

# တၢ်ထုးထီၣ် တၢ်ဖံးတၢ်ညၢၣ်ဒီးထီၣ်ဖိဆီဖိတၢ်မၤလီၤ တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ်-

တၢ်မၤရဲၣ်ကျဲၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢ ကဒီးသဒၢ COVID-19 တၢ်ဘၣ်က့ၢ်ဘၣ်ကလၢ ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အသိးအကျါ

ကကြၢၢ်လၢတၢ်ကျိၢ်အိၣ်- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/meat-poultry-processing-workers-employers.html>

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ကဘၣ်သမံးအိၣ် အဝဲသ့ၣ် အတၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၤတဖၣ်လၢ မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်လၢ ကမၤအါထီၣ်တၢ်ဘၣ်ယီၣ်လၢ ကရၢလီၤ COVID-19 အဂီၢ်ရဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ဒုးအိၣ်ထီၣ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်ဒီး တၢ်ပုၤဖျးအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျိၢ်တဖၣ် ဝိဖျိတၢ်ရူၤကတိၤ တၢ်ဒီးသဒၢတၢ်နီၣ်ကျဲၣ်လၢလၢတဖၣ်တက့ၢ်. ဆဲးကျါ ထီၣ်ခဲဒီး မ့တမ့ၢ် လီၤကတိၤ ကမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်ဒီး တၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၤပုၤဖျးဒီး တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်ဒီးအပုၤသ့ၣ်ပုၤဘၣ်တဖၣ်လၢ ကဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၢ်လၢ အကြၢၢ်အဘၣ်တဖၣ်ဒီး တၢ်ဂ့ၢ်ချူၤဆၢချူၤကတိၤလၢ အဘၣ်ထွဲဒီး COVID-19 လၢန့ၣ်လီၤကတိၤအပုၤန့ၣ်လီၤ.

## • တသ့ၣ်အသ့ၣ် ဟံၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ ကအိၣ်ယံၤလီၤသး အစ့ၤကတၢၢ် ၆ နီၣ်ယံၤတက့ၢ်.

ရူၤကတိၤ တၢ်ဒီးသဒၢ မ့တမ့ၢ် တၢ်အန့ၣ်အဆၢတဖၣ်, မၤစ့ၤလီၤ ပုၤမၤတၢ်ဖိ, မ့တမ့ၢ် ဘၣ်ဘၣ်မၤလီၤထီၣ်က့ၢ် တၢ်ဖံးတၢ်မၤလီၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤအကျါအကျဲတဖၣ်လၢ ကမၤအါထီၣ် တၢ်ဖိစ့ၤပုၤဖျးလီၤသးလၢ ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် အဘၣ်စၢၤန့ၣ်တက့ၢ်. ဟံၣ်အါထီၣ် တၢ်မၤတၢ်န့ၣ်လီၤ ပးထီၣ် တၢ်မၤအဆၢကတိၤအလီၤတဖၣ်. ဟံၣ်လီၤဟံၣ်လီၤဆူၣ်နီၣ်လၢ တၢ်အိၣ်ဘဲးအိၣ်သၢအစးတဖၣ်. ဒီးဆီလီၤအါထီၣ်ခဲတဖၣ်လၢ တၢ်ကအိၣ်ဘဲးအိၣ်သၢလၢ တၢ်ချၢအဂီၢ်တက့ၢ်.



## • ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အဆိးကုတဖၣ် ကအိၣ်လၢဟံၣ်တက့ၢ်.

ဒုးအိၣ်ထီၣ်ဖိလစံၣ်တဖၣ်လၢ အပျဲပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အဆိးကုတဖၣ် အိၣ်လၢဟံၣ်ဒီး မၤန့ၢ်တၢ်န့ၢ်ဘျူးတဖၣ် လၢလၢပုၤပုၤန့ၣ်လီၤ. မၤလီၤတၢ်လၢ ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးဒီး န့ၢ်ပၢ်ဖိလစံၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ. မၤသကိးတၢ်ဒီး တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်ဒီး အပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် လၢ ကဒုးအိၣ်ထီၣ် ဖိလစံၣ်တဖၣ်လၢ ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် လၢ ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် ကအိၣ်အါထီၣ်ဒီး တၢ်ဘၣ်ယီၣ်တဖၣ်လၢ အဘၣ်ထွဲဒီး COVID-19 န့ၣ်လီၤ.



## • မၤအါထီၣ် တၢ်မၤကဆူၣ်ကဆူၣ်တၢ်ဒီး တၢ်မၤသံတၢ်ယံၤဖဲ တၢ်လီၤလၢတၢ်နီၣ်လီၤအိၣ်သကိးအါတဖၣ်အလီၤတက့ၢ်.

မၤကဆူၣ်ကဆူၣ်ဒီးမၤသံတၢ်ယံၤလၢ တၢ်ဖိးတၢ်လီ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဖိတၢ်လၢအဂၤတဖၣ်အလီၤ အစ့ၤကတၢၢ် အဘျီအါထီၣ်သိး ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ဆီတလဲအတၢ်မၤလီၤန့ၣ်တက့ၢ်. မၤသံတၢ်ယံၤဖဲ တၢ်လီၤလၢ တၢ်ထိးဘၣ်အါဖဲအံၤခဲအံၤတဖၣ် ဒ်အမ့ၢ် တၢ်မၤလီၤ, တၢ်အိၣ်ဘဲးအစးတဖၣ်, ဒီးသိလုၣ်ဘား(စ) ဖးဒိၣ် (shuttle buses) မ့တမ့ၢ် သိလုၣ် (van) ဖိတဖၣ် ဖဲ တၢ်မ့ၢ်ရူးကါအါအခါ, ဒီးဖဲတၢ်မၤအဆၢကတိၤဝဲတဘျီစ့ၣ်စ့ၣ်, မ့တမ့ၢ် အဘျီအါအါန့ၣ် တက့ၢ်. ယၣ်ကွဲၣ်ဖဲဒီးနီၣ်ဝဲကသ့ၣ် မ့တမ့ၢ် သးကွဲၣ်အါလၢ ကဒီးသဒၢ ကလဲၤတဖၣ်ဒ်သိး အသ့တအူၤယီၤလီၤလၢအူၤ ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်အူၤအဂၤတကၢၢ်အိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်. တၢ်မ့ၢ်သးကွဲၣ် ဖဲဒီးနီၣ်ဝဲကသ့ၣ်တဖၣ်အယီၤ, ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ကဘၣ်ဒီးသဒၢအသးလၢ တၢ်ကီၢ်အါတလၢအဂီၢ်န့ၣ်



## • ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ်ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ ကအိၣ်စီၤပုၤဖျးလီၤသးတက့ၢ်.

ရဲၣ်ကျဲၣ်တၢ်အိၣ်ဘဲးအလီၤတဖၣ်ဒီး တၢ်ဖဲတုၤဒီးတၢ်ပးထီၣ် အဆၢကတိၤတဖၣ် တက့ၢ်. ဟံၣ်လီၤ တၢ်ဒုးသ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်တဖၣ် (တၢ်ဟံၣ်ပုၤနီၣ်ဖူဒါဒိၣ်ဒီးတၢ်ပုၤနီၣ်တဖၣ်) ဖဲပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် ဟံၣ်ပိၣ်ထီၣ်သးအလီၤ, လၢအပၣ်ယုၣ်ဒီး တၢ်မၤတၢ်အလီၤ, တၢ်အိၣ်ဘဲးအိၣ်သ့ၣ်အလီၤ, လီၤခါဒီးတဖၣ်, ဘျီၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် ဘျီၣ် ဖဲညါကျဲၣ်တဖၣ်. ဒီးတၢ်ဖဲန့ၣ်ဒီး တၢ်ပးထီၣ်အလီၤကတိၤတဖၣ်တက့ၢ်. ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ ကပးဆဲး တၢ်ဒီးသကိးသိလုၣ်တပူၤယီၤ လၢကလဲၤအူၤ တၢ်မၤလီၤဒီး ကဟဲက့ၢ်လၢ တၢ်မၤလီၤအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. တၢ်မ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ဒီးသကိးသိလုၣ်န့ၣ်, တသ့ၣ်အသ့ၣ် ဟံၣ်ပုၤနီၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ ကဒီးသကိးသိလုၣ်အနီၣ်ဂံၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် တၢ်ကလိၣ်ဘၣ်လၢ တၢ်ရူးကါအါထီၣ် သိလုၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ် ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အဒီးသကိးသိလုၣ်တဖၣ်လၢ ကသိးနီၣ်ကျိၢ်ဘၢဖဲတဖၣ်တက့ၢ်.

## • ဆီကမိၣ်န့ၣ်လၢ တၢ်ကဟ့ၣ် တၢ်ကဲးညၢၣ် ကျိၢ်ဘၢဖဲတဖၣ်ဒီး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဒီးသဒၢဖဲသ့ၣ် တဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

မၤလီၤတၢ်လၢ တၢ်ကသိးနီၣ် ကျိၢ်ဘၢဖဲတဖၣ်ဂ့ၢ်ဂ့ၢ် (သိးထီၣ်အီၤဘၣ် ဘၣ်ဘၢဘၢလၢ နနီၣ်ဒုး မ့တမ့ၢ် ကီၢ်ပုၤ) န့ၣ်တက့ၢ်. ဟ့ၣ်တၢ်ကျိၢ်ဘၢဖဲတဖၣ်လၢ တၢ်အျၢၣ်အီၤသ့ၣ်လၢ အိၣ်ဒီးတၢ်ကဲးညၢၣ်အကထၢ အါကထၢန့ၣ်တက့ၢ်. ဆီတလဲအါဖဲ မ့ၢ်ဘၣ်စီၣ်, ဘၣ်အါ, မ့တမ့ၢ် ဘၣ်အါဘၣ် သိအါန့ၣ်တက့ၢ်. နီၣ်ကျိၢ်ဘၢဖဲတဖၣ်န့ၣ် တၢ်တဘၣ် ရူးကါအါလၢ နီၣ်ကစၢ်တၢ်ဒီးသဒၢသးပိးလီၤ လၢတၢ်ဟ့ၣ်က့ၢ်အီၤ မ့တမ့ၢ် PPE လၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်အီၤတဖၣ် ဒ်အမ့ၢ် တၢ်ကသါဒါတဖၣ် မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်ကသိအနီၣ် ကျိၢ်ဘၢဖဲတဖၣ် အလီၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. သိၣ်လိပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ ကဘၣ်ထီထီၣ်ဒီး ဘၣ်လီၤ PPE လၢတၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်မၤဘၣ်အါသး ဝဲလဲၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.



## • သမံးသမိးကျိၢ် ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢ မ့ၢ်အဆိၣ်ဒီး COVID-19 တၢ်ဆါက့ၢ်ပုၤနီၣ် တဖၣ် တချူၤအန့ၣ်လီၤဒီး ပးထီၣ်တၢ်မၤလီၤန့ၣ်တက့ၢ်.

ဝဲသကိးတၢ်ဒီး ကီၢ်စဲၣ်ဒီးလီၤကတိၤ တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်ဒီး ပုၤဘၣ်မ့တမ့ၢ်ဒါတဖၣ်ဒီး ကသံၣ်သရၣ် လၢအသ့အဘၣ်တဖၣ်လၢ အဘၣ်ထွဲဒီး တၢ်သမံးသမိးတၢ်အကျါအကျဲအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. ဆုၤက့ၢ်ပုၤမၤတၢ်ဖိလၢ အဆိၣ်ဒီးတၢ်ဆါက့ၢ်ပုၤနီၣ်ဆူၣ်ပုၤ တဘျီယီၤ, ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ်အီၤလၢ အနီၣ်ကစၢ်ကအိၣ်လီၤပျီၣ်အသးလၢအဟံၣ် (မ့ၢ်သ့), ဒီးဆဲးကျါပုၤဟ့ၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ဆူၣ်ဒီး ချူၤတၢ်ကျိၢ်ထွဲန့ၣ်တက့ၢ်. ဟ့ၣ်အီၤတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၢ်လၢ မ့ၢ်အဝဲသ့ၣ် က့ၢ်ကစၢ်က့ၢ်ဆူၣ်ပုၤ ကသ့အခါဖဲလဲၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

## • မၤကဆူၣ်ကဆူၣ်န့ၣ်ဂ့ၢ်ဂ့ၢ်တက့ၢ်.

ဟ့ၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢ ကစူးကါဘၣ်ဝဲ ထံလၢအယူၤလီၤ, ဆးပုၣ်, ထံးဂျူစးခိ, ဒီးတၢ်တပျီၣ်အဒါတဖၣ် (မ့ၢ်သ့န့ၣ် ကဘၣ်မ့ၢ် တၢ်တယၣ်ဒါလၢ တၢ်တထိးဘၣ် အါတဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ). မၤပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် သ့တဖၣ် အစ့ၤကတၢၢ် အစးကိး ၂၀ တက့ၢ်. ဟံၣ်လီၤ တၢ်သ့တ မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကဆူၣ်ကဆူၣ်လၢ တၢ်လီၤအါတီၤန့ၣ် တက့ၢ်. ဟ့ၣ်တၢ်မၤကဆူၣ်ကဆူၣ်လၢ အိၣ်ဒီး အိၣ်လဲကိၣ်ဟီၤ(လ) အစ့ၤကတၢၢ် ၆၀ မျးကယၢတက့ၢ်.



## • ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ဟံၣ်ဒီး သိၣ်လိပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီး ပုၤမၤတၢ်ဖိအိၣ် တဖၣ်လၢ မ့ၢ်အဝဲသ့ၣ် မၤစ့ၤလီၤ COVID-19 အတၢ်ရၢလီၤအသး ကသ့ၣ်လဲၣ်အဂီၢ် တက့ၢ်.

ကျိၢ်ဘၢန့ၣ် တၢ်အိၣ်တီတဖၣ်ဒ်အမ့ၢ် အိၣ်လၢဟံၣ် ဖဲဆူးအါအခါ, တၢ်အိၣ်စီၤပုၤဖျးလီၤသး, တၢ်ကဘၣ် သိးထီၣ် တၢ်ကဲးညၢၣ်ကျိၢ်ဘၢဖဲလဲၣ်, ဒီးတၢ်ကဘၣ်သ့တ န့ၣ်ကဆူၣ်ကဆူၣ်ဂ့ၢ်ဂ့ၢ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ဟ့ၣ်တၢ်ပိးတၢ်လီတဖၣ်လၢ တၢ်အက့ၢ်အဂီၢ်လၢ နနီၣ်ပၢ်အါညီၣ်ဒီး ကျိၢ်လၢ အကြၢၢ်အဘၣ်န့ၣ်တက့ၢ်. CDC အိၣ်ဒီး ဖိးစတၢ်တဖၣ် လၢ တၢ်ကဟံးန့ၣ်ကျိၢ် (download) အီၤအဂီၢ်လီၤ.



[cdc.gov/coronavirus](https://cdc.gov/coronavirus)