



ကိုဗစ်-19 လား တုပ်ကွေးလား။

ကိုဗစ်-19 ရောဂါလက္ခဏာများသည် တုပ်ကွေး၊ သာမန်အအေးမိခြင်း သို့မဟုတ် ဓာတ်မတည့်ခြင်း လက္ခဏာများနှင့် ရောထွေးနေတတ်ပါသည်။ သို့သော် ကိုဗစ်-19 နှင့် တုပ်ကွေးတို့သည် ဆေးရုံတက်ကုသရခြင်း၊ ရောဂါပင်းထန်ခြင်း နှင့် သေဆုံးခြင်းတို့ကိုပင် ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ကံကောင်းစွာဖြင့် နှစ်မျိုးစလုံးကို ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ ရောဂါတစ်မျိုးချင်း၏ တွေ့ရများသော လက္ခဏာများကို ဖော်ထုတ်ရန် ကူညီနိုင်ရန် ဤဇယားချုပ်ကို သုံးပါ။

- သင့်တွင် ကိုဗစ်-19 လက္ခဏာများရှိလျှင် သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်သူကို ဆက်သွယ်ပါ။ www.doh.wa.gov/coronavirus တွင် ဝင်ကြည့်ပါ။ ဆေးစစ်ခင်း၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း နှင့် အခြား အချက်အလက်များအတွက်
 - တုပ်ကွေး၊ တုပ်ကွေး ကာကွယ်ဆေး နှင့် ဝါရှင်တန်တွင် တုပ်ကွေးအခြေအနေများကို လေ့လာရန် www.KnockOutFlu.org ကို ဝင်ကြည့်ပါ။
- အသက်ရှူခြင်း ကဲ့သို့သော ကျန်းမာရေး အရေးပေါ်အခြေအနေအတွက် 911 ကို ဖုန်းဆက်ပါ။

လက္ခဏာများ	ကိုဗစ်-19	တုပ်ကွေး	အအေးမိခြင်း	ဓာတ်မတည့်မှုများ
ချောင်းဆိုးခြင်း	မကပြေ	မကပြေ	တစ်ခါတစ်ရံ	တစ်ခါတစ်ရံ
ဖျားခြင်း	မကပြေ	မကပြေ	အလွန်ရှားပါးစွာ	မည်သည့်အခါမျှ
မော ခြင်း	တစ်ခါတစ်ရံ	တစ်ခါတစ်ရံ	အလွန်ရှားပါးစွာ	အလွန်ရှားပါးစွာ
ခနုဓာကိုယ် ကိုက်ခဲခြင်း	တစ်ခါတစ်ရံ	မကပြေ	အလွန်ရှားပါးစွာ	မည်သည့်အခါမျှ
ခေါင်းကိုက်ခြင်း	တစ်ခါတစ်ရံ	မကပြေ	အလွန်ရှားပါးစွာ	တစ်ခါတစ်ရံ
မောပန်းနွမ်းလျခြင်း	တစ်ခါတစ်ရံ	မကပြေ	တစ်ခါတစ်ရံ	တစ်ခါတစ်ရံ
လည်ချောင်း နာခြင်း	တစ်ခါတစ်ရံ	တစ်ခါတစ်ရံ	တစ်ခါတစ်ရံ	တစ်ခါတစ်ရံ
လတ်တလော အရသာ သို့မဟုတ် အနံ့ မရတော့ခြင်း	တစ်ခါတစ်ရံ	အလွန်ရှားပါးစွာ	အလွန်ရှားပါးစွာ	အလွန်ရှားပါးစွာ
ဝမ်းလျော့ခြင်း	တစ်ခါတစ်ရံ	အလွန်ရှားပါးစွာ	မည်သည့်အခါမျှ	မည်သည့်အခါမျှ
ရင်ဘတ်နာခြင်း သို့မဟုတ် အောင့်ခြင်း	အလွန်ရှားပါးစွာ	အလွန်ရှားပါးစွာ	တစ်ခါတစ်ရံ	မည်သည့်အခါမျှ
နှာစေး ခြင်း	အလွန်ရှားပါးစွာ	တစ်ခါတစ်ရံ	မကပြေ	မကပြေ
နှာချခေါင်း	အလွန်ရှားပါးစွာ	တစ်ခါတစ်ရံ	မကပြေ	မကပြေ
မျက်ရည်ကျခြင်း	မည်သည့်အခါမျှ	မည်သည့်အခါမျှ	မည်သည့်အခါမျှ	မကပြေ