

ပို၍ အလွယ်တကူ ပျံ့နှံ့နိုင်သည့် ဗိုင်းရပ်စ် ဗီဇမျိုးကွဲအသစ်သည် COVID-19 ရောဂါဖြစ်ပွားသူများကို တစ်ဟုန်ထိုး မြင့်တက်စေနိုင်ပါသည်

ယခုအချိန်အခါသည် ရောဂါပျံ့နှံ့မှုကို နှေးကွေးအောင်လုပ်ရန် ယခင်ကထက် ပို၍ အရေးကြီးလာသည်



ဗိုင်းရပ်စ်သည် အဆက်မပြတ် သန္ဓေပြောင်းလဲနေပြီး အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ဗိုင်းရပ်စ် ဗီဇမျိုးကွဲသစ်များ ပေါ်ထွက်လာမည်ဟု မျှော်မှန်းထားပါသည်။



COVID-19 ရောဂါ ဖြစ်ပွားစေသည့် ဗိုင်းရပ်စ်သည် ပျမ်းမျှအားဖြင့် နှစ်ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ် သန္ဓေပြောင်းလဲနေသည်ဟု သိရှိထားပါသည်။



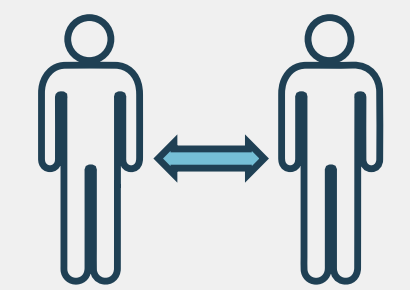
အချို့သော မျိုးရိုးဗီဇကွဲများသည် ရောဂါပို၍ ပြန့်ပွားစေနိုင်သလို အချို့က ကာကွယ်ဆေး မတိုးခြင်းမျိုးလည်း ရှိနေသည်။ ထို့ကြောင့် ထိတွေ့မှုကို ရှောင်ကြဉ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။



မိချိန်သို့ ခရီးသွားသူများနှင့် ဗီဇမျိုးကွဲအသစ်နှင့် ထိတွေ့မှု ရှိနိုင်သူများအနေဖြင့် 14 ရက် (ကွာရန်တင်းဝင်သည့်ရက်ကို လျော့မပေးဘဲ) အပြည့် ကွာရန်တင်း ဝင်သင့်ပြီး စစ်ဆေးမှု ခံယူသင့်သည်။



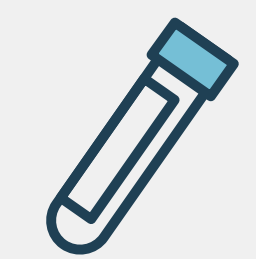
နာခေါင်းစည်း တပ်ပါ
ထပ်ဆောင်း အကာအကွယ် ဖြစ်စေရန် နာခေါင်းစည်းပေါ်တွင် မျက်နှာအကာကို ဝတ်ဆင်နိုင်သည်



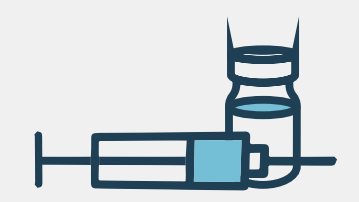
အနည်းဆုံး 6 ပေခွာ၍ နေပါ



အိမ်ထဲတွင် လူစုလူဝေး လုပ်ခြင်းကို ရှောင်ပါ



စစ်ဆေးမှု ခံယူပါ



ရိုလျှင် ကာကွယ်ဆေး ထိုးထားပါ