ကိုဗစ်-19
ကိုရိုနာ Check list

2022/7/22

[အသိမိတ်ဆွေကကိုရိုနာpositiveဖြစ်ခဲ့လျှင်][အဖွဲ့လိုက်စားသောက်ခဲ့ကြသည့်မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းကကိုရိုနာpositiveဖြစ်ခဲ့လျှင်]အဆိုပါအခြေအနေအားစိုးရိမ်ပူပန်မှုရှိပါကအောက်ဖော်ပြပါအချက်အလက်များအတိုင်းစစ်ဆေးအတည်ပြုပြီးမိမိကိုယ်တိုင်ကူးစက်ခံရနိုင်ခြေရှိမရှိအားစောင့်ကြည့်သုံးသပ်ကြပါရန်

ပထမဆုံးကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူဆီမေးမြန်းအတည်ပြုရန်

< ကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူဆီ မေးမြန်းအတည်ပြုရမည့်အရာ >

✓ **ရောဂါ လက္ခဏာ စပြသည့်နေ့** → ______ လ ___ ရက်

ကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူကရောဂါလက္ခဏာမပြခဲ့လျှင်ကိုရိုနာစစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ခဲ့သည့်နေ့ကို မေးမြန်းပါ။

✓ **ကိုရိုနာစစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ခဲ့သည့်နေ့** → ______ လ __ ရက်

မေးမြန်းအတည်ပြုပြီးလျှင် နံပါတ်(၁)သို့

(၁) ကူးစက်ခံခဲ့ရဖွယ်ရှိခဲ့သည့် အချိန်ကာလကို စုံစမ်းမေးမြန်းကြစို့

ကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူက ရောဂါ လက္ခဏာ ပြခဲ့လျှင်

→ရောဂါ လက္ခဏာ စပြခဲ့သည့်နေ့ (လ ရက်)၏ အရှေ့ ၂ ရက် (လ ရက်) နောက်ပိုင်း

ကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူက ရောဂါ လက္ခဏာ မပြခဲ့လျှင်

→ ကိုရိုနာစစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ခဲ့သည့်နေ့ (လ ရက်)၏ အရှေ့ ၂ ရက်(လ ရက်)နောက်ပိုင်း

တွေ့ဆုံမှု မရှိခဲ့ပါ →

ကူးစက်နိုင်ခြေနည်းပါးပါသည်။အချက်အလက်များ
စစ်ဆေးခြင်းဤနေရာတွင် ပြီးဆုံးသည်။
ယခုအတိုင်း ရောဂါမကူးစက်ခံရအောင်ဆက်လက်ဂရုပြုနေထိုင်ပါရန်

(၂) ကူးစက်ခံခဲ့ရဖွယ်ရှိခဲ့သည့် အချိန်ကာလအတွင်း တွေ့ဆုံမှု ရှိခဲ့ပါသလား

တွေ့ဆုံမှု ရှိခဲ့လျှင် နံပါတ်(၃)သို့

(၃) တွေ့ဆုံခဲ့ချိန်တွင် မည်သည့် အခြေအနေ ရှိခဲ့ပါသလဲ

ကိုက်ညီမှု မရှိပါ

☐ ကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူရော မိမိပါ နှာခေါင်းစည်း မတပ်ဘဲ လက်တစ်ကမ်းစာ အကွာအဝေး (ပျှမ်းမျှ ၁ မီတာ အတွင်း) ၁၅မိနစ်နှင့်အထက် အတူရှိခဲ့သည်

☐ ကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူက နှာခေါင်းစည်း မတပ်သည့် အနေအထားဖြင့် လက်တစ်ကမ်းစာ အကွာအဝေး (ပျှမ်းမျှ ၁ မီတာ အတွင်း) ၁၅မိနစ်နှင့်အထက် အတူရှိခဲ့သည်

အထက်ပါအခြေအနေနှင့်တစ်ချက်ပင်ကိုက်ညီမှုရှိခဲ့ပါလျှင်နံပါတ်(၄)သို့

(၄)တွေ့ဆုံခဲ့ချိန်တွင် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်လုပ်ဆောင်မှု (ထိတွေ့ဆက်ဆံခဲ့မှု အခြေအနေ) ကိုဖော်ပြပါ။

ကိုက်ညီမှု မရှိပါ

☐ စကားပြောခြင်း ☐ ထမင်းလက်ဆုံစားခြင်း ☐ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း ☐ လေဝင်လေထွက်မကောင်းသည့် အခန်းထဲတွင် အတူရှိခဲ့ခြင်း ☐ ကာရာအိုကေ ☐ ကားတစ်စီးထဲတွင် အတူစီးခဲ့ခြင်း

အထက်ပါ အခြေအနေနှင့် တစ်ချက်ပင် ကိုက်ညီမှု ရှိခဲ့ပါလျှင် နောက်အဆင့်သို့

ကူးစက်နိုင်ခြေရှိပါသည်။

နောက်စာမျက်နှာသို့ဆက်ရန်

ကူးစက်နိုင်ခြေရှိသည်ဟုသတ်မှတ်ခံထားရသောသူများအတွက်

ကိုရိုနာpositiveဖြစ်သူနှင့်နောက်ဆုံးတွေ့ဆုံခဲ့သည့်ရက်၏နောက်နေ့မှစ၍(3)ရက်ကြာမိမိနေအိမ်တွင်နေထိုင်စောင့်ကြည့်ခြင်းအစရှိသည့်လိုအပ်သည့်ရောဂါကာကွယ်ရေးတုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ချက်များအားလုပ်ဆောင်ကြပါ။

နောက်ဆုံးတွေ့ဆုံခဲ့သည့်ရက်	**1ရက်မြောက်**	**2ရက်မြောက်**	**3ရက်မြောက်**
လ ရက်	လ ရက်	လ ရက်	လ ရက်
4ရက်မြောက်	**5ရက်မြောက်**	※ရက်စွဲဖြည့်စွက်ရန်!	
လ ရက်	လ ရက်		

5ရက်မြောက် နေ့ထိဆောင်ရွက်ရန်

- နေ့စဉ်အပူချိန်တိုင်း၍မိမိ၏ကျန်းမာရေးအခြေအနေအားစောင့်ကြည့်ပြီး နှာခေါင်းစည်းမှန်ကန်စွာတပ်ဆင်ခြင်း၊ပုံမှန်လက်ဆေးကြောခြင်းအစရှိသည့်အခြေခံကျသည့်ရောဂါကာကွယ်ရေးတုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ချက်များအားစနစ်တကျလုပ်ဆောင်ကြပါရန်တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်
- ရောဂါပိုးကူးစက်နိုင်ခြေများသောသူများနှင့်အနီးကပ်ဆက်ဆံခြင်း၊ရောဂါကူးစက်နိုင်များသောနေရာဌာနများသို့သွားရောက်လည်ပတ်ခြင်း၊ထမင်းလက်ဆုံစားခြင်းအစရှိသည်တို့အားရှောင်ရှားကြပါရန်တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

အကယ်၍ မိမိအိမ်တွင်သီးခြားနေစဉ် အတောအတွင်း ရောဂါ လက္ခဏာ ပြခဲ့လျှင်

○အရင်ဆုံးမိသားစုဆရာဝန်(မိမိပြနေကြဆရာဝန်)ဆီဖုန်းဖြင့် ဆက်သွယ်မေးမြန်းရန်

○မိသားစုဆရာဝန်(မိမိပြနေကြဆရာဝန်)မရှိပါက
ကျန်းမာရေးဆေးစစ်/ဆွေးနွေးစင်တာသို့ ဆက်သွယ်မေးမြန်းရန်

ဂျပန်ဘာသာစကား【☎0954-69-1102】(နေ့စဉ် မနက်6:00 မှ ည10နာရီ)

[စုံစမ်းမေးမြန်းရန်] စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း ၊ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်းစင်တာ

ရောဂါပိုးရှိသူနှင့်အနီးကပ်ထိတွေ့ဆက်ဆံခဲ့သူ၊အခြားကိုရိုနာနှင့်ပက်သက်သည့်ဆွေးနွေးရန်

ဂျပန်ဘာသာစကား 【☎0954-69-1103】(လက်ခံဆောင်ရွက်ပေးချိန် : နေ့စဉ် မနက်6:00 မှ ည10နာရီ)

မြန်မာအပါအဝင် ဘာသာစကား ၂၁ မျိုးဖြင့် ရနိုင်သည်။【☎092-687-5535】(နေ့စဉ် မနက်6:00 မှ ည10နာရီ)