

နံ့သဘူလအပူဖျိုးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်ဖဲ COVID-19 အိၣ်ဆၢကတီၢ်

လၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ရိၣ်ဖျိၣ်အခါန့ၣ်ဒီးပုၤအါဂၤလၢဟံၣ်ဒုၣ်အါဒုၣ်,န့ၣ်ဒီးအိၣ်ဘူၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်,ဒီးန့ၣ်ဒီးအိၣ်ဘူၣ်ယိၣ်န့ၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်အိၣ်အါထီၣ်လၢပုၤလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 တဂၤအံၤကရၤလီၤတၢ်ဆူပုၤအဂၤတဖၣ်,ဖဲလၢအဝဲအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်တအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်မ့ၢ်ဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ.

နံ့သဘူလအပူဖျိုးဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဖဲပအိၣ်ဖျိၣ်သကိးဒီးပုၤလၢအိၣ်ဒီးပုၤလၢဟံၣ်တဖျါၣ်ဃီန့ၣ်လီၤ. န့ၣ်ဒီးအိၣ်ဘူၣ်ယိၣ်န့ၣ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်အိၣ်အါထီၣ်လၢပုၤလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ရၤလီၤသးဆူန့ၣ်ဟံၣ်ချါဆူပုၤလၢန့ၣ်အိၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. တၢ်ထံၣ်တနီၣ်ဟံၣ်ဃီဒီး-



တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ရိၣ်ဖျိၣ်ပူၤ-

- ကဘၣ်မ့ၢ်တၢ်ဟံၣ်ဖျိၣ်လၢအဆဲးန့ၣ်လီၤ.ဟံၣ်ပနီၣ်ဃာ်ပုၤတမ့ၢ်တဖၣ်နီၣ်ဂံၢ်,ဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါပုၤလၢဟံၣ်ဖျိၣ်မၤသကိးတၢ်လၢအထုၣ်န့ၣ်အလီၤတက့ၢ်.
- မၤလီၤတၢ်လၢပုၤလၢအဆိးကတဖၣ်,ပုၤလၢအိၣ်လၢတၢ်အိၣ်လီၤဆီထဲတဂၤဒီးဖျိၣ်တၢ်မၤကွၢ်ဒီးထံၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါ,ပုၤလၢအိၣ်လၢဟံၣ်ဒုးဃာ်အလီၤ,မ့တမ့ၢ်ပုၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအစၢတဖၣ်သုတဟဲထီၣ်တၢ်အိၣ်ရိၣ်ဖျိၣ်ဟံၣ်ဖျိၣ်သးအဂီၢ်တက့ၢ်.
- မၤပုၤတမ့ၢ်လၢဟံၣ်တဖၣ်သိးနါဒုၣ်ဖျိၣ်ဖဲလၢအဝဲသ့ၣ်တညီလၢကအိၣ်စီၤစုၤလၢသးတဂၤဘၣ်တဂၤ,လီၤဆီဒုၣ်တၢ်ဖဲလၢအဝဲသ့ၣ်အိၣ်လၢတၢ်ဟံၣ်ကိပူၤအခါန့ၣ်လီၤ.
- ကတၢ်ကတီၢ်တၢ်ရဲၣ်လီၤလီၤဆူန့ၣ်နီၣ်လၢအဒုးအိၣ်စီၤစုၤနီၣ်တၢ်ဘၣ်ထွဲတက့ၢ်.မ့ၢ်သ့န့ၣ်,ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးလၢဟံၣ်ဖဲဃီဖိကဆူန့ၣ်နီၣ်လၢကစၢ်ဟံၣ်ဒုၣ်လီၤဆူန့ၣ်နီၣ်တဂၤလီၤဆူန့ၣ်နီၣ်ဒုၣ်လီၤလီၤဆီဆီန့ၣ်တက့ၢ်.
- ရဲၣ်ကျဲၤတၢ်ဟံၣ်ဖျိၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢအဖျါ.
- ဟံၣ်ဃာ်ပုၤတမ့ၢ်တဖၣ်အမဲၤစရီၤဒီးတၢ်ဆဲးကျိးအဂ့ၢ်အကျိၤဖဲလၢတၢ်မ့ၢ်ဘၣ်ဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါပုၤတဂၤလၢအအိၣ်ဘူၣ်ဒီးပုၤလၢအဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဆါဖဲန့ၣ်ပူၤအခါတက့ၢ်.



လၢနတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်ဟံၣ်ဖျိၣ်ထီၣ်သးပူၤ-

- ဃုဝံသးပုၤတမ့ၢ်တဖၣ်ဒိသိးကလူၤဟံၣ်ဝဲတၢ်အိၣ်စီၤစုၤဒီးတၢ်သိးနါဒုၣ်ဖျိၣ်တက့ၢ်.
- မ့ၢ်သ့န့ၣ်,အိၣ်ဖျိၣ်ဟံၣ်ဖျိၣ်ထီၣ်သးလၢတၢ်ချါတက့ၢ်.
- မၤဂုၤအါထီၣ်ကလံၤအတၢ်န့ၣ်လီၤဟးထီၣ်လၢဟံၣ်ကိပူၤ,လီၤဆီဒုၣ်တၢ်ဖဲလၢအိၣ်တၢ်ဆါကတီၢ်(အိးထီၣ်ပဲတြီဖိတဖၣ်,အိးထီၣ်စဲးကလံၤကသ့ၣ်,ဒီးအဂၤတဖၣ်).
- သုကဆီစုၣ်ခဲအဲၤခဲ,ဒီးဟးဆဲးတၢ်ဟးဖိၣ်စီၤစုၤနီၣ်တၢ်လီၤမဲၤဖဲခိၣ်အါတီၤ.
- အိၣ်ဒီးသးကဲသုကဆီစုၣ်ထဲလၢပုၤပုၤလၢပုၤတမ့ၢ်တဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.



ဖဲလၢတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတၢ်အိၣ်/တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ဆၢကတီၢ်-

- ပုၤကိးဂၤဒဲးလၢအဟံၣ်ဒုၣ်လၢတၢ်ကတီၢ်တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်ကြးသိးဝဲနါဒုၣ်ဖျိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဟံၣ်ပနီၣ်ပုၤကညီနီၣ်ဂံၢ်လၢအအိၣ်ဝဲဒုၣ်လၢတၢ်ကတီၢ်တၢ်အိၣ်လီၤကဝီၤတက့ၢ်.
- ဟးဆဲးတၢ်အိၣ်သကိးတပူၤဃီကွၢ်ဂီၤမ့တမ့ၢ်တဘၣ်တူၢ်လီၤပုၤတမ့ၢ်ဟံၣ်တၢ်အိၣ်လၢအကတီၢ်ကတီၢ်ဟံၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အဟံၣ်တဂ့ၤ.
- လၢပုၤဂၤဘျၢၣ်လီၤတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်လၢနီၣ်ကစၢ်အဂီၢ်အလီၤန့ၣ်,ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးလၢပုၤထဲတဂၤကဘျၢၣ်လီၤန့ၣ်အိၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.
- ကျဲးစၢၤသ့တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖၣ်လၢပသ့သ့ထဲတဘျီတက့ၢ်.



ဖဲတၢ်အိၣ်ရိၣ်ဖျိၣ်ဟံၣ်ဖျိၣ်ထီၣ်သးဝံၤလီၤခဲ-

- ပုၤတဂၤလၢလံၤလၢအဆိးက့န့ၣ်,ကြးအိၣ်လီၤဖျိၣ်သးထဲတဂၤဒီးဒီးန့ၣ်တၢ်သမံသမိးကွၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ပုၤတမ့ၢ်တဂၤတၢ်မၤကွၢ်ဒီးမ့ၢ်ထံၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါန့ၣ်,ပုၤတမ့ၢ်လၢအလဲဖဲန့ၣ်ကြးတၢ်ဆဲးကျိးဒီးတဲကျါအဝဲသ့ၣ်လၢကအိၣ်လၢဟံၣ်ဒုးဃာ်အလီၤ,တၢ်ကဘၣ်ကွၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်,ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဟဲဖျါအါထီၣ်န့ၣ်ပုၤအံၤကြးမၤကွၢ်အသးန့ၣ်လီၤ.