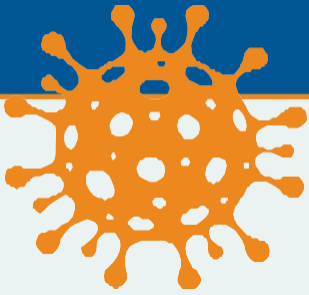


အချက်အလက်များအား သိရှိထားပါ

COVID-19 အကြောင်း



COVID-19 ဆိုတာဘာလဲ။

COVID-19 သည် တုပ်ကွေးရောဂါ အသစ်တစ်မျိုးဖြစ်ပြီး အအေးမိခြင်းကဲ့သို့သော နာမကျန်းမှုမျိုးဖြစ်ကာ နိဗယ်ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်း ဖြစ်သည်။ လူအများစုမှာ အားပျော့သော ရောဂါလက္ခဏာများကိုသာ တွေ့ကြုံရသော်လည်း အချို့မှာမူ အပြင်းအထန် နာမကျန်းဖြစ်ကာ ဤရောဂါပိုးကူးစက်မှုကြောင့် အသက်ပင် သေဆုံးကြရသည်။ COVID-19 သည် ကူးစက်ပျံ့နှံ့နိုင်ခြေ အလွန် မြင့်မားသည်။ ပြင်းထန်စွာ နာမကျန်းခံစားရသူများအတွက် အထောက်အကူ ပြုပေးနိုင်သော ဆေးဝါးများ ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် ရှိသော်လည်း ထိရောက်သော ကုသမှုဟူ၍ မရှိသေးပါ။

ပါးစပ်၊ လည်ချောင်း၊ မျက်စိ သို့မဟုတ် အဆုတ်ရှိ စိုစွတ်သောမျက်နှာပြင်များဖြင့် ထိတွေ့မိရာမှတစ်ဆင့် အခြားသူများအား ရောဂါပိုးကူးစက်သွားစေသည်။ အများအားဖြင့် ဤအခြင်းအရာသည် လူအများ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး နီးကပ်စွာရှိနေချိန် - ခြောက်ပေ အတွင်း ရှိနေချိန်များတွင် ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြေရှိသည်ဟု လက်ခံထားကြသည်။ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးရှိနေသော အရာဝတ္ထုတစ်ခုအား တစ်ဦးတစ်ယောက်မှ ထိတွေ့ကိုင်တွယ်မိပြီးနောက် မိမိ၏ ပါးစပ်၊ မျက်စိ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းတို့အား ပြန်လည်ထိကိုင်မိသည့်အခါတွင်လည်း COVID-19 သည် ကူးစက်ပျံ့နှံ့သွားနိုင်သည်။

COVID-19 ၏ ရောဂါလက္ခဏာများမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်ပြီး ၎င်းသည် မည်မျှ ပြင်းထန်နိုင်သနည်း။

COVID-19 ကူးစက်ခံရသည့်အခါတွင် လူနာများသည် ရောဂါလက္ခဏာ အမျိုးမျိုးအား တွေ့ကြုံရနိုင်သည်။ ရောဂါပိုးကူးစက်ခံထားရသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ယေဘုယျအားဖြင့် မည်သည့် ရောဂါလက္ခဏာများကိုမျှ တွေ့ကြုံရခြင်း မရှိသည်သော်လည်းကောင်း အအေးမိခြင်း သို့မဟုတ် တုပ်ကွေးတို့နှင့် အလားသဏ္ဍာန်တူသော အလွန် အားပျော့သည့် ရောဂါလက္ခဏာများကို သော်လည်းကောင်း တွေ့ကြုံရပါသည်။



ကိုရိုနာ ဗိုင်းရပ်စ် မည်ကဲ့သို့ ပြန့်ပွားသနည်း။

အဓိကအားဖြင့် ရောဂါလက္ခဏာပြသသည်ဖြစ်စေ ရောဂါလက္ခဏာမပြသသည်ဖြစ်စေ ရောဂါပိုး ကူးစက် ခံထားရသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် ချောင်းဆိုး၊ နှာချေ သို့မဟုတ် စကားပြောသည့်အခါများတွင် ထွက်သော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှထွက်သည့် အရည်စက်များ မှတစ်ဆင့် COVID-19 သည် ကူးစက်ပျံ့နှံ့ပါသည်။ ဤအရည်စက်များသည် တစ်စုံတစ်ဦး၏ နှာခေါင်း၊

အခြားသူများမှာမူ အလွန်ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများကို တွေ့ကြုံခံစားကြရပြီး ဆေးရုံတက်ရောက်ခြင်း၊ ဆေးဝါးကုသမှုနှင့် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အသက်ရှူစက်တပ်ထားရန်ပင် လိုအပ်ကြသည်။ ဤသို့ ပြင်းထန်ပြီး အသက်အန္တရာယ်ကိုပင် ခြိမ်းခြောက်နေသည့် ရောဂါလက္ခဏာများကို တွေ့ကြုံခံစားရသူ အများစုမှာ အသက်ကြီးသူများ နှင့် အခြားရောဂါအခံရှိထားကြသူများ ဖြစ်သည်။ ကလေးများနှင့် လူငယ်များအပြင် ကျန်းမာသော အရွယ်ရောက်ပြီးသူများတွင်လည်း ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာအား တွေ့ကြုံခံစားကြရပြီး ဆေးရုံတက်ရောက်ရန် လိုအပ်ခဲ့သော လူနာမှတ်တမ်းများကိုလည်း တွေ့ရှိခဲ့ရသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ



ချောင်းဆိုးခြင်း



ချမ်းစိမ့်စိမ့်ဖြစ်ခြင်း



ဖျားခြင်း



လည်ချောင်းနာခြင်း



ကြွက်သားကိုက်ခဲခြင်း



အသက်ရှူကျပ်ခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း



လတ်တလော အနံ့ သို့မဟုတ် အရသာ ပျောက်ဆုံးခြင်း



မည်သူများသည် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိသနည်း။

ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိပါသည် - ဤဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးမှ တစ်ဦးထံသို့ အလွယ်တကူ ကူးစက်သွားနိုင်သည်။ ရောဂါလက္ခဏာ အနည်းငယ်မျှသာရှိသူ သို့မဟုတ် လုံးဝမရှိသူများတို့ထံမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့သွားသော အခြေအနေများအားလည်း တွေ့ရှိခဲ့ရသည်။ သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ နာတာရှည် ရောဂါရှိသူများ၊ အုပ်စုလိုက် စောင့်ရှောက်မှု ခံယူသည့် အနေအထားတွင် ရှိနေကြသူများနှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်သားတို့သည် အထူးသဖြင့် အသက်အန္တရာယ်အား ခြိမ်းခြောက်နေသည့် နာမကျန်းမှု ဖြစ်နိုင်ခြေဖြင့် ပိုမို တွေ့ကြုံရနိုင်ကြောင်း ယခုအခါ ကျွန်ုပ်တို့ နားလည်ထားကြသည်။



ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားလူများကို မည်သို့ ကာကွယ်ရမည်နည်း။

သင်လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် အဆင့်များတွင်-

- လူအများကြားထဲတွင် ရှိနေချိန်၌ သင်၏ ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းအား ဖုံးအုပ်ထားပါ - ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းကို ဝတ်ဆင်ပါ

- သင့် လက်များအား မကြာခဏ ဆေးကြောပါ
- သင့် အိမ်ထောင်စုပြင်ပမှ အခြားသူများနှင့် ခြောက်ပေ (ခြေလှမ်းကြီး နှစ်လှမ်းစာ) အကွာအဝေးခြား၍ နေထိုင်ပါ (ခပ်ခွာခွာနေထိုင်ခြင်း)
- လူထူထပ်သော နေရာများအား ရှောင်ကြဉ်ပါ
- နေမကောင်းဖြစ်ပါက နေအိမ်တွင် နေထိုင်ပြီး အခြားသူများနှင့် ခပ်ခွာခွာ နေပါ
- ထိတွေ့မိသော မျက်နှာပြင်များနှင့် အရာဝတ္ထုများတို့အား သန့်စင်ပြီး ပိုးသတ်ပါ
- အလုပ်ထဲတွင် ရှိနေစဉ် သို့မဟုတ် လူအများကြားထဲ ပြင်ပတွင် ရှိနေစဉ် သင့်တွင် ရောဂါလက္ခဏာများအား တွေ့

ကြုံခံစားလာခဲ့ရလျှင် အိမ်ပြန်ပြီး တစ်ဦးတည်းသီးသန့် ခွဲခြားနေထိုင်ကာ သင်အား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးသူထံ ဆက်သွယ်ပါ

- နှာချေတော့မည်ဆိုလျှင် - အခြားသူများနှင့် ခပ်ဝေးဝေးသို့ သွား၊ သင်၏ ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းအား ဖုံးအုပ်၍ (ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းအား ဝတ်ဆင်ထားချိန်၌ပင်လျှင် တစ်ရှူး သို့မဟုတ် တံတောင်ဆစ်ဖြင့် အုပ်၍) နှာချေပါ
- သင်သည် သက်ကြီးရွယ်အိုတစ်ဦး ဖြစ်လျှင် သို့မဟုတ် အခြားရောဂါအခံရှိလျှင် - အိမ်၌သာ နေထိုင်ပါ။ အခြားသူများနှင့် အနီးကပ် သို့မဟုတ် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထိတွေ့မှုများအား ရှောင်ကြဉ်ပါ

စာရွက်စာတမ်းများ ရယူ ဖတ်ရှုခွင့်- မသန်စွမ်းသူများ သို့မဟုတ် အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကားမှလွဲ၍ အခြားသော ဘာသာစကားတစ်ခု အသုံးပြု ပြောဆိုသူများ အစရှိသူတို့အတွက် OHA သည် အခြားဘာသာစကားများ၊ စာလုံးအကြီးဖြင့် ပုံနှိပ်ခြင်းများ သို့မဟုတ် မျက်မမြင်စာ အစရှိသဖြင့် အခြား ပုံစံများဖြင့် အချက်အလက်များကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များ စင်တာ 1-971-673-2411 ၊ TTY 711 သို့မဟုတ် COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us သို့ ဆက်သွယ်ပါ။

