

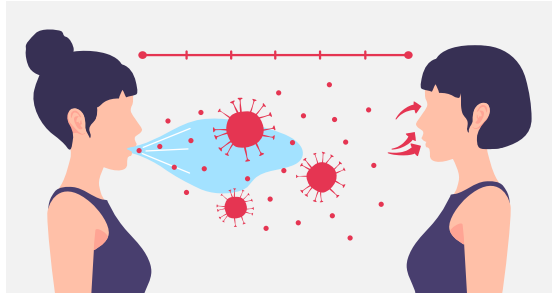
အိတ်ဒီးစဲအုတ်အုတ်သးလိတိတ်လိဆဲး လတတ်ဖျိတ်ဃာ်ဝဲဒုတ်နိတ်ကျိတ်ဘာ် မတုလိစၢဝဲဒုတ် COVID-19 တတ်ရလိအသးအဂိတ်နုတ်လိ.



ကျဲအညိတ်ကတတ်တဘိ လတတ်ဒိသဒၢဝဲဒုတ်အိတ်မူ ဒီးတတ်အိတ်ဆိးဖဲတတ်ဆါသတ္တိတ်မၤသးအကတိတ်အံၤ မ့တ်ဝဲတတ်ဖျိတ်ဃာ်နိတ်ကျိတ်ဘာ်နုတ်လိ.^{1,2}ကသိတ်ကသိတ်တတ်
ကူစါကရၢဒီးစဲအုတ်အုတ်ကရၢကရိလၢအမံၤဂၤသုတ်ဂၤတဖၣ်ခဲလတ်ဃုတ်ဃုတ် အိတ်လိတုတ်လိဝဲလၢ နိတ်ကျိတ်ဘာ် မ့တ်ကျဲလၢအတုလိထီၣ်ဘးတဘိ
လတတ်ဆိကတိတ်ဝဲဒုတ် COVID-19 အတတ်ရလိသးနုတ်လိ.^{2,3,4,5,6,7}

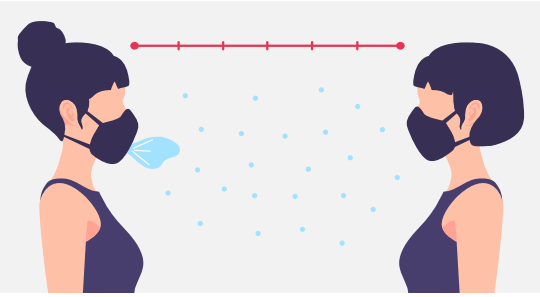
တတ်ဃုသုတ်ညါမၤလိခိဖျိ Centers for Disease Control and Prevention (လိခၢ်သးတဖၣ်လတတ်ပၤဆၢဒီးတြိဆၢတတ်ဆူးတတ်ဆါအလိတ်) ဟ်ဖျိဝဲလၢ
နိတ်ကျိတ်ဘာ်အံၤ တမ့တ်ထဲဒုတ်လၢအဒိသဒၢဝဲဒုတ်ပုၤအဂၤတဖၣ် လတတ်ဘုတ်ကူဘုတ်ကဲဝဲဒုတ်တတ်ဆါဃာ် လၢအကဲထီၣ်သးခိဖျိ COVID-19 ဧၤနုတ်ဘုတ် မ့တ်တခိ
နိတ်ကျိတ်ဘာ်ဒိသဒၢဝဲဒုတ်ကိး ပုၤတဂၤလၢလၢအဖျိတ်ဃာ်နိတ်ကျိတ်ဘာ်သ့ဝဲနုတ်လိ.⁸ ပသုတ်ညါလၢအါတက့ၢ် COVID-19 ရလိသး ခိဖျိ တတ်ဃာ်ကမ့တ်ဒိဖဲတဖၣ်
ဒီး ကဲသဝဲဖဲတဖၣ် ဖဲပနါဒုဒီးပကိတ်ပူၤနုတ်လိ.^{9,10} တတ်ဖျိတ်ဃာ်ဝဲဒုတ် နိတ်ကျိတ်ဘာ်အံၤ မၤတုလိစၢဝဲဒုတ်တတ်ရလိတတ်ဆါဃာ်တဖၣ်
လၢပုၤတဂၤဘုတ်တဂၤအဘၢ်စၢၤ မ့တ်မ့တ် တတ်ဘုတ်ကူဘုတ်ကဲခိဖျိတတ်ဆါဃာ်တဖၣ်နုတ်လိ.¹¹

နိတ်ကျိတ်ဘာ်မၤတုလိစၢဝဲဒုတ် တတ်ဆါဃာ်အတတ်ရလိသးလၢကလံၤကျိ



တတ်ဘုတ်ကဲတတ်ဆါဃာ် လၢအတတ်ရ
ထီၣ်တတ်ဆါအပနိတ်တဖၣ်

ဒီး



တတ်ဘုတ်ကဲတတ်ဆါဃာ် လၢအတတ်
ဖျိထီၣ်တတ်ဆါအပနိတ်တဖၣ်

တတ်ဖျိတ်နိတ်ကျိတ်ဘာ် ဒီးတတ်ဆဲးကသိတ်ဆဲးဒိသဒၢ မၤတုလိစၢဝဲဒုတ် COVID-19 အတတ်ရလိသး ဖဲကိတ်တဖၣ်အပူၤ ဒီးမၤတုလိစၢဝဲဒုတ် ကိတ်ဖိဒီးသရၣ်အတတ်ဘုတ်အိတ် လိဆိလိသးအနိတ်ဂိတ်နိတ်ဒုးအဂိတ်နုတ်လိ.

ကိတ်ဒုးအိတ်လိဆိအတတ်နုတ်ကျဲလၢ 2021-2022 တတ်ထီၣ်ကိတ်နုတ်အဂိတ် ဟ့ၣ်အါထီၣ်တတ်ပျဲလၢကိတ်ဖိတဖၣ် ကနုတ်လိပုၤဃုတ်
ဖဲတတ်ထီၣ်မၤလိတတ် ဖဲကိတ်ဖိတဖၣ်ဆဲးဘုတ်ဝဲဒုတ်ကသိတ်ဒိသဒၢ မ့တ်မ့တ် ဖျိတ်ဃာ်နိတ်ကျိတ်ဘာ်နုတ်လိ. ကိတ်ဖိတဖၣ် ဆဲးထီၣ်
မၤလိဒီးတတ်ဖဲကိတ် ဖဲအဘၢ်သဂၢ်ဒီးတတ်ဆါဝဲလိအလိခဲ သ့ဝဲ ဖဲလၢ-

- နဆဲးဘုတ်ကသိတ်ဒိသဒၢပုၤခဲလတ်.
- နဒီးပုၤတဂၤလၢ လၢအမၤကွၢ်သးအစၢဖျိလၢ အိတ်ဒီးတတ်ဆါဃာ်ခဲလၢလတ် ဖျိတ်နိတ်ကျိတ်ဘာ်.
- နဖျိတ်ဃာ်ဝဲဒုတ်နိတ်ကျိတ်ဘာ် N95 မ့တ်မ့တ် KN95, ဖဲလၢပုၤတဂၤလၢလၢအမၤကွၢ်သး အစၢဖျိလၢအအိတ်ဒီးတတ်ဆါဃာ်
မ့တ်မ့တ်ဖျိတ်ဃာ်ဝဲဒုတ်နိတ်ကျိတ်ဘာ်ဒုတ်လိအခါနုတ်လိ.



1. <https://s3-us-west-2.amazonaws.com/marriner-wpmedia/wp-content/uploads/2020/11/SeegertGaulinYangNavarroSanchez2020-web.pdf>
2. <https://www.idsociety.org/covid-19-real-time-learning-network/infection-prevention/masks-and-face-coverings-for-the-public/>
3. <https://pws.byu.edu/covid-19-and-masks>
4. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)31142-9/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)31142-9/fulltext)
5. <https://msphere.asm.org/content/5/5/e00637-20/article-info>
6. https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/wr/mm6928e2.htm?s_cid=mm6928e2_w

7. <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2768532>
8. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/more/masking-science-sars-cov2.html>
9. <https://science.sciencemag.org/content/368/6498/1422>
10. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/scientific-brief-sars-cov-2.html>
11. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)31142-9/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)31142-9/fulltext)