

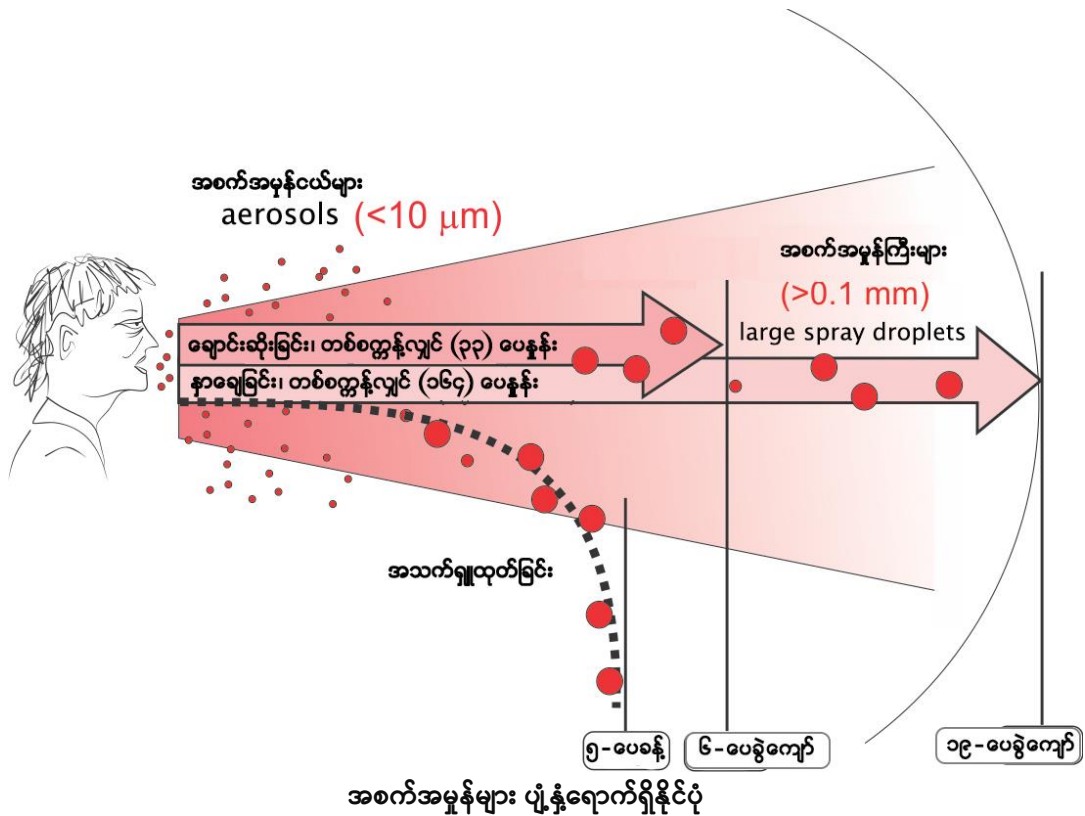


ဒီနေ့အတွက် သိကောင်းစရာ (၁၉)

(၂၀၂၀) ပြည့်နှစ်၊ ဇွန်လ (၉) ရက်

ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask)ကို ဘာကြောင့်စနစ်တကျလုံခြုံအောင် တပ်ဆင်ဖို့လိုအပ်တာလဲ?

- ဖျားခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာချေခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း စတာတွေ ခံစားရနေရပါက ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ (COVID-19) အပါအဝင် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာကူးစက်ရောဂါတစ်ခုခု ရှိနေနိုင်တာ ဖြစ်ပါတယ်။
- လက်တလောသုတေသနတွေ့ရှိချက်များအရ **ရောဂါပိုးပါနိုင်သော အစက်အမှုန်ကြီးများ(large spray droplets)** သည် ချောင်းဆိုးခြင်းကြောင့် တစ်စက္ကန့်လျှင် (၃၃)ပေနှုန်းအရှိန်ဖြင့် (၆)ပေခွဲကျော် အကွာအဝေးအထိ လည်းကောင်း၊ နှာချေခြင်းကြောင့် တစ်စက္ကန့်လျှင် (၁၆၄)ပေနှုန်းအရှိန်ဖြင့် (၁၉)ပေခွဲကျော် အထိလည်းကောင်း ရောက်ရှိနိုင်ပြီး ပိုးရှိ၍ရောဂါလက္ခဏာပြတွေ့သူတွေနဲ့ ရောဂါလက္ခဏာတစ်စုံတစ်ရာမပြသူများ၏ ပုံမှန်အသက်ရှူထုတ်ခြင်းကနေလည်း (၅)ပေခန့်အကွာထိ ရောက်ရှိနိုင်ပါတယ်။
- ဒီလိုအစက်အမှုန်များထဲတွေမှာ ပါနေနိုင်တဲ့ရောဂါပိုးများသည် အနီးနားရှိ **ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask)** မတပ်ဆင်ထားသောသူများထံ အလွယ်တကူဝင်ရောက် ကူးစက်စေနိုင်ပါတယ်။



အခြားသူများအားရောဂါကူးစက်စေခြင်းနှင့်ကိုယ်တိုင်ကူးစက်ခြင်းမခံရအောင် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Mask) ကိုမမေ့မလျော့သတိပြုဖုံးအုပ်တပ်ဆင်ပါ။

ရည်ညွှန်းကိုးကား- Huang S. COVID-19: Why we should all wear masks—there is a new scientific rationale. Medium. March 26, 2020.