



COVID-19 ရောဂါထိရောက်စွာကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရန် မြို့နယ်/ရပ်ကွက်/
 ကျေးရွာအတွင်းတွင်ဈေးဝယ်သူများ/အိမ်ဆိုင်များ/ဈေးဆိုင်များ/ဈေးများနှင့်
 ဈေးကြီးကြပ်ရေးကော်မတီများတိကျစွာလိုက်နာရမည့်အချက်များ

(Version 3.1)

နေ့စွဲ ၅-၁၁-၂၀၂၀

လက်ရှိအချိန်ထိမြန်မာနိုင်ငံတွင်တွေ့ရှိရသည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါပိုးရှိသောသူများ၏ (၆၅)ရာ
 ခိုင်နှုန်းခန့်သည် ရောဂါလက္ခဏာတစ်စုံတစ်ရာမပြသဘဲသာမန်အတိုင်းနေကောင်း ကျန်းမာစွာရှိနေ
 သဖြင့် အမြင်အားဖြင့်မည်သူ့ထံတွင် ရောဂါပိုးရှိသည်ကို မသိနိုင်ပါ။

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးပါဝင်နိုင်သည့် အစက်အမှုန်များသည် အသက်ရှူထုတ်ခြင်းမှတစ်ဆင့် အနီး
 ပတ်ဝန်းကျင်(၅)ပေခန့်အထိလည်းကောင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းမှတစ်ဆင့် တစ်စက္ကန့်လျှင် (၃၃)ပေ နှုန်း
 အရှိန်ဖြင့် (၆)ပေခွဲခန့်အထိလည်းကောင်း၊ နှာချေခြင်းမှတစ်ဆင့် တစ်စက္ကန့်လျှင် (၁၆၄)ပေ နှုန်း
 အရှိန်ဖြင့် (၁၉)ပေခွဲခန့်အထိလည်းကောင်း ပျံ့နှံ့ရောက်ရှိနိုင်ပါသည်။

သုတေသနတွေ့ရှိချက်များအရ ယခုတစ်ကျော့ပြန် ဖြစ်ပွားသော COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည်
 မျိုးရိုးဗီဇပြောင်းလဲမှုကြောင့် ကူးစက်မှုနှုန်း ယခင်ထက်(၁၀)ဆခန့် ပိုမိုလျင်မြန်ကြောင်းကို တွေ့ရှိရ
 ပါသည်။

ဈေးဝယ်ခြင်း/ဈေးရောင်းခြင်းဆောင်ရွက်ရာတွင် COVID-19ရောဂါထိရောက်စွာကာကွယ်ထိန်းချုပ်
 ရေးလမ်းညွှန်ချက်များကို တိကျစွာလိုက်နာခြင်းမရှိပါက ဈေးဝယ်သူ/ဈေးရောင်းသူများအကြား
 ရောဂါကူးစက်မှုများဖြစ်ပွားရာမှတစ်ဆင့် အတူနေမိသားစုဝင်များ/ မိတ်ဆွေများ/ လုပ်ငန်းခွင်
 လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များထံအဆင့်ဆင့်ဆက်လက်ကူးစက်၍ရောဂါဖြစ်ပွားသူများပြားကာရောဂါကြောင့်
 သေဆုံးမှုများနှင့်ပြည်လည်သက်သာလာသူများတွင် နောက်ဆက်တွဲကျန်းမာရေးဆိုးကျိုးများစွာ
 ခံစားရနိုင်ပါသည်။

ဈေးဝယ်သူများအနေဖြင့်

- (၁) ဈေးသည် လူစည်ကားသည့်နေရာဖြစ်၍ ရောဂါကူးစက်နိုင်ခြေပိုမိုများပြားသည့် နေရာဖြစ်သည်ကို အထူးသတိပြုပါ။ *
- (၂) ဈေးဝယ်ချိန်အနည်းဆုံးဖြစ်စေရန်နှင့် ဈေးဝယ်ရမည့် ဆိုင်အရေအတွက် အနည်းဆုံးဖြစ်စေရန် ကြိုတင်တွက်ချက်စီစဉ်ထားပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါက တစ်ပတ်လျှင်တစ်ကြိမ်ခန့်သာဈေးဝယ်ပါ။
- (၃) မိသားစုတစ်စုတွင်ဈေးဝယ်မည့်သူတစ်ဦးတည်းကိုသာသတ်သတ်မှတ်မှတ်ထားပါ။ ဈေးဝယ်ထွက်ရမည်ဆိုပါက မိသားစုအတွင်းမှတစ်ဦးနှင့်ယာဉ်မောင်းတစ်ဦး(စုစုပေါင်းနှစ်ဦး)ကိုသာ သွားရောက်ဝယ်ယူစေပါ။
- (၄) နှာချေ၊ ချောင်းဆိုး၊ ဖျားနာနေသောသူများ၊ ရုတ်တရက်အနံ့အရသာပျောက်ဆုံးသူများသည် ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်း လုံးဝ(လုံးဝ) မပြုရပါ။ *
- (၅) အသက်(၆၀)နှစ်နှင့်အထက်ရှိသူများ/ ဆီးချို/ သွေးတိုး/ နှလုံး/ ကျောက်ကပ်/ အသည်း/ ကင်ဆာစသည့် နာတာရှည်ရောဂါရှိသူများအနေဖြင့် ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်းမပြုသင့်ပါ။
- (၆) ဈေးဝယ်ရန်အတွက် အိမ်မှထွက်မည်ဆိုလျှင် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask)ကို မဖြစ်မနေ စနစ်တကျ ကြိုတင်တပ်ဆင်ထားပါ။ ဈေးဝယ်စဉ်တလျှောက်လုံးနှင့် အိမ်ပြန်လမ်းတလျှောက် အိမ်သို့ပြန်ရောက်သည်အထိ စနစ်တကျ တပ်ဆင်ကာကွယ်ထားပါ။ လူထူထပ်စွာရှိနိုင်သည့် နေရာများသို့ သွားရောက်ဈေးဝယ်ရမည်ဆိုပါက မျက်နှာအကာ(Face shield) ကိုပါ စနစ်တကျ တပ်ဆင်ကာကွယ်ပါ။ *
- (၇) ဈေးသို့သွားလျှင် အလွယ်တကူအသုံးပြုနိုင်ရန် အနည်းဆုံး အယ်ကိုဟောလ်(၆၀%) ပါဝင်သော ရေမလိုလက်သန့်စင်ဆေးရည်ကို တစ်ပါတည်းဆောင်ယူသွားပါ။ *
- (၈) ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) စနစ်တကျတပ်ဆင်ထားခြင်းမရှိသော ဈေးရောင်းသူထံမှ ဈေးဝယ်ယူခြင်း လုံးဝ မပြုပါနှင့်။ *
- (၉) ဈေးဝယ်သည့်အခါဈေးဝယ်သူအချင်းချင်းကြား(သို့မဟုတ်) ဈေးရောင်းသူနှင့် ဈေးဝယ်သူအကြားအနည်းဆုံး(၆)ပေခန့်အကွာခပ်ခွာခွာဈေးဝယ်ပါ။ (တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးနီးကပ်စွာပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း မရှိစေရန်အချင်းချင်းသတိပေးပါ)။ ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) စနစ်တကျ တပ်ဆင်ထားခြင်းမရှိသော အခြားသူများနှင့် တတ်နိုင်သမျှ ခပ်ခွာခွာနေပါ။ *

(၁၀) ဈေးတွင်ရှိချိန်အတွင်းငွေလက်ခံကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း၊ အများသုံးပစ္စည်းတစ်ခုကို မကိုင်တွယ်မီ နှင့် ကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း ဆပ်ပြာနှင့်ရေကိုအသုံးပြု၍ လက်ကိုအနည်းဆုံးစက္ကန့်(၂၀)ကြာအောင် စနစ်တကျဆေးကြောပါ။ ဆပ်ပြာနှင့်ရေအလွယ်တကူမရနိုင်ပါက အနည်းဆုံး အယ်ကိုဟောလ် (၆၀%)ပါဝင်သောရေမလိုလက်သန့်စင်ဆေးရည်ကိုအသုံးပြုရန်တစ်ပါတည်းဆောင်ယူသွားပါ။*

(၁၁) လက်မဆေးရသေးဘဲ မိမိ၏ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်နှင့် မျက်လုံးတို့ကို ကိုင်တွယ်ခြင်းမှ သတိပြု ရှောင်ကြဉ်ပါ။

(၁၂) ရုတ်တရက် နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း ပြုသည့်အခါတိုင်း ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကို တစ်ခါသုံး တစ်ရှူး(သို့မဟုတ်)တံတောင်ကွေးဖြင့် လုံခြုံအောင်ဖုံးအုပ်ပါ။ အသုံးပြုပြီးတစ်ရှူးကိုအဖုံးပါသည့် အမှိုက်ပုံးထဲသို့ စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ပါ။ ပြီးလျှင် လက်ကို စနစ်တကျ ဆေးကြောပါ။

(၁၃) ဈေးဝယ်ထွက်ရာမှ အိမ်ပြန်ရောက်သောအခါ-

(က) ဈေးမှ အိမ်သို့ပြန်ရောက်သည့်အခါ ဈေးသွားစဉ် တပ်ဆင်ခဲ့သည့် ခွဲစိတ်ခန်းသုံး ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) ကို အဖုံးပါသော အမှိုက်ပုံးထဲသို့ စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ပါ။

(ခ) ဈေးမှအိမ်သို့ပြန်လည်ရောက်ရှိသည့်အခါတွင် ဆပ်ပြာနှင့်ရေကို အသုံးပြု၍ လက်ကို အနည်းဆုံးစက္ကန့်(၂၀)ကြာအောင်စနစ်တကျဆေးကြောပါ။ ဆပ်ပြာနှင့်ရေ အလွယ်တကူမရနိုင် ပါက အနည်းဆုံးအယ်ကိုဟောလ် (၆၀%) ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်ကိုအသုံးပြုပါ။

(ဂ) ဈေးမှဝယ်ယူလာသောပစ္စည်းများကို အိမ်ဝင်ပေါက်တွင် အိတ်အတွင်းမှ ထုတ်၍ ခြင်းတောင်း (သို့မဟုတ်) ပုံးအတွင်း ပြောင်းထည့်ပါ။ ရေဖြင့်ဆေးကြောနိုင်သည့် အသုံးအဆောင် များ၏ မျက်နှာပြင်များကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေ အသုံးပြု၍ စနစ်တကျ ဆေးကြောသန့်စင်ပါ။

(ဃ) ဈေးသွားစဉ်ဝတ်ဆင်သွားသော အဝတ်အစားများကို တတ်နိုင်သရွေ့ အိမ်ရောက် သည်နှင့်ချက်ချင်းလဲလှယ်ပါ။ အဆိုပါအဝတ်များကို ဆပ်ပြာနှင့် (၃၀)မိနစ်စိမ်၍ ချက်ချင်းလျှော် ဖွတ်ပါ။

(င) တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးကိုအလေးပေး၍ ရေချိုး၊ ကိုယ်လက်သန့်စင်ခြင်းဆောင် ရွက်ပါ။ အဝတ်အစားမလဲမီ/ ကိုယ်လက်သန့်စင်ခြင်းမပြုမီ အိမ်သားများနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။

ဈေးရောင်းချသူများအနေဖြင့်

(၁) ဈေးရောင်းချသူများအနေဖြင့် ဖျားနာ/ချောင်းဆိုး/နှာချေ/ရုတ်တရက်အနံ့အရသာပျောက်ဆုံးခြင်း၊ လွန်ခဲ့သော(၁၄)ရက်အတွင်း ကိုဗစ်-၁၉ အတည်ပြုလူနာနှင့်အနီးကပ်ထိတွေ့ခဲ့ခြင်းရှိပါက နီးစပ်ရာကျန်းမာရေးဌာန/ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးရုံးသို့ အကြောင်းကြား၍ စနစ်တကျ ဆေးကုသမှုခံယူပါ။ ဈေးသို့သွားရောက်ရောင်းချခြင်း (သို့မဟုတ်) ကိုယ်တိုင်အိမ်ဆိုင်တွင် ဈေးရောင်းချခြင်းများကို လုံးဝ(လုံးဝ) ရှောင်ကြဉ်ပါ။ *

(၂) အသက်(၆၀)နှစ်နှင့်အထက်ရှိသူများ/ ဆီးချို/ သွေးတိုး/ နှလုံး/ ကျောက်ကပ်/ အသည်း/ ကင်ဆာစသည့် နာတာရှည်ရောဂါရှိသူများအနေဖြင့် ဈေးရောင်းချခြင်းမပြုသင့်ပါ။

(၃) ဈေးသည် လူစည်ကားသည့်နေရာဖြစ်၍ ရောဂါကူးစက်နိုင်ခြေပိုမိုများပြားသည့် နေရာဖြစ်၍ ဈေးရောင်းချရာမှ COVID-19 ရောဂါကူးစက်ခံရနိုင်သည်ကိုအထူးသတိပြုပါ။*

(၄) ဈေးရောင်းချသူသည် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask)ကို စနစ်တကျတပ်ဆင်ရပါမည်။ လူအများလာရောက်ဈေးဝယ်ချိန် (သို့မဟုတ်) လူအများလာရောက်ဝယ်ယူလေ့ရှိသည့်ဆိုင်များတွင် ဈေးရောင်းချသူများသည် မျက်နှာအကာ(Face Shield)ကိုပါတွဲဖက်တပ်ဆင်ပါ။*

(၅) ဈေးဝယ်သူများကိုလည်း ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) စနစ်တကျ တပ်ဆင်ရန် အသိပေး၊ သတိပေးပြောကြားပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါကဆိုင်တွင် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) စနစ်တကျ တပ်ဆင်ပြီးမှ ဈေးဝယ်ယူရန် အသိပေးစာတမ်းများကို ချိတ်ဆွဲထားရှိပါ။*

(၆) ဈေးရောင်းချသူများနှင့် ဈေးဝယ်သူများအကြား (သို့မဟုတ်) ဝယ်ယူသူအချင်းချင်းအကြား တတ်နိုင်သရွေ့အနည်းဆုံး(၆)ပေကွာစေရန်စီစဉ်ထားပါ။ (ဥပမာ- ရောင်းသူ/ဝယ်သူနေရာသတ်မှတ်ထားခြင်း၊ အကွက်ချထားခြင်း၊ အကာအရံတန်း/ကြိုး/ ဝါးလုံးတန်းကာထားခြင်း)၊ ဈေးဝယ်ရာတွင်လူစုပြုံ၍ မဝယ်စေရေးအထူး သတိပြုပေးပါ။ ဈေးဝယ်သူများမှစည်းကမ်းနှင့်အညီ ခပ်ခွာခွာဝယ်ယူစေရေးသတိပေးပြောကြားပေးပါ။*

(၇) ငွေလက်ခံကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း၊ အများသုံးပစ္စည်းတစ်ခုကိုမကိုင်တွယ်မီနှင့် ကိုင်တွယ်ပြီးတိုင်း ဆပ်ပြာနှင့်ရေကိုအသုံးပြု၍စက္ကန့်(၂၀)ကြိမ်အောင်လက်ကိုစနစ်တကျဆေးကြောပါ (သို့မဟုတ်) ဆပ်ပြာနှင့်ရေအလွယ်တကူမရနိုင်ပါက အနည်းဆုံး အယ်ကိုဟောလ်(၆၀%)ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်ကိုအသုံးပြုပါ။

(၈)လက်မဆေးရသေးဘဲ မိမိ၏ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်နှင့်မျက်လုံးတို့ကို ကိုင်တွယ်ခြင်းမှ သတိပြု၍ ရှောင်ကြဉ်ပါ။

(၉)ရုတ်တရက် နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း ပြုသည့်အခါတိုင်း ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကိုတစ်ခါသုံးတစ်ရှူး (သို့မဟုတ်) တံတောင်ကွေးဖြင့် လုံခြုံအောင် ဖုံးအုပ်ပါ။ အသုံးပြုပြီးတစ်ရှူးကို အဖုံးပါသည့် အမှိုက်ပုံးထဲသို့ စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ပါ။ ပြီးလျှင် လက်ကို စနစ်တကျ ဆေးကြောပါ။

(၁၀)ဆိုင်တွင် မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် ဈေးဝယ်သူများအသုံးပြုနိုင်ရန် ဆပ်ပြာနှင့်ရေ၊ လက်ဆေးရန် နေရာ၊ တစ်ရှူးနှင့်အဖုံးပါသောအမှိုက်ပုံးတို့ကိုထားရှိပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါက အနည်းဆုံး အယ်ကိုဟောလ် (၆၀%) ပါသော လက်သန့်စင်ဆေးရည်ကို ထားရှိပေးပါ။

(၁၁)လူအများ ထိတွေ့လေ့ရှိသောနေရာများ (ဥပမာ-ငွေရှင်းကောင်တာစားပွဲ၊ တံခါး လက်ကိုင်၊ ဈေးဝယ်ခြင်းတောင်းလက်ကိုင်၊ လက်တွန်းလှည်းလက်ကိုင်) စသည်တို့ကို အယ်ကိုဟောလ် (၇၀% မှ ၉၀%) ပါသော ပိုးသန့်စင်ဆေးရည်ဖြင့် မကြာခဏ ပွတ်တိုက်သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ပါ။ ကြမ်းပြင်ရှိပါက ဆပ်ပြာရည်ကိုအသုံးပြု၍ ဦးစွာကြမ်းတိုက်ပြီး (၁၀)မိနစ်မှ မိနစ်(၃၀)အတွင်း ရေစိုဝတ်ဖြင့် ပြန်လည်ပွတ်တိုက်ပါ။ *

(၁၂)ဈေးမှ အိမ်ပြန်ရောက်သောအခါ-

(က) ဈေးမှ အိမ်သို့ပြန်ရောက်သည့်အခါ ဈေးသွားစဉ် တပ်ဆင်ခဲ့သည့် ခွဲစိတ်ခန်းသုံး ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask) ကို အဖုံးပါသော အမှိုက်ပုံးထဲသို့ စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ပါ။

(ခ) ဈေးမှအိမ်သို့ပြန်လည်ရောက်ရှိသည့်အခါတွင် ဆပ်ပြာနှင့်ရေကို အသုံးပြု၍ လက်ကို အနည်းဆုံးစက္ကန့်(၂၀)ကြာအောင်စနစ်တကျဆေးကြောပါ။ ဆပ်ပြာနှင့်ရေ အလွယ်တကူမရနိုင်ပါက အနည်းဆုံးအယ်ကိုဟောလ် (၆၀%) ပါဝင်သော လက်သန့်စင်ဆေးရည်ကိုအသုံးပြုပါ။

(ဂ) ဈေးမှယူလာသောပစ္စည်းများကို အိမ်ဝင်ပေါက်တွင် အိတ်အတွင်းမှထုတ်၍ ခြင်းတောင်း (သို့မဟုတ်) ပုံးအတွင်း ပြောင်းထည့်ပါ။ ရေဖြင့်ဆေးကြောနိုင်သည့် အသုံးအဆောင်များ၏ မျက်နှာပြင်များကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေ အသုံးပြု၍ စနစ်တကျ ဆေးကြောသန့်စင်ပါ။

(ဃ) ဈေးသွားစဉ်ဝတ်ဆင်သွားသော အဝတ်အစားများကို တတ်နိုင်သရွေ့ အိမ်ရောက်သည်နှင့်ချက်ချင်းလဲလှယ်ပါ။ အဆိုပါအဝတ်များကို ဆပ်ပြာနှင့် (၃၀)မိနစ်စိမ်၍ ချက်ချင်းလျှော်ဖွတ်ပါ။

(င) တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးကိုအလေးပေး၍ ရေချိုး၊ ကိုယ်လက်သန့်စင်ခြင်းဆောင်ရွက်ပါ။ အဝတ်အစားမလဲမီ/ ကိုယ်လက်သန့်စင်ခြင်းမပြုမီ အိမ်သားများနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။

ဈေးကြီးကြပ်ရေးကော်မတီများအနေဖြင့်

(၁) နှာချေ၊ ချောင်းဆိုး၊ ဖျားနာနေသောသူများ၊ ရုတ်တရက်အနံ့အရသာပျောက်ဆုံးသူများသည် ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်း/ဈေးရောင်းခြင်းလုံးဝ(လုံးဝ)မပြုရန်၊ အသက်(၆၀)နှစ်နှင့်အထက်ရှိသူများ/ ဆီးချို/ သွေးတိုး/ နှလုံး/ ကျောက်ကပ်/ အသည်း/ ကင်ဆာစသည့် နာတာရှည်ရောဂါရှိသူများ အနေဖြင့် ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်း/ဈေးရောင်းခြင်း မပြုရန်နှင့် ဈေးဝယ်သူများ/ဈေးရောင်းသူများ လိုက်နာရမည့်အချက်များကို လက်ကိုင်စပီကာ (သို့မဟုတ်) အသံချဲ့စက်ဖြင့်ဈေးချိန်အတွင်း ဈေးတွင်လှည့်လည်၍ နေ့စဉ် (၅) ကြိမ်ခန့် ပြောကြားပေးပါ။*

(၂) ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(Mask)မတပ်ဆင်ပါက ဈေးအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ခြင်း/ ဈေးဝယ်ခြင်း/ဈေးရောင်းချခြင်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်းကို လုံးဝ(လုံးဝ) ခွင့်မပြုရပါ။*

(၃) ဈေးအတွင်း လက်ဆေးရန်နေရာ၊ ဆပ်ပြာနှင့် ရေတို့ကို အလုံအလောက်စီစဉ်ပေးခြင်း၊ အနည်းဆုံးအယ်ကိုဟောလ် (၆၀%) ပါဝင်သော ရေမလိုလက်သန့်စင်ဆေးရည်များ ထားရှိပေးခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ပါ။ ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask)များ/ မျက်နှာအကာ (Face Shield) များ၊ ရေမလိုလက်သန့်စင်ဆေးရည်များကို ရောင်းချပေးနိုင်မည့်အရောင်းဆိုင်များကို စီစဉ်ထားရှိပေးပါ။*

(၄) ဈေးဆိုင် တစ်ဆိုင်နှင့်တစ်ဆိုင် (သို့မဟုတ်) ဆိုင်ခန်းတစ်ခန်းနှင့်တစ်ခန်း (သို့မဟုတ်) ဈေးအတွင်း ရောင်းချရာနေရာတစ်ခုနှင့်တစ်ခုဖြစ်နိုင်သရွေ့အနည်းဆုံး(၆)ပေအကွာမှ ရောင်းချနိုင်ရန် စီစဉ်ပေးပါ။ နေရာသတ်မှတ်ပေးပါ။ လမ်းညွှန်မှုပေးပါ။*

(၅) ဈေးရောင်းချသူများနှင့် ဈေးဝယ်သူများအကြား (သို့မဟုတ်) ဝယ်ယူသူအချင်းချင်း အကြား ဖြစ်နိုင်သရွေ့အနည်းဆုံး(၆)ပေ အကွာရှိစေရန် ကြီးကြပ်ပေးပါ။ ရောင်းသူ/ဝယ်သူနေရာသတ်မှတ်ထားခြင်း၊ အကွက်ချထားခြင်း၊ အကာအရံတန်း/ကြိုး/ဝါးလုံးတန်းကာထားခြင်းစသည်တို့ကို သတ်မှတ်ထားသောစည်းကမ်းနှင့်အညီစနစ်တကျဖြစ်စေရေး လမ်းညွှန်ကြီးကြပ်ပေးပါ။*

(၆) ဈေးဝယ်ရာတွင်လူစုပြုံ၍ မဝယ်စေရေးအထူးသတိပြုလမ်းညွှန်ကြီးကြပ်ပေးပါ။ ဈေးဝယ်သူများမှစည်းကမ်းနှင့်အညီခပ်ခွာခွာဝယ်ယူစေရေးသတိပေးပါ။ လမ်းညွှန်ကြီးကြပ်ပေးပါ။*

- (၇) ထုတ်ပြန်ထားသော လိုက်နာရမည့် စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းချက်များကို ဈေးဆိုင်များ၊ ဈေးရောင်းချသူများနှင့် ဈေးဝယ်သူများအနေဖြင့် အတိအကျလိုက်နာစေရန် ပညာပေးစစ်ဆေး ကြပ်မတ်ပါ။ ရှောင်တခင်စစ်ဆေးပေးပါ။ စဉ်ဆက်မပြတ်ဆန်းစစ်ကြီးကြပ်ပေးပါ။*
- (၈) လိုက်နာရန်ပျက်ကွက်သူများကို တည်ဆဲဥပဒေများအရ အရေးယူဆောင်ရွက်ပေးပါ။

မှတ်ချက်။ (*) ပြထားသော အချက်များကို မဖြစ်မနေ တိကျစွာ သတိပြုလိုက်နာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန
(၅-၁၁-၂၀၂၀)