

# ညွှန်ကြားမှုများလာလျှင် ကိုးကားရန်လမ်းညွှန်

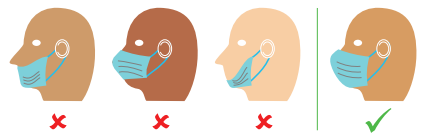


အကယ်၍ သင့်ထံတွင် ကိုဗစ်-၁၉ လက္ခဏာများနှင့်ပတ်သက်၍ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော သို့မဟုတ် သိထားသော လက္ခဏာများဖြစ်နေလျှင် **မလာပါနှင့်။** သင်လာရောက်လည်ပတ်ချိန်တွင် လက္ခဏာပိုမိုဖြစ်ပွားလာပါက သူနာပြုကိုအသိပေးပြီး ဆက်မသွားပါနှင့်။

 <p>လွန်ခဲ့သည့် ၂၄ နာရီအတွင်း ကိုယ်အပူချိန် ၉၉.၉ ဒီဂရီထက် ကျော်လွန်နေပါက (ဖျား/ချမ်းတုန်)</p>	 <p>အနံ့ သို့မဟုတ် အရသာပျောက်ဆုံးနေမှု</p>
 <p>ချောင်းဆိုးခြင်း</p>	 <p>နှာပိတ်/နှာရည်ယို (ဓာတ်မတည့်လက္ခဏာများ)</p>
 <p>လည်ချောင်းနာ</p>	 <p>ကိုယ်ခန္ဓာအနှံ့ ကြွက်သားနာကျင်/ ကိုယ်လက်ကိုက်ခနဲနှင့် ခေါင်းကိုက်</p>
 <p>လတ်တလောသို့မဟုတ် မကြာခဏ အသက်ရှူမဝ</p>	 <p>အူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ လက္ခဏာအသစ်များ၊ မူးဝေ၊ အော့အန် သို့မဟုတ် ဝမ်းလျှော</p>

## နှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်း

» အချိန်တိုင်း နှာခေါင်းစည်းကို သေချာစွာတပ်ဆင်ပါ



## လူနာအခန်းများတွင် ဘေးကင်းရေး

- » ညွှန်ကြားချက်ရှိသည်မှအပ သင်လာရောက်သည့်အခန်းတွင်သာ နေပါ။ လျှောက်လမ်းတွင်မလိုအပ်ပဲ လမ်းလျှောက်နေခြင်း သို့မဟုတ် မှီနေခြင်း သို့မဟုတ် စောင့်ဆိုင်းခန်းတွင်နေခြင်းများ မပြုလုပ်ပါနှင့်။
- » လူမှုအကွာအဝေးကို လမ်းညွှန်မှုများလိုက်နာပြီး စောင့်ဆိုင်းခန်းတွင် လူအရေအတွက်ကန့်သတ်မှုများ လိုက်နာပါ။

## လက်ဆေးခြင်း

» သင့်လက်ကို အမြဲတမ်းရေနှင့် ဆပ်ပြာဖြင့် ဆေးပါ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းစည်းကို မထိမှီနှင့်ထိပြီး အရက်ပြန်ပါဝင်သော လက်သန့်ဆေး အသုံးပြုပါ။



အဆောက်အဦတွင်း ရှိနေစဉ်တွင်း လူနာခန်းများ အပါအဝင် ထိုဘေးကင်းရေးဆောင်ရွက်ချက်များကို အချိန်တိုင်း လိုက်နာရန်လိုအပ်ပြီး မလိုက်နာပါက ထွက်ခွာရန် ပြောခံရမည်ဖြစ်သည်။