

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကာကွယ်ရေး အသိပညာပေး အချက်အလက်များ

ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါ မိမိကစ၍ ကာကွယ်ပါ-

- (၁) တတ်နိုင်သလောက်အိမ်မှာနေပါ။
- (၂) အိမ်အပြင်ထွက်လျှင် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask)ကို မဖြစ်မနေတပ်ဆင်ပါ။
- (၃) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေထိုင်လုပ်ကိုင်ပါ။ အချင်းချင်းအသိပေး/သတိပေးပါ။
- (၄) လူစုလူဝေးရှောင်ပါ။
- (၅) လက်ကို စက္ကန့်(၂၀)ကြာ မကြာခဏ စနစ်တကျ ဆေးကြောပါ။
- (၆) လေဝင်/လေထွက်မကောင်းသောအခန်းများသို့ သွားရောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- (၇) အိမ်ပြင်သို့ထွက်လေ့ရှိပါက အိမ်ရှိအသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူ/နာတာရှည်ရောဂါအခံရှိသူများနှင့် အနီးကပ်နေထိုင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- (၈) ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) မတပ်ဆင်ထားသော ဈေးရောင်းသူများထံမှ ဈေးမဝယ်ပါနှင့်။
- (၉) ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းကို မပျက်မကွက်အကြိမ်ပြည့်ခံယူပါ။ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးသော်လည်း ကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများကို ဆက်လက်လိုက်နာပါ။
- (၁၀) ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းလမ်းညွှန်များနှင့်အညီ တိကျစွာ လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါ။
- (၁၁) ရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ကုသရေးလုပ်ငန်းများတွင် တတ်စွမ်းသရွေ့ စနစ်တကျ ပါဝင်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါ။
- (၁၂) ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါသံသယလက္ခဏာများပေါ်ပေါက်ပါက နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာနသို့ ချက်ချင်း ဆက်သွယ်၍ စောစီးစွာကုသမှုခံယူပါ။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန