

လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့/တၢ်ကဆဲးကဆိတၢ်ပီးတၢ်လီတဖၣ်အပူၤ  
နကထံၣ်ဘၣ်

တၢ်ပီးလီတစူၣ်အံၤလၢကတြီပဒီးနးဒီး COVID-၁၉  
သုတအါထီၣ်ဆူညါတဂ့ၢ်အဂီၢ်

နီၣ်တၢ်ကဆဲးကဆိ

ဆးပှၢ်

နနီၣ်ကစၢ်ဒီးပုၤလၢအအိၣ်ဘူးဒီးနၤ  
တဖၣ်ဒ်သီးကအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်  
နကဘၣ်သုကဆိနစုဒီးဆးပှၢ်ဒီးထံ  
အစ့ၤကတၢၢ်ကြၢးယံၣ်ဝဲအစးကး  
၂၀တလီၢ်လီၢ်.တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢနကဘၣ်  
သုကဆိနစုန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲတေ့ၤလၢနကတၢ်  
ကတီၢ်တၢ်အိၣ်,နဖိတၢ်အိၣ်အဖၢမုၢ်,နဖိတၢ်  
အိၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံ.ဖဲနထီၣ်တၢ်ဟးလီၢ်ဝံၤအလီၢ်ခံ,  
ဆိတလဲမိသၣ်ခံဘိၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံမ့ၢ်တမ့ၢ်သုက  
ဆိမိသၣ်တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီ.ဖဲနဆ့ၣ်နါဒုအ့ၣ်,  
ကိးမ့ၢ်တမ့ၢ်ကဆဲးဝံၤအလီၢ်ခံနကြၢၤသုစုလီၤ.



တၢ်သုကဆိဟံၣ်ယီ

တၢ်ထူးလီခီ

တၢ်ထူးလီခီ(sponge)အံၤတၢ်သုအီၤ  
လၢတၢ်ထူးကဆိလီခီဒီးဖၣ်ကပူၤအပီးအလီ  
တဖၣ်အဂီၢ်.စုၣ်စီၣ်ဒီးထံ,ကျဲယုၣ်ဒီးတၢ်ထံ  
လၢသုလီခီဒီးထူးအီၤအစ့ၤကတၢၢ်အယံၤဝဲ  
အစးကး ၂၀မ့ၢ်ဝံၤဒီးစုၣ်လီၤက့ၤန(sponge)  
လၢထံကလၢယုၣ်ဒီးတၢ်မၤသံတၢ်ဟံ  
အထံတမံးနံးဝံၤဒီးဟံယုၣ်ထီၤက့ၤအီၤ

ဆၣ်ပှၢ်ကမုၢ်

ဆၣ်ပှၢ်ကမုၢ်န့ၣ်ပသုအီၤလၢပကဆုၣ်တၢ်ကူတၢ်  
သီးဒီးတၢ်ကးဘၢနါဒုအဂီၢ်.လီၤဆိဒၣ်တၢ်ဖဲလၢ  
နဟးလၢတၢ်ချၢမ့ၢ်တမ့ၢ်ဖဲလၢနလဲၤအိၣ်သကိးထံၣ်  
လီၢ်သးဒီးပုၤဂၤတဖၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံတၢ်ကူတၢ်သီးဒီးတၢ်ကး  
ဘၢနါဒုတဖၣ်နကြၢးဆုၣ်အီၤဝဲအံၤဝဲအံၤလီၤ.



တၢ်ထံလၢတၢ်သုကဆိလီခီ

ထံအဝဲအံၤတၢ်သုအီၤလၢတၢ်ကသုကဆိလီခီ,ထံခွး  
ယုၣ်ဒီးဖၣ်ကပူၤအပီးအလီဝဲလၢၣ်ဖဲသုဝံၤ  
အလီၢ်ခံထီၣ်ဒီးတဘၣ်ပျဲပုၤ  
ဂၤသုနလီခီဒီးနထံခွးဘၣ်.



ထံဖဲ

ထံဖဲန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်သုအီၤလၢနဆုၣ်ဝဲတၢ်ကးဘၢ  
နါဒုဒီးတၢ်ကူတၢ်သီးတဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.

