

ဘာကဖြောင့် ကျွန်ုပ် ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်ပါသလဲ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းရဲ့အဓိပ္ပာယ်က ဘာများလဲ။

ကာကွယ်ဆေးသည် ဗိုင်းရပ်စ် သို့မဟုတ် အခြားပိုးမွှားများကဖြောင့် သင်ဖျားနာခြင်းမရှိစေရန် ကြိုတင်ကာကွယ်ပေးသည်။ သင့်ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်နိုင်ခြင်းရှိသည့် ပိုးမွှားများကို သင်ကျန်းမာရန်လုပ်ဆောင်ပေးနေသည့် သင့်ကိုယ်ခန္ဓာစနစ်က ကြိုတင်တိုက်ခိုက်နိုင်ရန် ကာကွယ်ဆေးများက သင်ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကလေးဘဝတွင် ဝက်သက်နှင့် ကြက်ညှာချောင်းဆိုးကဲ့သို့ ကူးစက်ရောဂါများအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးခဲ့ရသည်။ အရမ်းကြီးသောအချက်မှာ ထိုကာကွယ်ဆေးများက သင့်ကိုကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ COVID-19 ရောဂါတွင် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးမကူးစက်သည်လည်း ရှိနိုင်သလို ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကူးစက်သည်လည်း ရှိနိုင်သော်လည်း အပင်းအထန်ဖျားနာခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးသည်ကို ဆိုလိုပါသည်။ ဗိုင်းရပ်စ်အမျိုးအစားသစ်များဖြစ်ကြသော “ဗီပီဇာင်းဗိုင်းရပ်စ်ပိုး” သစ်များပျံ့နှံ့နေသောကြောင့် ကာကွယ်ဆေးသည် အရမ်းကြီးပါသည်။ “ဒယ်တာဗီဇာင်း” ဗိုင်းရပ်စ်သည် ကူးစက်ရန်အလွန်လွယ်ကူသောကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ပိုအရမ်းကြီးလာပါသည်။ သို့သော် ကျွန်ုပ်တို့အတွက် လူ့အလိုအလောက် ကာကွယ်ဆေးထိုးမှသာ ကျွန်ုပ်တို့ကျင့်လည်ရာအသိုင်းအဝိုင်းရှိ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးပမာဏလျော့ကျမည်ဖြစ်ကာ ကျွန်ုပ်တို့လည်း ပုံမှန်အတိုင်းနေထိုင်သွားလာနိုင်မည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် မည်သည့်ကောင်းကျိုးထူးနိုင်သနည်း။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်း၏ အကျိုးစီးပွားကောင်းကျိုးသည် သင့်ကိုဗိုင်းရပ်စ်ပိုးမကူးစက်စေရန် သို့မဟုတ် အပင်းအထန်ဖျားနာခြင်းမရှိစေရန် ကာကွယ်ပေးထားခြင်းဖြစ်သည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ယင်းဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကဖြောင့် လူဦးရေ ၆၀၀,၀၀၀ ကျော်အသက်ဆုံးရှုံးပေးခဲ့ပြီးဖြစ်၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင်ဘေးကင်းမည့်နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဒယ်တာဗီဇာင်းဗိုင်းရပ်စ်ပျံ့နှံ့နေသည့် ယခုအခါတွင် ကာကွယ်ဆေးသည်ပိုမိုအရမ်းကြီးပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးမထိုးသူများထဲတွင် ထိုဗိုင်းရပ်စ်ပိုးအကူးစက်ခံရကာ အပင်းအထန်ဖျားနာ၍ အသက်ဆုံးရှုံးခဲ့ရသူများစွာရှိသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အနုတရားရှိနိုင်ပါသလား။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကဖြောင့် ရေရှည်ဖြစ်ပါသော အနုတရားရှိမှုကို ယခုအချိန်ထိမကင်းသိရပါ။ ကာကွယ်ဆေးများသည် စမ်းသပ်စစ်ဆေးပြီးဖြစ်ကာ ကျွန်ုပ်တို့ထံ လျင်မြန်စွာရောက်ရှိစေရန်အတွက် အစိုးရကလည်း “အရမ်းပေါ့အသုံးပြုရန်” အဖြစ် ခွင့်ပြုပေးထားသည်။ အမေရိကန်ပြည်သူ့သန်း ၁၀၀ ကျော်သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးပြီဖြစ်ပြီး လူအများစုသည် လက်မောင်းနာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကဲ့သို့ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတချို့ ခံစားရလိမ့်မည်။ ထိုသို့ခံစားရခြင်းမှာ ပုံမှန်သာဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်သည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကို မှတ်သား၍ အဆိုပါဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကို တိုက်ဖျက်သည့်စနစ်တစ်ခု ဖော်ထုတ်ရန်ကြိုးပမ်းနေသောကြောင့် ထိုကဲ့သို့ခံစားရခြင်းဖြစ်သည်။

ကာကွယ်ဆေးသည် ဘေးကင်းသည်ဟုဆိုရာတွင် ယုံရခက်ခက်ဖြစ်နေပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးကို အချိန်တိုအတွင်း တီထွင်ထုတ်လုပ်ခဲ့သည်ဖြစ်သောကြောင့် လူတချို့က စိုးရိမ်ကြောင်းပြောကြားသည်။ သို့သော် လွန်ခဲ့သောနှစ်ပေါင်းများစွာက တီထွင်ထားသော သိပ္ပံပညာသာရပ်တစ်ခုအပေါ်အခြေခံ၍ ယခုကာကွယ်ဆေးများ ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ကာကွယ်ဆေးများတီထွင်သော ကုမ္ပဏီများကိုလည်း ကာကွယ်ဆေးများကို မြန်ဆန်စွာထုတ်လုပ်နိုင်ရန်ရည်ရွယ်လျက် ကာကွယ်ဆေးဖန်တီးရာတွင်လိုအပ်သော အရင်းအမြစ်များစွာကို ပေးအပ်ထားပြီးဖြစ်သည်။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးအခြားသော သတင်းအချက်အလက်များကို ပိုမိုသိရှိရန် သင့်အနေနှင့် လေ့လာနိုင်မည့် သတင်းအရင်းအမြစ်များစွာရှိပါသည်။ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာသတင်းအချက်အလက်များနှင့်ပတ်သက်၍ သင်၏ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သင်ယုံကြည်ရသောသူတစ်ဦးနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ။ အွန်လိုင်းတွင် ရှာဖွေလေ့လာမည်ဆိုပါက ရောဂါကူးစက်မှုထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေး (CDC)၊ တမ်ပဲလ် သို့မဟုတ် အူပင်ကဲ့သို့သော ဆေးရုံများ သို့မဟုတ် PHILA.GOV/COVID ကဲ့သို့ ပြည့်စုံသော သတင်းအချက်အလက်များရှိသည့် သတင်းအရင်းအမြစ်ကိုသာ လေ့လာဖတ်ရှုပါ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး အမေးများသော မေးခွန်းများ

VACCINE 101 - ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း -

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး သုံးမျိုးရှိသည်။ ကာကွယ်ဆေးနှစ်မျိုး (Pfizer နှင့် Moderna) သည် ဗိုင်းရပ်စ်၏ RNA (ငင်းရောဂါပိုးဗီဇ) ကိုအသုံးပြုကာ COVID-19 ရောဂါဖြစ်စေသော SARS-CoV-2 ကို သင့်ကိုယ်ခန္ဓာက သိရှိစေရန် ကူညီပေးသည်။ ကာကွယ်ဆေးသည် သင်၏ကိုယ်ပိုင်ဗီဇကို ပြောင်းလဲစေမည်မဟုတ်ပါ။ အခြားကာကွယ်ဆေး (Johnson and Johnson) သည် သင့်ခန္ဓာကိုယ်က ဗိုင်းရပ်စ်ကို သိရှိစေရန် အဆိုပါဗိုင်းရပ်စ်၏ ပရိုတင်းကို အသုံးပြုထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးသုံးမျိုးလုံးသည် ငင်းဗိုင်းရပ်စ်ကူးစက်ခံရခြင်း သို့မဟုတ် COVID-19 ကဖြောင့် အပင်းအထန်ဖျားနာခြင်း/ အသက်ဆုံးရှုံးခြင်းတို့မှဖြစ်စေရန် ထိထိရောက်ရောက်ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ၎င်း ကာကွယ်ဆေးများသည် မူလရောဂါပိုးဗီဇထက်ပင် ကူးစက်ရန်လွယ်ကူသော ဗီဇပုံစံဖြင့် COVID-19 ရောဂါပိုးသစ် ဖြစ်သော “ဒယ်တာဗီဇာင်း” ရောဂါပိုးသစ်ကဖြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော အပင်းအထန်ဖျားနာခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ဆုံးရှုံးခြင်းတို့မှလည်း ထိထိရောက်ရောက်ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးမထိုးရသေးပါက ယခုပဲ ကာကွယ်ဆေးထိုးလိုက်ပါ။

၎င်းဆေးက ဘေးကင်းပါသလား။

ဘေးကင်းပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးထားပြီးဖြစ်သလို အမေရိကန်ပြည်သူ့သန်း ၁၀၀ ကျော်ကို ဘေးကင်းစိတ်ချစွာ ထိုးပေးပြီးဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးမတည့်သည့် ပြင်းထန်တုံ့ပြန်မှုပေါ်ပေါက်ခြင်းသည် ဖြစ်ခဲ့သော်လည်း ကာကွယ်ဆေးကဖြောင့် သင့်တွင် တုံ့ပြန်မှုမရှိစေရန် ကျွန်ုပ်တို့က သေချာစွာစောင့်ကြည့်ပေးသွားမှာ ဖြစ်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးကဖြောင့် ဖျားနာပါသလား။

မဖျားနာပါ။ ကာကွယ်ဆေးများသည် သက်ဝင်လှုပ်ရှားနိုင်သည့်ဗိုင်းရပ်စ်ကို အသုံးပြုခြင်းမဟုတ်သောကြောင့် ကာကွယ်ဆေးကဖြောင့် သင့်တွင် COVID-19 မရစေနိုင်ပါ။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသင်၏ခန္ဓာကိုယ်တွင် ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်ကြာမှသာ ဆေးအာနိသင်ပမာဏဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချိန်မှတိုင်မီ ရောဂါပိုးကူးစက်နိုင်ခြေရှိသေးသည်။ ထိုကြောင့် ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းဝတ်ဆင်ရန်၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခြောက်ပေခွာနေထိုင်ရန်နှင့် သင်၏လက်ကို ဆေးကပြောပေးရန် အရမ်းကြီးဖြစ်ပါသည်။

နောက်ဆက်တွဲ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကိုဖော်ပြပါ။

ကိုယ်လက်လှေ့ကျင့်ခန်းကဲ့သို့ သင်အတွက်ကောင်းမွန်သော အလေ့အကျင့်တစ်ခုကိုလုပ်ဆောင်သည့်အခါ ပင် ကျွန်ုပ်သားရောင်ရမ်းခြင်းကဲ့သို့ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးရှိပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခံရသော လူအများစုသည် လက်မောင်းနာကျင်ကိုက်ခဲသည်ဟု ပြောကြားပါသည်။ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း သို့မဟုတ် ခေါင်းကိုက်ခဲခြင်းတို့ ခံစားရနိုင်သည်။ အဖျားသွေးအနည်းငယ်ရှိခြင်း သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းအချို့ ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်းတို့ကိုလည်း ခံစားရနိုင်သည်။ ထိုကဲ့သို့ခံစားရခြင်းသည် ပုံမှန်ဖြစ်ပါသည်။ သင်၏ကိုယ်ခန္ဓာစနစ်က ကောင်းမွန်စွာအလုပ်လုပ်နေခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုလိုသည်။ တစ်ရက် နှစ်ရက်အတွင်း ထိုဝဒေဒနာများ ပျောက်ကင်းသွားမည်။

COVID-19 ကူးစက်ခံရပြီးသားဖြစ်ပါက မည်သို့ဖြစ်မည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်ပါသေးသည်။ COVID-19 ထပ်မံကူးစက်ခံရပြီးနာမကျန်းဖြစ်နိုင်သေးသောကြောင့် ထိုကဲ့သို့ ဖြစ်နိုင်သောကာကွယ်ရန်အလိုငှာ ကာကွယ်ဆေးထိုးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကာကွယ်ဆေးမထိုးသင့်သောသူများရှိပါသလား။

အခြားကာကွယ်ဆေးထိုးစဉ် ဓာတ်မတည့်သည့်တုံ့ပြန်မှုများပေါ်ပေါက်ကာ COVID ကာကွယ်ဆေးကို သင်ထိုးချင်မှ ထိုး၍ရနိုင်မည်။ သင့်အတွက် သင့်တော်မှုရှိမရှိကို သင်၏ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ယုံတမ်းစကားများ

COVID-19 ကာကွယ်ဆေးသည် ကျွန်ုပ်၏အိမ်အတွက် ပြောင်းလဲစေပါသလား။

မပြောင်းလဲစေနိုင်ပါ။ Pfizer နှင့် Moderna ကာကွယ်ဆေးများသည် “messenger RNA” ကိုအသုံးပြု၍ COVID-19 ကိုဖွဲ့စည်းပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ သင်၏ဆဲလ်များကို သင်ပြောင်းလဲပေးခြင်းဖြစ်သည်။ ယခုဗိုင်းရပ်စ်ပိုး အတွက် သီးသန့်ထုတ်ထားသော ကာကွယ်ဆေးနှင့် သင်၏အိမ်အတွက် မည်သည့်နည်းနှင့်မျှ မထိခိုက်စေပါ။ Johnson and Johnson ကာကွယ်ဆေးသည် တက်ကျွမ်းရှိသည့်ဗိုင်းရပ်စ်ကိုသာ အသုံးပြု၍ COVID-19 ကိုဖွဲ့စည်းပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ သင့်ကို နာမကျန်းဖြစ်စေမှုမဟုတ်သလို သင်၏အိမ်အတွက်လည်း ပြောင်းလဲစေမည်မဟုတ်ပါ။

COVID-19 ကူးစက်ခံခဲ့ရပါက ကာကွယ်ဆေးထိုးရန်လိုအပ်ပါသလား။

လိုအပ်ပါသည်။ COVID-19 ကူးစက်ပြီးနောက် သင်သည် ၎င်းမှ မည်မျှကာကွယ်မှုရသည်ကို မသိနိုင် သောကြောင့် ထပ်မံကူးစက်ခံရနိုင်ပါသည်။ ထိုကာကွယ်မှုသည် ဖျားနာပြီးနောက် သင့်တွင်ရှိသည့် ကိုယ်ခံအားထက် သူကပိုပြီးကာကွယ်မှုရခြင်းကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းက ပို၍ကောင်းပါသည်။ သတိပြုရန် - COVID-19 ရောဂါ ခံစားနေရစဉ် “ကလာပ်စည်းပွားတစ်ခုမှထုတ်သော ပဋိပစ္စည်းများ” သို့မဟုတ် “နာလန်ထွေးရည်ကပြည်” ဖြင့် ကုသမှုခံယူခဲ့ပါက ကာကွယ်ဆေးထိုးမိ ရက် ၉၀ စောင့်သင့်ပါသည်။ မည်သည့်ကုသမှုဖြင့် ကုသမှုခံယူခဲ့ကြောင်း မ သိရပါက သို့မဟုတ် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အခြားမေးခွန်းများရှိပါက သင်၏ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေး ကြည့်ပါ။

ကာကွယ်ဆေးကို အချိန်တိုအတွင်း တီထွင်ရရှိခဲ့သည်။ ဘေးကင်းပါသလား။

ကာကွယ်ဆေးကို အချိန်တိုအတွင်း တီထွင်ထုတ်လုပ်ခဲ့သည်ဖြစ်သော်လည်း လူတို့၏ ဖိစီးမှုကြောင့် ကာကွယ်ဆေးကို သို့သော် ကာကွယ်ဆေးများသည် ယခုဖွဲ့စည်းပေးထားသော ကာကွယ်ဆေးများထက် ပိုမိုကောင်းမွန်သော ကာကွယ်ဆေးများကို ပိုမိုကောင်းမွန်သော ကာကွယ်ဆေးများကို တွေ့ရှိရခြင်းကြောင့် တန်ဖိုးရှိတိုက်ခိုက်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန် လွန်ခဲ့သော နှစ် ၂၀ နီးပါးကပင် တီထွင်ခဲ့သော သိပ္ပံပညာတစ် ခုကို အခြေခံကာ တီထွင်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ၎င်းကြောင့် ကာကွယ်ဆေးကို မြန်ဆန်စွာ တီထွင်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ကာကွယ်ဆေးများတီထွင်သော ကုမ္ပဏီများကိုလည်း ကာကွယ်ဆေးများကို မြန်ဆန်စွာထုတ်လုပ်နိုင်ရန်ရည်ရွယ် လျက် ကာကွယ်ဆေးဖန်တီးရာတွင်လိုအပ်သော အရင်းအမြစ်များကို ပေးအပ်ထားပါပြီဖြစ်သည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသည့်အခါ COVID-19 စစ်ဆေးပါက ပိုးတွေရှိနိုင်ပါသလား။

မတွေ့ရှိနိုင်ပါ။ ကာကွယ်ဆေးများအားလုံးသည် COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ်ရှိမရှိစစ်ဆေးမှုတွင် ပိုးတွေရှိခြင်းအဖြစ်ထွက် စေမည်မဟုတ်ပါ။ ထိုစမ်းသပ်မှုသည် လက်ရှိကူးစက်မှုကိုသာ ပြသပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးများသည် သင့်ကို ကူး စက်မှုကာကွယ်ပေးသည့် ပဋိပစ္စည်းများထုတ်လုပ်စေရန် သင်၏ခန္ဓာကိုယ်ကို အားပေးသောကြောင့် ပဋိပစ္စည်း ကိုစမ်းသပ်ရာတွင်မူ တွေ့ရှိခြင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထိုစမ်းသပ်မှုရလဒ်က သင်သည် COVID-19 မကူးစက်ရန် ကာ ကွယ်ထားပါပြီဖြစ်သည်ဟုပြသပါသည်။

ကိုယ်ဝန်သည် သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်ဆောင်လိုသူအတွက် ဘေးကင်းပါသလား။

ဘေးကင်းပါသည်။ ကိုယ်ဝန်ရှိသူ၊ နို့တိုက်ကျွေးလျက်ရှိသူ သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်ရလိုသူ အမျိုးသမီးများကို ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်းသည် အန္တရာယ်ရှိကြောင်းသက်သေမရှိပါ။ အမှန်ဆိုလျှင် COVID-19 ကူးစက်ခံရပါက အမျိုးသမီးနှင့် ရင်သွေးငယ်အတွက်ပါ အန္တရာယ်ရှိနိုင်သောကြောင့် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် အကောင်းဆုံးကာ ကွယ်မှုဖြစ်သည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးဘဲနေရန် အကောင်းဆုံးမရှိပါ။ သို့သော် သင့်အနေဖြင့် စိုးရိမ်ကြောင့် ကာကွယ်ဆေး သင်၏ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။

COVID-19 ကာကွယ်ဆေး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ

နောက်ဆက်တွဲ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကိုဖော်ပြပါ။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများဆိုသည်မှာ မိမိလုပ်လိုက်သောတစ်စုံတစ်ရာကြောင့် တစ်ခုခုသက်ရောက်မှုရှိနိုင်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ ဆေးဝါးသောက်သုံးသည့်အခါ ဖြစ်ပေါ်သည့် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို များသောအားဖြင့် မကောင်း သည့်အရာ သို့မဟုတ် မလိုလားအပ်သောအရာဟု ထင်မှတ်ကြသည်။ သို့သော် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများသည်လည်း ကောင်းမွန်သောအရာဖြစ်နိုင်သည် သို့မဟုတ် အကျိုးပြုနိုင်ပါသည်။ ထိုအကြောင်းကိုတွေးကြည့်လျှင် ဘေးထွက်ဆိုး ကျိုးရှိသော အရာများစွာရှိပါသည်။ ကျန်းမာရေးအတွက်ကောင်းသော ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်လျှင် စွမ်းအင်ပိုမို ပြည့်ဝခြင်း သို့မဟုတ် နှစ်နှစ်ချိတ်ချိတ်အိပ်ပျော်ခြင်းကဲ့သို့ ကောင်းမွန်သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများရှိပါသည်။ သို့သော် ကိုယ်လက်လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပြီးနောက်တစ်ရက်တွင် ကျွန်ုပ်တို့အားကျင့်ကျင့်ကိုက်ခဲခြင်းကဲ့သို့ ဆိုးဝါးသော ဘေးထွက် ဆိုးကျိုးလည်း ရှိနိုင်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးရာတွင်လည်း COVID-19 ကိုဖွဲ့စည်းပေးခြင်း ဗိုင်းရပ်စ်ကို ကာကွယ်ရန် ကာကွယ်ဆေးထိုးရာတွင် သင့်ခန္ဓာကိုယ်ကို ထိခိုက်စေခြင်းကို တိုက်ဖျက်မည့်နည်းလမ်းကို လေ့လာဆောင်ရွက်ခြင်းတွင် သ င်ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအနည်းငယ် ခံစားရနိုင်ပါသည်။

အဖွဲ့အများဆုံး နောက်ဆက်တွဲဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကိုဖော်ပြပါ။

လူအများသတင်းပို့ချက်အရ COVID-19 ကာကွယ်ဆေးကင်းမဲ့သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများသည် တခြား ကာကွယ်ဆေးများ၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများနှင့် ဆင်တူပါသည်။ အဖွဲ့အများဆုံးအချက်သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးခံရသ ည့် လက်မောင်းနာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အခြားအဖွဲ့အများသော ဆိုးကျိုးများတွင် ငွေ့ငွေ့ဖျားခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း သို့မဟုတ် ခေါင်းကိုက်ခြင်းတို့ပါဝင်ပါပြီး ပင်ပန်းနွမ်းနယ်သောဝေဒနာကို ခံစားရသူတို့လည်း ရှိ သည်။ အထက်ပါလက္ခဏာများပေါ်ပေါက်ပါက ပုံမှန်သောဖြစ်သည်။ သင်၏ကိုယ်ခံအားစနစ်က ကောင်းမွန်စွာအလုပ်လုပ် နေခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုလိုသည်။ တစ်ရက် နှစ်ရက်အတွင်း ထိုဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းသွားမည်။

ကျွန်ုပ်တို့ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများပြောနေပါက COVID-19 ရှိသည်ဟုဆိုလိုပါသလား။

မဆိုလိုပါ။ ကာကွယ်ဆေးများသည် သက်ဝင်လုပ်ရားနိုင်သည့်ဗိုင်းရပ်စ်ကို အသုံးပြုခြင်းမဟုတ်သောကြောင့် ကာကွယ်ဆေးကင်းမဲ့သော COVID-19 မရစေနိုင်ပါ။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသင်၏ခန္ဓာကိုယ်တွင် ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်ကပြုသော ဆေးအန်သင်မြည့်ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချိန်မတိုင်မီ ရောဂါပိုးကူးစက် နိုင်ခြင်းရှိပါသည်။ ထိုကြောင့် ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်းဝတ်ဆင်ရန်၊ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခြောက်ပေခွာနေထိုင်ရန်နှင့် သင်၏လက်ကို ဆေးကင်းစင်ရန် အရေးကြီးဆဲဖြစ်ပါသည်။

ထိုလက္ခဏာများသည် ပြင်းထန်သောဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများဟုတ်ပါသလား။

ကာကွယ်ဆေးကို ပြင်းထန်ထန်ထန်မတည့်တုံ့ပြန်သည့်လူကို တွေ့ရပါသည်။ ထိုကြောင့်သာ သင့်ကို ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး၂၅ မိနစ်ကပြစောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်းဖြစ်သည်။ သင့်တွင်တုံ့ပြန်မှုတစ်ခုခုပြသလျှင် သင့်ကို ကူညီပေးရန် ဆေးအဖွဲ့အသင့်ရှိပါသည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင်မူ ထိုကဲ့သို့သော ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများပြသ သည့်ဟုဖော်ပြသော သတင်းပို့ချက်မှာ မရှိသလောက်နည်းပါးပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများဖြစ်ပေါ်ပါက မည်ကဲ့သို့လုပ်သင့်သနည်း။

သင့်တွင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးလက္ခဏာများပြောနေပါက အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး (တိုင်လန်နော) သို့မဟုတ် အရောင် ကျဆေး (အက်ဒီဗီ၊ မိုထရင်း) တို့ကိုသောက်ရုံဖြင့် ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။ ထိုဆေးများသည် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းကို သက်သာစေသလို အဖျားကျစေပါသည်။ ထိုနည်းတူစွာ အနားယူပြီးရောဂါပျောက်ပျံ့ဝနေစေရန် ရသေ့ကပ်ပေးပါ။ ၎င်းတို့က သင်၏ခန္ဓာကိုယ်ကို မြန်ဆန်စွာသက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။