

ပြည်သူများထံသို့ မေတ္တာရပ်ခံပန်ကြားချက်

နေပြည်တော်၊ (၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ မတ်လ (၂၁) ရက်နေ့

- ယခုအခါ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံ (၁၉၄) နိုင်ငံအနက် (၁၇၇) နိုင်ငံတွင် COVID-19 ရောဂါဖြစ်ပွားမှုရှိနေပြီဖြစ်ပြီး မိမိတို့နိုင်ငံသို့လည်း COVID-19 ရောဂါအချိန်မရွေး ဝင်ရောက် ဖြစ်ပွားနိုင်ချေရှိသည်ကို သတိပြုရမည်ဖြစ်ပါသည်။
- မိမိအနေဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံသားတစ်ဦး တစ်ယောက်တွင်မှ COVID-19 ရောဂါမဖြစ်စေလိုပါ။ တစ်ဦးတစ်ယောက်မှ အသက်ဆုံးရှုံးမှုမရှိစေလိုပါ။
- မိမိတို့ဝန်ကြီးဌာန၏ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများသည် ပြည်သူများနှင့်လည်းကောင်း၊ သက်ဆိုင်ရာ နီးနွယ်ဝန်ကြီးဌာနများနှင့် တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့များနှင့် လည်းကောင်း၊ လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းများနှင့်လည်းကောင်း၊ ကုလသမဂ္ဂ လက်အောက်ခံ အဖွဲ့အစည်းများနှင့်လည်းကောင်း ပူးပေါင်း၍ ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ဆေးရုံဝန်ဆောင်မှု လုပ်ငန်းများကို ရရှိသည့်စွမ်းအားအရင်းအမြစ်များကိုသုံးစွဲ၍ ဆောင်ရွက်ရှိပါသည်။
- ပြည်သူများနှင့် အလှူရှင်အဖွဲ့အစည်းများမှ လှူဒါန်းသော ငွေကြေး၊ ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်း ကိရိယာများကိုလည်း နေ့စဉ်ရရှိနေပါသည်။ ငွေကြေးသုံးစွဲမှုများကို စနစ်တကျအကျိုးရှိစွာ အသုံးပြုနိုင်ရန်အတွက် တိကျသော လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အတူ တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ် များသို့ ချက်ချင်းခွဲဝေချထားပေးလျက်ရှိပါသည်။
- Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) ကာကွယ်၊ ထိန်းချုပ်၊ ကုသရေး အမျိုးသား အဆင့်ဗဟိုကော်မတီ၊ ဥက္ကဋ္ဌ နိုင်ငံတော်၏အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်၏ လမ်းညွှန်ချက် ဖြစ်သော “ပြည်သူ့သာအဓိက” ဟူသည့် သဘောထားခံယူချက်နှင့်အညီ ပြည်သူများ အနေဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ ထုတ်ပြန်ထားသော အောက်ဖော်ပြ ပါ COVID-19 နှင့်ပတ်သက်၍ ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်ကိစ္စများကို မိမိ၏အရေးကိစ္စသဖွယ်

သဘောထားကာ တိတိကျကျလိုက်နာဆောင်ရွက်ကြပါရန်နှင့် တတ်နိုင်သမျှ ဝိုင်းဝန်းပါဝင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြပါရန် အလေးအနက်မေတ္တာရပ်ခံပန်ကြားအပ်ပါသည် -

- (၁) လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေ အသုံးပြု၍ မကြာခဏဆေးကြောပါ (သို့မဟုတ်) အရက်ပြန် (alcohol) အနည်းဆုံး (၆၀) ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်သည့် လက်သန့်စင်ဆေးရည်ကို အသုံးပြု၍ သန့်စင်ပါ။ အထူးသဖြင့် အပြင်မှပြန်လာပြီးတိုင်း၊ အများပြည်သူ အသုံးပြုသည့်နေရာများမှ ပစ္စည်းများ (ဥပမာ - လှေကားလက်ရမ်း၊ ဓာတ်လှေကားခလုတ်၊ တံခါးလက်ကိုင်) ကို ကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း လက်ကိုဆေးကြောပါ (သို့မဟုတ်) သန့်စင်ပါ။ လက်ကို မဆေးကြောမသန့်စင်ဘဲ မိမိ၏ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်နှင့် မျက်နှာတို့ကို ကိုင်တွယ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- (၂) နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးတိုင်း နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်တို့ကို လုံခြုံအောင် ဖုံးအုပ်ပါ။ ဖျားနာ၊ နှာချေ၊ ချောင်းဆိုးနေလျှင် လူစုလူဝေးနေရာများသို့ သွားရောက်ခြင်း၊ ဘတ်စ်ကားစီးခြင်းနှင့် ခရီးသွားလာခြင်းတို့မှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။ မိမိတို့မှတစ်ဆင့် မိမိ၏ မိသားစုနှင့် မိတ်ဆွေအပေါင်းအသင်းနှင့် အခြားသူများထံသို့ ရောဂါမကူးစက်စေပါနှင့်။
- (၃) လူထူထပ်သောနေရာများ၊ ပွဲလမ်းသဘင် အခမ်းအနားများကို သွားရောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။ တတ်နိုင်သမျှ အိမ်တွင်သာနေပါ။ အသက် (၆၀)နှစ်နှင့် အထက် အသက်အရွယ်ကြီးသူများနှင့် နာတာရှည်ရောဂါ (ဆီးချိုရောဂါ၊ နှလုံး ရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါ၊ အသည်းရောဂါ စသည်) ရှိသူများ အနေဖြင့် အပြင်သို့သွားရောက်ခြင်းကို ယခုကာလအတွင်း ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- (၄) ရောဂါကူးစက်ရာဒေသ၊ နိုင်ငံများမှ ပြန်လာသူများအနေဖြင့် - အနီးဆုံးကျန်းမာရေးဌာနသို့ သတင်းပို့ပါ။ ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနမှ အသွားအလာကန့်သတ်ခြင်း (quarantine) နှင့် ရောဂါရှိသူအား သီးခြားထားရှိ ကုသခြင်း

(isolation) လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာတွင် တာဝန်သိစွာဖြင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြပါ။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ခြင်းအားဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင်ရောဂါဖြစ်ပွားပါက အမြန်ဆုံးထိရောက်စွာကုသမှုခံယူနိုင်၍ အသက်သေဆုံးခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ပြီး မိမိ၏ မိသားစု၊ မိတ်ဆွေများနှင့် မိမိရပ်ရွာသို့ ရောဂါကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းအား ထိရောက်စွာ ကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

(၅) ပြည်သူများအနေဖြင့် ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနနှင့် ပြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာနတို့မှ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီထုတ်ပြန်ပေးသော သတင်းမှန်များကို ရယူခြင်းနှင့် မျှဝေခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ပေးကြစေလိုပါသည်။

ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး
ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန