

မှန်အိန်ဒီးသုဂ်ညါအိထိန် 2019 Novel Coronavirus, ကွာ်ယု
www.coronavirus-sd.com. တၢ်သံကွၢ်မှန်အိန်ဘၣ်ယး COVID-
19 ဆဲးကျိန်ဘၣ်, call 2-1-1.



တၢ်ယၢ် COVID-19 မၤသံတၢ်ယၢ်တၢ်နဲနဲကျဲ

Coronavirusတၢ်ဆါ2019(COVID-19)ဘၣ်ကူဘၣ်ယၢ်ပုၤအၤသ့သီဖျိတၢ်သါထီၣ်သါလီၤ.တၢ်ဆါCOVID-19
ဟဲးထီၣ်အိန်ထီၣ်အိန်ထံးဖဲWuhan,China. တၢ်အစၢဖိတဖၣ်မှန်ဝဲတၢ်ကူ,တၢ်ကိၢ်,ကသါတလၢပုၤ.COVID-19 ဘၣ်ကူသ့န
မှန်အိန်ဘုပုၤလၢအိန်ဒီးတၢ်ဆါမယၢ်ဆၢန့ၢ်(၆)ပုၣ်.ဘၣ်ကူန့ၤသ့သီဖျိတၢ်ကူ,ကဆဲး,တၢ်လၢနဖီၣ်လၢအဘၣ်သၢၢ်
ဒီးတၢ်ယၢ်တဖၣ်ဒီးဖဲနဖီၣ်လီၤက့ၤနနိး,ကိၢ်ပုၤ,မဲချဲဖဲနသ့စုအခါလီၤ.

မၤသံတၢ်ယၢ်လၢတုၤလီၤတီၤလီၤ

လၢတမၤကဆိဟံတၢ်ထူလီၤဟံၣ်အဂီၢ်သ့ “ခိးစု”ဒီး 70%
တၢ်မၤကဆိတၢ်ကသံၣ်မၤသံတၢ်ယၢ်. ပိၣ်လံာ်နဲနဲကျဲလၢနကဘၣ်
သ့ကသံၣ်တၢ်မၤသံတၢ်ယၢ်

ကွၢ်ဖဲ:<https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>

နမၢ်သ့ “ခိးစု”

- မၤကဆိ (ပဲတြီစုဖိၣ်,သ့ၣ်ဘၣ်ခိၣ်,တၢ်သ့တၢ်လီၤ,တၢ်ဟး
လီၤ)
- တုၤခိးစုသ့သီဖျိသ့ထံးဒီးကသံၣ်ဟံဖိၣ်
- တုၤလီၤတၢ်လီၤလၢနဟံလီၤတၢ်ဒီးကသံၣ်မၤသံတၢ်ယၢ်
- သ့ကွံာ်ဒီးထံးဒီးပျဲအကစၢ်သ့ထီၣ်



တၢ်လီၤလၢကျးမၤကဆိ

- ဟံလီၤတၢ်အလီၢ်
- ပဲတြီစုဖိၣ်
- မဲၣ်အူတၢ်ခွဲးအိးထီၣ်
- တၢ်ဟးလီၢ်
- လီၤတဲစိ
- ခိၣ်ဖျါထၢၣ်
- လီၢ်ဆုၣ်နီၤ
- ရံၣ်မိး
- ဃီသ့ၤစုဖိၣ်
- ဟံစုအလီၢ်
- လုၣ်
- တၢ်သ့တၢ်စွဲ
- တၢ်ဖိအိန်မုၤလီၢ်
- ထံးဒါလီၢ်

ကြီးဆားတံဆိပ်

- ✓ သုစထိဘီ
 - ✓ ဖဲကူ,ကဆဲ,ဆုံနီအုဉ်
 - ✓ သူတော်ဟးလီဝံ
 - ✓ တချူးအိဉ်တံဖိဉ်တံအိဉ်
 - ✓ ဖိဆဉ်ဖိကီဖိဝံ
- ✓ ထံဒီးဆးပုဉ်မုဉ်တအိဉ်သူကသံဉ်လာမးသံတံယဉ်
- ✓ ဖိဉ်လီမဲချံ,နီစု,ကိးပူဖဲနတသုဘဉ်စုဘဉ်ကတီ
- ✓ မးကဆိတံလီတံဘိတံဘိ
- ✓ နမုဉ်ဆိကုအိဉ်လာဟံဉ်ဟးထီဉ်တစု
- ✓ ကးဘးနကိး,ကဆဲတဘျီလံလံ
- ✓ အိဉ်ကဆဲကဆိ,မံဘျဲဘျဲ,အိထံအါအါ,ဟူးစဲ



ဘဉ်သုစုတံနဲကျဲ

သုစုဒီးထံဒီးစးပုဉ်အစု
ကတံအစးကး(၂၀)ဒီးန
စုဒဲလံဉ်ဝံမးသူထီဉ်န
စုဝံစုကွံတံတွံစုလးအ
လီအကျဲ.

တံကတိလးအစု

- County of San Diego COVID-19 : <https://www.coronavirus-sd.com>
- ယုသုဉ်ညါအိဉ်တံမးသံတံယဉ်: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/cleaning-disinfection.html>