



ယုၵ်သးတဂ့ၤ, ဆဲးကသံၵ်ဒီသဒါတက့ၢ်

ကသံၵ်ဒီသဒါ ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19)

ဖဲစဲၵ် Pfizer ဒီး Moderna မ့ၢ်ခိပနံၵ်တဖၣ်လၢအ တ့ထူးထီၣ် ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19 ကသံၵ်ဒီသဒါတဖၣ်ဖဲ ကိၢ်အမဲၤရကၢလီၤ. ကသံၵ်ဒီသဒါတဖၣ်သိၣ်လီၤ န နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢတၢ်မၤအ ကျိၤအကျိၤ ဒ်သိးကမၤနီၣ်ဒီး မၤဟးဂီၤကွံၣ် ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) တၢ်ဆါယၢ် တချုး တၢ်ဆါအံၤ ဘၣ်ကူဘၣ် ဂၢ်န့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ကသံၵ်ဒီသဒါခဲလၢဒ်န့ၣ် ဘၣ်တၢ်ထီၣ်န့ၣ် လၢအဒီသ ဒါတၢ်သ့အါန့ၣ်ဒီး ၉၄% (ပုၤ၉၄ ဂၤ ဖဲတၢ်ဆဲးဝဲပုၤအဂၤ ၁၀၀ အခါ), ဒီးသန့ထီၣ်သးလၢ ကသံၵ်ဒါးတၢ်ဆဲးကွၢ် ကသံၵ်တၢ်ယုၵ်သ့ၣ်ညါအဆၢ တဖၣ်အဖီခိၣ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံၵ်ဒီသဒါတဖၣ် ဒုးကဲထီၣ်ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) သ့ခါ?

တသ့ဘၣ်. ကသံၵ်ဒီသဒါတဖၣ် တပၣ်ယုၵ်ဒီး ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) တၢ်ဆါအယၢ် လၢအမူ မ့တမ့ၢ် အသံ နီၣ်တမံၤဘၣ်. ဖဲဆဲးကသံၵ်ဒီသဒါဝဲအလီၢ်ခဲန့ၣ်, နနီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢ စးထီၣ်မၤတၢ် ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) သ့အဂီၢ် ယံၣ်ဝဲ စ့ၤန့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲန့ၣ်အခါ နဘၣ်ကူဘၣ်ဂၢ်န့ၣ်တၢ်ဆါယၢ် သ့ဝဲဘၣ်ဆၣ် တၢ်အံၤ တမ့ၢ်လၢ ကသံၵ်ဒီသဒါအယိန့ၣ်ဘၣ်.

ကသံၵ်ဒီသဒါတဖၣ်အံၤပူၤဖျဲးသ့ဝဲထဲလဲၣ်?

ကသံၵ်ဒီသဒါတဖၣ်အံၤ ကဘၣ်အိၣ်ဒီး တၢ်ပူၤဖျဲးအ ပတီၢ်လၢအယံးတဖၣ်လီၤ. ညီန့ၢ် တၢ်ဖဲးတၢ်မၤအကျိၤခဲလၢဒ်တဖၣ် ဘၣ်တၢ်မၤလီၤ တၢ်အိၣ်လၢ ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) ကသံၵ်ဒီသဒါတဖၣ် န့ၣ် ပူၤဖျဲး, ကဆိဒီး ဒီသဒါတၢ်သ့န့ၣ်လီၤ. ပုၤနီၣ်ဂံၢ်လၢ ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) ကသံၵ်ဒါးတၢ်ဆဲး ကွၢ်ကသံၵ်တၢ်ယုၵ်သ့ၣ်ညါတဖၣ်န့ၣ် ပုၤသိးဒီး ကသံၵ်ဒီ သဒါလၢအဂၤတဖၣ်လၢအ ပၣ်ယုၵ်ဒီး ပုၤလၢ အတၢ် အိၣ်သးအဂီၢ် အကျိၤအါမဲၤအါကလုာ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တကးဒီးဘၣ်, တၢ်ဂ့ၢ်ထၢဖျိၣ် လၢ ခိၣ်ရိန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်ရၤ လီၤသးသက့ပူၤကွံၣ်ဘျီအခါန့ၣ် မၤစၢၤဒုးသ့ၣ်ညါပုၤ စဲအံၤဖဲတဖၣ်ဘၣ်ယး တၢ်မၤဂ့ၢ်အါထီၣ် ခိဝဲး-၁၉ COVID-19 ကသံၵ်ဒီသဒါလၢ အပူၤဖျဲးတဖၣ်လီၤ.

ကသံၵ်အတၢ်ဒါဘၣ်အိၣ်တမံၤမံၤခါ?

ပုၤတနီၤနီၤ ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် တၢ်လီၤကိၢ်ကထီၣ်, တၢ်ဂီၢ်ကနိး, လီၤအံၤထူးအံၤစိၣ် မ့တမ့ၢ် ခိၣ်ဆါ. တၢ်အံၤ ညီန့ၢ်န့ၣ် ဘျီက့ၢ် ဖဲ ၂၄ န့ၣ်ရံၣ်ဝဲအလီၢ်ခဲလီၤ.

ကသံၵ်ဒီသဒါအပူၤန့ၣ် ထိးညၢ်ပၣ်ခါ?

တပၣ်ဘၣ်. တၢ်လၢအဘၣ်ထဲၣ်ဒီး ထိးညၢ်တဖၣ်န့ၣ် တပၣ်ယုၵ်လၢ ကသံၵ်ဒီသဒါအပူၤဘၣ်.

ဘၣ်ယးဒီး ပုၤကညီ ထံးရှုၣ်တဖၣ်မိ ပၣ်ယုၵ်ခါ?

ပုၤကညီ ထံးရှုၣ်တဖၣ် တပၣ်ယုၵ်လၢ ကသံၵ်ဒီသ ဒါပူၤဘၣ်.

ကသံၵ်ဒီသဒါအံၤ ကမၤကဲထီၣ်တၢ်ဒီးန့ၢ်ဖိတသ့ဘၣ်ခါ?

တမၤကဲထီၣ်ဘၣ်.

ယကဘၣ်သိး နီၢ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်ဒီးခါ?

လိၣ်ဝဲလီၤ. ဖဲတၢ်ဆဲးကသံၵ်ဒီသဒါဝဲ, အရ့ဒိၣ်လၢ တၢ်ကဘၣ်သိး နီၢ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ် (ဒ်ကိၢ်ဖဲၣ် တၢ်နီၣ်ကျဲအ သိး), သ့နစ့, အိၣ်ဖဲဟံၣ် ဖဲန့ၣ်ဆိးကွၢ်ဒီး ဟးဆဲးပုၤအါ ဂၤပၣ်ဖျိၣ်သးအလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ယမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်တဘၣ်လိၣ်ဒီးသ့ၣ်ထံတၢ်ခိၣ်ဆါတခါန့ၣ်မိ?

နမ့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်တဘၣ်လိၣ်ဒီးသ့ၣ်ထံတၢ်ခိၣ်ဆါဘၣ်ယး ကသံၵ်ဒီသဒါ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆဲးကသံၵ်န့ၣ်, သံကွၢ်န ဆူၣ် ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲ ပုၤဟ့ၣ်မၤစၢၤတၢ် လၢနဒီးန့ၢ်တၢ်ဆဲးက သံၵ်သ့တသ့န့ၣ်တက့ၢ်.

ယမ့ၢ်ဒါဖိမ့တမ့ၢ်ဒုးအိဖိန့ၢ်န့ၣ်ကဘၣ်မၤဒ်လဲၣ်

ဝံသးစ့ၤ ကတိၤတၢ်ဒီး နဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲပုၤဟ့ၣ်မၤ စၢၤတၢ် ဘၣ်ယး တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒီး တၢ်ဘၣ်ဘျီးတ ဖၣ်လၢ တၢ်ဒီးန့ၢ်ကသံၵ်ဒီသဒါန့ၣ်တက့ၢ်.

ဒ်သိး ယကဒီးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်ဆဲးကသံၵ်ဒီသဒါအဂီၢ်န့ၣ် ယသးန့ၣ်ကဘၣ်အိၣ်ထဲလဲၣ်?

နသးန့ၣ်ကဘၣ်အိၣ်အစ့ၤကတၢ် ၁၆ န့ၣ်လီၤ. (ကသံၵ်ဒီသဒါလၢ ဖိသ့ၣ် ၁၆ န့ၣ်ဆူၣ်အဖိလၢအဂီၢ်န့ၣ် ဘၣ်တၢ်ယုၵ်ထီၣ်ညါအဖၢမ့ၢ်လီၤ.)

ယမ့ၢ်ဘၣ်ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) လံတခါန့ၣ်တၢ်ကမၤသးဒ်လဲၣ်

ပုၤလၢဘၣ်တၢ်မၤကွၢ်ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) အဆၢဖျါ လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါယၢ်တဖၣ်န့ၣ် ဒုးအိၣ်ထီၣ် တၢ်နီၢ်ခိဂံၢ် တြီဆၢတဖၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ် ပတသ့ၣ်ညါလီၤတၢ်ဘၣ် ယး တၢ်နီၢ်ခိဂံၢ်တြီဆၢတဖၣ်အံၤအိၣ် ယံထဲလဲၣ်ဘၣ်. လၢတၢ်န့ၣ်အယိ ပဟ့ၣ်ကူၣ်ပုၤကိးဂၤဒီးလၢဘၣ်တၢ် ဟ့ၣ်လီၤ ကသံၵ်ဒီသဒါန့ၣ် ဟံးန့ၢ်ဆဲးဘၣ်တက့ၢ်.

- **နမ့ၢ်အိၣ်ဒီး ခိဝဲး-၁၉ (COVID-19) တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်ခဲအံၤန့ၣ်-** အိၣ်ခိးတုၤလၢ နတၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်လီၤမၤကွံၣ်ဒီး နအိၣ်ယံၤဒီးပုၤအဂၤတဖၣ်လၢ ၁၄ သီတချုး နဒီးန့ၢ်ဘၣ် ကသံၵ်ဒီသဒါန့ၣ်တက့ၢ်.
- **နတၢ်မၤကွၢ်အစၢမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါယၢ်န့ၣ်.** အိၣ်ခိးတုၤအပထီၣ်အသီၣ်ဝဲ စးထီၣ်မ့ၢ်န့ၢ်လၢနမၤကွၢ် တၢ်ဆါယၢ် တချုး နဒီးန့ၢ်ကသံၵ်ဒီသဒါန့ၣ်တက့ၢ်.

လၢအချၢန့ၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂၤတဖၣ်အိၣ်ဒီးဝဲလီၤ.

ယကဘဉ်ဒီးန့ၢ် ခိဝံး-၁၉ (COVID-19 ကသံဉ်ဒီသဒါဒါ?)

ခဲအံၤန့ၢ်, ခီပနံၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ကရၢကရိတဖၣ်ဖဲ ကီၢ်အမဲရကၢတယုဝဲလၢ ပှၤ ကဘဉ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါန့ၢ်ဘဉ်.

ဘဉ်မနုၤအယိ ယကဘဉ်ဆဲး ခိဝံး-၁၉ (COVID-19) ကသံဉ်ဒီသဒါန့ၢ်လဲၣ်?

ခိဝံး-၁၉ (COVID-19) ဒုးကဲထီၣ် တၢ်ဆိးကုးနးဒီး တၢ်သံလီၤ. ဒီးန့ၢ်တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါအံၤ မၤစၢၤတၢ်ဒီသဒါနကစၢ်, ပှၤလၢနအံၤတဖၣ်ဒီး နပှၤတဝၢလီၤ.

ယဒီးန့ၢ်တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒီသဒါသ့ဒ်လဲၣ်.

ခိဝံး-၁၉ (COVID-19) ကသံဉ်ဒီသဒါခဲအံၤတဖၣ် တၢ်ဘဉ်ဆဲးအိၤခံတျီ(ခံဖျါၣ်)လီၤ. ဖဲတၢ်ဆဲး တၢ်တဘျီဝံၤ, နကဘဉ်ဟဲက့ၤ ဖဲ ၃ ဆူ ၄ နွံဝံၤအလီၢ်ခံလၢ တၢ်ဆဲးခံတျီတဘျီအဂီၢ်လီၤ. တၢ်အံၤအရဲဒိၣ်မးလၢ နကဒီးန့ၢ်ဘဉ်ခံတျီလၢဒ်ဒ်သိး ကဒီသဒါတၢ်အလၢအပူၤအဂီၢ်လီၤ. ခိဝံး-၁၉ (COVID-19) ကသံဉ်ဒီသဒါအဂီၢ် တၢ်ဟ့ၣ်အပူၤတအိၣ် ဘဉ်ဆဉ်, တၢ်ကဆုၤထီၣ်တၢ်ပၤဆုၤအဘူးအလဲဆူနဆူၣ်ချ့တၢ်ပၢ်ကီၢ်အအိၣ်သ့ၣ် သ့ၣ်လီၤ.

မၤန့ၢ်ပၢ်အါထီၣ်သးဒီးလူၤဒိကန့ၢ် ထွဲတၢ်ကစီၣ်လၢခံကတၢ်တဖၣ်.

ဒ် တၢ်ဂ့ၢ်လီၤတံၢ်လီၤဆဲးတဖၣ်ဟဲအိၣ်အါထီၣ်ဘဉ်ယး ကသံဉ်ဒီသဒါအသိး, သ့ၣ်ညါန့ၢ်ပၢ်ဘဉ်လၢ တၢ်လၢ နထံၣ်ဒီး န့ၢ်ဟ့ၣ်ဘဉ်ဖဲ အ့ထၢ်န့ၢ်ပူၤတမ့ၢ်လၢအဘဉ်ခဲ လၢဒ်ဘဉ်. စူးကါ တၢ်ဂ့ၢ် တၢ်ကျိၤဘဉ်ယးတၢ်ကူၤစါယါတျါတၢ်က စီၣ်လၢတၢ်န့ၢ်အိၤသ့ၣ်လၢ သန့ၤအသးလၢ စဲအ့ၣ်ဒီး တၢ်ဂ့ၢ်လၢအမၤအသးနီၢ်နီၢ်တဖၣ်တက့ၢ်-

- mhealthfairview.org/covid19
- health.state.mn.us/diseases/coronavirus/index.html

