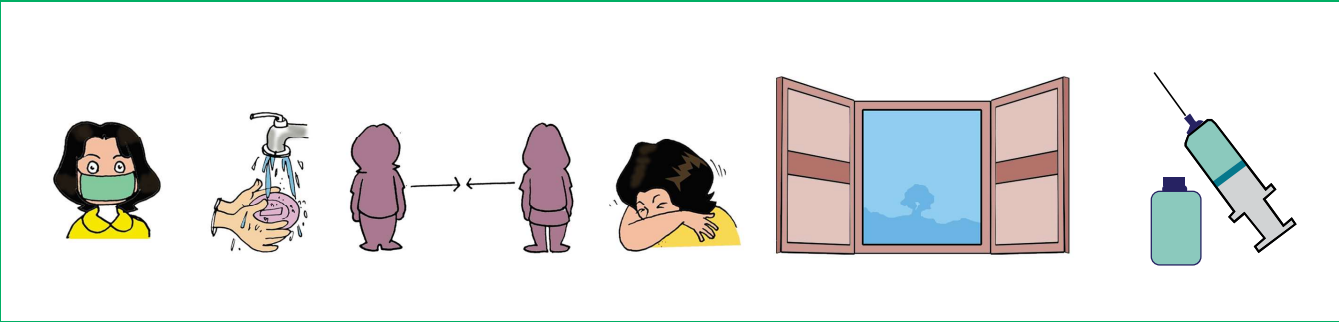


# မိမိကိုယ်နှင့် အခြားသူများကို အိုမီခရွန် (Omicron) ရောဂါပိုး မှ မည်သို့ ကာကွယ်နိုင်မည်နည်း။

ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းဆိုင်ရာ အမှုအကျင့်အားလုံးကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းသည် မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများကို အိုမီခရွန် (Omicron) မျိုးကွဲ အပါအဝင် ကိုဗစ် - ၁၉ (COVID-19) ရောဂါကြောင့် ပြင်းထန်စွာဖျားနာခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့မှ ကာကွယ်ရန် အလွန်ထိရောက်သော နည်းလမ်းများဖြစ်သည်။

ကိုဗစ် - ၁၉ (COVID-19) ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးများသည် ပီရီ မျိုးကွဲ အားလုံးအတွက် အထိုက်အလျောက် ကာကွယ်ပေးနိုင်မည်ဟု ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ ခန့်မှန်းပါသည်။

ကိုဗစ် - ၁၉ (COVID-19) ရောဂါ ဆက်လက်မပျံ့နှံ့စေရန်အတွက် အောက်ပါ အချက်အားလုံးကို လုပ်ဆောင်ပါ။ ၎င်းတို့အနက် ကာကွယ်ဆေးကို အခွင့်သင့်သည်နှင့် ထိုးနှံပါ။



အိုမီခရွန် ရောဂါပိုး အကြောင်း ပိုမို သိရှိနိုင်ရန် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့မှ နေ့စဉ်လေ့လာစောင့်ကြည့်လျက်ရှိပါသည်။  
နောက်ဆုံးရသည့် အချက်အလက်များကို [who.int](https://www.who.int) တွင် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။



From  
the People of Japan