**တၢ်အၢၣ်လီၤဟ့ၣ်ခွဲးလံာ်ကွီၣ်ဒိလၢ တၢ်မၤကွၢ်နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢလၢ COVID-19 တၢ်ဆါလၢအရၤလီၤအသးချ့**

|  |
| --- |
| ကၠိဖိအမံၤ- |
| ကၠိဖိအိၣ်ဖျဲၣ်နံၤသီ- |
| ကၠိ- |
| မိၢ်ပၢ်/ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိအမံၤ- |
| ဟံၣ်အလီၢ်အိၣ်ဆိးထံး- |
| လီတဲစိနီၣ်ဂံၢ်- |

**ဝံသးစူၤဖးလီၤတံၢ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါတၢ်ဟ့ၣ်ခွဲးလံာ်ဘိးဘၣ်ဒီး ဆဲးလီၤ စုမံၤဒ်သိးကဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမီၤလၢကစဲးကွၢ် COVID-19တၢ်ဆါ အဂီၢ်တက့ၢ်.**

1. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ တၢ်စဲးကွၢ် COVID-19 တၢ်ဆါလၢ ကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထးအံၤကဘၣ် တၢ်မၤအီၤခီဖျိ တၢ်စဲးကွၢ် နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢ လၢဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်လၢ ဝၣ်ၡၢၣ်တၢၣ်ကီၢ်စဲၣ် ဆူၣ်ချ့ ဝဲၤကျိၤ (Washington State Department of Health) ဒီး တူၢ်လိာ်သ့ၣ်ညါ ယဲလၢ *နီၢ်တဂၤလၢ်လၢ် အတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤနီၢ်နီၢ်လံာ်က့* လၢ ***<insert name of test>*** တၢ်စဲးကွၢ်အံၤအဂီၢ်န့ၣ် တၢ်ကပျဲယဒိးန့ၢ်ဘၣ် အီၤလီၤ.
2. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ ကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထးအတၢ်သ့ဒိးန့ၢ် ဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်အံၤ သန့ၤအသးလၢ တၢ်မၤကွၢ်တၢ်ဆါပီးလိတဖၣ်အိၣ်တအိၣ်အဖီခိၣ်လီၤ.
3. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ ပှၤလၢအစဲးကွၢ်န့ၢ်တၢ်ဆါအံၤတမ့ၢ် မၤဝဲဒ် ကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထးတဂၤ အကသံၣ်သရၣ် ကွၢ်ထွဲတၢ်တဂၤအသိးဘၣ်လီၤ. တၢ်စဲးကွၢ်အံၤတၢ်လဲလိာ်အီၤဒီး ကသံၣ်သရၣ်ကွၢ်ထွဲတၢ်အတၢ်ကူစါယါဘျါ တသ့ ဘၣ်လီၤ. ယအိၣ်ဒီးမူဒါခဲလၢာ်ဒီးအလၢအပှဲၤဒ်သိး ကမၤတၢ်မၤခဲလၢာ်လၢအကြၢးအဘၣ် ဘၣ်ထွဲ တၢ်စဲးကွၢ်အစၢတဖၣ်, ပၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်ဃုထံၣ် ဆူၣ်ချ့တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်, တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီး တၢ်ဒိးန့ၢ်တၢ်ကူစါယါဘျါလၢ ကသံၣ်သရၣ်ကွၢ်ထွဲတၢ်တဂၤ မ့တမ့ၢ် ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဂၤ ဖဲနအိၣ်ဒီး တၢ်သံကွၢ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်, ဖဲကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထးအိၣ်ထီၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါပနီၣ် တဖၣ်, မ့တမ့ၢ် ကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထး အတၢ်အိၣ်သးနး ထီၣ်အခါ န့ၣ်လီၤ.
4. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ, တၢ်စဲးကွၢ်တၢ်ဆါအဂၤတဖၣ်အသိး, တၢ်စဲးကွၢ် COVID-19 အစၢ အကမၣ်လၢအဒုးနဲၣ်တၢ်ဆါအိၣ်န့ၣ်တအိၣ် မ့တမ့ၢ်တၢ်ဆါအိၣ်န့ၣ်တအိၣ်တဖၣ် ကဲထီၣ်သး အဂ့ၢ်လီၤ.
5. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ ယအိၣ်ဒီးမူဒါလၢကဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါ ကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထး အပှၤကွၢ်ထွဲ အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တဂၤဘၣ်ဃး တၢ်စဲးကွၢ်အစၢလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအဂီၢ်, ဒီး အဃိ တၢ်တဆှၢန့ၢ်လံာ်ကွဲးဒိဆူပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အံၤအအိၣ်လၢ ယဂီၢ်ဘၣ်လီၤ.
6. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ တၢ်စဲးကွၢ်နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢအစၢအံၤတၢ်ဒိးန့ၢ်အီၤလၢ 15-30 မံးနံးအတီၢ်ပူၤလီၤ.
7. ယနၢ်ပၢၢ်ဒီး တူၢ်လိာ်လၢ တၢ်စဲးကွၢ်နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢအစၢလၢပာ်ဖျါတၢ်ဆါအိၣ်အံၤ မ့ၢ် တၢ်ပာ်ဖျါတခါလၢ ကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထးအံၤကဘၣ်အိၣ် လီၤဖးအသးထဲတဂၤ ဒ်သိး ကဟးဆှဲး တၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ဂာ်ပှၤအဂၤလီၤ.
8. ယဘၣ်တၢ်ဒုးသ့ၣ်ညါတ့ၢ်ယၤဘၣ်ထွဲတၢ်စဲးကွၢ်အတၢ်ပညိၣ်, တၢ်မၤအကျိၤအကွာ်တဖၣ်, ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒီးအဘျုးအဖှိၣ်လၢအအိၣ်ထီၣ်သ့တဖၣ်အဂ့ၢ်လီၤ. ယကအိၣ်ဒီး ခွဲးယာ်လၢကသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်တဖၣ်တချုးလၢတၢ်စဲးကွၢ် COVID-19 တၢ်ဆါန့ၣ်လီၤ. ယနၢ်ပၢၢ်လၢယမ့ၢ်တသးအိၣ်လၢ ကၠိဖိအမံၤဖျါလၢထးအံၤ ကဒိးန့ၢ် တၢ်စဲးကွၢ် COVID-19 တၢ်ဆါအံၤဘၣ်ဒီး ယသမၢတၢ်စဲးကွၢ်အံၤသ့လီၤ.
9. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ ဒ်သိးကမၤလီၤတံၢ်ကမျၢၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢဒီး က ပၢဆှၢရဲၣ်ကျဲၤ COVID-19 အတၢ်ရၤလီၤအဂီၢ်, တၢ်စဲးကွၢ်အစၢတဖၣ်အံၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်

တၢ်ကနီၤလီၤဒုးသ့ၣ်ညါပှၤဂၤလၢအတအိၣ်ဒီး ယတၢ်ဟ့ၣ်ပျဲဘၣ်လီၤ.

1. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ တၢ်မၤကွၢ်အစၢတဖၣ် ကဘၣ်တၢ်ပာ်ဖျါထီၣ်အီၤဆူ ကမျၢၢ်ဆူၣ်ချ့ပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါန့ၢ်စိကမီၤတဖၣ် လၢအကြၢးအဘၣ်အအိၣ် ဒ်သဲစးတၢ်သိၣ်တၢ်သီ အလီၢ်အိၣ် ၀ဲအသိးန့ၣ်လီၤႋ
2. ယနၢ်ပၢၢ်လၢ ယဟံးန့ၢ်က့ၤယတၢ်ဟ့ၣ်ပျဲလၢ တၢ်စဲးကွၢ်အံၤသ့ ကိးဆၢကိးကတီၢ် တချုး တၢ်စဲးကွၢ်ဘၣ်တၢ်မၤအီၤန့ၣ်လီၤ.

**တၢ်ဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမီၤ§တၢ်ဟ့ၣ်ခွဲးလၢကစဲးကွၢ် COVID-19အဂီၢ်**

* ယဟ့ၣ်ပျဲလၢတၢ်ကမၤန့ၢ်တၢ်စဲးကွၢ် COVID-19 တၢ်ဆါလၢကၠိဖိ အမံၤဖျါလၢထး အဂီၢ်လီၤ.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

မိၢ်ပၢ်§ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဆဲးလီၤမံၤ နံၤသီ

* ယဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢ ကဒိးန့ၢ်တၢ်စဲးကွၢ်တၢ်ဆါ COVID-19လီၤ.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ကၠိဖိ (18 မ့တမ့ၢ် ဆူအဖီခိၣ်) ဆဲးလီၤမံၤ နံၤသီ