

နမှုဘာဝအံ့ဌလံးဖျော်  
သား မွတ်မှုံး အံ့ဌလံး  
ဆံသား လာ COVID-19  
နှိုး ဘက်မေမန်စဲ့ရုံး



CORONAVIRUS  
UTAH.GOV



UTAH ASSOCIATION of  
LOCAL HEALTH DEPARTMENTS



UTAH DEPARTMENT OF  
HEALTH

# တိုင်း COVID-19 ကသံုဒီသဒါ



တော်ခို့အတွက်ဖြစ်သူများ၏ COVID-19 ကုန်ကြံးအသေးစိတ် ဒီသန္တထိုးအသေးလေ မှုန်ဆဲ၊ COVID-19 ကသုတေသန၏ ဝါယဉ်အဖို့ခို့နှင့်လို့၊ နဆဲ့  
[COVID-19 ကသုတေသနအပေါ်](#) ဖြန့်ဒီးနှုံး -

- COVID-19 ကသံ့ဖြေသာ 1 တခါလ်လျှို့ လေတွဲခဲ့အောင် မူတမ္မာ
  - Pfizer မူတမ္မာ Moderna COVID-19 ကသံ့ဖြေသာ 2 ဖျော်တဖျော် လေအပူကို 5 လီ၊ မူတမ္မာ
  - Johnson & Johnson COVID-19 ကသံ့ဖြေသာ 1 တဖျော်လေ အပူကို 2 လီ.
  - ဖိသာ်လေ အသေးနှစ်စုနှစ် 18 နှစ်တယ် တော်အီလာ အဆဲးကသံ့ပို့ဝါယံ ဖြေအပဲသွာ်ခဲ့ Pfizer COVID-19 ကသံ့ဖြေသာ 2 ဖျော်တဖျော်အခါန့်လီ။ လေဖိသာ်အဂို့ တွဲခဲ့အောင် ကသံ့ပို့ဝါယံ တော်အီလာ တော်ယုံလေ တွဲခဲ့အောင် အခီပညီအပူဖော်နှင့်လီ။

နဲ့ကသုတေသနအလေအပါအချို့သူ မဲတဘုရားအို့လီအီကျွ်သား မဲတမုံးတအို့လီဖျို့သားလေဘုရား မဲနုံးတအို့ဒီး COVID-19 တဲ့ ဆိုအပနိုင်တမဲဘုရားအခါနှုံးလီး

ယက္ခားမေကွိသားလေ COVID-19 အဂ်အခါပဲလုံး။



မှုပ်ယာသိအိုလီဆီသီးပါအဂောင်၏

## တိအိုံဘူးဘုံအခီပညီမှုံး-



ଲୀ ତ୍ୟକ୍ତିଗତୀର୍ଥ  
15 ମଃନ୍ଦି

# ତଳୀର୍କାନ୍ତିର୍ବଳୀହର୍ମତଃବ୍ୟଲ୍ମିଷ୍ଟିପାଦୀ-

- ቁጥር ማጭኑን የመሆኑን አጠቃላይ ተስተካክል የCOVID-19 ጥሩ የሚከተሉት ቀን በፊት የሚያስፈልግ ይችላል:
  - የዚህ የCOVID-19 ጥሩ የሚከተሉት ቀን በፊት የሚያስፈልግ ይችላል:

- COVID-19 ကသံဃုဒ္ဓါသဒေတခါလားလ် လာတ်ဆဲးအိတ္ထိကသံဃုဂံ့အဂိုး၊ မှတမှုံ
  - Pfizer မှတမှုံ Moderna COVID-19 ကသံဃုဒ္ဓါသဒေ 2 ဖျော်တယူပျော် လာအပူဗွဲ့ 5 လီ၊ မှတမှုံ
  - Johnson & Johnson COVID-19 ကသံဃုဒ္ဓါသဒေယူစ်လာ အပူဗွဲ့ 2 လီ.
  - ဖိသုလော အသေးနို့စွဲနဲ့ 18 နို့တယ် တုတ်အီလာ အဆဲးကသံဃုဂံ့ဝဲ ဖူးအပဲသုံး အဲ့ Pfizer COVID-19 ကသံဃုဒ္ဓါသဒေ 2 ဖျော်တယူပျော်အခါန့်လီး။ လာဖိသုရ်အဂိုး တုတ်အိတ္ထိကသံဃုဂံ့အဲ့ တပ်ပုံးလာ တုတ်အဲ့လာ၏အခါပညီအပူဗွဲ့ ဒီးဘာ့နှုံလီး။

သို့နဲ့ခံဖျက် လာဘာရန်တော်ဖဲနဲ့အိပ်လာပျောက်အကာဟ်ကပါ ဒီးဒီးအိပ်လာပျော်အိပ်အီအလီး ဖဲနဲ့အိပ်ဘူးဘာ့ဒီးတုံခါယ်၏ ဝံ၊ အသိ 10 အတိုင်းပူတော်၏၊ တုံသူတုံဖျို့နဲ့ဖဲနဲ့အိပ်ဒီးပျောက်အော်နှင့် မူးတုံလာအရှုံးပါး ဖဲနဲ့အိပ်ဘူးဘာ့ဒီးတုံခါယ်၏ ဖဲနဲ့အိပ်ဘူးဘာ့ဒီးတုံခါယ်၏ လုံးပါး အတိုင်းပူတော်၏၊ တုံအံမေတ္တာပျောက်လာကျူးဖျော်ဒီးတုံဘာ့သုတေသနနှင့် ဖဲနဲ့အိပ်ဘူးဘာ့ဒီးတုံခါယ်၏ ဝံအသိ 10 အတိုင်းပူအခါ နှေ့နဲ့ခံဖျက် မူးတုံဘာ့သုတေသနနှင့်၊ နာဘာ့အိပ်လီးအိသီးပျောက်လာဟံ့ရနှင့် နှေ့နဲ့ခံဖျက်လုံးအက်းအစိုက်အိဂုံးအမှု KN95 နှင့် ကအိသာပျောက် ဂုံးအိုံး ဖဲအပဲသုံးဘူးဘာ့ဒီးနာအခါနှင့် လီး။



အလ္းအိုးလာနကသာ်ဟုအိုးလီဖျို့သားလာဟံ့သ 5 သီး-

- နတဲ့ အလဲးသာ့ကသံ့ဒီသအေးသာ့အခါန့်လို့၊ တုံးအပဲအံ့အခိုပည့်မျှုံး နတဲ့ ဘာက COVID-19 ကသံ့ဒီသအနီတယူပျော်အေးသာ့နှင့်လို့၊
  - နတဲ့ COVID-19 ကသံ့ဒီသအေးတယ် တုံးအေးသာ့၊
  - နတဲ့မေကွုပါလဲ အို့ဒီ COVID-19 တုံးပါယို့ ယော်နှုံးအသီ ၉၀ ဒီးနတဲ့ ကသံ့ဒီသအေးတယ် တုံးခဲလော်အေးသာ့。



နှမ်းခံးကန်ပလိုသားလ၊ COVID-19 တို့အပန်းတယ်ဒီး ဒီနှစ်တို့မေက္ခာတက်၏

ໜົກສະໝັກວິທະຍາກົມ - ດັບອະນຸມາດຕະຖານາທີ່



ယဟ်ပတ် တုအို့လီးဆီးသား ကသူအခါ့လ်။

နှစ်အာရုံးသူ့အာရုံးတော်ခါယာနှင့် မူးမျှနိုအကတော်တံ့ခဲ့လေ၊ နှစ်သူ့သူ့ပြုလေအား COVID-19 တော်ထာဖုန့်နှင့်၊ ကကိုအီလာနတ်အီလိုလီခွဲသီးဒီးပါအဂ် ၀ သီးနှင့်လို့၏ အီပည့်မြှုပ်နှံမှုပဲ၏ နစ်အိုးအီလာတော်အာရုံးသူ့မျှနိုမျှနိုသို့ မူးတမ်း တော်ခါယာကတို့အလို့ခံကတော်လေနှစ်အာရုံးဒီးပါဘာ။ COVID-19 တော်ခါယာ ၅ သီးအတော်ပူး (၁-၅ သီး) နှင့်လို့၏



သုတေသနထိုင်လေ၊ နမ္မာအိုင်ဒီပါဘဘာ၍ COVID-19 တုခိုဒီဒါနလိုပ်ဘာ့အိုင်လီခံသီးလေဟံ့ဖွံ့နှုန်း၊ နတ်အိုင်လီခံသီး 5 သို့စ်ထိုင်အသီးပူးလေဘာ့ တုခိုဒီအိုင်လီ ဖျော်သီးခံအလုံခံနှုန်းလို့၊ တုအဲအခိုပညီမှုပဲ ဘာ့သုတေသနထိုင်နဘာ့အိုင်လီခံသီးအိုင် 5 သို့ဖော်အိုင်လီဖျော်သီးပူးအကောက်တော် တုသုတေသနအကော်နှုန်းလို့။

မြန်မာ	မြန်မာ	မြန်မာ	မြန်မာ	မြန်မာ	မြန်မာ	မြန်မာ
၁	၂	၃	၄	၅	၆	၇
၈	၉	၁၀	၁၁	၁၂	၁၃	၁၄
၁၅	၁၆	၁၇	၁၈	၁၉	၁၀	၁၁
၂၂	၂၃	၂၄	၂၅	၂၆	၂၇	၂၈
၂၉	၃၀	၃၁	အိပ်လီ၏ဆီသာ။ ၅ သို့			

ဖဲယအိုင်တပ္ပါယီဒီးပုံဘာ် COVID-19 တိခိုက်နှင့် မူးယသာ်အိုင်လီး၊ ဆီသားလေဟံသွေ့ရုံး၏

ပြုလေအိန်တပ္ပါယ်ဖီဒီးပျောက်ဂေလေအသာ၌ COVID-19 တွေခါနှင့် ပက္ခိုးအီလာဟံ့ဖိယ်ဖိတ်ဘုရားထဲနှင့်လို့။ တွေအိန်ဘူးဘာ့လာဟံ့နှင့် တွေဘာ့ရို့အိန်အိမ်နှင့်မားလာအကိုင်းဘုရားဘာ့တွေခါနှင့်လို့။

နကလိုပ်အိရိလိုခံသေးလာဟံာ့အဖွဲ့ကတော်၏ ၅ သီ ဖဲနအိုဘဏ္ဍာယီဒီပူဘဘ် COVID-19 တုခါ ဒီးနတဆဲးဘုံကသံာ့ဒီသအေးဘာ၊ မဗုံမှု၏ နဲ့ COVID-19 တုခါအေါန်းအသီ ၉၀ တံအလိုခိုနှုန်းလို့။ တုခါအကိုပဲဒုရော်လု၊ နကအိုဘဏ္ဍာယီလို့သေးဒီပူလာအဘာ၏ COVID-19 တုခါ လာအိုဒီနဲ့လာဟံာ့တယျို့အပူးနှုန်းလို့။ တုခါအခီပည့်မူးဝံ့ဘုံသူ့ နကဘာ့အိုလိုခံသေးအေါန်း ၅ သီ ဖဲနအိုယ်းဒီပူလာအိုဒီ။ COVID-19 တုခါ ဆိတကမှုဘာသဲ့အခါနှုန်းလို့။ ဖဲနအိုဘားဘုံဒီပူလာအမာကွုံသေး ဖူလာအိုဒီတုခါ ဖဲအပဲသူ့ အိုယ်လိုပျို့သေးအကတိနှုန်း နကဘာ့စားထို့အိုယ်လိုခံသေး နှုန်းလို့။

ဖဲယခဲးကသံ့်ဒီသဝံးအခါ ယတ်မေကွှုံးအစာမျိုးဖျော်ထံ့်လာယအို့ဒီး COVID-19 တ်ဆါ ပုံနှုံး၊ မျိုးယကသာံးအို့လီးဖျော်သာံးလာဟံ့်ဒီးမီ။

ဖဲယတ်မေက္ခာ့ဖျိုလာယအိုဒီးတ်ဆါယ်၊ မူတမ္မာ့၊ အိုဘူးဘုံဒီး COVID-19 အခါနှင့်  
ဆုံးချွဲ့ဝဲကျိုးကုံးယော်၏



თან ბუღაურ წელი ადამიანის გარეშე მოვალეობა და მისი განვითარება მნიშვნელოვანი იყო. თან ბუღაურ წელი ადამიანის გარეშე მოვალეობა და მისი განვითარება მნიშვნელოვანი იყო.

ကျွန်ုတ်သမာမိုး COVID-19 တုခါပန္စီလှ အသီ 10 အတိပူ မဲနအိုဘူးဘူးဘူးတုခါဝါအလိုခြန်းတကု့။ နှမူးဆီးကဲ မူတမ်းအိုဒီး တုခါပန္စီသူ့တယ်မူတယ်ဘူးဘူးဘူးတယ်။ သန်ကုန်၊ မရကုန်သားတကု့။ တုသမာမိုးကုံသားတုလီတုကဲ့တယ်နှင့် တုဝါတို့နှင့်အီသေးဖဲ့<https://coronavirus.utah.gov/utah-covid-19-testing-locations>နှင့်လီ။



ဘုရားမန္တအယ်ယလိုက္ခုံလိုယတ်ကို ဒီးတ်ခါပန္တာဖျော် ကိုးနဲ့အဲလဲ့။

ပုအခါတက္ခာ အတော်ခါပနို့ဖြစ်လာအသိ 10 တို့ပူးဖော်ဘူးဘာ့ဒီး တံ့ခါဝံ့အလို့ခဲ့ဘာ့ဆုံးကရွေးကိုတ်ခာ့ကတို့ 14 သို့ဆုံးအစ်ညျေလာ တံ့ခါပနို့ကလို့ဖြစ်လာသူ့အဂို့နှုံးလို့ ပုတေနနှီးနှီးနှုံးဘာ့တံ့ခါပနို့တန်းဘာ့ဒီးတာသုံးညျေဝဲလာ အမှု COVID-19 ဘာ့နှုံးလို့ လာတော်ဂုံးအောင်တံ့ခါပနို့အပ်ပဲလာ နကထို့နတ်တံ့ခါပနို့ဒီးနှုံးလို့နှုံးဘာ့ဒီးတာသုံးအပ်ပဲလာ ဂုံးကိုနှီးအေးနှုံးလို့ နမ်းဆီးကု မူတမ်း အို့ဒီး COVID-19 တံ့ခါအပနို့တယ် တခါခါနှုံးသံမာမီးကုန်းသူ့သာ့ တက္ခာ့.



COVID-19 တုချေပါသနိုင်တဖူဖုန်းပုံစံဒါနီး - တုလိုက်ရှိ မှတ်မှု တုဂိုက်၊ တုကူး၊ တုကသိတုလ၊ မှတ်မှု ကသိကိုခဲ့၊ ကိုယ်ခါ၊ ညွှန်ထူးတက်ပစ်ပုံစံဒါနီး၊ တုဘုံးသုံး၊ ခိုင်သုံးပုံစံဒါနီး၊ နိုဒ်တံ့တုတာ၊ မှတ်မှု နိုဒ်ထုပ္ပါယာ၊ ဟာဖေတုတ်တုလ၊ မှတ်မှု ဘိုံး၊ ဟာဖေလူ၊ မှတ်မှု စုံအတူတုံးဘုံးအကျိုအကျဲတုရှိ မှတ်မှု တုအရှင်ဟားဂီံကြံ့နှင့်လို့။

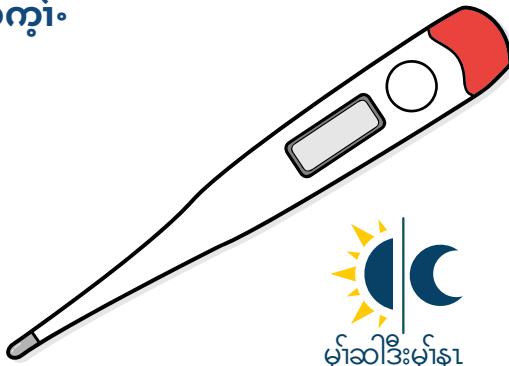
ယကဘာ်ကွဲစူးကယ် ယတ်ဆီပနိုင်တဖျော်။



အပတိ ၁-

မာက္ခာနတ်ကိုတန် 2 ဘျီ၊  
မာတ်အံကိုမှုန်အဲလေ အသိ 10 အဂိုတက္ကား။

- დღე გი ასტარებული იკა მა გუნდ წარი გირ თა გუნ.
  - ჭავ მშე მტარ მურ თა აზრ ვარ წარ, რა ას ლე ჭავ მტარ ლა წარ აზრ უა მტარ თა ლი გირ ავი (ჭავ უა მტარ თა აზრ ვარ წარ, მუტ მურ თა გირ წარ ჭავ მტარ თა ლი გირ ავი)
  - თერ გონ წარ გირ ლა გი ეტავუ (გი ტ) ჰი ბუ ჭავ მტარ წარ გირ ლა გი ეტავუ (ბე ტ) თა გუნ. წარ მურ ვი ბუ ჭავ უა მტარ თა გირ წარ, თერ ავ ლა ავ ხა უა ჭავ უა მტარ თა გუნ ვა ავ წარ თა გუნ.



ဒေဝါခံ 30 မီးနံ့း ဖန်အိပ်တု၊ ဒီထံ၊ မှတ်မှု မန္တာခိုက်ဟူးတို့တဲ့ အလိုခံလာနဲ့  
ကထိုက်ကြုံတ်ကိုဘိုးအကိုက်တာကို။



ဖန  
အိုံတ်အိုံတ်  
မူတမ္မား မေတ်ဟူး  
တ်ဂဲပံ့အလှိုံခံ



ထိုကွားနှင့်တော်ကြံးအဖွဲ့များနှင့်ကသံးတဲ့မေးလုပ်လုပ်နှင့်တရာ့၏ ကလ်ဟန်ကသံတန္ထိုမေး  
စုလေးနှင့်တော်ကြံးဘာ့ဟဲ့ မာဂါးထိုက်တဲ့လာနကသံးတဲ့ညုံးမြို့မြို့နှင့်ဘီးတဲ့ကိုမေးနှင့်  
လို့။ အိမ်ခံး ၆ နှင့်ရိုးလာနကထိုက်တဲ့နှင့်တော်ကြံးကို မဲနားကလ်လာလုပ်တယ်ပဲ။

- Acetaminophen, တုကိုးစွဲကိုးလေကသံဖျက်ရှုံးစွဲတမီလ (Tylenol)
  - Ibuprofen
  - Aspirin (ကသံအဲစပြု)



မဲနအီကသံၢ  
တခါလာၢလာၢ  
ဝဲအလိုၢခ



တုစ္ဆေးကါန်သမီမံထာ်လှပါသံရွားဖိတယ်၊ ဖိသံအိန္ဒိတယ်၊ ဒီးပျော်သံရွား၊ အသေးစိန် 4 နံပါတယ်အဂို့နှုန်းမှုတ်ခွဲအဂ္ဂာကတာ့ဝါယံနှုန်းလို့၊ နှုန်းတိုင်နှုန်းဖိအတ်ကို လာအတ်လုပ်ကဆ္း ဒီးအတ်ကိုမှုတ်ခွဲဖိ 99.4°F/37.4°C မှတ်မှု အိန္ဒိတယ်၊ နှုန်းတိုင်အိုးတ်လို့၊ တူအံအချုပ်လာနေကတဲ့ဘုရားသံရွား၊ မှတ်မှု လို့ကိုတ်အိုးဆုံးအိုးချဲ့ပဲကျို့ ဖြန်မှုတိုင်ကွု့နှုန်းဖိအတ်ကိုလာအတ်လုပ်ကဆ္းအခါန္ဒိတယ်။



ဖိသုတေသနအသာဆုံးနံပါတ်နှင့် 4 နံပါတ်  
ဖုန်းအခိုက်  
သူနှစ်ကျိုးအသမ္မတယဉ်တက္ကာ.



ပုဂ္ဂန်

၁၂

100.4°F/38°C

မြတ်များ

ပုဂ္ဂနယ်တဖို့

၁၂

99.4°F/37.4°C

မြတ်များ

အပတိ 2-

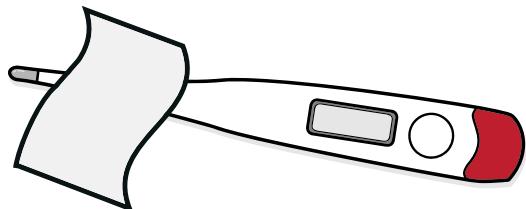
ကွဲးလီ၊ နတ်ကို ဒီးတ်ဆါပန်းတဖ်လေ လုံအဖိတ္ထဘူးအံ့အကတ်နှင့်တကူ့။ မင်္ဂလာရုံ  
အံ့အက်းမျှနှင့်အေးလေ အသိ 10 အကိုတကူ့။

- “တုအို့ဘူးအလဲ၏ခံကတော်သီ” ဒ်လ်တက္ခိုဒါပူနှင့်မှုံမြှုံနဲ့လေနအို့ဘူးဘာ့ဒီး COVID-19 နှုံလို့ ပကိုတော်လဲ။ 0 သီ” နှုံလို့။ မှုံမြှုံနဲ့လီခံကတော်တနဲ့၊ လေနအို့ဘူးဘာ့ဒီးပျော်တော်မက္ခိုဖျော်အအို့ဒီးတော်ခါယ်ဖဲ့အပဲ သုံးဘာ့ဒ်ကုဘာ့ရှုံးကတို့နှုံလို့။ ပွဲတော်ဂော်အော် ဘာ့တော်ဟိုအို့အို့အာ့ကုဘာ့ရှုံးကတို့သူ့ 2 သီတာချုးအပဲ အို့ဒီးတော်ခါပါနှုံဒီးဘာ့အခါနှုံလို့။ ပွဲတော်အော် မှုံတော်အို့ဒီးတော်ခါပါနှုံဘာ့နှင့်၊ အုံးပဲဘာ့ကုဘာ့ရှုံးကတော်သူ့သူ့ စာတို့ 2 သီ တာချုးတော်မက္ခိုအပဲသုံး COVID-19 အခါနှုံလို့။ နှုံတော်အို့လို့ခါသီသေးလဟံ့သဘာ့ဒ်ဒ်လို့နှင့်၊ မှုံနဲ့လေနပတ်တော်ရှုံးရှုံးကယ်နှုံတော်ကို ဒီးတော်ခါပါအပဲနှုံသုံးနှင့်မှုံး ဖော်အို့ဘာ့ဘာ့ဒီးတော်ခါဝါးအလို့ခဲ့ အသီ 10 နှုံလို့။ နှုံတော်သုံးမှုံနဲ့ဖဲ့လဲသုံးတနဲ့နှင့်၊ ကိုးလီတဲ့စို့ဆုံးချုံချုံပဲကျို့၊ ကို့၊ မှုံတော်မော်လို့ ဒီးသနှုံတို့သားလေနအို့ဘူးဘာ့ပဲခါလေတော်လို့ဖဲ့လဲသုံးတကု့။ ကွဲ့ပဲ့လီမှုံနဲ့ခဲ့လော်လာ အသီ 10 အဂို့တော်။ တာဘာ့ဟဲ့တော်တော်လို့လီ့ဟဲ့နို့တမဲ့တော်။
  - ကွဲ့လီနှုံတော်ကို့အနို့ဂို့လော်တက္ခိုဒါပူဖဲ့လ်တဘာ့အဲ့၊ အကတော်နှုံတကု့၊ နှော်ဗျားထို့ရှုံးနှုံတော်ကို့ 2 ဘုံကို့နှုံနဲ့အဲ့အေးသုံးတော်လို့။ ထို့ရှုံးနှုံတော်ကို့လော်တော်ဘူး (ရီခါ) ဒီးဖုံးမှုံနဲ့တော်ဘူး (ဟီခါ) တကု့။
  - နှုံအို့ဒီးတော်ခါပါနှုံသူ့ ကွဲ့ရဲ့လီ့လဲ့လုံးတက္ခိုဒါပူ၊ မှုံနှုံ “Y” လေမှုံမဲ့တော်မှုံ “N” လေတမှုံဘာ့နှုံတကု့။



အပတိ ၃-

မေကဆိုသမီမံထာ် ကံးဘျိုးပဲပါတဂါဂါ  
စူးကါအီနှုံးတက္ကာ.



အပတိ ၄

နမူးခိုးကဲ မူတမ်း အိပ်ဒီ: COVID-19 တိစ္ဆိတ်အပနိုင်နှင့်

- အိမ်လာဟံသွားနှစ်အိမ်ဆူးတို့ကဲတက္ခို.
  - မကွိုးသားလေ COVID-19 အဂိုံတက္ခို.
  - နတ်ခါပန်းမျိုးထို့ မဗ္ဗာမှု နမ်းတွေ့ဌာနလာလိုပ်ဘားဆူးချုတ်ကြွေ့တဲ့နှင့်၊ မန်းတ်ကြွေ့အတ်မာစားတွေ့ဌာန၏ ယိုတက္ခို၏ တုအံပူးဖျေးတ်ဘားယို့ ဖဲ့တ်လေးဆုတ်တ်ခါပဲ့ဌာန မဗ္ဗာမှု ကသိုပ်ကရာဇ်ပဲ့အေးနှုန်းလီ။ သိုးနှုန်းကျော်ဘာမ်းဒီးဒုးသွားညီဆူးချုပ်ပူးပျော်တွဲတ်အပူးမာတ်ဖိုးလေ၊ နအိမ်ဒီးတ်မာကွိုးသားဖူးလေအေးအိမ်ဒီး COVID-19 တ်ခါပဲ့နှုန်းတ်ကြွေ့။



တုခံခဲ့ပူရများအောင်သုတေသနလုပ်ရန်  
တုလဲဆုတ်ခါဟိုမှတမူး  
ကသိုကရှုပဲအေးဖတ်ခါသ  
ပြောအဆာကတိနှင့်လို

\*မှုမြို့အိပ်ဒီးဂုံဂိုဏ်တော်ဟူ၍ပလ်အံအတ်ပါန်းတယ်နှင့်၊ မန္တုတ်ကူစိတေသနပါန်းတကျို-



ତର୍କବିଗେ  
ମୁତ୍ତମ୍ମିବିତଳ



တုအဆိုမှုတမ္ပာတိန်သန်း  
ဖန်သားနိပ္ပါယ်  
လာအတလီယ်ဘာ့



## တို့ဘုရာ်သားကအံကဒါမှုတမ္ပါ မဲ ဂဲထာ်တန္ထုံးညီညီဘုရာ်



ପ୍ରକଳ୍ପିତ ମାଧ୍ୟମରେ  
ଅନୁଷ୍ଠାନିକ ପରିକଳ୍ପନା

ဖဲယတ်မေက္ခာ့အစာဖျို့လ၊ ယအိုး COVID-19 တ်ဆီအဆာကတိနှင့် ယကဘာ့အိုး  
ဟံသာ့ယံ့ထဲလဲၤ.

နှောက်လိုပျော်သား အသီ 10 နှစ် မှုတ်ခေါကတို့ လာအပူဖူးကေတာ်၏ ဖဲနတ်မာကြုံအစာဖူးပါလာ နှောက်ဒီးတုံခါဝါအလို့ခဲ့ နှော်လို့ ဘုရားဆုတ်သာန်ကဲ တုံဂုံထာဖို့အသီ ဟဲ လေ CDC ဟဲဖူးပါဝဲလာ တုံမေစုလိုတော်ဒီောက်လိုပျော်သား ဒီးတုံအိုာက်လိုပျော်သား အောက်တို့နှော်ကာဘုရားတုံသူ့အီးခဲ့အနှေ့လို့ အိုာက်လိုပျော်တူလေ-



နတ်ခါအပနိုင်သုံးတယ်မှုတယဲလောက်ဘုရားနှင့်၊ နကဘားအိုင်လောက် အိန္ဒြာဒီး 5 သီနှစ်လီ။ တဲ့ခါအပနိုင်တနီးဒီးဒီး ကိုပူဇော်ဘူး မူတမ်း နိုးလီမောက်အက ယံ့ဝဲတို့လောက်မှုတယ်။ အနဲ့ မတမ်း အလဲ ဖွော်တာဘုရားကူးဘာ်ကဲ ဒီးတလို့အိုင်လောက်ဘုရားလုံးနှစ်လီ။

နမှုဒ်အိုဒ်တိုးဆာလ၊ နဘာ် COVID-19 တို့၏ နသူကသံုံးဖို့ပြုခဲ့သူမှုံး monoclonal လာဒီသအမို့ပုံ၊ မုတမှုံး ကသံုံးဖျော်လာတို့ဆာတို့၏ ပါယ်တယ် သူ့ပဲနှုံးလို့၊ မာလို အိတ္ထိဖဲ့ <https://coronavirus.utah.gov/treatments> မုတမှုံး တဲ့ သာကိုတို့၏ နကသံုံးသရုပ်တက်။

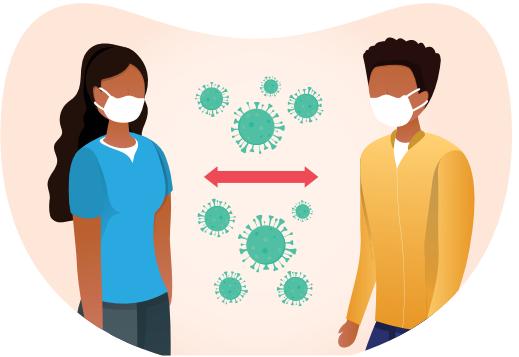
ລາຍກາບຕົ້ນ ຕ່າງອິນໄລໃໝ່ວິວວະເຖິງ ຕ່າງໆ ຕ່າງໆແມ່ນວິວມີວິວວະເວີ້ຕະຫຼືວິວວິວ.

အိပ်လာဟံသာဝါန်ကုသိန်ကသိတ်ရှုံးနှင့်တက္ကာ့၊ နတ်ကြေးလဲချေတ်မာ၊ ကို၊ တိအားချေတ်ပူးတိဂုံး၊ တုဘ္မ္မ်တ်၏ဘိတ်ရဲ့တ်ကျွဲ့၊ ဟံသာဝါန်ကုသိန်အိပ်ဖို့ သကိုး၊ မှတ်မှုး တုဘ္မ္မ်းတိဂုံး၊ အဂ်တာဖုန်ဘာ့ နှင့်လို့၏

- ကျေးစားအို့ရှေးလာအလဲ့ဆီလီးသားဒီပျောဂေါ်ဖဲနှုန်းတကူ့။ ဖန်ဘာ့ကူ့ဘာ့က်ဒီးတုံးခါန့်နှုန်းအရဲဒို့လာ နှုန်းဘာ့အို့ယံးပျောဂေါ်အို့ဒီးပျောဂေါ်လဲ။ အို့ရှေးလာအို့သားနှုန်းအကလုံးကလုံးနှုန်းလဲ။ ရှုံးကျေးစားဒီးဂါတ်လုံးထံလီးလီးခေါ်ဒီးပျောဂေါ်နှုန်းအို့အဲ့သွေ့သွေ့ဖဲနှုန်းတကူ့။ နှုန်းလီးခေါ်သားဒီးပျောဂေါ်လာ၊ ၃၁းအကောင်းပျော်မှုတမ်းသူ တုံးလုံးထံလီးလီးခေါ်ဒီးပျောဂေါ်မှုတဲ့သွေ့ဘာ့နှုန်းဖြူးတုံးပျော်နှုန်းဖြူးတုံးပျော်နှုန်းဖြူးတုံးပျော်နှုန်းအောင်အယားအခါတကူ့။
  - တဘာ့ရူးကါယ်နှုန်းကတ်အတ်ပီးတုံးလီးတယ်ဒီးပျောဂေါ်၏ဒီအမ်းထံအိုးခွဲး၊ ခွဲးအို့မှု၊ မှုတမ်းတုံးထွေ့တယ်နှုန်းတွေ့။
  - မာကဆီးတုံးအမ်းပီးခို့လာတုံးတိုးဘာ့အို့အဲ့အဲ့အဲ့အဲ့တယ် (ဒီအမ်းလီးတဲ့ပါ့၊ ပဲပြေ့စုံဖို့၊ နှို့အီးထို့မဟုတ်မှုရုံးအူအလီး၊ တုံးဘားလီးအဖို့ဖို့၊ တုံးဘားပျုံးမှုဖို့၊ စီးနှို့ခို့ခီးတုံးဘာ့ဖီးခို့၊ ဒီးတုံးတိုးခါလာ့ဘာ့တုံးအို့အီးထံတယ်) နှုန်းတွေ့။
  - အီးထို့ပဲပြေ့တိုးတယ်ဖဲအသူ လာကမာစားနှောလာ ကလုံးဟဲ ဒီးဒီးနှုန်းလီးကလုံးအောင်ဒါးပျော်တကူ့။



ပဲပူဇို့သူးဒီးယာဝံ့အလ္းခံနှုံ၊ မတဂေကဘ်၍  
အို့လီဆီသားလုံး။



ဖဲယအို့ခီးတ်သံကျွေးအခါယကဘာ်ကိုးမတစေလဲၤ

နမှုဒ်အိုင်ရီးတော်သံကွွဲတမ်းမံနှုန်း၊ ကူးလိုတဲ့စံဆူနဟိုကပိုအူးချုံဝေကျိုး၊ Utah ဆူးချုံဝေကျိုး၊ မူတမ်း ဆူးချုံပျေကွွဲထွဲတော်နှုန်းတက္ကားနှင့်ဂိုးCoronavirus အဂ်ဂိုလ်အလိုတဲ့စံနှုန်း 1-800-456-7707 သုနေသံ။

Utah အုပ်ချုပ်ရုံး . . . . . (385) 286-0296

Bear River Health Department (Bear River တော်အို့ခူ့အို့ချု့ဝဲကျိုး). . . . . (435) 792-6500  
(Box Elder, Cache, ဒီး Rich ကိုရုံးခွဲစံသည်)

Central Utah Public Health Department (Central Utah ကမျိုးတို့အိမ်ဆွဲအိမ်ချုပ်တော်း)  
(Juab, Millard, Piute, Sanpete, Sevier, ဒီ Wayne ကိုရှုံးထံသာဖြစ်)- ..... (435) 896-5451

Davis County Health Department (Davis ကိုရှိခိုင်ခီးထံတော်အိုချုပ်ဆုံးအိုင်ရာ ဗြိုဟ်ပါ) . . . . . 801 - 525-5200

Salt Lake County Health Department (សាគ្រីរ នឹងឱេតុវិញ្ញាណអិនុវិញ្ញាណ) . . . . . (385) 468-4100

San Juan Public Health Department (ကများကုန်ခိုင်ဆည်အဖွဲ့ဝင်) . . . . . (435) 359-0038

Southeast Utah Health Department (Southeast Utah ສູ່ເມັນວິຊາ ສົກລະອຽດ ດ້ວຍຕະຫຼາດ) (435) 637-3671

(Carbon, Emery, Sanpete, Sevier, and Uintah Counties) (435) 673-3528

(Beaver, Garfield, Iron, Kane, ဒီဇိုင်း Washington ကြံရှုပိုးထံ့တဖော်) (425) 322-1500

Park City 0131: . . . . . 435 - 783-3161

Kamas ୭୧୩୧୯ ..... 435 - 783-3161

10.000 0.000 0.000 0

(Daggett, Duchesne, ဒီဇိုင်း Uintah ကိုရွှေ့ခြံးထံတွယ်)

Otaw County Health Department (Otaw County Health Department) . . . . . (861-831-7300)

Wasatch County Health Department (Wasatch County Health Department) . . . . . 435-637-5222

COVID-19 ဗုဏ်ဆုတေသနမှူးဌာနရုံး

-ກົດຕົວເລີດທີ່ຈະ

COVID-19 დაცვისათვის მიზანის კონკურსი