



ကာကွယ်ဆေးအများစုသည် ထိရောက်ရန် အနည်းဆုံး နှစ်ကြိမ် လိုအပ်သည်။

ကာကွယ်ဆေးနှစ်ချောင်းကို ဒုတိယအကြိမ်မြောက်ထိုးခြင်းသည် သင်၏
Covid-19 ကို သိသိသာသာတိုးမြှင့်စေသည်။ မြှင့်တင်ပေးသည့်
ကာကွယ်ဆေးများသည် အထူးသဖြင့် ထိခိုက်လွယ်သူများအတွက် ဤ
အကာအကွယ်ကို ပိုမိုတိုးမြှင့်စေသည်။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဝှံ: Tearfund



WHO မှ အတည်ပြုထားသော Covid-19 ကာကွယ်ဆေးများတွင် တိရစ္ဆာန် သို့မဟုတ် လူသား ဆဲလ်များ မပါဝင်ပါ။

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ အတည်ပြုထားသော Covid-19 ကာကွယ်ဆေး အားလုံးသည် လိုင်စင်မရသေးမီတွင် ပြင်းထန်သောဘေးကင်းမှုနှင့် ကျင့်ဝတ်စံနှုန်းများနှင့် ကိုက်ညီပါသည်။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖု: Tearfund



ဤရုပ်ပုံများအတွက် အချက်အလက်/ သတင်းစကား များကို မိမိဘာသာစကားဖြင့် ဖန်တီး ထုတ်ဝေနိုင်သည်

ကာကွယ်ဆေးများတွင် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချထားသော သန္ဓေသားဆဲလ်များ ပါဝင်နိုင်သည်ကို အချို့လူများက စိုးရိမ်ကြသည်။ ဒါမမှန်ဘူး။ Covid-19 ကာကွယ်ဆေးများတွင် ကိုယ်ဝန်ဖျက်ချထားသောသန္ဓေသားမှဆဲလ်များ သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်ထွက်ပစ္စည်းများ မည်သည့်အမျိုးအစားမှ မပါဝင်ပါ။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖွဲ့: Tearfund



ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ အတည်ပြုထားသော Covid-19 ကာကွယ်ဆေးအားလုံးသည် ဘေးကင်း လုံခြုံပါသည်။

အချို့သောလူများက ၎င်းတို့တွင် မိုက်ခရိုချစ်ပ်များပါဝင်မည်ကို စိုးရိမ်ကြသည်။ ဒါမမှန်ဘူး။ ကာကွယ်ဆေးထိုးနေစဉ်အတွင်း တစ်စုံတစ်ယောက်၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ မိုက်ခရိုချစ်ပ်တစ်ခု ထည့်ရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖု်: Tearfund



ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် သင့်မိသားစုနှင့် အသိုင်းအဝိုင်းကို Covid-19 မှ ကာကွယ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သည်။

လူမှုအကွာအဝေးကို ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ လက်ကို မကြာခဏ ဆေးကြောခြင်း နှင့် မျက်နှာကို အကာအကွယ် ဝတ်ဆင်ခြင်းတို့ကလည်း ရောဂါပိုးကူးစက် နိုင်ခြေကို လျော့နည်းစေသည်။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖွဲ့: Tearfund



ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းသည် Covid-19 ကြောင့် သေဆုံးခြင်းနှင့် ဆေးရုံတက်ကုသခြင်းအန္တရာယ် ကို လျော့ချရန် အထိရောက်ဆုံးနည်းလမ်း ဖြစ်သည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးသူအချို့သည် 100% ထိရောက်မှုမရှိသောကြောင့် ဖျား
နေသေးသည်။ ဒါပေမယ့် ရောဂါလက္ခဏာတွေက ပျော့ပြီး အချိန်တိုလေးပဲ
ကြာနိုင်ခြေရှိပါတယ်။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖွဲ့: Tearfund



Covid-19 ကာကွယ်ဆေးများသည် ပြင်းထန်သော ဖျားနာမှုအန္တရာယ်ကို သိသိသာသာလျော့ချ ပေးသည်။

ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်တဲ့ အစားအသောက်၊ လေ့ကျင့်ခန်းမှန်မှန်လုပ်ပြီး
အိပ်ရေးဝဝအိပ်တာက ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို အားကောင်းစေပါတယ်။



learn.tearfund.org
✉ publications@tearfund.org

Registered office: Tearfund, 100 Church Road, Teddington, TW11 8QE, United Kingdom. Registered in England: 994339. A company limited by guarantee
Registered Charity No. 265464 (England & Wales) Registered Charity No. SC037624 (Scotland). ဖွဲ့: Tearfund