

# နမူနာအိတ်တဆူနဲ့နဲ့ ဒီသဒါနသးဒီး COVID-19 အတိရလီအသးတက့ၢ်.

လိာတၢ်နီၤလိာမၤန့ၢ်သ့- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>

နမူနာအိတ်တဆူနီၤ COVID-19 မ့တမ့ၢ် ဆိမိၣ်လၢနအိတ်ဒီး COVID-19 န့ၣ်, လူၤတီၢ်မၤထွဲတၢ်ပတီၢ်တဖၣ်လၢလံာ်အံၤဒဲးသိးကမၤစၢၤ တၢ်ဒီသဒါပုၤအဝၢလၢ နဟံၣ်ပုၤဒီးပုၤတဝၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

## မ့တမ့ၢ်လၢ တၢ်လဲၤကူစါယါဘျါသးဘၣ်အမိ အိတ်လၢဟံၣ်တက့ၢ်.



- **အိတ်လၢဟံၣ်.** အါတက့ၢ်ပုၤလၢအိတ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆူးတၢ် ဆါလၢတဒိတ်ဘၣ်န့ၣ်အတၢ်ဆါလီၤမၤကိၣ်သ့ဖဲအိတ်လၢဟံၣ်လၢ တအိတ်ဒီးတၢ်လဲၤဒီးပုၤသးဘၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. မ့တမ့ၢ်လၢ တၢ်လဲၤ ကူစါယါဘျါသးဘၣ်အမိ တဘၣ်ဟးထီၣ်လၢဟံၣ်ပုၤတဝၢ. တဘၣ်လဲၤဆူတမ့ၢ်တၢ် လီၤတၢ်ကျဲတဖၣ်တဝၢ.
- **က့ၢ်ထွဲလီၤန့ၣ်သးတက့ၢ်.** အိတ်ဘျီအိတ်သိးဒီးအိတ်ထီၣ်တက့ၢ်.
- **မ့ၢ်လိာ်န့ၣ်လဲၤဒီးပုၤသးဘၣ်တက့ၢ်.** ကိးလိာ်တံၣ်ဆူ နကသံၣ်သရၣ်အအိတ် တချုးနလဲၤဆူအဝဲ သ့ၣ် အဝဲဒၢး လၢတၢ်က့ၢ်ထွဲအဂီၢ်တက့ၢ်. ဘၣ်ဆၣ်, နမူနာအိတ်ဒီး တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢ တၢ်သါထီၣ်သါလီၤ မ့တမ့ၢ် အိတ်ဒီး တၢ်ဘၣ်ထီၣ်ဘၣ်တီၢ်ဆါပနီၣ်အဝၢတဖၣ်န့ၣ်, ကိးလိာ်တံၣ်ဆူ 911 တဘျီယီၤလၢကမၤန့ၢ် တၢ်မၤစၢၤအဂီၢ်တက့ၢ်.
- **ဟးဆူးကမ့ၢ်ဝဲစိတံၣ်ဆူ.** တၢ်ဒီးသကိးသိလ့ၣ်, မ့တမ့ၢ် ထဲး(က)စိတ်တဖၣ်တက့ၢ်.

## အိတ်လိာ်ဖးလိာ်သးဒီးပုၤအဂၢၢ်ဒီးဆၣ်ဖိကိာ်ဖိလၢတၢ်ဘျီလၢဟံၣ် တက့ၢ်.



- **တသ့ဖဲအသ့န့ၣ်, အိတ်လၢဒၢးလိာ်လိာ်ဆဲးအပူၤ** ဒီးအိတ်ယံၤလိာ်သးဒီး ပုၤအဝၢဒီးဆၣ်ဖိကိာ်ဖိလၢနဟံၣ်ပုၤတက့ၢ်. မ့ၢ်သ့န့ၣ်, နကြားစူး ကါစ့ၢ်ကိးတၢ်လျာ်ထီၣ်လိာ်လိာ်အလီၤဆဲးလိာ်န့ၣ်လီၤ. နမူနာအိတ် ဒီးအိတ်ဘျီလိာ်သးဒီးပုၤအဝၢ မ့တမ့ၢ် ဆၣ်ဖိကိာ်ဖိတဖၣ်လၢဟံၣ် ပုၤ မ့တမ့ၢ် လၢဟံၣ်ချၢန့ၣ်, ဖျီၣ်ထီၣ်နီၣ်ကျါတၢ်ဘၣ်တံးညါတက့ၢ်.
  - နမူနာအိတ်ဒီးတၢ်သံက့ၢ်တဖၣ်ဘၣ်သးဒီးဆၣ်ဖိကိာ်ဖိလၢတၢ်ဘျီလၢဟံၣ်န့ၣ်, ကွၢ် COVID-19 ဒီးဆၣ်ဖိကိာ်ဖိတဖၣ်- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#COVID19animals>

## က့ၢ်ထွဲနတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်တက့ၢ်.



- **COVID-19 တၢ်ဆါပနီၣ်လၢတၢ်ထံၣ်ညါန့ၣ်တဖၣ်ပုၤဟံၣ်ဒီးတၢ်ကိာ်ထီၣ်ဒီး တၢ်ကူးန့ၣ်လီၤ.** တၢ်သါတလၢသါတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢ အနးဒိတ်လၢအဒိတ်မ့ၢ်ဝဲနတၢ်လဲၤဒီးပုၤသးလၢကသံၣ်သရၣ် န့ၣ်လီၤ.
- **လူၤဟံၣ်မၤထွဲတၢ်က့ၢ်ထွဲတၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်လၢဟံၣ်လၢဟံၣ်လီၤန့ၣ်ချၢ. တၢ်က့ၢ်ထွဲဒီးဟံၣ်ကဝဲတၢ်အိတ် ဆူအိတ်ချၢဝဲကျဲတက့ၢ်.** နဟံၣ်တဝဲတၢ်အိတ်ဆူအိတ်ချၢပုၤဘၣ်မ့ၢ်တဖၣ်ခါတဖၣ်တက့ၢ် လီၤန့ၣ်တၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်လၢတၢ်သမံသမိးကွၢ်နတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်တၢ် ဝ့ၢ်တၢ်ကျဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

နတၢ်ဆါမ့ၢ်န့ၣ်ထီၣ် **ဒဲးလၢဂီၢ်အူတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤပနီၣ်တဖၣ်** ထီၣ်လၢအဘၣ်သးဒီး COVID-19 န့ၣ် **လဲၤဒီးပုၤသးလၢကသံၣ်သရၣ်တဘျီတက့ၢ်.**

- ဝ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၤပနီၣ်တဖၣ်ပုၤဟံၣ်ဒီး\*-
- တၢ်သါတလၢသါ
  - တၢ်ဆါထီၣ်တီၢ် မ့တမ့ၢ် သးနီၣ်ပုၤဆါ
  - အိတ်ဒီးတၢ်သးဒုဒီလၢအိတ်ထီၣ်သီ မ့တမ့ၢ် မိပၢၢ်ထီၣ်တန့ၢ်
  - ထးခိတ်ဖိးမ့တမ့ၢ်မိသံၣ်ထီၣ်လါ

\*တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ တပၣ်ပုၤခဲလၢကတ့ၢ်. ဝဲသးစ့ၢ်သံက့ၢ်သိးဒီးပုၤလၢဟ့ၣ်လီၤန့ၣ် တၢ်အိတ် ဆူအိတ်ချၢ တၢ်က့ၢ်ထွဲလၢ တၢ်ဆါပနီၣ်အဝၢတဖၣ် လၢအနး မ့တမ့ၢ် တဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်ထီၣ်ဘၣ် တီၢ်လၢနဂီၢ်တက့ၢ်.

**နမူနာအိတ်ဒီးဂီၢ်ဂီၢ်အူတၢ်အိတ်ဆူအိတ်ချၢ. တၢ်ကဲထီၣ်သးန့ၣ် ကိးလိာ်တံၣ်ဆူ 911 တက့ၢ်.** နမူနာ အိတ်ဒီးဂီၢ်ဂီၢ်အူတၢ်အိတ်ဆူအိတ်ချၢ. တၢ်ကဲထီၣ်သးဒီး လိာ်ဘၣ်လၢ ကကိး 911 န့ၣ်, ဒုးသ့ၣ် ညါပုၤဖျိၣ်လိာ်တံၣ်ဆူန့ၣ်ဒီးမ့တမ့ၢ်ဆိမိၣ်လၢကအိတ်ဒီး, COVID-19 တက့ၢ်. မ့ၢ်သ့န့ၣ်, ဖျီၣ်ထီၣ်နီၣ်ကျါတၢ်ဘၣ်တံးညါလၢတၢ်အိတ်ဆူအိတ်ချၢ. တၢ်မၤစၢၤဟဲတုၤတက့ၢ်

## ကိးဆိလိာ်တံၣ်ဆူလၢနလဲၤဒီးပုၤသးဒီးကသံၣ်သရၣ်တက့ၢ်.



- **ကိးဆိလိာ်တံၣ်ဆူ.** တၢ်လဲၤဒီးပုၤသးလၢတၢ်အိတ်ဆူအိတ်ချၢ တၢ် ကွၢ်ထွဲအညီန့ၣ်အသိးတဖၣ်န့ၣ် ကတၢ်တၢ်သးယံၤထီၣ်တီၢ် တၢ်ဆါတတီၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤအိၤခီဖျါတၢ်ကိးလိာ်တံၣ်ဆူ မ့တမ့ၢ် telemedicine န့ၣ်လီၤ.
- **နမူနာအိတ်ဒီးတၢ်အိတ်ဆူအိတ်ချၢ. တၢ်သ့ၣ်ဆါပနီၣ်လၢတၢ်သးဒီးတၢ်ဆါကတီၢ်တသ့ဘၣ်န့ၣ်, ကိးလိာ်တံၣ် ဆူ နကသံၣ်သရၣ်တၢ်မလိာ်တက့ၢ်.** တၢ်အံၤကမၤစၢၤလၢ ဝဲဒၢးလၢ ကဒီသဒါ အဝဲသ့ၣ် အ တစၢ်အသးဒီးပုၤဆါအဝၢတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

## နမူနာအိတ်တဆူဘၣ်န့ၣ်, ဖျီၣ်နီၣ်ကျါတၢ်ဘၣ်တံးညါလၢ အကျါတၢ်ဘၣ်န့ၣ် ဒုးဒီးကိာ်ပူၤတက့ၢ်.



- **နကြးဖျီၣ်နီၣ်ကျါတၢ်ဘၣ်တံးညါလၢအကျါတၢ်ဘၣ်န့ၣ်** ဝဲနမ့ၢ်ဘၣ်အိတ် ဘျီဒီးပုၤအဝၢ မ့တမ့ၢ် ဆၣ်ဖိကိာ်ဖိတဖၣ်, ပုၤဟံၣ်ဒီး ဆၣ်ဖိကိာ်ဖိ တဖၣ် (လၢတၢ်ဘျီလၢဟံၣ် ခုၣ်လိာ်န့ၣ်လီၤ).
- နတလိာ်ဖျီၣ်နီၣ်ကျါတၢ်ဘၣ်တံးညါလၢအကျါတၢ်ဘၣ်န့ၣ်. နဖျီၣ်နီၣ်ကျါတၢ်ဘၣ်တံးညါ တၢ်ကိာ် ထီၣ် မ့ၢ်တသ့ဘၣ် (အဒိ, မ့ၢ်လၢသါတလၢသါ), အသိးကးဘၣ်တၢ်ကူးဒီး တၢ်ကဆဲလၢ ကျဲအဝၢတက့ၢ်. ဝဲကျဲစၢးအိတ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤအဝၢအစ့ၤကတၢ် 6 ခိတ်ထီၣ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤကမၤစၢၤ လၢတၢ်ဒီသဒါပုၤအိတ်လၢနယၢၤန့ၣ်လီၤ.

**တၢ်နီၣ်-** ဝဲ COVID-19 တၢ်ဆါသြိုၣ်ထီၣ်အသးန့ၣ်, နီၣ်ကျါတၢ်ဘၣ်တံးညါလၢတၢ်ညါန့ၣ်စူးကါ အိၤလၢတၢ်ဆါတဖၣ်တၢ်ဟံၣ်တီၢ်ယံၤအိၤလၢဆူချၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးပုၤလၢအလိာ်တၢ် ဆိတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် နတဘၣ်မၤ တၢ်တံးညါကျါလၢမိခီဖျါတၢ်စူးကါ တၢ် တမ့တမ့ၢ် တၢ်ဝဲဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.



[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

**ကားဘာနုတ်ကူးဒီးတၢ်ကဆဲတဖၣ်တက့ၢ်.**

- ကားဘာနုတ်ကူးဒီးနီၤဒီးထံးရှုစးခိ ဝဲနကူး မ့တမ့ၢ် ကဆဲအခါတက့ၢ်.
- တၢ်ကွၢ်ထံးရှုစးခိလၢတၢ်စူးကါအံၤ လၢတၢ်ဒိဒါအပူၤတက့ၢ်.
- သုနုတ်တၢ်ပုၤ ဒီးဆးပွၣ်ဒီးထံးအစ့ၤတက့ၢ် 20 စဲးကီးတက့ၢ်. ဆးပွၣ်ဒီးထံးမ့ၢ်တအိၣ်န့ၣ်, မၤကဆိနုတ်ဒီး ကဆဲတဖၣ် မၤကဆိနုတ်လၢအပၣ်ဃုၤဒီး သံးခိၣ်ထံ 60%တက့ၢ်.



**သ့ကဆိနုတ်အံၤခဲအံၤတက့ၢ်.**

- သုနုတ်အံၤခဲအံၤ ဒီးဆးပွၣ်ဒီးထံးအစ့ၤတက့ၢ် 20 စဲးကီးတက့ၢ်. တၢ်အံၤအခါဒိၣ်လီၤဆီဖဲ နုတ်နုတ်ဒီး, ကူး, မ့တမ့ၢ် ကဆဲအခါ, ဝဲနလဲၤဆူတၢ်လုၢ်ထံးလီၤ, ဒီးတၢ်ပုၤလၢအိၣ်တၢ်မ့တမ့ၢ်ကတၢ်တၢ်တၢ်အိၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.
- စူးကါတၢ်မၤကဆိနုတ် ဝဲဆးပွၣ်ဒီးထံးအိၣ်တၢ်အခါတက့ၢ်. စူးကါကဆဲတဖၣ်မၤကဆိနုတ်လၢအပၣ်ဃုၤဒီးသံးခိၣ်ထံးအစ့ၤတက့ၢ် 60%, သ့ကဆိနုတ်ဒီးဒီးဒီး ဒြၢ်ဒီးဒူးဒီးဒီး တပူၤဃီတုၤလၢအယုၤထီတက့ၢ်.



- ဆးပွၣ်ဒီးထံးတဖၣ် မ့ၢ်တၢ်ဃုတၢ်လၢအဂ့ၢ်ကတၢ်, လီၤဆီဒၣ်တၢ်ဝဲနထံၣ် နုတ်နုတ်အာန့ၣ်လီၤ.
- ဟးဆဲးတၢ်ဖိၣ်ဘၣ် မနုတ်ချံ, နီၤဒီး, ဒီးထံးခိၣ်လၢ စုလၢတသ့တၢ်အသးတဖၣ်တက့ၢ်.

**ဟးဆဲးတၢ်စူးကါသကိးဟံၣ်ဃီတၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖၣ်တက့ၢ်.**

- တဘၣ်နီၤဟ့ၣ်လီၤသးလၢ လီၤခိ, ထံးအိၣ်ခွဲ, လုၢ်ဖးထံးခွဲ, တၢ်အိၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖၣ်, တၢ်ထွါ, မ့တမ့ၢ်လီၤမိဒီးပုၤအဝၢလၢနဟံၣ်ပူၤန့ၣ်ဘၣ်.
- သ့တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖၣ်လီၤတၢ်လံၤဆဲးဝဲနစူးကါအံၤအလီၤခဲ ဒီးဆးပွၣ်ဒီးထံး မ့တမ့ၢ်ဖၢနုတ်အိၣ်လၢစဲးသ့လီၤခိအပူၤတက့ၢ်.



**မၤကဆိနုတ်မံၤဖဲခိၣ်လၢ? တၢ်ဖိၣ်ညီၣ်န့ၣ်/အံၤကိးန့ၣ်ဒဲးတက့ၢ်.**

- မၤကဆိနုတ်မၤသံတၢ်ဆါအဖၢၢ် ဖဲ တၢ်လီၤလၢ တၢ်ဖိၣ်ညီၣ်န့ၣ်အိၣ်ထီတိ အမံၤဖဲခိၣ်လၢန "တၢ်ဆိးကုအခါဒီး" ဒီးတၢ်လုၢ်ထံးဒါးန့ၣ်တက့ၢ်. ပုၤပုၤအဝၢမၤကဆိနုတ်မၤသံတၢ်ဆါအဖၢၢ်လၢတၢ်လီၤမံၤဖဲခိၣ်လၢတၢ်ဖိၣ်ညီၣ်န့ၣ်တဖၣ်, တၢ်ဆၢတမ့ၢ်နုတ်လီၤမိဒါးဒီး တၢ်လုၢ်ထံးလီၤတၢ်ညီၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ် မ့တမ့ၢ် ပုၤအဝၢမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်လၢမၤကဆိနုတ် မ့တမ့ၢ် မၤသံတၢ်ဆါအဖၢၢ် လၢပုၤဆါအလီၤမိဒါး မ့တမ့ၢ် တၢ်လုၢ်ထံးလီၤန့ၣ်, အဝဲသ့ၣ်ကြၢၢ်မၤဒဲးတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်အသးလီၤ. ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်/ပုၤအဝၢ ကြၢၢ်ဖျိၣ်န့ၣ်ကျၢၢ်ဘၢမံၤဒီး တသ့ဝဲအသ့ အိၣ်ဒီးတုၤပုၤဆါစူးကါတၢ်လုၢ်ထံးဒါးအလီၤခဲလီၤ.



တၢ်လီၤမံၤဖဲခိၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဖိၣ်ညီၣ်န့ၣ်အိၣ်ပုၤဃုၤဒီး လီၤတမိ, ရံၣ်မိးခိၣ်ကြိ(လ), စီၤနီၤခိၣ်ဖးထီ, လီၤဆူၣ်နီၤဖိခိၣ်, ပဲကြိစ့စိၣ်, တၢ်လုၢ်ထံးလီၤတၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖၣ်, တၢ်ဟးလီၤ, ခိၣ်ဗျူထၢၣ်စ့စိၣ်, ထံးဘလဲး (tablets) ဒီးစီၤနီၤခိၣ်အကဝၢန့ၣ်လီၤ.

- မၤကဆိနုတ်မၤသံတၢ်ဆါအဖၢၢ်တဖၣ်ဖဲ တၢ်လီၤလၢကအိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်, တၢ်အ့ၣ်, မ့တမ့ၢ် နီၤခိၣ်ပုၤအထံ အနီၤ တဖၣ်တက့ၢ်.

- စူးကါ တၢ်မၤကဆိနုတ်ဒီး ကသံၣ်ထံးမၤသံတၢ်ဆါအဖၢၢ်တဖၣ်တက့ၢ်. မၤကဆိတၢ်လီၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ပိးတၢ်လီၤလၢ ဆးပွၣ်ဒီးထံး မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်ဆးပွၣ်ထံးအဝၢ ဖဲအဘၣ်အာန့ၣ်တက့ၢ်. ဝံးဒီးစူးကါကဆဲတဖၣ်မၤကဆိနုတ်ဃီတၢ်ပိးတၢ်လီၤတက့ၢ်.

- မၤလီၤတၢ်လၢကလူၤဟီၤမၤထွဲတၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်လၢ လီၤမံၤပနီၣ်အပူၤ ဒ်သိးကမၤလီၤတၢ် တၢ်ပူၤဖျဲးဒီးတၢ်စူးကါပနီၣ်တဖၣ်လီၤတၢ်လီၤဆဲးအဝၢတက့ၢ်. ပနီၣ်တဘျုးမံၤ တၢ်ပူၤတၢ်ပူၤဖျဲးဒီးလၢ ကတၢ်တၢ်မံၤဖဲခိၣ်တဖၣ် ဘၣ်ခိၣ် လၢတဘျုးမံၤဒီး ဒ်သိးကမၤလီၤတၢ်လၢတၢ်မၤသံတၢ်ဖိယၢ်အဝၢန့ၣ်လီၤ. ပနီၣ်တဘျုးမံၤ တၢ်ပူၤတၢ်ပူၤဖျဲးဒီးမ့ၢ်ကီးလၢ တၢ်ဒူးပလီၤဆိဒ်အမ့ၢ်တၢ်ဖျိၣ်စ့ဖျိၣ်ဒီးမၤလီၤတၢ်လၢနအိၣ်ဒီးတၢ်ပျဲၣ်န့ၣ်လီၤတလီၤ ဖဲတၢ်စူးကါပနီၣ်အခါန့ၣ်တက့ၢ်.
- လအါတက့ၢ် ကသံၣ်ထံးမၤသံတၢ်ဆါအဖၢၢ်လၢ တၢ်ဆဲးလီၤမံၤဖဲ EPA လၢတၢ်စူးကါအိၣ်လၢတၢ်ပူၤဃီပူၤတဖၣ်တၢ်စူးကါအိၣ်ကြၢၢ် သ့န့ၣ်လီၤ.

**န့ၣ်ဘၣ်ဟံၣ်ပတုၤတၢ်အိၣ်လီၤဖျိၣ်လၢဟံၣ်ဒဲးလဲၣ်**

- ပုၤလၢ အိၣ်ဒီး COVID-19 လၢအိၣ်လၢဟံၣ် (အိၣ်လီၤဖျိၣ်အသးဒီးပုၤ ကလၢဟံၣ်) ဆိကတၢ်တၢ်အိၣ်လီၤဖျိၣ်လၢဟံၣ်သ့ လၢတၢ်အိၣ်သးလၢအတီၢ်ထီၣ်အခါတဖၣ်အံၤအဖီလၢ-



- န့ၣ်တမၤကွၢ်န့ၣ်သး လၢကဆၢတၢ်ဝဲလၢ မ့ၢ်န့ၣ်တၢ်ကွၢ်သ့ခါန့ၣ် နဟးထီၣ်လၢ ဟံၣ်သ့ဖဲတၢ်သၢမံၤလၢလၢကတၢ်ထီၣ်အသးအခါန့ၣ်လီၤ-
- န့ၣ်တၢ်ကီၢ်တထီၣ် အစ့ၤတက့ၢ်လၢ 72 န့ၣ်ရံၣ် အကတီၢ် (လၢသၢနီၤသၢသီပုၤ ပုၤ လၢတအိၣ်ဒီး တၢ်စူးကါကသံၣ်ဖိၣ်လၢအမၤစ့ၤလီၤတၢ်ကီၢ်တဖၣ်)

- ဒီး
- တၢ်ဆါကွၢ်ပနီၣ်အဝၢတဖၣ် ကိညၢာ်ထီၣ် (အဒိ, ဝဲနကူး မ့တမ့ၢ် သါတလၢသါ ကိညၢာ်ခိၣ်ထီၣ်)
- ဒီး
- အစ့ၤတက့ၢ်ပူၤကွၢ် 7 သီ စးထီၣ်လၢနတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ် အိၣ်ဖျိၣ်ထီၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

- န့ၣ်တမၤကွၢ်န့ၣ်သး လၢကဆၢတၢ်ဝဲလၢ မ့ၢ်န့ၣ်တၢ်ဆါအဖၢၢ်တဖၣ် တၢ်ကီၢ်တၢ်သ့ခါန့ၣ်, နဟးထီၣ်လၢ ဟံၣ်သ့ဖဲ တၢ်သၢ မံၤအံၤအိၣ်ထီၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.
- န့ၣ်တၢ်ကီၢ်တထီၣ်လၢ (လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်စူးကါကသံၣ်ဖိၣ်လၢအမၤစ့ၤလီၤတၢ်ကီၢ်တဖၣ်)

- ဒီး
- တၢ်ဆါကွၢ်ပနီၣ်အဝၢတဖၣ် ကိညၢာ်ထီၣ် (အဒိ, ဝဲနကူး မ့တမ့ၢ် သါတလၢသါ ကိညၢာ်ခိၣ်ထီၣ်)
- ဒီး

- န့ၣ်တၢ်ကီၢ်တထီၣ်လၢ တၢ်ဆါအိၣ်တၢ်ခိၣ်ဘၣ်ခိၣ်ဘၣ်လၢ ဖဲတၢ်မၤကွၢ်တဖၣ် အိၣ်ယံၤလီၤသး 24 န့ၣ်ရံၣ်န့ၣ်လီၤ. န့ၣ်သံၣ်သရၢၣ်တလူၤဟီၤမၤထွဲ CDC အတၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

လၢတၢ်ဂ့ၢ်ကိးမံၤဒဲးန့ၣ်, လူၤဟီၤမၤထွဲပုၤလၢဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်ချ့, တၢ်မၤစၢၤဒီးဟံၣ်ကဝံၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, ဝဲကျိၢ်တဖၣ် အတၢ်န့ၣ်လီၤတက့ၢ်. တၢ်ဆၢတၢ်လၢကဆိကတီၢ်တၢ်အိၣ်ဖျိၣ်လၢဟံၣ်ကြၢၢ်တၢ်မၤအိၣ်လၢတၢ်ကတၢ်သးတၢ်ဒီး ပုၤလၢဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်ချ့, တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီးကီၢ်မံၤဒဲးဟံၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, ဝဲကျိၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဟံၣ်တၢ်တၢ်ဆၢတၢ်တဖၣ်ဒီးသန့ထီၣ်အသးလၢဟံၣ်တၢ်တၢ်အိၣ်သးအဖီခိၣ်န့ၣ်လီၤ.