



တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ တၢ်အိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီး ပှၤလၢတၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျိၤလၢ အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါတဖၣ်

တၢ်ဟံၣ်ဖျါထီၣ်လၢနအိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤတၢ်ဂၤလၢအိၣ်ဒီးခိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရး(စ)တၢ်ဆါ (COVID-19) န့ၣ်လီၤ. ပှၤတၢ်ဂၤလၢ နလီၤကဝီၤကမၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ခူယုၣ်နံးကဆဲးကျိးန့ၣ်ကိးနံးဒဲးဖဲနအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢတၢ်ဘၣ်ဂၢၢ်အကတီၢ်လၢကဆဲးထွဲ ကွၢ်ထွဲနလၢတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နကဘၣ်အိၣ်လီၤဖးဒီးပှၤအၤလၢနဟံၣ်အပူၤလၢ ၁၄ သီအဂီၢ်ဖဲနအိၣ်ဘူးဘၣ်တၢ်ဒီး ပှၤလၢတၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျိၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါလၢခံကတၢ်ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ. ဝံၤသးစူၤဖးကွၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤလၢတၢ်ပလီၢ်ပဒီးသးဂ့ၢ်ဂ့ၢ် န့ၣ်တက့ၢ်.

နတၢ်အိၣ်လီၤဖးဒီးပှၤအၤလၢနဟံၣ်အပူၤန့ၣ်အခိပညီမန့ၣ်လဲၣ်.

ပှၤလၢတၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်အိၣ်အီၤလၢကဘၣ်အိၣ်လီၤဖးဒီးပှၤအၤလၢန့ၣ် တကြားလဲၤဆူ ကမၤတၢ်လီၤတၢ်ကျဲၤလၢ ပှၤအိၣ်အါအလီၢ်, လီၤဆီဒၣ် တၢ်ဖဲ တၢ်မၤလီၢ်, ကိၢ်, တၢ်ကွၢ်ထွဲထီၣ်သ့ၣ်အလီၢ် မ့တမ့ၢ် ဖှၣ်စိမိၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ထဲဒၣ်ပှၤလၢညါန့ၣ်အိၣ်လၢဟံၣ်ယိၣ်အပူၤကြားအိၣ်လၢ ဟံၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. တဘၣ်ပျဲပှၤတမ့ၢ်တဖၣ်ဟဲန့ၣ်လီၤဆူဟံၣ်အပူၤဘၣ်. တလီၣ်ထီၣ်နီၢ်ကျိၤဘၢမဲၣ်လၢဟံၣ်အပူၤဘၣ်. ဖဲအလီၢ်အိၣ် တဘျီလၢလၢ, မၤပှၤအၤလၢ နအမ့ၢ် တံၤသကိး မ့တမ့ၢ် ဟံၣ်ဖိယိၣ်ဖိ, လၢတလီၣ် အိၣ်လီၤဖးဒီးပှၤအၤလၢတဖၣ်, လၢကမၤန့ၢ်နတၢ်အိၣ် တၢ်အီ မ့တမ့ၢ် တၢ်လၢအလီၢ်အိၣ်အၤတဖၣ်လၢနဂီၢ်တက့ၢ်. နမ့ၢ်ဘၣ်ဟးထီၣ်လၢဟံၣ်, နအမ့ၢ်လဲၤဆူကသံၣ်ကသီတၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၢ် န့ၣ်, နမ့ၢ်အိၣ်ဒီး နီၣ်ကျိၤဘၢမဲၣ်တဘျီန့ၣ်ထီထီၣ်အီၤန့ၣ်တက့ၢ်.

ခိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရး(စ)တၢ်ဆါယၢ် (Coronavirus) ဒီး COVID-19 န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မန့ၣ်လဲၣ်.

ခိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရး(စ)တၢ်ဆါယၢ် (Coronaviruses) န့ၣ်မၤဆိးက့ပှၤကညီဒီးဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိတဖၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. ခိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရး(စ)တၢ် ဆါယၢ်တနီၤန့ၣ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆူတၢ်ဆါတမံၤဃီဒီသီးသီးဒီးတၢ်ဘၣ်တမ့ၢ်တၢ်ဆူဘၣ်တဖၣ်သ့ဒီးတၢ်ဆူတၢ်ဆါလၢအနးနးကလဲၣ် တဖၣ်သ့, ပၣ်ယုၣ်ဒီးတၢ်သၢထီၣ်သၢလီၤတၢ်ဆါပနီၣ်လၢအနးနးကလဲၣ် (Acute Respiratory Syndrome (SARS) ဒီးမုၢ်ထီၣ် လီၢ်ခၢၣ်သးတၢ်သၢထီၣ်သၢလီၤတၢ်ဆါပနီၣ် (Middle East Respiratory Syndrome (MERS) န့ၣ်လီၤ. ခိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရး(စ) တၢ်ဆါယၢ်အသီအံၤ (တၢ်ကိးအီၤလၢ SARS-COV-2) အခိၣ်ထံးခိၣ်ဘီန့ၣ်အိၣ်ဟဲလၢ Hubei ကီၢ်ဖဲၣ်, တရုးကီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဘဲရး(စ)တၢ်ဆါယၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ် ခိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရး(စ) တၢ်ဆါ ၂၀၁၉, လၢအမ့ၢ်ဖဲ COVID-19 န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်အံၤရၤလီၤအသးဒဲးလဲၣ်.

တၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်အံၤအါတက့ၢ်ရၤလီၤအသးလၢပှၤကညီဆူပှၤကညီခိဖျိ -

- တၢ်ထီးဘၣ်လီၤလီၤဒီးပှၤဖဲအဝဲသ့ဘၣ်ဂၢၢ်ဒီးတၢ်ဆါ မ့တမ့ၢ် လၢ ၂၄ န့ၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပှၤတချုးလၢအဝဲသ့ဘၣ်အတၢ်ဆါပနီၣ် တဖၣ်ဟဲဖျါထီၣ်န့ၣ်လီၤ.
- အိၣ်ဘူးဘၣ်တၢ်ဒီးပှၤလၢတၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျိၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်လၢအကူး မ့တမ့ၢ် ကဆဲ, မ့တမ့ၢ်
- ဖိၣ်တၢ်ပီးတၢ်လီ မ့တမ့ၢ် တၢ်အမဲၣ်ဖဲခိၣ်တဖၣ် (ဒ်အမ့ၢ် ပဲကြိအစူဖိၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် စီၢ်နီၤခိၣ်တဖၣ်) လၢအဘၣ်အာဒီး တၢ်အထံလီၤစီၤလၢပှၤလၢတၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျိၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်အတၢ်ကူး မ့တမ့ၢ် ကဆဲ, ဝံၤဒီးနဖီၣ်နထးခိၣ် မ့တမ့ၢ် ဖဲၣ်သ့န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်အါတက့ၢ်န့ၣ်ရၤလီၤအသးထဲဒၣ်ခိဖျိပှၤကညီတဖၣ်အခါဖဲအဝဲသ့ဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ် န့ၣ်လီၤ. တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤကပၣ်ယုၣ်ဒီးတၢ်ကီၢ်ထီၣ်, တၢ်ကူး, ကိၢ်ယုၣ်ဘိဆါ, တၢ်လီၤဘျဲလီၤဘျဲဒီးတၢ်ကသါတလၢသါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်ဘူးဘၣ်တၢ်ဒီးပှၤလၢတၢ်ဟံၣ်ဂၢၢ်ဟံၣ်ကျိၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ် (ဒ်အမ့ၢ်ပှၤလၢအိၣ်လၢဟံၣ်တဖျါယိၣ်အပူၤ မ့တမ့ၢ် အိၣ်သကိးလၢတၢ်လီၤအိၣ်အံၤဖဲလၢဆၢကတီၢ်ဖးယံၣ်တကတီၢ်အဂီၢ်) တဖၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အါလၢတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပှၤတၢ်ဂၤရၤလီၤတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်ဆူပှၤအၤလၢတဖၣ်အအိၣ် လၢတၢ်ဆါကတီၢ်ယံၣ်ထဲလဲၣ်အပူၤလဲၣ်.

ပှၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်, ကရၤလီၤတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်ဆူပှၤအၤလၢအအိၣ်သ့လၢတၢ်ဆါကတီၢ်ယံၣ်ထဲလဲၣ်န့ၣ်တၢ်တသ့ၣ်ညါ အီၤဒီးဘၣ်. ဒ်လဲၣ်ဂ့ၢ်, တၢ်ဆူၣ်သးလၢတၢ်ဆါပနီၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်တၢ်ဆါပနီၣ်တဆဲးတက့ၢ်ဒီးတချုး တၢ်ဆါကွၢ်ပနီၣ်အိၣ်ဖျါထီၣ် အတၢ်ရၤလီၤအသးအဂီၢ်တဖၣ်အိၣ်ထီၣ်ဖဲန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤဖျါလၢပှၤရၤလီၤတၢ်ဆါဘၣ်ဂၢၢ်သ့ဒဲးတ ချုးတၢ်ဆါကတီၢ်လၢအဝဲသ့ဘၣ်အိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်ဒီးတုၤလီၤလၢမုၢ်န့ၣ်လၢတၢ်ဆါပနီၣ်ပတုၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.

မှ်မတၢအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အါလၢ ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအနးတဖၣ်လဲၣ်.

ပၤတနီၤလၢအဘၣ်ကဒီးတၢ်ဆါတဖၣ်တဆိးက့ၢ်တဖၣ်လီၤ. တနီၤကမၤန့ၣ်တၢ်ဆါပနီၣ်လၢအစၢ်တဖၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်ဘျီက့ၢ်ဒၣ်အ တၢ်သ့ၣ်ညီကဒၣ်. ဒီးတနီၤကဆိးက့ၢ်ထီၣ်ဖးဒိၣ်လၢအချ့န့ၣ်လီၤ. တၢ်လဲၤခိၣ်ဖျါလၢအပူၤက့ၢ်ဒီးခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲၣ်ရၢး(စ)တၢ်ဆါယၢ်အဂၤတ ဖၣ်န့ၣ်. ပၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်အါဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါဘၣ်ကလၢအနးတဖၣ်မှ်ဝဲ -

- ပၤလၢအနီၣ်ခိၣ်ဂံၢ်တြီဆါအကျိၤအကျဲတဂ့ၤ (အဒိ, ခဲစၢ်တၢ်ဆါ)
- ပၤသးပှ်တဖၣ်
- ပၤထူလံၤအဘိရံၣ်န့ၣ်ဖိဒီးပၤထီၣ်ရိၣ်စတြးပၤကိးဖိ, မှ်လၢအဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဆါယံၣ်ထၢလၢအနးအနီၣ်ဂံၢ်အါ
- ပၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါထၢတၢ်ကိတၢ်ခဲတဖၣ်
- ပၤဖိသ့ၣ်ဆံးဖိဒီးဖိသ့ၣ်အိၣ်ဒီးန့ၣ်ဖိတဖၣ်*
- ပၤလၢအိၣ်လၢကရူၢ်တၢ်အိၣ်ဆိးယုၣ်တပူၤယိၣ်အတၢ်ဆိလီၤပၤလီၤအပူၤတဖၣ်
- ပၤလၢအိၣ်လၢယိၣ်ဒီးတၢ်ဒုးယၢ်အလီၢ်တဖၣ်အပူၤ

*ဖဲအပတၢ်အံၤတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်ဒီးပၤဖိသ့ၣ်ဆံးဖိတဖၣ်, ဒီးပၤဖိသ့ၣ်ဖိတဖၣ်အတၢ်ရၢလီၤ COVID-19 တၢ်ဆါဘၣ်ကဆိးန့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖျါဆံၣ်ဘၣ်န့ၣ် လီၤ. နီၣ်ဂ့ၢ်, COVID-19 တၢ်ဆါဘၣ်ကဆိးရၢလီၤမအသးလၢဖိသ့ၣ်အကျိၤန့ၣ်အနီၣ်ဂံၢ်စ့ၤဝဲဒိၣ်မး, တၢ်အံၤဘၣ်ထွဲဒီးကမျါၤအါတက့ၢ်န့ၣ်လီၤ.

ယမှ်အိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ်န့ၣ်ယကဘၣ်မၤတၢ်မနုၤလဲၣ်.

နမှ်အိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်တဖၣ် (တၢ်ကိၢ်ထီၣ်, တၢ်ကူး, ကိၢ်ယုၢ်ဘိဆါ, တၢ်လီၤဘဲးလီၤဘျီ မ့တမှ် တၢ်ကသါတလၢသါ) ဖဲနအိၣ် ဘူးအိၣ်တၢ်ဘၣ်ဒီးပၤလၢတၢ်ပၤဂံၢ်ပၤကျိၤအီၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါလၢ ၁၄ သီအတီၢ်ပူၤန့ၣ်, နတြးရဲၣ်ကျဲၤလၢနကလဲၤဒီးပုးသးဒီး နကသံၣ်သရဲၣ်လၢဂ့ၢ်ဂီၤအူတၢ်သမံၤမးကွၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

နတြးကိးလိတဲစိဆူတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ကသံၣ်ဒီး မ့တမှ် တၢ်ဆါဟံၣ်တချုးလၢနလဲၤတုၤဒီးတဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်ဒီးနတၢ်လဲၤတၢ်က့ၤ တၢ်စံၣ်စိၤ မ့တမှ် နအိၣ်ဘူးအိၣ်တၢ်ဒီးပၤလၢတၢ်ပၤဂံၢ်ပၤကျိၤအီၤလၢအိၣ်ဒီးဒီးခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲၣ်ရၢး(စ)တၢ်ဆါယၢ်န့ၣ်လီၤ. နကဘၣ် အိၣ်လီၤဖးဒီးပၤအဂၤလၢနဟံၣ်,ဟံၣ်န့ၣ် မ့တမှ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲၤအပူၤတုၤလၢကမျါၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ ပၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါနုၤလၢနပူၤဖျဲးလၢတၢ်ဆါဒီးနက့ၢ်ကဒါဆူတၢ်ပူၤတၢ်ဂဲၤလၢနညီၣ်နီၤမၤအီၤသ့ၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကူစါယါဘျီတၢ်ဆါဘၣ်ကံၣ်လဲၣ်.

တၢ်ကူစါယါဘျီတၢ်ဆါလီၤတၢ်လီၤဆဲးလၢခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲၣ်ရၢး(စ)တၢ်ဆါယၢ်တဖၣ်အဂီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ကသံၣ်မၤသံတၢ်ဆါယၢ်တဖၣ်န့ၣ် တဒိသဒါထီၣ်ဒါဘဲၣ်ရၢး(စ)တၢ်ဆါယၢ်နီၣ်တဖၣ်ဘၣ်. တၢ်ဆါပနီၣ်အါတက့ၢ်တဖၣ်တၢ်ကူစါယါဘျီအီၤဒီး ကသံၣ်ကသီတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢအကဲတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤန့ၣ်သ့ၣ်လီၤ.

ပမၤစၢၤဒိသဒါတၢ်ဆါဘၣ်ကံၣ်တၢ်ရၢလီၤအသးတဖၣ်သ့ၣ်လဲၣ်.

တၢ်မၤကဆဲးကဆိးစုဒီးတၢ်ကဆဲး/တၢ်ကူးဒီးတၢ်အိၣ်ယံၤဒီးပၤအဂၤတဖၣ်ဖဲနဆိးက့ၢ်အခါန့ၣ်မှ်ကျဲ အဂ့ၢ်ကတၢ်လၢတၢ်ဒိသဒါဘဲၣ်ရၢး(စ)တၢ်ဆါယၢ်အါတက့ၢ်န့ၣ်လီၤ. နတြး -

- သ့နစုခဲအံၤခဲအံၤဒီးဆးပှ်ဒီးထံ, တချုးအိၣ်တၢ်ဒီးအိၣ်တၢ်ဝံၤအလီၢ်ခံ, ဒီးဖဲနလဲၤဆူတၢ်ပးလီၢ်ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်လီၤ.
- ကျါၢ်ဘၢနသးဖဲနကူးဒီးကဆဲးအခါ, တၢ်ကွၢ်ထံးရှုၤစးခိတဖၣ်, ဒီးစူးကါတၢ်မၤကဆိးစုလၢအမၤသံတၢ်ယူးတၢ်ယၢ်လၢအိၣ် ဒီးသံးစိထံတဖၣ်တက့ၢ်.
- မှ်ဆိးက့ၢ်န့ၣ်, ပးဆူးတၢ်အိၣ်ဘူးအိၣ်တၢ်ဒီးပၤအဂၤတဖၣ် (အိၣ်ယံၤဒီးပၤအါန့ၣ် ၁.၅ မံထၢၣ်န့ၣ်တက့ၢ်).

မှ်ယတြးထီၣ်နီၣ်ကျါၢ်ဘၢမဲၣ်ခါ.

နမှ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်တလိၣ်န့ၣ်ထီၣ်နီၣ်ကျါၢ်ဘၢမဲၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲနစူးကါနီၣ်ကျါၢ်ဘၢမဲၣ်ခါကမၤစၢၤဒိသဒါနုၤလၢတၢ်ဒီးန့ၣ်တၢ်ဆါ ဘၣ်ကလၢပၤဆါလၢအဘၣ်ကဒီးတၢ်ဆါတဖၣ်ဆူပၤအဂၤသ့, ဘၣ်ဆၣ်သန့က့ၢ်အဲၤအံၤကမျါၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ကရၢဖိတဖၣ် တဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဒၣ်လၢကမျါၤတဖၣ်ကထီၣ်နီၣ်ကျါၢ်ဘၢမဲၣ်လၢတၢ်ဒိသဒါတၢ်ဆါဘၣ်ကံၣ်လဲၣ်အမှ်ခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲၣ်ရၢး(စ)တၢ်ဆါယၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ယမၤန့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါထီၣ်ကသ့ၣ်လၢတၢ်လီၢ်တၢ်ကျဲဖဲလဲၣ်.

လၢတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢခံကတၢ်အဂီၢ်, နမှ်လိၣ်ဘၣ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ်, လဲၤကွၢ်ဖဲ www.health.gov.au

ကိုး ထံကီ်ခိ်ရိ်နိ်ဘဲရး(စ)တၢ်ဆါယၢ်တၢ်မၤစၢၤဂီၢ်အူလီတဲစိ (National Coronavirus Help Line) ဝဲ ၁၈၀၀ ၀၂၀ ၀၈၀ တက့ၢ်. အမၤတၢ်တသီ ၂၄ နိ်ရိ်, တနံ့သီနိ်လီၤ. နမ့ၢ်လိ်ဘိ်တၢ်ကွဲးကျိးထံ မ့တမ့ၢ် တၢ်တဲကျိးထံတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်နိ်, ကိး ၁၃၁ ၄၅၀ တက့ၢ်.

နကီၢ်စဲၣ် မ့တမ့ၢ် လီၢ်ကစီၤကမ့ၢ်တၢ်အိ်ဆူၣ်အိ်ဆူၣ်ကရၢလီတဲစိနိ်ဂံၢ်နိ် နလဲၤမၤန့ၢ်အိၤသ့ဝဲ www.health.gov.au/state-territory-contacts

နမ့ၢ်အိ်ဒီးတၢ်ဘိ်ယိ်ဘိ်ဘဲယးဒီးနတၢ်အိ်ဆူၣ်အိ်ဆူၣ်န့ၢ်. ကတိၤတၢ်ဒီးနကသံၣ်သရၣ်တက့ၢ်.