

ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ချင့်ချိန် ဆင်ခြင်သော ဆောင်းကာလ ဖြစ်ပါစေ။



ရောဂါပြင်းထန်စွာဖြစ်ပေါ်သည့်အန္တရာယ် လျော့နည်းစေရန် **ထိုးရန်လိုအပ်သည်** COVID-19၊ တုပ်ကွေးနှင့် RSV ကာကွယ်ဆေးများကို ထိုးထားပါ။



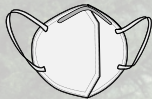
ဖျားနာနေပါက **အိမ်၌နေပြီး COVID-19 စစ်ဆေးပါ။** ပထမအကြိမ်ပဋိပစ္စည်း စစ်ဆေး၍ မတွေ့ပါက၊ ၂၄ နာရီမှ ၄၈ နာရီအကြာတွင် နောက်ထပ်စစ်ဖြစ်အောင် စစ်ပါ။ ရောဂါလက္ခဏာများ ပိုမိုဆိုးရွားလာပါက သို့မဟုတ် သင်၌စိုးရိမ်နေသည်များ ရှိပါက၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပေးသူကို ဆက်သွယ်ပါ။



COVID-19 စစ်ဆေး၍ ပိုးတွေ့ပါက **ကုသဖို့အစီအစဉ်တစ်ရပ်ထားရှိပါ။**



တွေ့ဆုံပွဲများကို လူအနည်းငယ်နှင့်သာ ပြင်ပ၌ သို့မဟုတ် **လေဝင်လေထွက်ကောင်းသည့်နေရာ၌** ပြုလုပ်ပါ။



အထူးသဖြင့် သင်သည် (အသက် ၆၅ နှစ်ကျော်ရှိပြီး/သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးအခြေအနေအချို့ ရှိသူ) ရောဂါပြင်းထန်ဖို့ အန္တရာယ်အလားအလာ ပိုများပါက အဆောက်အအုံအတွင်း အများပြည်သူရှိသည့် အနေအထား၌ **နှာခေါင်းစည်းတပ်ဖို့** စဉ်းစားပါ။



လက်များကို မကြာခဏဆေးပြီး နှာချေချောင်းဆိုးသည့်အခါ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်တို့ကို ဖုံးအုပ်ထားပါ။

