

ခြင်များမှ သင့်ကိုယ်ကိုသင် ကာကွယ်ပါ



ခြင်များသည် ဂျပန် ဦးနှောက်ရောင်နာ ရောဂါ ပြန့်ပွားပေးနိုင်သည်။
၎င်းမှာ အလွန်ရှားပါးသော်လည်း ဆိုးဝါးသော ကူးစက်မှုဖြစ်သည်။

- > သင် ပြင်ပနေရာများတွင်ရှိနေစဉ် အရောင်ဖျော့ဖျော့ အဝတ်အစား ပွပွနှင့် ရူးဖိနပ်အပိတ်ကို ဝတ်ပါ
- > နေထွက်ချိန်နှင့် နေဝင်ချိန်တွင် ပြင်ပနေရာများ၌နေခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ
- > DEET, picaridin, သို့မဟုတ် သံပရာ ယူကလစ်ဆီ ပါဝင်သည့် ခြင်နိုင်ဆေးရည်ကို အရေပြားပေါ်လိမ်းပါ
- > ပိုးမွှားဖြန်းဆေးရည်နှင့် ခြင်နိုင်ခွေများကို သုံးပါ
- > ပိုးမွှားကာဇကာများကို ပြတင်းပေါက်များနှင့် တံခါးများတွင် တပ်ထားပါ
- > ခြင်များ အောင်းနေနိုင်သည့် အိမ်အပြင်ရှိ ရေရှိသောဘူးပုလင်းများကို ဖယ်ရှားပါ

စိုးရိမ်စရာ ရောဂါ တစ်ခုခုရှိလျှင် သို့မဟုတ် စကားပြန်လိုလျှင် TIS ကို ဖုန်း 131 450 ဖြင့်ဆက်ပြီး Health Direct Tel. 1800 022 222 ကိုဖုန်းခေါ် ခိုင်းပါ။

ခြင်များမှ သင့်ကိုယ်ကိုသင်ကာကွယ်ပါ



ခြင်များသည် ဂျပန် ဦးနှောက်ရောင်နာ ရောဂါ ပြန့်ပွားပေးနိုင်သည်။ ၎င်းမှာ အလွန်ရှားပါးသော်လည်း ဆိုးဝါးသော ကူးစက်မှုဖြစ်သည်။

- > သင့် ပြင်ပနေရာများတွင်ရှိနေစဉ် အရောင်ဖျော့ဖျော့ အဝတ်အစား ပွပွနှင့် ရှူးဖိနပ်အပိတ်ကို ဝတ်ပါ
- > နေထွက်ချိန်နှင့် နေဝင်ချိန်တွင် ပြင်ပနေရာများ၌နေခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ
- > DEET, picaridin, သို့မဟုတ် သံပရာ ယုကလစ်ဆီ ပါဝင်သည့် ခြင်နိုင်ဆေးရည်ကို အရေပြားပေါ်လိမ်းပါ
- > ပိုးမွှားဖြန်းဆေးရည်နှင့် ခြင်နိုင်ခွေများကို သုံးပါ
- > ပိုးမွှားကာဇကာများကို ပြုတင်းပေါက်များနှင့် တံခါးများတွင် တပ်ထားပါ
- > ခြင်များ အောင်းနေနိုင်သည့် အိမ်အပြင်ရှိ ရေရှိသောဘူးပုလင်းများကို ဖယ်ရှားပါ

စိုးရိမ်စရာ ရောဂါတစ်ခုခုရှိလျှင် သို့မဟုတ် စကားပြန်လိုလျှင် TIS ကို ဖုန်း 131 450 ဖြင့်ဆက်ပြီး Health Direct Tel. 1800 022 222 ကိုဖုန်းခေါ် ခိုင်းပါ။