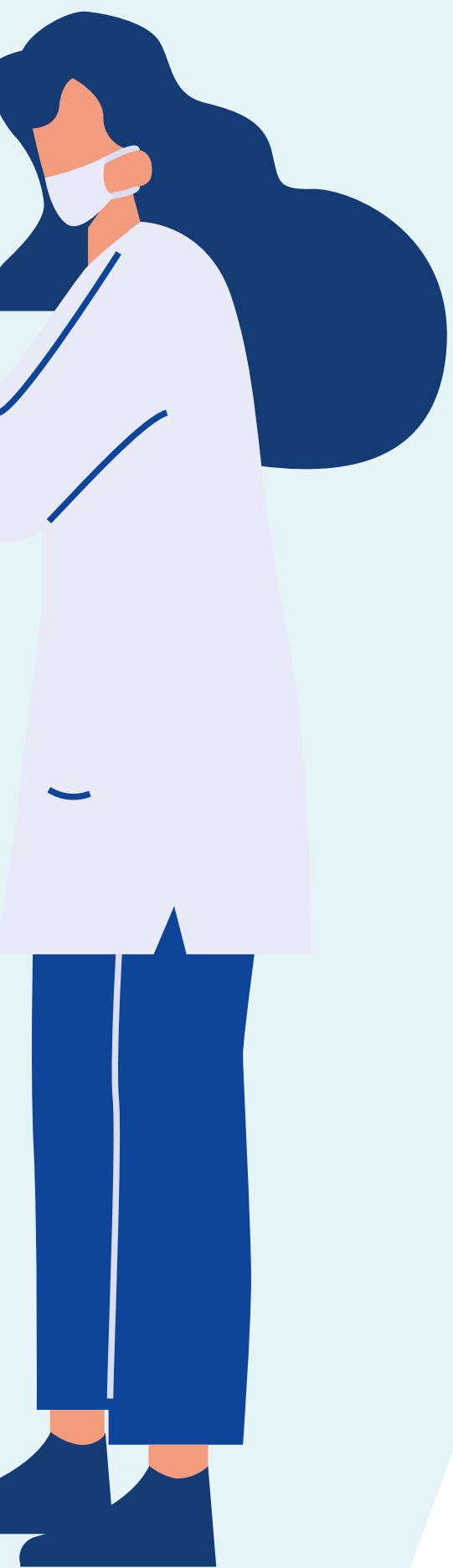
ပုလဲ အဆေးကုသ COVID-19 ကသိပ်ဒီသဒါ ဒီး အဘဉ်
ကူ ဘဉ်ကံတဖဉ် ကအိဉ်ဒီးတၢ်လီၤဘဉ်ယိဉ်လၢအိဉ် လၢ
ကဒီးန့ၢ်ဘဉ် COVID ယံၢ်ယံၢ်ထၢထၢ

မ့ၢ်ထိဉ်သတြီၤဒီး ပုလဲ
အဆေးကုသကသိပ်ဒီသဒါတဖဉ် န့ၢ်လီၤ.

2

တၢ်ဂ့ၢ်ခိဉ်ထံးခိဉ်ဘိ





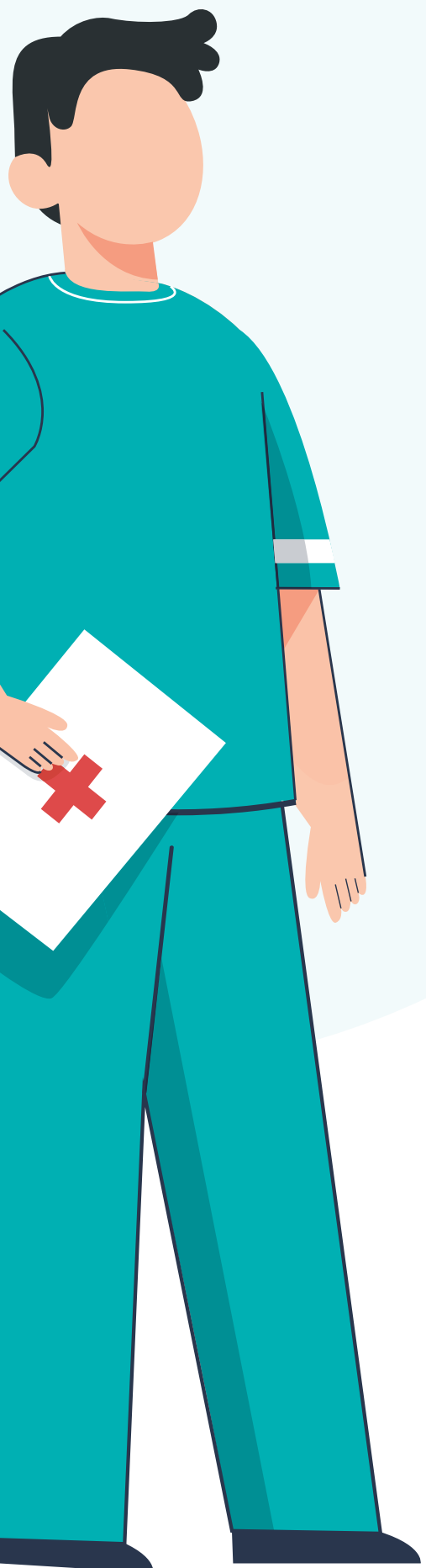
ပျားဘက်ကူဘက်ကကဒါက့ၤလၢ ခိပ်ရိန့ၣ်ဘဲရၢးစံ
တဘျူးဘျီ သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.

ဖဲပျားတဂၤ ဘက်ကူဘက် မ့တမ့ၢ် ဘက်ကူဘက်
ကဒါက့ၤလၢ SARS-CoV-2 တဘျီလၢလၢအခါ,
တၢ်လီၤဘက်ယိၣ်အိၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အဂီၢ် လၢကဒိး
န့ၢ်ဘက် COVID ယံၣ်ယံၣ်ထၢထၢန့ၣ်လီၤ.

3

တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်ထံးခိၣ်ဘိ





ပုၤလၢအိၣ်ဒီး COVID ယံၣ်ယံၣ်ထၢထၢ အါတက့ၢ် အိၣ်ဒီး တၢ်ဆါဘၣ်ကူဘၣ်ကံ မ့တမ့ၢ် COVID-19 တၢ်ဆိးက့ဆူး ဆါ အပနီၣ် သနံၣ်က့,

လၢတၢ်အိၣ်သးတနီၤနီၤအပူၤ, ပုၤလၢအိၣ်ဒီး COVID ယံၣ်ယံၣ်ထၢထၢတဂၤ ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် တၢ်မၤကွၢ်အိၣ်တမ့ၢ်ကဖျါ လၢအဝဲအိၣ်ဒီး ဘဲရၢးစံအံၤဘၣ် မ့တမ့ၢ် တမ့ၢ်တၢ်ကသ့ၣ် ညါအိၣ်လၢအဘၣ်ကူဘၣ်ကံဘၣ်.

4

တၢ်ဂ့ၢ်ခိၣ်ထံးခိၣ်ဘိ

This publication was made possible by cooperative agreement CDC-RFA-IP21-2106 from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS). Its contents are solely the responsibility of the authors and do not represent the official views of CDC/HHS.

COVID ယုံယုံထာထာ တပ်ပန်တဖန် ဒီး တပ်ဆီပန်တဖန်



တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်

တၢ်ပနီၣ်ထီၣ်ရီၤ



တၢ်လီၤဘျံး မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၤဘျံးလီၤတီၤ လၢအ
တြီၤမၤတံၢ်တံၢ် ကိးမ့ၢ်န့ၢ်တၢ်အိၣ်မူ



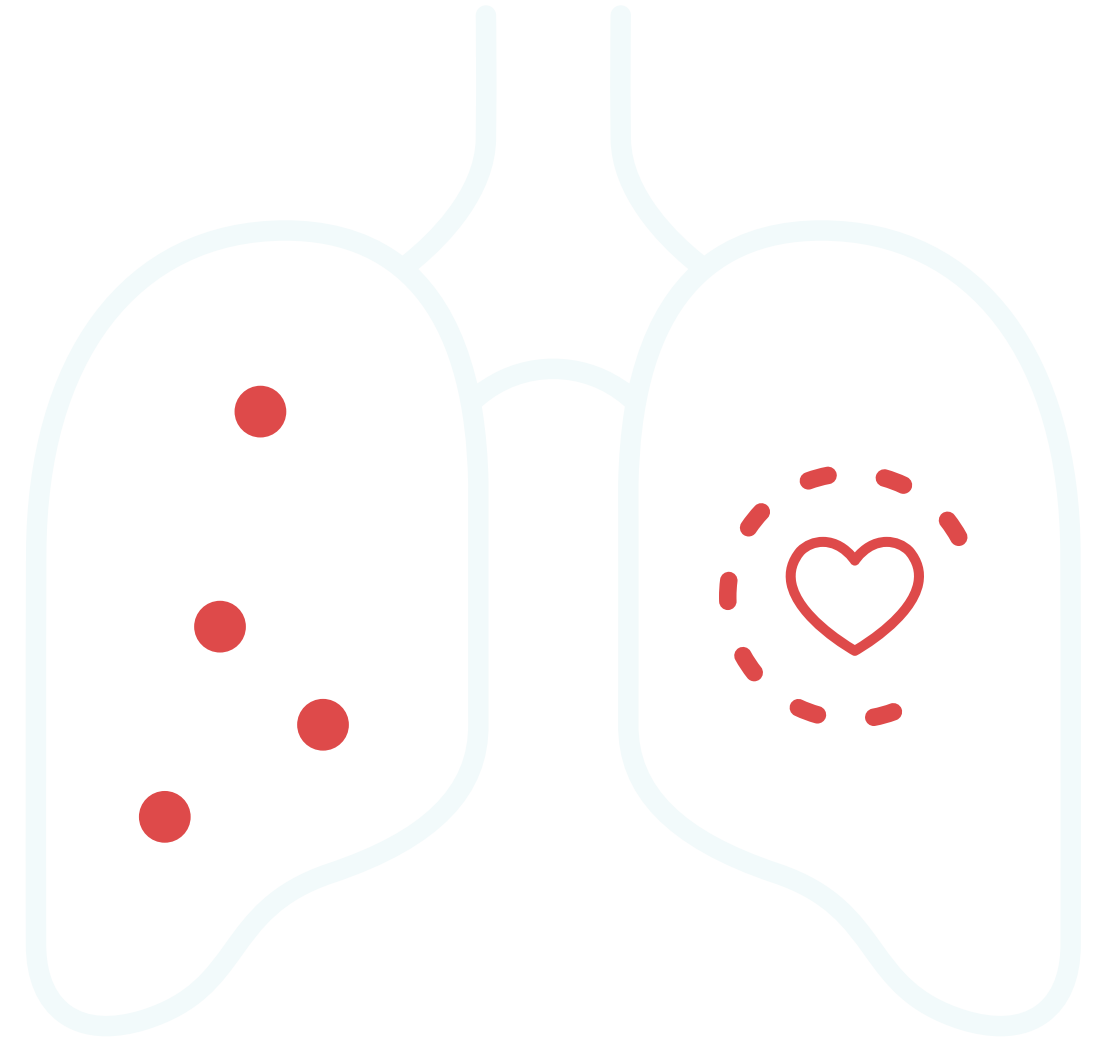
တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ် လၢအနးဒိၣ်ထီၣ် ဖဲမၤ နီၢ်
ခိ မ့တမ့ၢ် နီၢ်သး တၢ်ထဲးဂံၢ်ထဲးဘါ ဝံၤအလီၢ်ခံ
(တၢ်သ့ၣ်ညါစ့ၢ်ကိးအိၣ်ဒဲအမ့ၢ်“နီၢ်ခိနီၢ်သးလၢ
ဂံၢ်လၢဘါဝံၤအလီၢ်ခံ တၢ်ဂ့ၢ်ကီၤလၢကတဲၣ်
ပၢၢ်ကီၢ်”)



တၢ်လိၤကိၢ်

တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်

တၢ်သါကျံၤဂ့ၢ်ဝီ ဒီး သးဖျါၣ်



တၢ်သါထီၣ်သါလီၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီ မ့တမ့ၢ် တၢ်သါတလၢသါ



တၢ်ကူး



သးနါပုၤဆါ



သးဖျါၣ်စံၣ်ချ့ မ့တမ့ၢ် သးဖျါၣ်ဆဲးထူ
(တၢ်သ့ၣ်ညါစ့ၢ်ကီးအီၤဒဲအမ့ၢ် သးဖျါၣ်စံၣ်ချ့ တဘၣ်လီၤဘၣ်စး)

တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်

ခိၣ်န့ၣ်ဒီးန့ၣ်တံၢ်ပိၣ်ညါ



တၢ်ဂ့ၢ်ကီၤလၢ ကဆိကမိၣ် ထီၣ်တၢ် မ့တမ့ၢ် ကသးစၢၢ် ဆၢတၢ် (တဘျီတခိၣ် တၢ် ယၢၤထီၣ်အိၣ်ဒ်အမ့ၢ် “ခိၣ်န့ၣ် ကျဲၣ်ကျိၣ်”)



စုခိၣ်တသံၣ်တီၤတုၤတဖၣ်



တၢ်ဆိတလဲလၢ တၢ်နၢတၢ်န့ၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်အရီၢ်



ခိၣ်ဆါ



တၢ်မံတၢ်ဂဲၤတၢ်ဂ့ၢ်ကီၤတဖၣ်



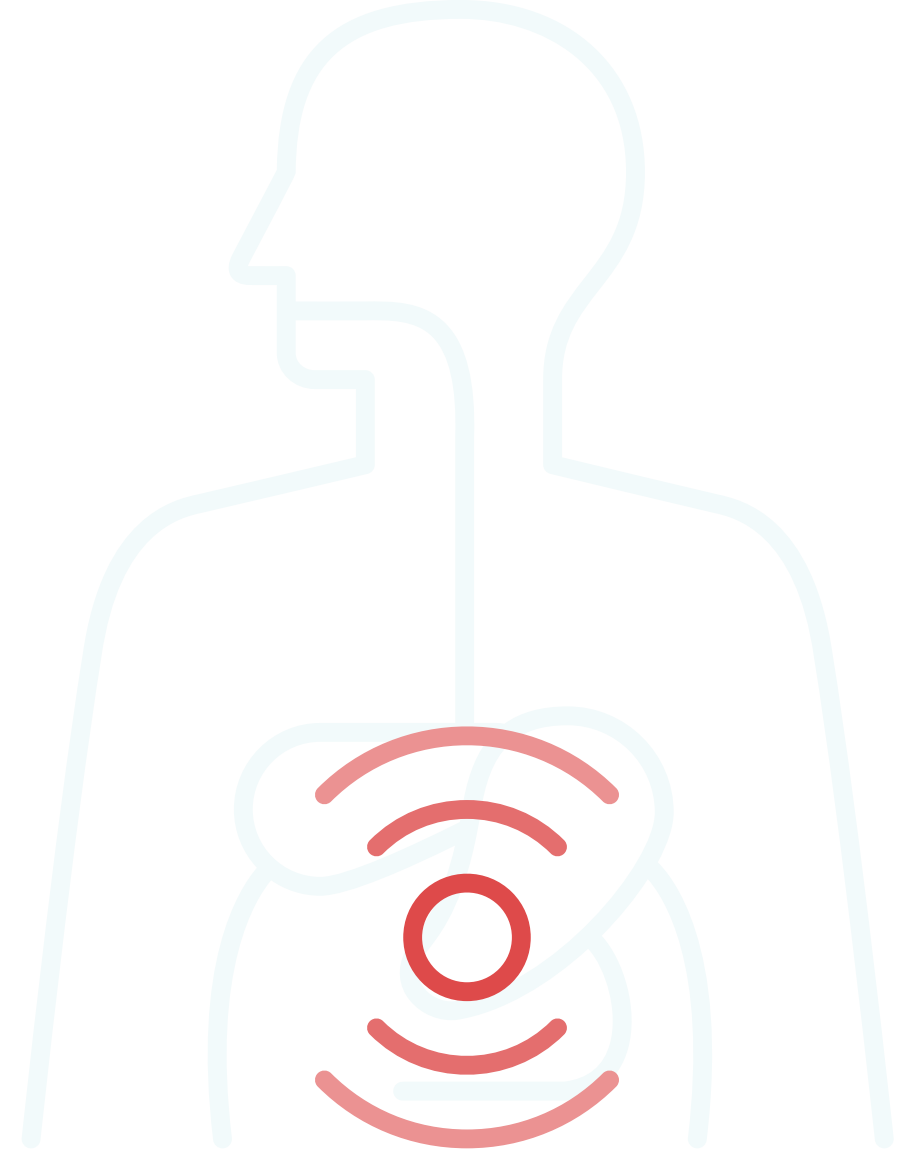
ခိၣ်မူၤန့ၣ်တယူၤ ဖဲဆၢထၢၣ် အခါ (ခိၣ်ဆါတစဲးတမွဲး)



တၢ်သ့ၣ်ကိၢ်သးဂီၤ မ့တမ့ၢ် တၢ် သ့ၣ်တတုၤလီၤသးတတုၤလီၤ

တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်

တၢ်ကံၤဘျဲးတၢ်အိၣ်



တၢ်ဟၢဖၢလူ



ဟၢဖၢဆါ

တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်

တၢ်အဂၢၤအဂၢၤ



စုဆၢခိၣ်ဆၢဆါ မ့တမ့ၢ် ညဉ်ထူၣ်ဆါ



တၢ်ပြုထီၣ်



တၢ်ဆီတလဲသးတဖၣ်လၢ လုၢ်လၢ်ဟံၣ်အကဝီၤတဖၣ်