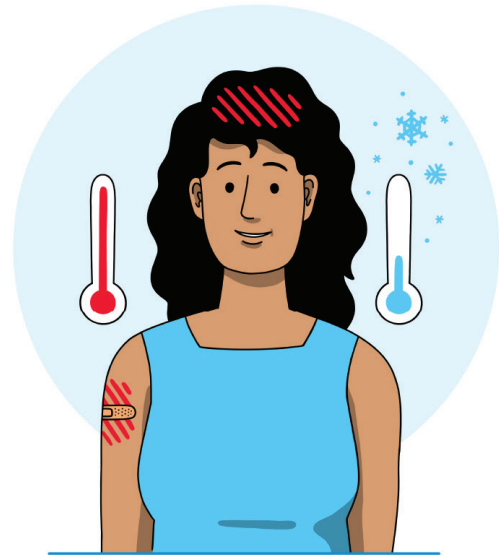


COVID-19 ကာကွယ်ဆေး၏ သိသာထင်ရှားသော ဆိုးကျိုး သက်ရောက်မှုများမှာ

- ၁ မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်းနှင့် ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- ၂ ဖျားခြင်း/ကိုယ်ပူရှိန်တက်ခြင်း
- ၃ ချမ်းတုန်ခြင်း
- ၄ ဆေးထိုးသည့်နေရာတွင် နာခြင်း (သို့) ရောင်ရမ်းခြင်း



လူနာအများစုတွင် အထက်ပါလက္ခဏာများဖြစ်လေ့ရှိပြီး အချိန်တိုအတွင်း သက်သာလေ့ရှိသည်။

ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး ၂၄ နာရီကျော်ကြာသည့် အခါမှ ပိုမိုနာကျင်ကိုက်ခဲလာပါက (သို့) ရက် အနည်းငယ် ကြာသည်အထိ ဆေး၏ ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုများ မသက်သာပါက တတ်ကျွမ်းသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက် ပေးသူ/ဆရာဝန်ထံ ဆက်သွယ်ပါ။



အချို့သောလက္ခဏာများကို ဆေးဆိုင်တွင် ဝယ်ယူရရှိနိုင်သော ဆေးများက သက်သာစေနိုင်သော်လည်း တတ်ကျွမ်းသော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပေးသူ/ဆရာဝန်နှင့် အရင်ဆွေးနွေးပြောဆိုပါ။

အစာအိမ်အနာ (သို့) နာတာရှည် ကျောက်ကပ်ရောဂါကဲ့သို့ ရောဂါအခံရှိသော လူနာများအနေဖြင့် အောက်ပါ ဆေးများသောက်သုံးရာတွင် အချို့သော အချက် များကို ကြိုတင်လိုက်နာရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

- Ibuprofen
- Aspirin
- Antihistamines

အားလုံးလိုက်နာခြင်းဖြင့် အတူတကွ ကာကွယ်ပါ။



ဆပ်ပြာနှင့်ရေဖြင့် လက်ဆေးပါ။



တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခပ်ခွာခွာနေပါ။



ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း ကို တပ်ဆင်ပါ။



နီးကပ်စွာထိတွေ့ ဆက်ဆံသူများကို ခြေရာကောက်ပါ။



သီးခြားခွဲ၍ နေထိုင်ပါ။



လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ပါစေ။



ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပါ။