

# နမ့်အိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီး ပှၤလၢအိၣ်ဒီး COVID-19

နမ့်အိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီး ပှၤလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 နကဘၣ်အိၣ်လီၤဆီသးန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤအခီပညီမ့ၢ်ဝဲ နအိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 ဖဲပှၤအဝဲန့ၣ် ဒူးဘၣ်ကူဘၣ်ကံၤပှၤအဂၤသ့ဝဲအခါန့ၣ်လီၤ.

ဖဲတၢ်အိၣ်လီၤဆီသးအခါန့ၣ်, နကြၢးအိၣ်လၢဟံၣ်ဒီးအိၣ်ယံၤဒီးပှၤဂၤတသ့ဖဲအသ့န့ၣ်လီၤ. တဘၣ်လဲၤဆူတၢ်မၤ,ကိၣ်,တီၤဒေးချါတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ,တၢ်ဘျီတၢ်ဘါတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျါ,ဟံၣ်ဖိဖိတၢ်အိၣ်ဖျိၣ်သကိး, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ အဂၤတဖၣ်ဘၣ်.

## နပတၢ် တၢ်အိၣ်လီၤဆီသ့ -



**နအိၣ်ဘူးဘၣ်ဝဲၤ အသီ ၁၀ ဖဲနမ့ၢ်တမၤကွၢ်သးဘၣ်အခါ** နမ့ၢ်တအိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်,နပတၢ်တၢ်အိၣ်လၢဟံၣ်ဒူးဘၣ်လီၤဆီ သ့ဝဲဖဲလၢနအိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤလၢအမၤကွၢ်သးဖျါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပတၢ်အလီၢ်ခံကတၢ်တဘျီဝဲၤအသီ 10 ပှၤထီၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.



**နအိၣ်ဘူးဘၣ်ဝဲၤ 7 သီ ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်မၤကွၢ်အစၢလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပ** ဖဲနအိၣ်လၢဟံၣ်ဒူးဘၣ်လီၤဆီ ပှၤထီၣ် 7 သီန့ၣ်နမၤကွၢ်နသးသ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. နတၢ်မၤကွၢ်အစၢမ့ၢ်ဖျါလၢနတအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါဒီးနမ့ၢ်တအိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်န့ၣ်,နပတၢ်တၢ်အိၣ်လၢဟံၣ်ဒူးဘၣ်လီၤဆီ သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. လၢနကမၤကွၢ်သးအဂီၢ်နကဘၣ်အိၣ်ခိးအစၢကတၢ် 7 သီဖဲနတၢ်အိၣ်ဘူးဘၣ်ဝဲၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤ ဟ့ၣ်ပျဲဝဲတၢ်ဆါပၤ ဒ်သိးကအိၣ်ထီၣ်ဝဲလၢလၢပှၤပှၤလၢနနီၣ်ခိအပူၤ ဒ်သိးတၢ်ထံၣ်န့ၣ်အီၤကသ့ ခိဖျါတၢ်မၤကွၢ်န့ၣ်လီၤ. နမၤကွၢ်သးလၢ PCR မ့တမ့ၢ်တၢ်မၤကွၢ်ကံၤထီၣ်ဟူးထီၣ်ဂဲၤနီၣ်ခိဂံၢ်တြီဆါ( rapid antigen)သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ. နကဘၣ်အိၣ်လီၤဆီသးပၢ်တုၤလၢနဒီးန့ၣ်တၢ်မၤကွၢ်အစၢတစုန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ တဘၣ်ထွဲဒီးပှၤလၢ အဆဲးဘၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါလၢလၢပှၤပှၤ မ့တမ့ၢ် ပှၤလၢအိၣ်ဆိးဒီးပှၤတဂၤဂၤလၢ အအိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါဘၣ်.

- ဖဲနမ့ၢ်ဆဲးဘၣ်ကသံၣ်ဒီသဒါလၢလၢပှၤပှၤန့ၣ် တလိၣ်လၢနအိၣ်လၢဟံၣ်ဒူးဘၣ်လီၤဆီသး ဖဲနအိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 အခါဘၣ်. ယုထံၣ်န့ၣ် ပှၤဆဲးကသံၣ်ဒီသဒါ လၢနကဟံၣ်ကပၤဖဲ [coronavirus.utah.gov/vaccine](https://coronavirus.utah.gov/vaccine) တက့ၢ်.
- နကဘၣ်အိၣ်လီၤဆီသး အသီ 10 ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဆိးဒီးပှၤတဂၤဂၤလၢ တၢ်မၤကွၢ် အိၣ်ဒီး COVID-19 ဖဲနမ့ၢ်တအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကွၢ်တအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပအခါဒၣ်လဲၤန့ၣ်လီၤ.

ပလီၢ်သးလၢ တၢ်ဆါပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ် ပၢ်တုၤ နအိၣ်ဘူးဘၣ် ပှၤထီၣ် 14 သီတစုတက့ၢ်. ဖဲနအိၣ်လီၤဆီသးအခါ နမ့ၢ်ဆိးက့ မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်, အိၣ်လီၤဖျိၣ်သး ဒီးမၤကွၢ်သးလၢ COVID-19 တကတီၢ်ပီတက့ၢ်.

## COVID-19 တၢ်ဆါပနီၣ်သ့ၣ်တဖၣ်



တၢ်လီၤကီၢ်

(တၢ်ကီၢ်ထီၣ် 100.4°F မ့တမ့ၢ် 38°C မ့တမ့ၢ် အါန့ၣ်အန့ၣ် မ့တမ့ၢ် တူၢ်ဘၣ်ဒ်သိးတၢ်လီၤကီၢ်ထီၣ်)



တၢ်ကူး



တၢ်ကသါတဘျီ



တၢ်နၢတၢ်နါလီၤမၢ် မ့တမ့ၢ် ကီၢ်ပှၤလီၤဘျီ



ကီၢ်ယူၢ်ဆါ



တၢ်တကံပဝဲဒီးတၢ်ဆါအ့ၣ်ထုး

COVID-19 တၢ်ဆါပနီၣ်အဂၤ လၢအကဲထီၣ်ညီန့ၣ်သးသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ တၢ်ထံၣ်န့ၣ်အီၤသ့ဖဲ [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html).