



ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

COVID-19 ရောဂါ ဖြစ်ပွားနေစဉ်ကာလအတွင်း အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များ သွားလာမှု အဆင်ပြေချောမွေ့စေရေးအတွက် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်များ (Version 2.0)

(Updated as of 28-2-2021)

(က) အထွေထွေလိုက်နာရမည့်အချက်များ

ယာဉ်လိုင်းပိုင်ရှင်၊ ယာဉ်ဝန်ထမ်း၊ ခရီးသွားပြည်သူ မည်သူမဆို-

- အောက်ပါအချက်များအနက် တစ်ခုခုနှင့် ကိုက်ညီနေပါက လုပ်ငန်းခွင်သို့ လာရောက်ခြင်း၊ အများပြည်သူသုံးယာဉ်တွင် စီးနင်းလိုက်ပါခြင်း လုံးဝမပြုလုပ်ရပါ-
 - ဖျားခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခဲခြင်း၊ ရုတ်တရက်အနံ့အရသာပျောက်ဆုံးခြင်းနှင့် အားအင်ကုန်ခမ်းခြင်းစသည့် သံသယဖြစ်ဖွယ်လက္ခဏာများ ခံစားနေရခြင်း၊
 - ကိုယ်ခံအား ကျဆင်းစေသော ဆေးဝါးများဖြင့် ဆေးကုသမှုခံယူနေရသူများ (ဥပမာ - Immuno-suppressive drugs သောက်သုံးနေရခြင်း (သို့မဟုတ်) ကင်ဆာရောဂါကုထုံးများ ခံယူနေရခြင်း)၊
 - COVID-19 ဓာတ်ခွဲအတည်ပြုလူနာနှင့် လွန်ခဲ့သော(၁၄)ရက်အတွင်း ထိတွေ့မှုရှိခဲ့ခြင်း၊
 - တစ်အိမ်တည်း အတူနေ တစ်ဦးဦးကို COVID-19 ရောဂါစောင့်ကြည့်လူနာအဖြစ် သတ်မှတ်ခံရခြင်း (သို့မဟုတ်) အသွားအလာ ကန့်သတ်ခံရခြင်း။
- ခရီးသွားလက်မှတ်ဝယ်ယူရာတွင် တတ်နိုင်သရွေ့ Online စနစ်ဖြင့် ခရီးသွားလက်မှတ်ဝယ်ယူပါ။ ခရီးသွားလက်မှတ်ဝယ်ယူရန် လူကိုယ်တိုင်သွားရောက်မည် ဆိုပါက ဝယ်ယူသူ/ရောင်းချသူများ အနေဖြင့် Mask ကို မဖြစ်မနေ စနစ်တကျ တပ်ဆင်ပါ။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး (၆)ပေခန့်ခွာ၍ တတ်နိုင်သမျှနေပါ။ Mask မဖြစ်မနေတပ်ဆင်ရန် အချင်းချင်း သတိပေးစေပါ။ လက်မှတ်အရောင်းကောင်တာများ အားပလပ်စတစ်အကြည်ဖြင့်

ကာရံထားပါ။ အများသုံးပစ္စည်းများကိုမကိုင်တွယ်မီနှင့် ကိုင်တွယ်ပြီးသည့်အခါတိုင်း လက် ကို စက္ကန့်(၂၀) ကြာအောင် စနစ်တကျ ဆေးကြောပါ။

- အချိန်တိုင်းတွင် ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်း (Mask) ကို မဖြစ်မနေ မပျက်မကွက် စနစ်တကျ တပ်ဆင်ထားရပါမည်။
- ရုတ်တရက် နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးပါက လက်မောင်း၊ တံတောင်ကွေးတို့ဖြင့် ဖုံးအုပ်၍ ဆိုးရ ပါမည်။
- လက်ဆေးရာတွင် ဆပ်ပြာနှင့် ရေကိုအသုံးပြု၍ လက်ကို စက္ကန့်(၂၀)ကြာအောင် မကြာခဏ စနစ်တကျ ဆေးကြောရပါမည်။ (သို့မဟုတ်) အနည်းဆုံး Alcohol 60% ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည် ကို အသုံးပြုရပါမည်။ အထူးသဖြင့် (အစားစားခြင်း၊ ရေသောက်ခြင်း မပြုမီ၊ ငွေ၊ ယာဉ် အတွင်းရှိတန်းများ၊ လက်ကိုင်ကွင်းများ၊ ခါးပတ်များစသည်တို့ကို ကိုင်တွယ်ထိတွေ့ပြီးသည့် အခါတိုင်း၊ နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးပြီးတိုင်း၊ ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask) ကို မကိုင်တွယ်မီနှင့် ကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း၊ အပြင်မှ ပြန်လာသည့်အခါတိုင်း) လက်ကိုစနစ်တကျဆေးရပါမည်။
- အပြင်မှ မိမိနေအိမ်သို့ ပြန်ရောက်သည်နှင့် အဝတ်အစားများကို ချက်ချင်းလဲလှယ်ရမည်။ အဆိုပါ အဝတ်များကို ဆပ်ပြာဖြင့် မိနစ် ၃၀ စိမ်၍ ချက်ချင်းလျှော်ဖွပ်ရပါမည်။
- အပြင်မှပြန်ရောက်သည့်အခါတိုင်း တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေးကို အလေးပေး၍ ရေချိုး၊ ကိုယ်လက်သန့်စင်ခြင်းကို ဆောင်ရွက်ရမည်။ အဝတ်အစား မလဲမီနှင့် ကိုယ်လက်သန့်စင် ခြင်း မပြုမီ အိမ်သားများနှင့် ထိတွေ့ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။

(ခ) ခရီးသွားပြည်သူများအနေဖြင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်အချက်များ

အထက်တွင်ပါရှိသည့် အထွေထွေလိုက်နာရမည့် အချက်များအပြင် အောက်ပါအချက်များကိုလည်း လိုက်နာရပါမည်-

- ပြည်သူများအနေဖြင့် တတ်နိုင်သမျှ အိမ်တွင်နေရပါမည်။
- ယာဉ်ထွက်ခွာမီ ယာဉ်ရပ်နားစခန်းများတွင် စောင့်ဆိုင်းသည့်အချိန်တွင်လည်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တတ်နိုင်သမျှ အနည်းဆုံး (၆)ပေခန့် ခွာ၍ စောင့်ဆိုင်းပါ။ စုပြုံစောင့်ဆိုင်းခြင်း မပြုရပါ။
- ယာဉ်ပေါ်သို့ မတက်မီနှင့် ယာဉ်ပေါ်မှ ဆင်းသည့်အချိန်တိုင်းတွင် လက်ဆေးနိုင်ရန် အနည်းဆုံး Alcohol 60% ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်ကို မိမိနှင့်အတူ တပါတည်း ဆောင်ထား ၍ အသုံးပြုရပါမည်။

- မိမိတို့စွန့်ပစ်ရမည့် အမှိုက်များ (ဥပမာ-တစ်ရှူးများ၊ ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်း (Mask) များ၊ ရေသန့်ဘူးခွံများ) ကို ကားပေါ်တွင် စွန့်ပစ်ခြင်း၊ ချန်ထားခဲ့ခြင်းများ မပြုလုပ်ဘဲ မိမိတို့နှင့် အတူ ယူဆောင်သွားပြီး အဖုံးပါသော အမှိုက်ပုံးများတွင် စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ရပါမည်။
- ထိုင်ခုံများသည် ရှေ့နောက်ဖြစ်လျှင် ရှေ့နောက်တစ်တန်းတည်း မထိုင်ရပါ။ သတ်မှတ်ထားသောနေရာများတွင်သာ စနစ်တကျ လိုက်ပါစီးနင်းပါ။ ဥပမာ- ရှေ့ခုံ တွင် ထိုင်သူသည် ထိုင်ခုံ၏ ညာအစွန်တွင် ထိုင်လျှင် နောက်ခုံတွင် ထိုင်သူသည် ထိုင်ခုံ၏ ဘယ်အစွန်၌ ထိုင်ရပါမည်။
- ခရီးစဉ်တစ်လျှောက်လုံး ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) ကို စနစ်တကျ မပျက်မကွက် တပ်ဆင်ထားရပါမည်။ တပ်ဆင်ထားသော ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) သည် စိုစွတ်ခြင်း၊ ညစ်ပေခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်ပါက အသစ်လဲလှယ်ရပါမည်။ အသုံးပြုပြီးသော Mask ကို စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ရပါမည်။

(ဂ) ယာဉ်ဝန်ထမ်းများ အနေဖြင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်အချက်များ

အထွေထွေလိုက်နာရမည့် အချက်များအပြင် အောက်ပါအချက်များကိုလည်း လိုက်နာရမည်-

- လေဝင်/လေထွက် ကောင်းမွန်စေရန်အတွက် ကားပြတင်းပေါက်များ တတ်နိုင်သမျှ ဖွင့်၍ မောင်းနှင်ရပါမည်။
- ခရီးသည်များအား ဘယ်အစွန်၊ ညာအစွန် တစ်လှည့်စီ(Zig-zag) တတ်နိုင်သမျှ ခပ်ခွာခွာ ထိုင်စေရန်အတွက် ယာဉ်ပေါ်ရှိ ထိုင်ခုံများတွင် အမှတ်အသားများထားရှိ၍ စနစ်တကျ ထိုင်ရန် ကြီးကြပ်ပေးရပါမည်။
- ခရီးသည်များအား ယာဉ်ပေါ်သို့ မတက်ရောက်မီ လက်ဆေးရန်၊ ယာဉ်ပေါ်မှ ဆင်းလျှင် လက်ဆေးရန်နှင့် ခရီးစဉ် တစ်လျှောက် ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်း (Mask) တပ်ဆင်ထားစေရေးကို ကြပ်ကြပ်မတ်မတ် စစ်ဆေးဆောင်ရွက်ခြင်း ပြုလုပ်ရမည်။
- ခရီးစဉ်တစ်လျှောက်တွင် ကျန်းမာရေးအသိပညာပေး အချက်အလက်များကို ရုပ်သံဖြင့် ပြသခြင်း (သို့) အသံဖိုင်ဖြင့် ပြောကြားခြင်း၊ ဖွင့်လှစ်ပေးခြင်းများ ပြုလုပ်ရပါမည်။

(ဃ) ယာဉ်လိုင်းပိုင်ရှင်များ အနေဖြင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်အချက်များ

အထွေထွေလိုက်နာရမည့် အချက်များအပြင် အောက်ပါအချက်များကိုလည်း လိုက်နာရမည်-

- ယာဉ်ဝန်ထမ်းများအား ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်း (Mask) နှင့် အနည်းဆုံး Alcohol 60% ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်တို့ကို အလုံအလောက် ထောက်ပံ့ပေးရပါမည်။

- Physical Distancing တတ်နိုင်သမျှရှိစေရန်အတွက် ပို့ဆောင်နိုင်သော ခရီးသည် အရေအတွက်၏ တစ်ဝက်ကိုသာ တင်ဆောင်ရန် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ရပါမည်။
- ဘယ်အစွန်၊ ညာအစွန် တစ်လှည့်စီ(Zig-zag) ခပ်ခွာခွာ ထိုင်စေရန်အတွက် ယာဉ်ပေါ်ရှိ ထိုင်ခုံများတွင် အမှတ်အသားများ ပြုလုပ်ထားရပါမည်။
- ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask) တပ်ဆင်ထားသော ခရီးသည်များအား လုံးဝတင်ဆောင်ခြင်းမပြုရန် ညွှန်ကြားထားရပါမည်။ ခရီးသည်များ ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) အလွယ်တကူရရှိနိုင်ရန်ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း (သို့မဟုတ်) ရောင်းချပေးနိုင်ရေး စီစဉ်ထား ရှိရပါမည်။
- ခရီးသည်များ လက်ဆေးနိုင်ရန် ဝင်ပေါက်/ထွက်ပေါက်များတွင် အနည်းဆုံး Alcohol 60% ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်များ အလုံအလောက် ထားရှိပေးရပါမည်။
- ယာဉ်မောင်း မောင်းနှင်သည့်နေရာနှင့် ခရီးသွားပြည်သူများ စီးနင်းသည့်နေရာကြားတွင် မှန်ဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ပလတ်စတစ်ဖြင့်သော်လည်းကောင်း အကာအရံလုံခြုံစွာ ပြုလုပ်ထားရပါမည်။
- ခရီးစဉ်တစ်လျှောက်တွင် ကျန်းမာရေးအသိပညာပေး အချက်အလက်များကို ရုပ်သံဖြင့် ပြသခြင်း (သို့) အသံဖိုင်ဖြင့် ပြောကြားခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်ရန်အတွက် စီစဉ်ပေးရပါမည်။

(င) အဝေးပြေးယာဉ်လိုင်းများ/ ဂိတ်များ /ယာဉ်ရပ်နားစခန်းများရှိတာဝန်ရှိသူများအနေဖြင့် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်အချက်များ

အထက်တွင်ဖော်ပြထားသော အထွေထွေလိုက်နာရမည့်အချက်များ၊ ယာဉ်ဝန်ထမ်းများ လိုက်နာရမည့်အချက်များ ၊ ယာဉ်လိုင်းပိုင်ရှင်များ လိုက်နာရမည့်အချက်များတို့ကို လိုက်နာရမည့်အပြင်-

- လက်ဆေးရန်အတွက် လက်ဆေးကန်၊ ရေ၊ ဆပ်ပြာ (သို့) အနည်းဆုံး Alcohol 60% ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်များကို ခရီးသည်များနှင့်ဝန်ထမ်းများအလုံအလောက် အသုံးပြုနိုင်ရန် ထားရှိပေးရပါမည်။
- ယာဉ်မထွက်ခွာမီ စောင့်ဆိုင်းနေသော ခရီးသည်များအား Physical Distancing တတ်နိုင်သမျှ (၆)ပေအကွာ ရရှိစေရန် ထိုင်ခုံများအား အမှတ်အသားများ ပြုလုပ်ထားရ ပါမည်။
- ကားပေါ်သို့ ခရီးသည် မတင်မီအချိန်တွင် non-contact thermal scannerအားအသုံးပြု၍ ကိုယ်အပူချိန်တိုင်းခြင်း ပြုလုပ်ရပါမည်။ အပူချိန် ၃၈ C/ ၁၀၀.၄ F နှင့်အထက် ဖြစ်နေပါက အဆိုပါ ခရီးသည်အား တင်ဆောင်ခြင်း မပြုရန် နှင့် စစ်ဆေးတွေ့ရှိပါက နီးစပ်ရာ ကျန်းမာရေးဌာနသို့ ဆက်သွယ်ပြီး ဆေးကုသမှု ခံယူနိုင်ရန် စီစဉ်ထားရပါမည်။ အပူချိန် ၃၈ C/

၁၀၀.၄ F နှင့်အထက် ဖြစ်နေပါက တင်ဆောင်ခြင်း မပြုသည်ကိုလည်း ထင်သာ မြင်သာသော နေရာများတွင် အသိပေးပို့စတာများ ချိတ်ဆွဲထားရပါမည်။

- ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) တပ်ဆင်ထားသော ခရီးသည်အား ယာဉ်ပေါ်သို့ တက်ခွင့်၊ စီးနင်းခွင့် လုံးဝ မပြုရပါ (သို့မဟုတ်) ခရီးသည်ကို ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) ရရှိနိုင်ရန် (သို့မဟုတ်) ရောင်းချပေးနိုင်ရေး စီစဉ်ထားရှိရပါမည်။
- **ခရီးသည်တိုင်း၏ နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားအမှတ်၊ နေထိုင်သည့် နေရပ်လိပ်စာနှင့် သွားရောက်မည့်နေရပ်လိပ်စာ၊ ဆက်သွယ်ရန် ဖုန်းနံပါတ်တို့ကို ခုံနံပါတ်နှင့်ယှဉ်တွဲ၍ မှတ်တမ်းထားရှိရမည်ဖြစ်ပြီး သက်ဆိုင်ရာဌာနများမှ လိုအပ်လာလျှင် ပေးအပ်ရပါမည်။**
- အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များအနေဖြင့် လမ်းခရီးတွင်မဖြစ်မနေ ယာဉ်ရပ်နားမည့် အကြောင်း တစ်စုံတရာ ပေါ်ပေါက်ပါက မြို့/ ရပ် ကွက်/ ကျေးရွာအတွင်းဖြစ်လျှင် လမ်း ဧရိယာနှင့် လွတ်ကင်းသောနေရာတွင် ရပ်တန့်စေပါ။
- ယာဉ်မောင်းများနှင့် ယာဉ်နောက်လိုက်များ၊ ခရီးသည်များလမ်းခရီး၌ ရပ်တန့်၍ ဝယ်ယူ စားသုံးခြင်း အကြိမ်ရေအနည်းဆုံးဖြစ်စေရေးအတွက် ယာဉ်ရပ်နားမည့်နေရာ အနည်းဆုံး ဖြစ်စေရေး စနစ်တကျ ကြိုတင်သတ်မှတ်ပေးပါ။
- အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်မှုမရှိစေရေး စနစ်တကျ ကြီးကြပ် ဆောင်ရွက်သွားရန်နှင့် ခရီးစဉ်အစနှင့်အဆုံးနေရာများ၌ အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များ စည်းကမ်းလိုက်နာမှု ရှိ/မရှိ စနစ်တကျ ကြီးကြပ်ဆောင်ရွက်ပေးရန်။
- **အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များစည်းကမ်းလိုက်နာမှု စစ်ဆေးခြင်းကို ဆောင်ရွက်ရာတွင် သက်ဆိုင်ရာဒေသအာဏာပိုင်များက တာဝန်ပေးအပ်ထားသည့် အဖွဲ့အစည်းများကသာ စစ် ဆေးရန်၊ မလိုလားအပ်သော အုပ်ချုပ်မှုပြဿနာများမဖြစ်ပေါ်စေရေး ပရဟိတအဖွဲ့အစည်း များကို လုပ်ပိုင်ခွင့်ပေးဆောင်ရွက်ခြင်းမျိုးမပြုရန်။**
- အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များကို တာဝန်ပေးအပ်ထားသည့်အဖွဲ့အစည်းများက စစ်ဆေးရာ ၌ စစ်ဆေးမှုများအား စနစ်တကျမှတ်တမ်းပြုစု၍ သက်ဆိုင်ရာအာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းများ၊ ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများအားပုံမှန်တင်ပြရန်၊ စည်းကမ်းချက်များကို လိုက်နာခြင်း မရှိပါက သက်ဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများထံတင်ပြ၍ ပညာပေးခြင်းအပါအဝင် လိုအပ်သလိုအဆင့်ဆင့် အရေးယူဆောင်ရွက်ရန်။
- အထက်အပိုဒ်များပါ စည်းကမ်းချက်များအား အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များ အားလုံး သိရှိနိုင်ရေး တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်အသီးသီးမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာပေးရန်။

(စ) အဝေးပြေးခရီးသည်တင်ယာဉ်များကို ပိုးသတ်သန့်စင်ခြင်း

- ယာဉ်အသုံးပြုသူများနှင့် ထိတွေ့မှု အများဆုံးဖြစ်သည့် နေရာများဖြစ်သော ကားအတက်/အဆင်း ပြုလုပ်ရာနေရာများရှိ လက်တန်းများ၊ ကားပေါ်ရှိ လက်ကိုင်ကွင်းများ၊ ထိုင်ခုံလက်တန်းများ ခါးပတ်ကြိုးတပ်/ဖြုတ်ရာခလုပ်များ၊ တံခါးလက်ကိုင်များ၊ ပြတင်းပေါက်မှန်များ အစရှိသောနေရာများနှင့် အကာအရံ ပြုလုပ်ထားသော မှန် (သို့) ပလတ်စတစ်တို့ကို ခရီးစဉ်တစ်ကြောင်း ပြေးဆွဲပြီးတိုင်း တစ်ကြိမ် 0.1% Sodium Hypochlorite Solution (1,000ppm) (သို့မဟုတ်) 0.1% Calcium Hypochlorite Solution (သို့မဟုတ်) 70% Ethyl Alcohol Spray ဖျန်းပြီး ပိုးသတ်သန့်စင်ရပါမည်။ ထိုသို့ပိုးသတ်သန့်စင်ရာတွင် သတ္တုမျက်နှာပြင်များကို 70% Ethyl Alcohol Spray ဖျန်းပြီး ပိုးသတ်သန့်စင်ရပါမည်။
- တစ်နေ့လျှင် အနည်းဆုံး (၁)ကြိမ် ညနေ ကားသိမ်းချိန်တွင် ကားအတွင်း/အပြင် နေရာအနှံ့အပြားကို ပိုးသတ်သန့်စင်ရပါမည်။ ထိုသို့ ပိုးသတ်သန့်စင်ရာတွင် ကားကြမ်းခင်းများကို ဆပ်ပြာရည်နှင့် ဦးစွာကြမ်းတိုက်ပြီး (၁၀)မိနစ်မှ (၃၀)မိနစ်အကြာတွင် ရေစိုအဝတ်ဖြင့် ပြန်လည်ပွတ်တိုက်ခြင်းဖြင့် ပိုးသတ်သန့်စင်ရပါမည်။
- ပိုးသတ်သန့်စင်ရာတွင် လေဝင်/လေထွက်ကောင်းစေရန် ကားပြတင်းပေါက်များကို ဖွင့်ထားပြီး လူအဝင်/ အထွက် မရှိစေရပါ။
- ပိုးသတ်သန့်စင်မည့်သူများသည် လက်ရှည်အင်္ကျီ၊ အကာအကွယ်မျက်မှန်၊ ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်း၊ ခေါင်းစွပ်၊ လက်အိတ်အထူအရှည်နှင့် လည်ရှည်ဖိနပ်စသော တစ်ကိုယ်ရေသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျ ဝတ်ဆင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

(ဆ) ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးရည်ဖျော်စပ်ခြင်း

- ပိုးသတ်သန့်စင်ဆေးရည် 0.1% Sodium Hypochlorite Solution (1,000ppm) (သို့မဟုတ်) 0.1% Calcium Hypochlorite Solution (1,000ppm) ရရှိစေရန် အစွန်းချွတ်ဆေးအရည် Sodium Hypochlorite (သို့မဟုတ်) အစွန်းချွတ်ဆေးအမှုန့် Calcium Hypochlorite တို့ကို ရေဖြင့် အချိုးကျဖျော်စပ်နိုင်ပါသည်။
- အစွန်းချွတ်ဆေးအရည် (5% Sodium Hypochlorite)ကို အသုံးပြုပါက ဆေးရည် (1:50 အချိုး) ရေ(၁)လီတာတွင် ဆေးရည်(20ml) လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၄) ဇွန်းထည့်၍ ဖျော်စပ်ပါ။

- အစွန်းချွတ်ဆေးအမှုန့် Bleaching Powder (35% Calcium Hypochlorite)ကို အသုံးပြုပါက Bleaching Powder ထမင်းစားဇွန်းရှည် မောက်မောက်(၂)ဇွန်း (28 gram) နှင့် ရေ (၁) လီတာကို ဦးစွာရောပါ။ ထို့နောက် ရေ (၉)လီတာ ထပ်မံရောစပ်ပါ။
(ဖျော်စပ်ပြီး (၂၄) နာရီအတွင်း ကုန်အောင် အသုံးမပြုပါက အာနိသင် လျော့ကျနိုင်ပါသည်)
- ဖျော်စပ်ရာတွင် လေဝင်/လေထွက် ကောင်းသည့်နေရာ ဖြစ်ရပါမည်။ ရေအေးကိုသာ အသုံးပြုရပါမည်။ ပါးစပ်နှင့် နှာခေါင်းစည်း၊ ရာဘာလက်အိတ်၊ ရင်အကာနှင့် အကာအကွယ် မျက်မှန်တို့ကို အသုံးပြုရပါမည်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန
(၂၈ -၂-၂၀၂၁)