

အသက်အန္တရာယ်ရှိသောအုပ်စု



- သက်ကြီးရွယ်အိုများ
- ရောဂါတစ်ခုခုကူးစက်ခံထားရသောလူနာများ

SOURCE: WHO

သင်ဖျားနာလာရင်အခြားသူအားရောဂါမကူးစက်အောင်ဘယ်လိုပြုလုပ်ရမလဲ

- ကိုယ်ပူချိန်တက်ခြင်းနှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါလက္ခဏာတစ်ခုခုခံစားရခြင်း (ချောင်းဆိုး၊ အသက်ရှူကျပ်ခြင်း)၊ ခရီးထွက်ပြန်လာပြီးမှ ၁၄ ရက်အတွင်း ၎င်းဖော်ပြပါလက္ခဏာခံစားရပါက နီးစပ်ရာဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းသို့ အမြန်ဆုံးဆေးကုသမှုခံယူပါ။



- ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများကို မိမိ၏လတ်တလောခရီးသွားမှတ်တမ်းများ၊ မိမိနှင့်နီးနီးကပ်ကပ်ထိတွေ့မှုရှိသောသူများကို အမှန်အတိုင်းပြောပြပါ။
- အကယ်၍သင်သည် မကြာခင်ကမှ ခရီးကနေပြန်ရောက်လာပြီး ကိုယ်ပူချိန်တက်ခြင်းနှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါလက္ခဏာတစ်ခုခုခံစားရသောသူ (ချောင်းဆိုး၊ အသက်ရှူကျပ်ခြင်း) တို့နှင့် ထိတွေ့မှုရှိပါက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများကိုပြောပြပါ။ ၎င်းအသက်ရှူလမ်းကြောင်းရောဂါလက္ခဏာ ရှိသောသူ၊ ၎င်းလူ၏ခရီးစဉ်မှတ်တမ်းများကို ပါကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများကိုပြောပြပါ။
- သင်သည် COVID-19 test ကိုစစ်ဆေးဖို့လိုအပ်မှုရှိပါက မရှိကို ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းကသာဆုံးဖြတ်ပေးပါမည်။

SOURCE: CDC

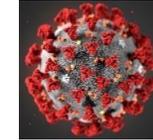
ကုသမှု

- COVID-19 ရောဂါကိုပျောက်အောင်ကုသဖို့ ဆေးမရှိသေးပါ။
- COVID-19၏ရောဂါလက္ခဏာကိုသာ သက်သာအောင်သာလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ယောက်က COVID-19 ရောဂါကူးစက်ခံရသည်ဟု သံသယရှိပါက ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများကို အကြောင်းကြားပါ။

SOURCE: CDC



COVID-19 ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ရောဂါအကြောင်း



စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန်လိုအပ်သော

အဓိကအန္တရာယ်ရှိသောလက္ခဏာများ



၁. အပူချိန် ၃၈ ဒီဂရီ စင်တီဂရိတ် ရှိခြင်း

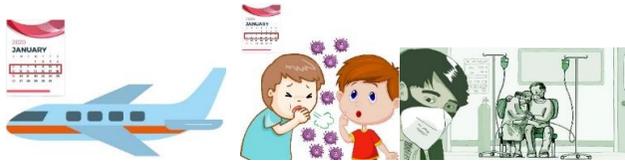
၂. ချောင်းဆိုးခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ နှာရည်ယိုခြင်း

၃. အသက်ရှူခက်ခဲခြင်း၊ အသက်ရှူကျပ်ခြင်း

အထက်ဖော်ပြပါ လက္ခဏာ နံပါတ် (၁) နှင့် အတူ နံပါတ် (၂) သို့မဟုတ် နံပါတ် (၃) တစ်ခုခုနှင့် တွဲဖက်ပါက သံသယလူနာအဖြစ်သတ်မှတ်ပါသည်။

သံသယရှိသောလူနာကို ၂၄နာရီအတွင်းမိမိသက်ဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများကို အကြောင်းကြားပါ။

သံသယလူနာနှင့်စောင့်ကြည့်လူနာ အဖြစ်သတ်မှတ်ခြင်း



၁.လတ်တလောအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါလက္ခဏာရှိသောလူနာ(ကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်းနှင့်အတူချောင်းဆိုးခြင်း(သို့မဟုတ်)အသက်ရှူကျပ်ခြင်း)၊အခြားအကြောင်းရင်းခံမရှိဘဲအထက်ဖော်ပြပါလက္ခဏာခံစားနေရသောသူ၊

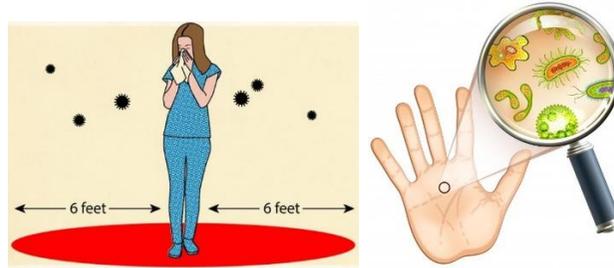
လွန်ခဲ့သော (၁၄) ရက်အတွင်းလက္ခဏာမပြခင် COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာကူးစက်ခံရသောနိုင်ငံသို့သွားရောက်ခဲ့သောသူ(သို့မဟုတ်)နိုင်ငံတွင်းရောဂါကူးစက်ဖြစ်ပွားသောနိုင်ငံသို့သွားရောက်လည်ပတ်ခဲ့သောသူ (ဥပမာကိုရီးယား၊ဂျပန်၊စင်ကာပူ၊ထိုင်း၊အီတလီ၊ဩစတြေးလျ၊ စသည်ဖြင့်)

၂.လတ်တလောအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါလက္ခဏာရှိသောလူနာ နှင့် လွန်ခဲ့သော (၁၄) ရက်အတွင်းလက္ခဏာမပြခင် COVID-19 ရောဂါကူးစက်ခံရသောသူ (သို့မဟုတ်) COVID-19 ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသောသူ တို့နှင့် ထိတွေ့မှုရှိသောသူ

၃.ပြင်းထန်သောအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာကူးစက်ခံရသောလူနာ(ကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်းနှင့်အတူချောင်းဆိုးခြင်း(သို့မဟုတ်)အသက်ရှူကျပ်ခြင်း) နှင့် ဆေးရုံသို့တက်ရောက်ကုသမှုခံယူရန်လိုအပ်သောသူနှင့်အခြားအကြောင်းရင်းခံမရှိဘဲအထက်ဖော်ပြပါလက္ခဏာခံစားနေရသောသူ SOURCE: WHO

ကူးစက်ခြင်း

လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ကူးစက်ခြင်း



-COVID -19ရောဂါလက္ခဏာရှိသောသူနှင့် အကွာအဝေး ဖြောက်ပေအတွင်း နီးနီးကပ်ကပ်ရှိသောသူ

-COVID-19 ကူးစက်ခံရသောလူနာ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာချေခြင်း မှ ထွက်လာသော အမှုန်အမွှား များမှတစ်ဆင့် မိမိ၏အသက်ရှူလမ်းကြောင်းထဲသို့ဝင်ရောက်ခြင်း



ရောဂါပိုးမွှားရှိသောအရာဝတ္ထု၊ မျက်နှာပြင် တို့ကို ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ပြီး ၎င်းမှတစ်ဆင့် မိမိ၏မျက်လုံး၊နှာခေါင်း၊ပါးစပ် တို့ကိုတိုက်ရိုက်ထိတွေ့ပါက ကူးစက်နိုင်သည်။

SOURCE: CDC

ရောဂါလက္ခဏာ



ရောဂါပျိုးရက်မှာ ၂ ရက်မှ ၁၄ ရက်ကြာသည်။ (ရောဂါပိုးကူးစက်ပြီးမှရောဂါလက္ခဏာပေါ်သည်အထိ)

- အပူချိန်တက်ခြင်း (၃၈ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်)
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- အသက်ရှူကျပ်ခြင်း

SOURCE: CDC

နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုး



- အဆုတ်ရောင်ရောဂါ
- လတ်တလောအသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာလက္ခဏာများ
- ရုတ်တရက်နှလုံးထိခိုက်ခြင်း
- ဒုတိယအကြိမ်ရောဂါပြန်လည်ကူးစက်ခံရခြင်း