

တၢ်လၢကဘၣ်မၤ နမ့ၢ်မၤကွၢ်နသးဒီး COVID-19 လၢအစၢဖျါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါ

လၢနီၣ်ဝ့ဘၣ် 15 သီ, 2021 တၢ်ဆီတလဲ တၢ်ကျၢၢ်တံၢ်

- တၢ်မၤသီထီၣ်လံာ်တီၢ်လံာ်မီၤလၢ တၢ်ပညိၣ်ပုၤလၢအမၤကွၢ်အသးဒီး COVID-19 လၢအစၢဖျါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအဖီခိၣ်

တၢ်ဂ့ၢ်ဆုၢ်န့ၢ်

နမ့ၢ်မၤကွၢ်နသးဒီး COVID-19 လၢအစၢဖျါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါန့ၢ်, နမၤစၢပတုၣ် COVID-19 တၢ်ဆါရၤလီၤအသးဆူပုၤအဂၢၢ်အိၣ်သ့န့ၢ်လီၤ. ဝံသးစူၤလူၤပိာ်ထွဲတၢ်န့ၢ်ကျဲၤလၢတၢ်က့ၢ်.

တၢ်န့ၢ်လီၤပၣ်ဃုာ်လၢ ကမ္ပၢၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်သံကွၢ်သံဒီး

နမ့ၢ်မၤကွၢ်နသးဒီးအစၢဖျါလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 န့ၢ်, ပုၤသံကွၢ်သံဒီးတၢ်လၢ ကမ္ပၢၢ်တၢ်အိၣ် ဆူၣ်အိၣ်ချ့ကဆဲးကျိးန့ၢ်, အါတက့ၢ်ခိၣ်ဖျါလီၤတဲစိန့ၢ်လီၤ. ပုၤသံကွၢ်သံဒီးတၢ် ကမၤစၢပတုၣ်လၢ နကနၢ်ပၢၢ်တၢ်လၢနကဘၣ်မၤတၢ်မၤန့ၢ်ဒီး တၢ်ဆိၣ်ထွဲအကလုာ်မၤန့ၢ်အိၣ်လၢနမၤန့ၢ်အိၣ်သ့လဲၣ်န့ၢ်လီၤ. ပုၤသံကွၢ်သံဒီး ကသံကွၢ် ပုၤလၢနအိၣ်ဘူးဘူးတၢ်တံၢ်ဒီးအိၣ်ဖဲတယံာ်ဘၣ်တဖၣ် အမံၤ ဒီးတၢ်ဆဲးကျဲၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လၢကဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအဝဲသ့ၣ် ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်ဘၣ် သဂၢၢ်န့ၢ်လီၤ အဝဲသ့ၣ်သံကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤ ဒ်သိးအဝဲသ့ၣ်ကဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ် ပုၤ လၢဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် ကဘၣ်သဂၢၢ်တၢ်ဒီးတၢ်ဆါသ့န့ၢ်လီၤ. ပုၤသံကွၢ်သံဒီးတၢ်တဟ့ၣ်ခိၣ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤနမံၤဒီးပုၤလၢနအိၣ်ဘူးတၢ်ဒီးအိၣ်တဖၣ် ဖဲအဝဲသ့ၣ် ဆဲးကျိးအဝဲသ့ၣ်တဖၣ်အခါဘၣ်န့ၢ်လီၤ.

အိၣ်လၢဟံၣ်ပုၤကွၢ်တၢ်ကမၤန့ၢ်ကသံၣ်ကသီတၢ်ကွၢ်ထွဲ

နကြးအိၣ်ဖဲဟံၣ် တလၢကွၢ်နကလဲၤမၤန့ၢ်ကသံၣ်ကသီတၢ်ကွၢ်ထွဲလီၤ. တဘၣ်လဲၤဆူတၢ်မၤ, ကို, မ့တမ့ၢ် ကမ္ပၢၢ်တၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲတဖၣ်တဂ့ၢ်. ဟးဆဲးစူးကါ ကမ္ပၢၢ်ဝဲစိာ်တီဆုၢ်, ထဲးစံာ်, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒီးသကိးသိလ့ၣ်တက့ၢ်. မၤပုၤအဂၢၢ်လၢကလဲၤပုၤန့ၢ်န့ၢ်တၢ် မ့တမ့ၢ် စူးကါတၢ်ဆုၢ်ပနံၣ်တၢ်မၤစၢပတုၣ် တက့ၢ်.

COVID-19 တၢ်ဆါကွၢ်ပနီၣ်တဖၣ်

COVID-19 [တၢ်ဆါပနီၣ်](#) (ထဲအဲကလံး) တဖၣ် ပၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်လီၤကီၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂီၢ်တၢ်ကံာ်, တၢ်ကူး, တၢ်ကသါဖုၣ်, တၢ်သ့ၣ်လီၤဘုးသးလီၤတီၤ, ထူၣ်ပျၢ် မ့တမ့ၢ် နီၢ်ခိၣ်မိာ်ပုၤတကံပဝံ, ခိၣ်ဆါ, ကီၢ်ယုၢ်ဘိဆါ, နါဒုတံာ်ဘံး မ့တမ့ၢ် နါအုၣ်ထံယွၢ်, တၢ်သးကလဲၤ မ့တမ့ၢ် ဘိး, တၢ်ဟၢဖၢလူ, ဒီးတၢ်အိၣ်အရီၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်အနၢတဖၣ် လီၤမၢ်ကွၢ်န့ၢ်လီၤ. စရိအံၤတပၣ်ဃုာ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်လၢအမၤသးသ့လဲၣ်ဘၣ်.

ကိး တချုးန့ၢ်လဲၤဆူကသံၣ်သရၣ်အအိၣ်

တဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢ နအိၣ်ဒီး COVID-19 မ့တမ့ၢ် တၢ်သမံသမိးသးလၢ COVID-19 အဂီၢ်တက့ၢ်. ထီဃာ်တၢ်ကးဘၢမဲာ် တချုးန့ၢ်လီၤဆူတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တက့ၢ်. တၢ်အပတီၢ်တဖၣ်အံၤ ကမၤစၢပတုၣ်ပုၤလၢအိၣ်လၢ ဝဲၤဒါးအပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ် ဒီးဒါးအပူၤလၢကဆိးက့ထီၣ်န့ၢ်လီၤ.

ဟံၣ်အိၣ်လီၤဖျါန့ၢ်နသးလၢပုၤကညီ ဒီးဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိလၢနဟံၣ်အပူၤ

- **ပုၤကညီ-** တသ့ဖဲအသ့, အိၣ်လၢဒါးလီၤလီၤဆီဆိတဖျါအပူၤဒီးအိၣ်စီၤစုၤယံၤလိာ်သးဒီးပုၤဂၤ တက့ၢ်.

- **ဆပ်ဖိကီဖိ-** ဟပ်နီတင်အိတ်ဘူးအိတ်တံဒီးထွပ်ဖိသုတ်မံယီဖိဒီးဆပ်ဖိကီဖိအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. မ့ၢ်သ့မ့ၢ်ဘၣ်, မၤန့ၣ်ပုၤဟံၣ်ဖိအဂၤတဂၤ ကွၢ်ထွဲန့ၣ်ဆပ်ဖိကီဖိတဖၣ်တက့ၢ်. န့ၣ်မ့ၢ်ဘၣ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်ထွပ်ဖိသုတ်မံယီဖိန့ၣ်, မ့ၢ်သ့မ့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်, သ့န့ၣ်တချးန့ၣ်ထွပ်ဖိ သုတ်မံယီဖိန့ၣ် အီၤဝံၤအလီၢ်ခံ ဒီးထီၣ်တင်ကံးညာ်ကးဘၢမံၣ်တက့ၢ်. ကွၢ် [COVID-19 ဒီးဆပ်ဖိကီဖိတဖၣ်](#) (ထဲအဲကလံး) လၢကမၤအါထီၣ်တင်ဂ့ၢ်တကျိၤ အဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

ယဘၣ်ဟ်အိတ်လီၤဆိသးဒီးပုၤဂၤယံၣ်ထဲလဲၣ်.

1. န့ၣ်မ့ၢ်မၤကွၢ်န့ၣ်သးဒီး COVID-19 ဒီးအစၢဖျါလၢအိတ်ဒီးတၢ်ဆါ ဒီးအိတ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ် တဖၣ်န့ၣ်, နပတုၣ်နတၢ်အိတ်လီၤဖးဒီးပုၤဂၤယံၣ်ဟံၣ် သ့ဖဲ-
 - o နတအိတ်ဒီးတၢ်လီၤကီၢ်အစၢကတၢ် 24 န့ၣ်ရံၣ်လၢတအိတ်ဒီး တၢ်အိတ်သံၣ်မၤလီၤ တၢ်ကီၢ် **ဒီး**
 - o န [တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်](#) (ထဲအဲကလံး) ဂ့ၤထီၣ် **ဒီး**
 - o အစၢကတၢ်ပူၤကွံာ် 10 သီ စးထီၣ်လၢနတၢ်ဆါကွၢ်ပနီၣ်တဖၣ်ဟဲဖျါထီၣ်န့ၣ်လီၤ.
2. န့ၣ်မ့ၢ်မၤကွၢ်န့ၣ်သးဒီးအစၢဖျါလၢအိတ်ဒီး COVID-19, ဘၣ်ဆၣ် **တအိတ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ် နိတမံၤဘၣ်န့ၣ်**, နဟ်ပတုၣ်နတၢ်ဟ်အိတ်ဖျါသးဒီးပုၤဂၤလၢဟံၣ်သ့ဖဲ-
 - o အစၢကတၢ်ပူၤကွံာ် 10 သီ စးထီၣ်လၢ မုၢ်န့ၣ်လၢ မၤကွၢ်န့ၣ်သးဒီးအစၢဖျါလၢအိတ်ဒီး COVID-19, **ဒီး**
 - o နတအိတ်ဒီး [တၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်ဘၣ်](#) (ထဲအဲကလံး).

နကြးအိတ်လီၤဖးဒီးပုၤဂၤ လၢတၢ်တက့ၢ်နတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါအပတီၢ်ဘၣ်.

ကွၢ်စ့ၣ်ကယာ်နတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်

နတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်မုၢ်န့ၣ်ထီၣ်န့ၣ် မၤန့ၣ်ကသံၣ်ကသီတၢ်မၤစၢၤတဘျီယီတက့ၢ်. တချးလၢနမၤန့ၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်, ကိးန့ၣ်ပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤ စၢၤဒီးတဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢ နအိတ်ဒီး COVID-19 တၢ်ပနီၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. ထီၣ်တၢ်ကးဘၢမံၣ် တချးလၢနန့ၣ်လီၤဆူ တၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်သ့ၣ် ထီၣ် လၢကဒိသဒါ တၢ်ရၢလီၤတၢ်ဃူးတၢ်ဃာ်တဖၣ်ဆူပူၤအဂၤလၢအအိတ်ဖိ တၢ်အိတ် ခိးတၢ်အဒါ ဒီးတၢ်မၤကွၢ်ဒါးတဖၣ်အပူၤတက့ၢ်.

နမ့ၢ်အိတ်ဒီးကသံၣ်ကသီတၢ်ကူၤစါယါဘျီဂ့ၢ်ဂီၢ်အူ ဒီးလိၣ်ကိး 911 န့ၣ်, တဲဘၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢတၢ်မၤလီၤအီၤတဖၣ် လၢနအိတ်ဒီး COVID-19 တၢ်ပနီၣ်တဖၣ်တက့ၢ်. မ့ၢ်သ့မ့ၢ်ဘၣ်, ထီတၢ်ကးဘၢမံၣ် တချးလၢဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်မၤစၢၤဟဲတုၤန့ၣ်တက့ၢ်.

ဒိသဒါ COVID-19 အတၢ်ရၢလီၤအသး

- **ထီၣ်တၢ်ကးညာ်ကးဘၢမံၣ် ဖဲနအိတ်လၢပုၤ** မ့တမ့ၢ် ဆပ်ဖိကီဖိအကပၤ ဒီးတချး နန့ၣ်လီၤဆူပုၤဟ့ၣ်တၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်မၤစၢၤအဝဲဒါးအပူၤန့ၣ်တက့ၢ်. နထီၣ်တၢ်ကးညာ်ကးဘၢမံၣ်မ့ၢ်တသ့ဘၣ်န့ၣ်, ပုၤအိတ်လၢနဟံၣ်အပူၤတဖၣ် တကြး အိတ်လၢဒါးတဒါးယီအပူၤဘၣ်, မ့တမ့ၢ် အဝဲသ့ၣ်ကြးထီၣ်တၢ်ကးညာ်ကးဘၢမံၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်သါထီၣ်သါလီၤပီးလီ ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်န့ၣ်လီၤဆူဒါးအပူၤန့ၣ်လီၤ.
 - o တၢ်ကံးညာ်ကးဘၢမံၣ်မ့ၢ်ဝဲ တၢ်တမံၤလၢလၢအကျါဘၢ နကီၢ်ပူၤ ဒီးနါဒုလၢလၢ ဆ့ဆ့, ဒီဘၣ်ဒီးနမံၣ်သုၣ်ခံခိလိာ်ဖဲနခၢ်အဖီလၢဂ့ၤဂ့ၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤကြးမၤအသးဒီးတၢ်ကံးညာ်ထီၣ်ပံးပံးခံကထာ မ့တမ့ၢ် အါန့ၣ်အန့ၣ် ဒီးပျံၤစၢ မ့တမ့ၢ် ပျံၤဖိတဖၣ်လၢအပးဃာ်နခိၣ် မ့တမ့ၢ် လၢနန့ၣ်တဖၣ်အလီၢ်ခံ န့ၣ်လီၤ. တၢ်သဒါမံၣ်ဘၣ်ဘၣ်န့ၣ် ပုၤလၢအိတ်ဒီးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်တလၢတပုၤ, တၢ်ဟ်သ့ၣ်ဟ်သး, မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်ကသီတၢ်အိတ်သးတဖၣ် လၢအကျိၤတၢ်ကးဘၢမံၣ်တသ့တ ဖၣ် သ့ဝဲသ့န့ၣ်လီၤ. ပုၤဖိသုတ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲဖိသုတ်အလီၢ်တဖၣ်, မုၢ်ဆါဒီတၢ်ကွၢ်ထွဲ, ဒီး K-12 တၢ်လီၢ် တၢ်ကျဲတဖၣ် စူးကါတၢ်ဒိသဒါမံၣ်တဖၣ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်မၤလီၢ်အပူၤ, တၢ်ကလိၣ်ထီၣ်ဒိၣ်နီၣ်ကျါမံၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ကသါပီးလီ မ့ၢ်လၢ တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒိသဒါတၢ်အါန့ၣ်ဒီး တၢ်ကးဘၢမံၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
 - o တၢ်နီၣ်ကျဲလၢ [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC, ဟ့ၣ်က့ၣ်တၢ်မၤအကျဲ သန့တဖၣ်\)](#) (ထဲအဲကလံး) လၢကမၤဂ့ၤထီၣ်နီၣ်ကျါဘၢမံၣ်လၢဘၣ်ဒီးမံၣ်ဂ့ၤဂ့ၤ လၢကအိတ်ဒီး တၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤအါထီၣ်လၢကမၤကယီလီၤ COVID-19 အတၢ်ရၢလီၤသးန့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤအကျဲသန့တဖၣ်အံၤ ပုၤဃုာ်ဒီး တၢ်ထီၣ်တၢ်ကးညာ်ကးဘၢမံၣ် လၢကသံၣ်

ကသီတင်မအကျိုးအကျိုးရှိကျားဘာမင်တဖန်အဖီခိပ်, စာကမိတ် ထီၣ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ကးဘာမင်အနၢ်အကွီတဖန်, စူးကါနီၣ်ကျားဘာမင် လၢအိၣ်ဒီးပျံးထူးသံးတဖန်, မ့တမ့ၢ် စူးကါနီၣ်လိၣ်ပျံးလၢအိၣ်လၢနီၣ်ကျားဘာမင် အဖီခိၣ် တက့ၢ်. ဒီန့ၣ်အသိး, DOH တဟ့ၣ်ကူၣ်လၢ တၢ်ကသုနီၣ်ကျားဘာမင်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်က သါဟးထီၣ်နီၣ်တြီ မ့တမ့ၢ် တၢ်ပူၤဟီဖိတဖန်, မ့တမ့ၢ် တၢ်ဝါဖိ ဒီးတၢ်ကံးညာ် အက့ၤလၢအိၣ်ထဲတကထၢဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

(တၢ်သါထီၣ်သါလီၤပီးလီၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ပူၤဟီဖိတဖန် အိၣ်ခ့ၣ်လၢတၢ်စူးကါအီၤဒ် DOH ထူးထီၣ်ရၤလီၤတၢ်နီၣ်ကျဲအသိး ဒီး [L&I](#) (ထဲအဲကလံး).)

- ပၤယၢ်နီၣ်ခိမိၣ်ပုၤတၢ်အိၣ်စီၤစုၤယံၤလိၣ်သးဒီးပုၤအဂၤ **6 ခိၣ်ယီၢ် ထီၣ်ဘိ**, ဖဲနမ့ၢ်စူးကါ နီၣ်ကျားဘာမင်အခါဒၣ်လဲၣ်တက့ၢ်.
- **မၤကဆိၣ်န့ၣ်ခဲအံၤခဲအံၤ** သ့စုဒီးဆးပုၣ်ဒီးထံအစ့ၤကတၢ် ယံၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ် 20 စဲးကီးတက့ၢ်. ဆးပုၣ်ဒီးထံမ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်န့ၣ်, စူးကါတၢ်မၤကဆိၣ်စုၤလၢအိၣ်ဒီးသံးစီထံအစ့ၤကတၢ် 60% တက့ၢ်. တဘၣ်ဖီၣ်နမိၣ်ဒီးန့ၣ်လၢတသ့အသးတဖန်တဂ့ၤ.
- **ကျားဘာနကီၢ်ပူၤဖဲနကူးဒီးကဆဲအခါ** တၢ်ကွံၣ်ထံးဂျူစးခိလၢနစူးကါအီၤတဖန် ဝံၤဒီးသ့စုတက့ၢ်.
- **ထွဲကဆဲကဆိၣ်တၢ်မဲးခိၣ်လၢ “တၢ်ဖီၣ်အီၤအါတဖန်” ခဲအံၤခဲအံၤ**, ပုၣ်ယုၢ်ဒီးစီၤနီၤ ခိၣ်ခိးထၢၣ်ဖးထီ, စီၤနီၤခိၣ်အဖီခိၣ်, ပဲတြီကမိၣ်, တၢ်လုၢ်ထံဒးအပူၤတၢ်ပီးတၢ်လီ တဖန်, တၢ်ဟးလီၢ်တဖန်, လီၤတဲစိတဖန်, ခိၣ်ဖျူထၢၣ်နီၣ်ပျီစု, ထဲးဘလဲး, ဒီးလီၢ်မံက ပၤစီၤနီၤခိၣ်တဖန်န့ၣ်လီၤ. စူးကါ တၢ်ပြီကဆိၣ်ဟံၣ်သီတဖန် မ့တမ့ၢ် တၢ်ထွဲတဖန် ဒီးမၤဟီထွဲတၢ်နီၣ်ကျဲတဖန် လၢပနံၣ်မံပနီၣ်အဖီခိၣ်တက့ၢ်.
- **တဘၣ်နီၤစူးကါသကိးနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖန်ဒီးပုၤတဂၤလၢလၢ**, ပုၣ် ယုၢ်ဒီး သဘံၣ်လီၤခိ, ထံအိၣ်ခွဲးတဖန်, ခွဲး, ဖန်ကပူၤပီးလီ, တၢ်ထွဲတဖန်, မ့တမ့ၢ် လီၢ်မံလီၢ်ဒါ တဖန်ဒီးပုၤ မ့တမ့ၢ် ထွဲၣ်ဖိသုၣ်မံယီၤဖိလၢနဟံၣ်ပူၤတဂ့ၤ.
- **ဖဲနဆိးက့အခါ, တဘၣ်အိၣ်ဘူးအိၣ်တၢ်ဒီးထွဲၣ်ဖိသုၣ်မံယီၤဖိလၢတၢ်ဘုၣ်ကွၢ်ကီၢ်အီၤ တဖန်ဒီး ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိအဂၤတဖန်တက့ၢ်.** ဖဲအသ့အခါ, မၤနပုၤဟံၣ်ဖိအဂၤတဂၤ ကွၢ်ထွဲနဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိတဖန်တက့ၢ်. နမ့ၢ်ဘၣ်ကွၢ်ထွဲနထွဲၣ်ဖိသုၣ်မံယီၤဖိန့ၣ်, မ့ၢ်သ့မ့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်, သ့စုတချးနဖီၣ်နထွဲၣ်ဖိ သုၣ်မံယီၤဒီးဖဲနဖီၣ် အီၤဝံၤအလီၢ်ခိ ဒီးကျိတၢ်ကးဘာမင်တက့ၢ်. ကွၢ် [COVID-19 ဒီးဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိတဖန်](#) (ထဲအဲကလံး) လၢကမၤန့ၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ် ကျိအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်အိၣ်လီၤဆီဒီးပုၤဂၤဒီး တၢ်ဟံၣ်အိၣ်လီၤဖျိၣ်သးဒီးပုၤဂၤန့ၣ် တၢ်လီၤဆီ အိၣ်ဒ်လဲၣ်.

- **တၢ်အိၣ်လီၤဆီဒီးပုၤဂၤ** မ့ၢ်ဝဲ တၢ်လၢနမၤအီၤဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါကွၢ်ပနီၣ်တဖန်, အိၣ်ခိးတၢ်မၤကွၢ်အစၢထွဲထီၣ်, မ့တမ့ၢ် မၤကွၢ်သးဒီးဖျါလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 န့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်လီၤဆီဒီးပုၤဂၤအခါပညီ နအိၣ်ဖဲဟံၣ်ဒီးအိၣ်စီၤစုၤယံၤဒီးပုၤဂၤ (ပုၣ်ယုၢ်ဒီး ဟံၣ်ဖိယီဖိတဖန်) လၢ [တၢ်ဆါကတီၢ်တကတီၢ်](#) (ထဲအဲကလံး) လၢတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်အီၤ လၢကဟးဆဲးတၢ်ရၤလီၤတၢ်ဆူးတၢ်ဆါန့ၣ်လီၤ. **တၢ်အိၣ်လီၤဖျိၣ်သးဒီးပုၤဂၤ** မ့ၢ်ဝဲ တၢ်လၢနမၤအီၤဖဲ နမ့ၢ်ဘၣ်သကီၢ်ဒီး COVID-19 အခါန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်လီၤဖျိၣ်သးဒီးပုၤဂၤအခါပညီ နအိၣ်ဖဲဟံၣ်ဒီးအိၣ်စီၤစုၤယံၤဒီးပုၤဂၤ (ပုၣ်ယုၢ်ဒီး ဟံၣ်ဖိယီဖိတဖန်) လၢ [တၢ်ဆါကတီၢ်တကတီၢ်](#) (ထဲအဲကလံး) ဖဲဘၣ် သ့ၣ်သ့ၣ်နမ့ၢ်ဘၣ်ကိးဘၣ်ကူၣ်ဘၣ်ကိးတၢ်ဆါန့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်လီၤဖျိၣ်သးဒီးပုၤဂၤ ကဲထီၣ် တၢ်အိၣ်လီၤဆီဒီးပုၤဂၤ ဖဲနတၢ်မၤကွၢ်အစၢမ့ၢ် ဖျါလၢအိၣ်ဒီး COVID-19 အလီၢ်ခိ မ့တမ့ၢ် COVID-19 တၢ်ဆါကွၢ်ပနီၣ်ဟဲဖျါထီၣ် အခါ န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါထီၣ်ဘၣ်သးဒီး COVID-19 ဒီးတၢ်မၤစၢၤတဖန်

ကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤချးနံၤချးသီလၢ [အဲခဲအံၤ COVID-19 တၢ်အိၣ်သးလၢ Washington အပူၤ](#) (ထဲအဲကလံး), [ကီၢ်ရဲၣ်ခိၣ် Inslee တၢ်ဘိးဘၣ်ရၤလီၤ တဖန်, တၢ်ဆါပနီၣ်တၣ်](#) (ထဲအဲကလံး), [တၢ်အံၤရၤ လီၤအသးဒ်လဲၣ်](#) (ထဲအဲကလံး), ဒီး [ပုၤမၤကွၢ်သးဒ်လဲၣ်ဒီး အခါဖဲလဲၣ်](#) (ထဲအဲကလံး). ကွၢ်ပ [တၢ်သံကွၢ်လၢတၢ်သံကွၢ်အီၤခဲအံၤခဲအံၤ](#) (ထဲအဲကလံး) လၢတၢ် မၤန့ၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

ပုၤတဂၤအစၢၤသ့ၣ်/ကလုာ်ဒုၣ် မ့တမ့ၢ် ထံဖိကီၢ်ဖိတဖန်, ဒၣ်ဝဲ, တအိၣ်လၢတၢ်လီၤ ဘၣ်ယိၣ်အါဒီး COVID-19 ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒ်လဲၣ်ဂ့ၤ, တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖန် မၤဖျါထီၣ်လၢ ပုၤဖဲးဘၣ်အလွဲၣ်ပုၤတဂၤတဖန်အိၣ်ဒီး တၢ်ဒိဘၣ်လၢ COVID-19 တယုတယီၣ်လိၣ်သးန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဒိဘၣ်လၢအိၣ်ကလုာ်ဒုၣ်သန့အယီ, ဒီးလီၤဆီဒ်တၢ်, အဲၣ်ကလုာ်ဒုၣ်သန့အကျိၤအကျဲ, အယီကရူၢ်တနီၤအိၣ်ဒီးတၢ်ခွဲးဂ့ၤယာ်ဘၣ်စုၤလီၤ လၢကဒိသဒါအဝဲသ့ၣ်အနီၢ်ကစၢ်အသးဒီးအဝဲသ့ၣ်အပုၤတဂၤန့ၣ်လီၤ. [တၢ်ထံၣ်သံတၢ်လၢအတဂ့ၤန့ၣ် တမၤစၢၤထီၣ်ဒါတၢ်ဆူးတၢ်ဆါဘၣ်](#) (ထဲအဲကလံး). ဟ့ၣ်ခိဟ့ၣ်နီၤလီၤထဲဒ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလီၤတၢ်လီၤဆဲး ဒီးတဘၣ်ရၤလီၤတၢ်ကစီၣ် သီၣ်ဝဲသဲကလၢဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ကမ့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖန်အဂီၢ်တဂ့ၤန့ၣ်တက့ၢ်.

- [WA ကြီးစဉ်တင်အိတ်ဆူအိတ်ဆူဝဲကျဲ 2019 ခိတ်ရိတ်နိတ်ဘဲရူး\(စ\)တင်ဆါယာ် ရုလီအသးအသီ \(COVID-19\)](#) (ထဲအဲကလံး)
- [WA State Coronavirus Response \(COVID-19\)](#) (ထဲအဲကလံး)
- [ယုကွန်လီကဝီတင်အိတ်ဆူအိတ်ဆူဝဲကျဲ မုတမုာ် ကြီးရိတ်လီကဝီ](#) (ထဲအဲကလံး)
- [CDC ခိတ်ရိတ်နိတ်ဘဲရူး\(စ\)တင်ဆါယာ် \(Coronavirus\) \(COVID-19\)](#) (ထဲအဲကလံး)
- [တင်မၤစၢလီတင်ထံင်သံတင်လၢအတဂုတင်မၤစၢတဖၣ်](#) (ထဲအဲ ကလံး)

မုာ်နတင်သံကွၢ်အိတ်အါထီၣ်ဘၣ်ယးဒီး COVID-19 တဖၣ်ဒါ. ကိးပဂုၢ်ဂီၢ်အူလီတဲစိ- **1-800-525-0127**, မုာ်တနံၤ - မုာ်ယဲၢ်နံၤ, ဂီၤဒီ 6 နှိတ်ရိတ် တုၤ ဟါဒီ 10 နှိတ်ရိတ်, အိတ်ဒီးတင်သံကွၢ်အါထီၣ်ဒါ. ကိး ပ COVID-19 တင်ဂုၢ်တင်ကျိၤဂီၢ်အူလီတဲစိ- **1-800-525-0127** မုာ်တနံၤ - ဂီၤဒီ 6 နှိတ်ရိတ် တုၤ ဟါဒီ 10 နှိတ်ရိတ်, မုာ်ခိနံၤ - မုာ်အိတ်ဘျဲးနံၤ ဒီး ကွၢ်ထံကွၢ်ဆးကီၢ်စိနံၤသဘျုတဖၣ်, ဂီၤဒီ 6 နှိတ်ရိတ် တုၤ ဟါဒီ 6 နှိတ်ရိတ်. လၢတင်တဲ ကျိးထံတင်မၤစၢတဖၣ်အဂီၢ်, စံၢ်လီၤ # ဖဲအဝဲသ့ၣ်စံးဆၢန့ၤလီတဲစိ ဒီးတဲနကျိၢ်အခါ နှိတ်တက့ၢ်. တင်သံကွၢ်ဘၣ်ယးဒီးနီၢ်ကစၢ်တင်အိတ်ဆူအိတ်ဆူအဂီၢ်, COVID-19 တင်သံမံသမိး, မုတမုာ် တင်သံမံသမိးအစၢတဖၣ်, ဝံသးစူၤ ဆဲးကျဲၤ ပုၤဟ့ၣ်လီၤတင်အိတ်ဆူအိတ်ဆူတင်ကွၢ်ထွဲတင်မၤစၢတက့ၢ်.

လၢကယုထီၣ်လံာ်တီလံာ်မိအံၤ လၢအကွၢ်ပနီၣ်ဒိအဂၤအဂီၢ်, ကိး **1-800-525-0127**. ပုၤပုၤစူးကါတင်မၤစၢတဖၣ်လၢအန့ၢ်တအၢ မုတမုာ် တင်န့ၢ်ဟူကီၢ်န့ၢ်, ဝံသးစူၤကိး 711 ([Washington Relay](#)) (ထဲအဲကလံး) မုတမုာ် အံမု(လ) civil.rights@doh.wa.gov.