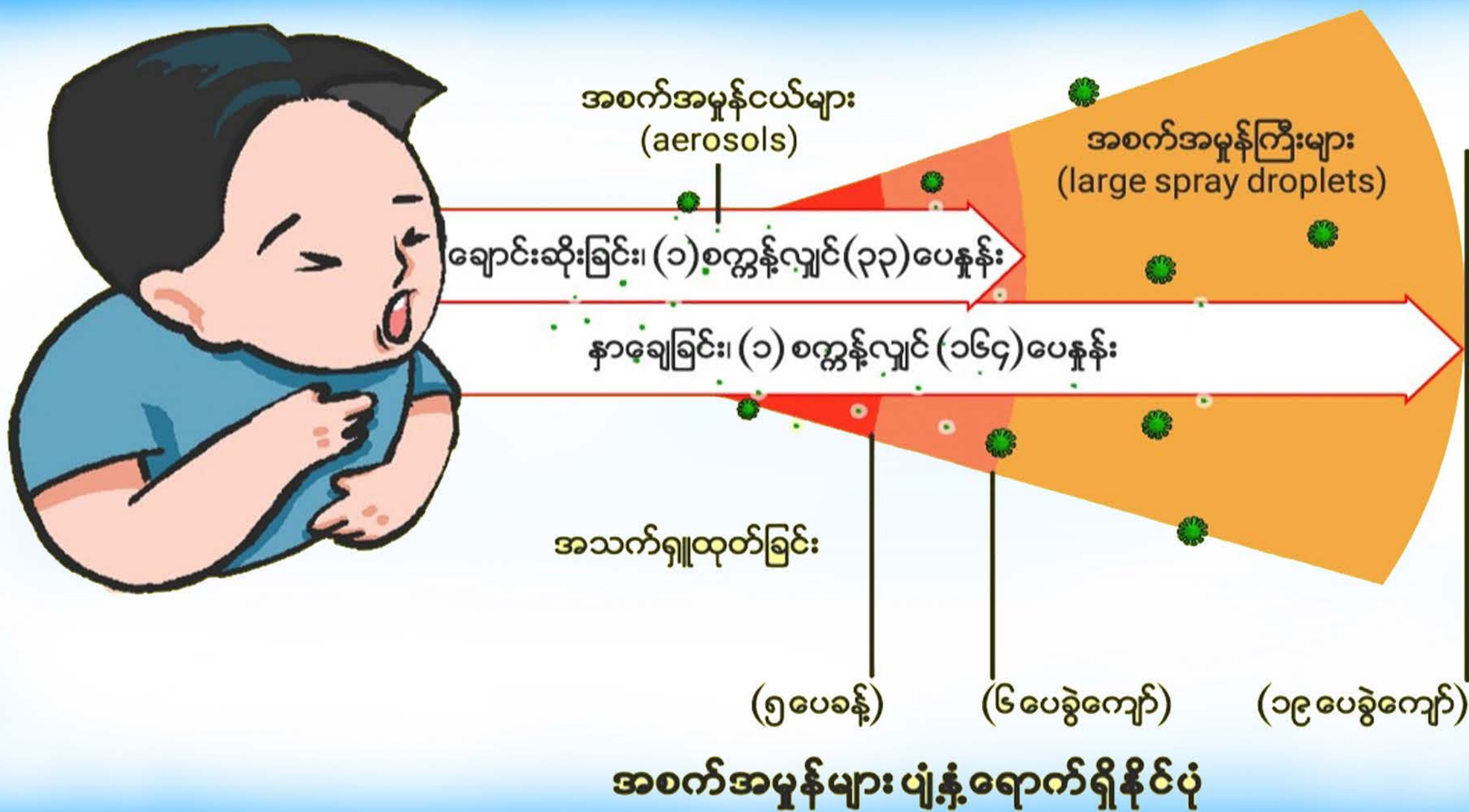




ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးဌာနခွဲ  
ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

# ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask) ကို စနစ်တကျလုံခြုံစွာတပ်ဆင်ပါ

- ❖ ဈေးခြင်း၊ ရုတ်တရက်အနံ့အရသာပျောက်ဆုံးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် လည်ချောင်းနာခြင်း စတဲ့လက္ခဏာတစ်ခုခု ခံစားရပါက ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ရောဂါ (COVID-19) အပါအဝင် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ကူးစက်ရောဂါတစ်ခုခု ရှိနေနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ❖ ချောင်းဆိုးခြင်းဖြင့် ရောဂါပိုးပါနိုင်သောအစက်အမှုန်ကြီးများ (Large Spray Droplets) သည် တစ်စက္ကန့်လျှင် (၃၃) ပေနှုန်းအရှိန်ဖြင့် အကွာအဝေး (၆) ပေခွဲကျော်အထိ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။
- ❖ နှာချေခြင်းဖြင့် ရောဂါပိုးပါနိုင်သောအစက်အမှုန်ကြီးများ (Large Spray Droplets) သည် တစ်စက္ကန့်လျှင် (၁၆၄) ပေနှုန်းအရှိန်ဖြင့် အကွာအဝေး (၁၉) ပေခွဲကျော်အထိ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။
- ❖ ထို့ပြင် ရိုးရိုးအသက်ရှူထုတ်ခြင်းဖြင့် ရောဂါပိုးပါသောအစက်အမှုန်ကြီးများ (Large Spray Droplets) သည် အကွာအဝေး (၅) ပေခန့်အထိ ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။
- ❖ ထိုသို့ထွက်ရှိနေသည့်အစက်အမှုန်များထဲတွင်ပါနိုင်သော ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် (COVID-19) ရောဂါပိုးအပါအဝင်အခြားရောဂါပိုးများသည် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask) မတပ်ဆင်ထားသော အခြားလူများသို့ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။



ရောဂါပိုးပါဝင်သောအစက်အမှုန်များထွက်ရှိခြင်း (သို့မဟုတ်) ဝင်ရောက်ခြင်း မရှိစေရန်  
ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask) ကို စနစ်တကျ လုံခြုံစွာတပ်ဆင်ပါ။