ကိုဗစ် -၁၉ နှင့် အဆုတ်ရောင်တီဘီရောဂါ

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် (သို့မဟုတ် ကိုဗစ် -၁၉) ကပ်ရောဂါက အဆုတ်ရောင်ရောဂါ (သို့မဟုတ် တီဘီရောဂါ) ကာကွယ်ရေး/ ကုသရေးအပေါ် အာရုံစိုက်မှုကို မေရီလန်းပြည်နယ်အတွင်း မလုပ်မဖြစ် နှင့် အရေးပေါ်အဖြစ် ပိုမိုပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

ကိုဗစ် -၁၉ ဆိုသည်မှာ ဘာပါလဲ။

- ကိုဗစ် - ၁၉ ဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးထံသို့ ကူးစက်နိုင်သော ဗိုင်းရပ်စ်တစ်မျိုးကြောင့်ဖြစ်သည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုင်း နာမကျန်းမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ ယင်းဗိုင်းရပ်စ်က ပြင်းထန်သောရောဂါ ဖြစ်စေနိုင်ပြီး ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း လူပေါင်းသန်းနှင့်ချီ၍ သေဆုံးမှုရလဒ်ဖြစ်စေခဲ့ပါသည်။ ကိုဗစ် - ၁၉ ရောဂါ ပျောက်ကင်းစေသည့် ကုသမှုမရှိသေးပါ။

အဆုတ်ရောင်ရောဂါ သို့မဟုတ် တီဘီ (TB) ရောဂါဆိုသည်မှာ ဘာပါလဲ။

- TB ရောဂါသည် ပြင်းထန်ပြီး တစ်ခါတစ်ရံ အသက်သေစေနိုင်သောအသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိုင်း နာမကျန်းမှု (ဘက်တီးရီးယားကြောင့်ဖြစ်သည်)တစ်ခုဖြစ်ပြီး ပုံမှန်အားဖြင့် အဆုတ်များကို တိုက်ခိုက်သော်လည်း ကိုယ်ခန္ဓာ၏အခြားအစိတ်အပိုင်းများကိုလည်း သက်ရောက်စေနိုင်ပါသည်။
- **TB ရောဂါ အမျိုးအစား နှစ်ခုရှိပါသည် — ငုပ်လျှိုးနေသောTB ကူးစက်မှု နှင့် လက်ရှိဖြစ်ပွားနေသော TB ရောဂါ တို့ဖြစ်သည်။**
    - အကယ်၍ သင့်ထံတွင် **ငုပ်လျှိုးနေသော TB ကူးစက်မှု** ရှိပါက အခြားသူများထံ သင် မကူးစက်စေနိုင်ပါ။ ယင်းက **လက်ရှိဖြစ်ပွားနေသော TB ရောဂါ** အဖြစ်သို့ တိုးတက်ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။
    - TB ရောဂါသည် မကုသပါက အခြားသူများထံ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။
    - TB ရောဂါ အမျိုးအစားနှစ်ခုလုံးကို အောင်မြင်စွာ ကုသနိုင်ပါသည်။

တူညီသည့်သွင်ပြင်လက္ခဏာများ

- **ကိုဗစ် - ၁၉ နှင့် 19 & TB ရောဂါ နှစ်မျိုးစလုံးက**
    - **ချောင်းဆိုးခြင်း**
    - **အသက်ရှူကြပ်ခြင်း**
    - **ဖျားခြင်း**
    - **ချမ်းတုန်ခြင်း** တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်
- **ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူ နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးချိန်တွင် ပျံ့နှံ့ပါသည်။**

ကိုဗစ် - ၁၉ ထပ်ဆောင်း သွင်ပြင် လက္ခဏာများ

- ရောဂါ သွင်ပြင်လက္ခဏာများက **ထိတွေ့မှုရှိပြီးသည်မှ ၂- ၁၄ ရက်အတွင်း** ပေါ်ထွန်းနိုင်ပါသည်။
- အခြား သွင်ပြင်လက္ခဏာများမှာ -
    - အရသာ သို့မဟုတ် အနံ့ လောလောလတ်လတ် ပျောက်ဆုံးခြင်း
    - လည်ချောင်းနာပြီး နှာခေါင်းပိတ်ခြင်/နှာရည်ယိုခြင်း
    - ပျို့ခြင်း သို့မဟုတ် အန်ခြင်း
    - ကြွက်သား သို့မဟုတ် ကိုယ်လက် ကိုက်ခဲခြင်း
    - ဝမ်းလျှောခြင်း

တီဘီ (TB) ရောဂါ၏ ထပ်ဆောင်းသွင်ပြင်လက္ခဏာများ

- **ငုပ်လျှိုးနေသည့် TB ကူးစက်မှုကို မကုပဲထားပါက ရက်သတ္တပတ်ပေါင်း နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာပြီးနောက်တွင်** ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာများ ပေါ်ထွန်းလာနိုင်ပါသည်။
- အခြား သွင်ပြင်လက္ခဏာများမှာ -
    - ညဖက်၌ ချွေးထွက်ခြင်း နှင့် အဆက်မပြတ် ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း
    - သွေး သို့မဟုတ် ချွဲများ ဟပ်ထုတ်ခြင်း
    - မဖြေရှင်းနိုင်သည့် အလေးချိန်ကျမှု (သို့) ညောင်းညာမှု

TB ရောဂါရရှိရန် မည်သူထံတွင် အန္တရာယ်မြင့်မားပါသလဲ။

- အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၊ ကနေဒါ၊ ဩစတြေးလျ၊ နယူးဇီလန်ဦ သို့မဟုတ် ဥရောပ အနောက်ပိုင်း/မြောက်ပိုင်း မဟုတ်သည့် **အခြားနိုင်ငံများတွင် နေထိုင်ခဲ့သူ သို့မဟုတ် လည်ပတ်ခဲ့သူ**
- **ကိုယ်ခံအားစနစ် ကျဆင်းမှုရှိသူများ** (ဥပမာ - အိတ်ချ်အိုင်ဗွီ၊ ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါ အစားထိုးမှု၊ ကင်ဆာ၊ ဆီးချိုရောဂါရှိသူ၊ ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ထိခိုက်သည့်ဆေးဝါးများ အသုံးပြုနေသူ၊ စသဖြင့်)။
- TB ရောဂါ ရှိသူတစ်ဦးဦးနှင့် **အနီးကပ်ထိတွေ့သူ။**
- **အိမ်ခြေရာမဲ့/ထောင်သွင်းအကျဉ်းချ**ခံရဖူးသည့် သမိုင်းကြောင်းရှိသူ။

သင် နှင့် သင်၏မိသားစုကို မည်သို့ ကာကွယ်ပေးပါမလဲ။

- အကယ်၍ သင့်ထံတွင် **TB ရောဂါရရှိရန်အန္တရာယ် မြင့်မားပြီး** သင့်ထံတွင် ငုပ်လျှိုးနေသည့် သို့မဟုတ် လက်ရှိဖြစ်ပွားနေသည့် TB ရောဂါရှိနေလျှင် မိမိအနေအထားကို သိရှိရန် နှင့် ကုသမှုခံယူရန် အရေးကြီးပါသည်။
    - **သင့်ထံတွင် TB ရောဂါရှိနေစဉ် ကိုဗစ် - ၁၉ ကြောင့် နာမကျန်းဖြစ်ပါက** ဆိုးရွားသည့် နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများသို့ ဦးတည်သွားနိုင်ပါသည်။
    - သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူမှ ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း **သင်၏TBကုသမှုကို တင်းတင်းကျပ်ကျပ် လိုက်နာပါ။**
- ကိုဗစ် - ၁၉ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများကို လေ့ကျင့်ပါ (လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေခြင်း နှင့် မျက်နှာကို အုပ်ကာထားခြင်းများ)။
- လက်များကို မကြာခဏဆေးကြောပြီး မျက်နှာပြင်များကို ပိုးသတ်ပါ။
- သင့်မျက်နှာကို လက်မဆေးပဲ ထိတွေ့ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- သင့်ထံတွင် ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာများရှိပါက **သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ** သို့မဟုတ် **သင်၏ ဒေသန္တရ ကျန်းမာရေးဌာန သို့ ခေါ်ဆိုပါ။**
- ထိတွေ့သူနောက်ယောင်ခံသည့် စုံစမ်းမေးမြန်းမှုများကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် တုံ့ပြန်ပါ။

စစ်ဆေးရန်/ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်ရယူရန် နေရာ

- **ကိုဗစ် - ၁၉ စစ်ဆေးခြင်း-** 211 ကိုခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် https://coronavirus.maryland.gov/pages/symptoms-testing#locator ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။
    - **မေရီလန်းအတွင်း ကိုဗစ် - ၁၉ အကြောင်း ထပ်ဆောင်းအချက်များ -** https://coronavirus.maryland.gov/
- **မေရီလန်းအတွင်း TB အကြောင်း ထပ်ဆောင်းအချက်များ -**
    - https://phpa.health.maryland.gov/oidpcs/ctbcp/pages/home.aspx

---

လော့စ်အိန်းဂျလိစ် ကောင်တီ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေး အစီအစဉ်မှ ခွင့်ပြုချက်ဖြင့် အလိုက်အလျားသင့် ပြုပြင်ထားပါသည်

TB ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးအတွက် မေရီလန်းပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာန (MDH)၊ ၂၀၂၀ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ