



အဝတ် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း (Fabric Mask) ကို စနစ်တကျဝတ်ဆင်ခြင်း

လိုက်နာရန် →



Mask မကိုင်မီ လက်ဆေးပါ။



စုတ်ပြခြင်း၊ ညစ်ပေခြင်း ရှိ/မရှိ စစ်ဆေးပါ။



ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းကို လုံခြုံအောင် ဖုံးအုပ်ပါ။



Mask တပ်ပြီးပါက လက်ဖြင့် ကိုင်တွယ်ခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။



Mask ကိုမချွတ်မီ လက်ဆေးပါ။



Mask ကို ဖယ်ရှားမည်ဆိုလျှင် ကြိုးမှကိုင်၍ ဖယ်ရှားပါ။



Mask ကို ပလတ်စတစ်အိတ် ထဲတွင်သိမ်းဆည်းပါ။



Mask ကို ပလတ်စတစ်အိတ် အတွင်းမှ ထုတ်ပါက ကြိုးစမှ ကိုင်၍ထုတ်ပါ။



Mask ကို ဆပ်ပြာမှုန့်နှင့် ရေနွေးအသုံးပြု၍ နေ့စဉ်လျှော်ပါ။



Mask ချွတ်ပြီးပါက လက်ပြန်ဆေးပါ။

ရှောင်ကြဉ်ရန် →



စုတ်ပြ၊ ညစ်ပေနေသော Mask များကို အသုံးမပြုရပါ။



ပါးစပ်သာဖုံးအုပ်ခြင်းနှင့်နှာခေါင်းသာ ဖုံးအုပ်ခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ရပါ။



မိမိနှင့် ကြီးလွန်း၊ သေးလွန်းသော Mask များကို အသုံးမပြုရပါ။



လူများနှင့်(၃)ပေအကွာအတွင်း ပြောဆိုဆက်ဆံရပါက Mask ကိုမချွတ်ပါနှင့်။



အသက်ရှူရခက်သော Mask များကို မဝတ်ပါနှင့်။



ညစ်ပတ်ပေကျနေသော Mask များကို မဝတ်ပါနှင့်။



အခြားသူများနှင့် မျှဝေမသုံးပါနှင့်။

အဝတ် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်းတပ်ဆင်ရုံဖြင့် (COVID-19) ရောဂါကို အပြည့်အဝကာကွယ်နိုင်ပါ။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အနည်းဆုံး(၆)ပေခွာ၍ နေထိုင်ခြင်း၊ လက်ကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေတို့ဖြင့် အနည်းဆုံးစက္ကန့်(၂၀)ကြာ အောင် မကြာခဏစနစ်တကျ ဆေးကြောခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ရမည် ဖြစ်သည်။

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန (၁၉-၆-၂၀၂၀)