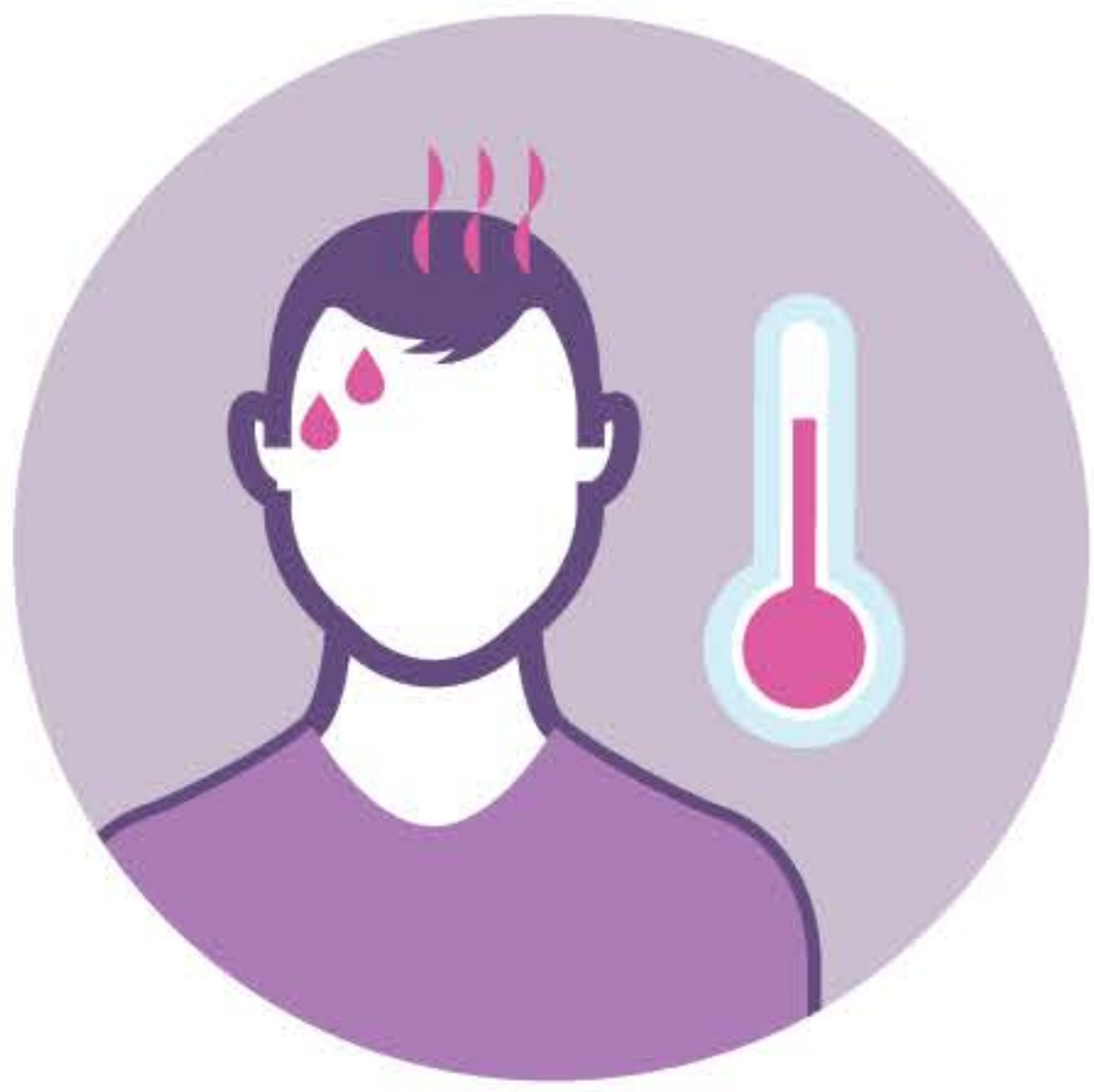


ကိုဗစ် - 19 ၏ရောဂါလက္ခဏာများ



အပူရှိခြင်း



ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်း



အသက်ရှူကြပ်ခြင်း



လည်ချောင်းနာခြင်း

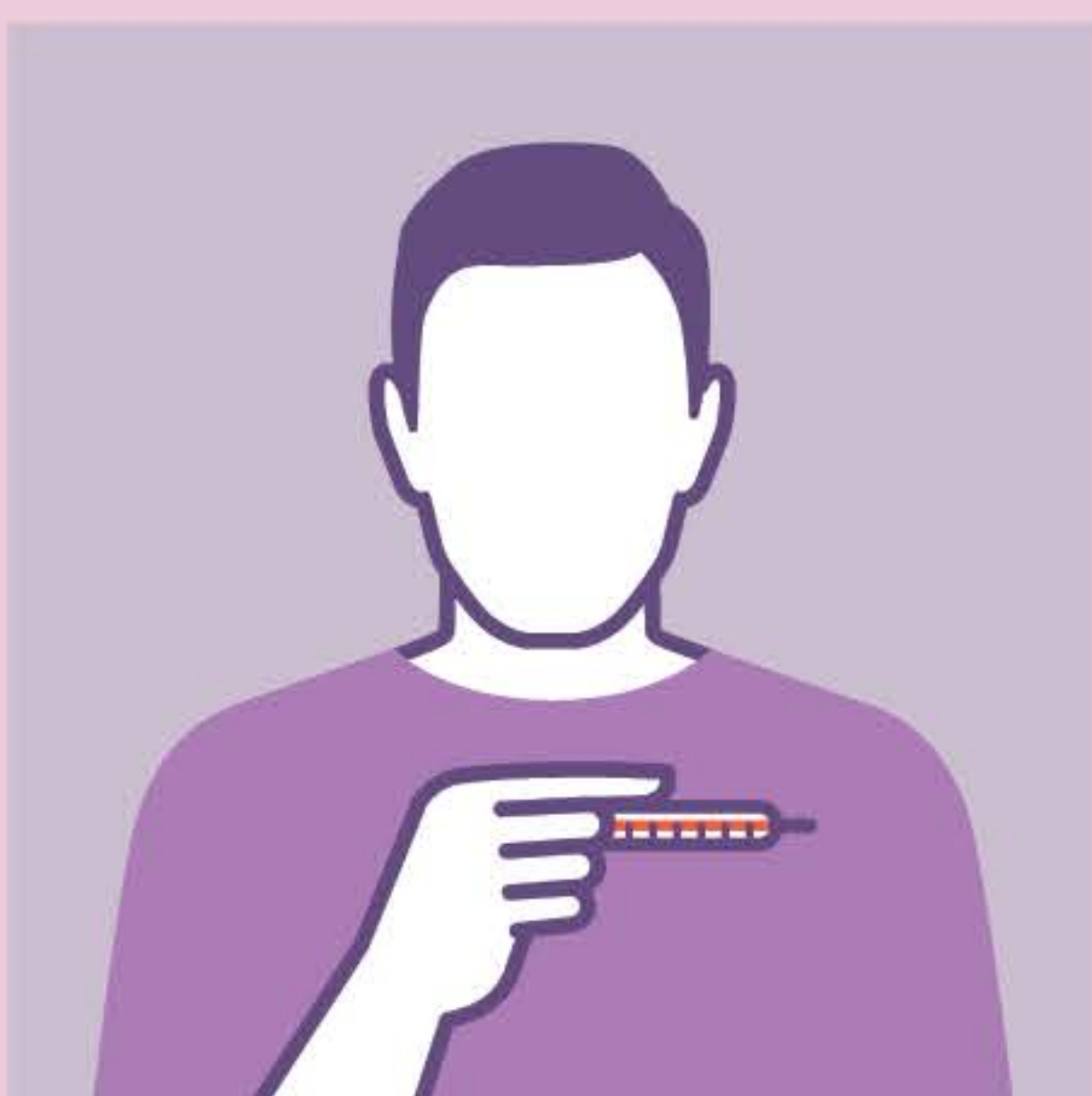
ကိုဗစ်ရောဂါရှိသူနှင့်သင်အနီးကပ်ဆုံးရှိခဲ့သော (သို့) ကိုဗစ်ရောဂါလက္ခဏာများခံစားရသော် သင်ဘာလုပ်မလဲ။



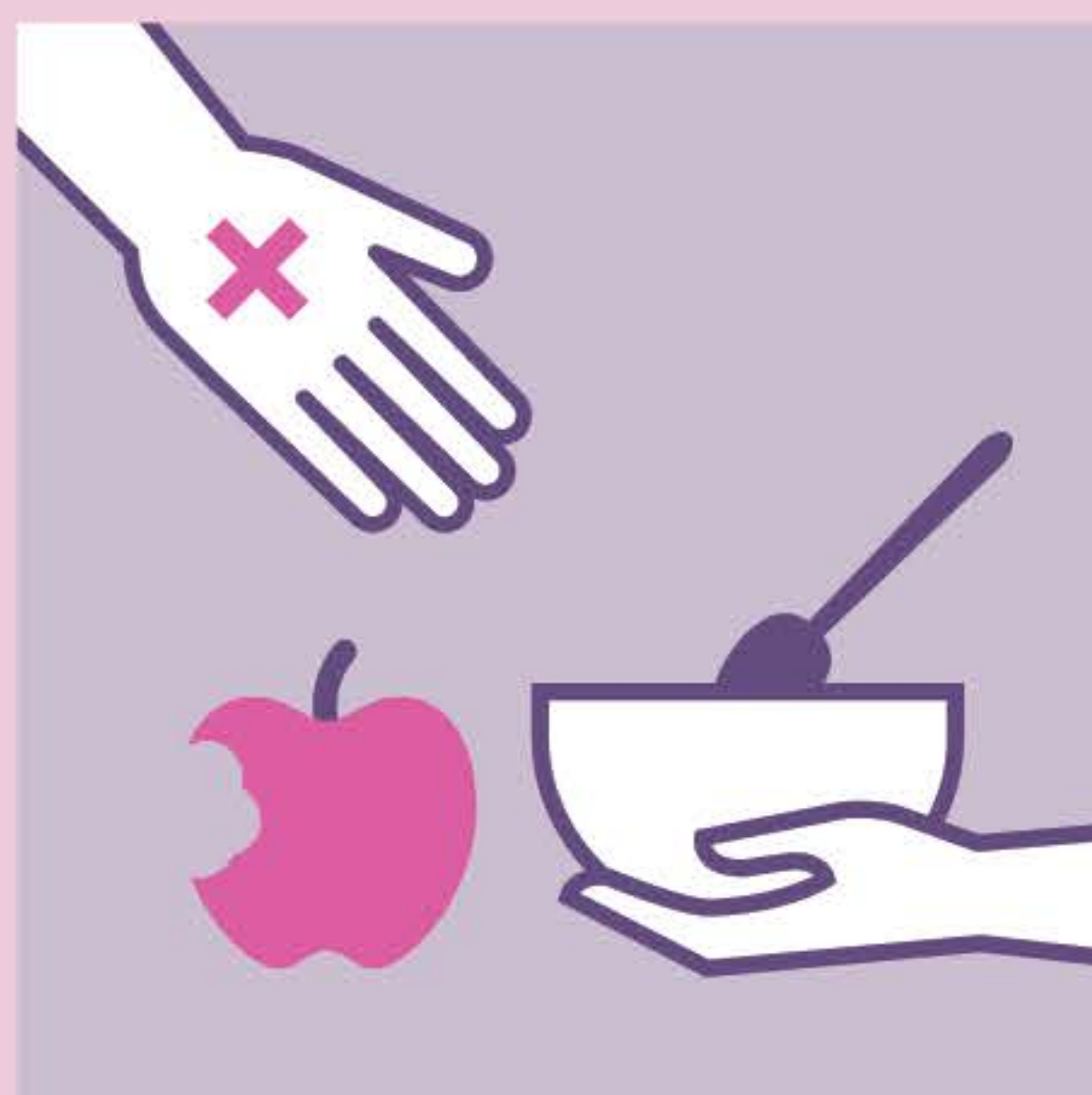
သင်နေမကောင်းဖြစ်ခဲ့လျှင် ဆရာဝန်ဆီသို့ပြပါ (သို့) နေအိမ်တွင်သီးသန့်ခွဲနေပါ။



ကိုယ်ကိုယ်တိုင် သီးသန့်နေပြီးအခြားသူများနှင့် ထိတွေ့မှု မပြုလုပ်ပါနှင့်။



သင့်ကျန်းမာရေးကို အမြဲမပြတ်လေ့လာပြီး အပူချိန်ပုံမှန်တိုင်းပါ။



အစားအသောက်များ ပန်းကန်ခွက်များကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်းမပြုရ။



လက်ကိုမကြာခဏဆေးပြီး အသုံးပြုပြီးသော တစ်ရှူးများကို အမှိုက်ပုံးထဲသို့တိုက်ရိုက်ထည့်ပါ။



မိမိ၏အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ၊ အိမ်အသုံးအဆောင်များနှင့် မကြာခဏထိတွေ့မိသောနေရာများကို ပိုးသတ်ဆေးရည်ဖြင့် ဆေးကြောသန့်စင်ပါ။

ရောဂါအစပျိုးခြင်းကာလ



လက္ခဏာ၏သက်ရောက်မှု ၁ - ၁၄ ရက် အတွင်း



သတိပေးချက်

သင့်အနေနှင့်ရောဂါလက္ခဏာများ မပြပေးမဲ့ သင်တွင်ရောဂါပိုး ရှိနေနိုင်သည်။