BIOSAFETY & BIOSECURITY

PROTECTIVE PROCEDURES

FOR MEKONG BASIN CROSS - BORDER

MYANMAR

CONTENTS

1. Standard biosafety procedures
2. Effective hand washing (10 steps)
3. Steps of putting on PPE
4. Sequence for removing PPE
5. Sequence to remove PPE for dangerous pathogens
6. Cross border health quarantine requirement (Routine)
7. Cross border health quarantine requirement for PHEIC (Public Health Emergency of International Concern)
8. Infection control practices for patients with severe diarrheal diseases
9. Infection control practices for patients with fever, convulsion and unconciousness
10. Infection control practices for patients with severe respiratory diseases
11. Biosafety practices when dealing with found-dead animals
12. Good hygiene at home

Arrangement: Dr Moe Ko Oo, Design: Studio641

STANDARD BIOSAFETY PROCEDURES

Canada

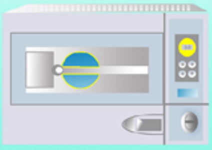
ထိရောက်စွာ လက်ဆေးခြင်း (၁၀) ချက်

Safe Handling and **Disposal of Sharps**

အသုံးပြုပြီးသောတစ်ခါသုံးဆေးထိုး
အပ်များ (သို့) ချွန်ထက်သောပစ္စည်းများ
အား အဖုံးပြန်စွပ်ခြင်းမပြုဘဲချက်ချင်း
စွန့်ပစ်ပါ။ အကယ်၍ ဆေးထိုးအပ်သည်
တိရစ္ဆာန်သွေး (သို့) အသားဖြင့် ထိတွေ့မှု
မရှိခဲ့ပါက လက်တစ်ဘက်
တည်းသုံးကာ အဖုံးစွပ်နိုင်သည်။

Proper Use of **Disinfection** and **Sterilization Techniques**

ပုံမှတ်ရောဂါပိုးများသည်
ရေနွေးဖြင့် မိနစ်သုံးဆယ်ပြုတ်ပါက
အန္တရာယ်မပေးနိုင်ပါ။
ပြီးပြည့်စုံသောပိုးသတ်ခြင်း
(ပိုးဖြင့်ပေကျံသော အရာဝတ္ထုများ)
အတွက် Autoclave
လိုအပ်ပါသည်။



Keep Working Space and Equipments Clean and Neat.

Disinfect WORK SURFACE

အလုပ်ခွင်နှင့် ပစ္စည်းကရိယာများကိုသန့်ရှင်းသေသပ်စွာထားပါ။
အလုပ်ခွင်ရှိကြမ်းပြင်၊ မျက်နှာပြင်များကိုအလုပ်ပြီးချိန်တွင်
0.1%၊ 0.2% hypochlonite ဆေးရည် (သို့) 0.2% bluach ဖြင့်ဆေးပါ။

Disinfect FLOOD CONTAMINATED SURFACE with 0.5 % HYPOCHLORITE[1] (10 % BLEACH[2])thoroughly and clean with ALCOHOL.

ရေကြီးပါကရေဖြင့်ထိတွေ့သောနေရာများကို0.5%hypochlonite ဆေးရည်ဖြင့်
သေချာစွာဆေးပြီးအရက်ပျံဖြင့် သန့်ရှင်းပါ။

၁။ ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ပိုကလိုရိုက်ဆေးရည်ကိုဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါရောဆိုက် အက်စစ်ဖြင့်မထိတွေ့စေရ။
၂။ အိမ်သုံးချွတ်ဆေး (Bluack) များမှာ 3 – 8% ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ပိုကလိုရိုက်နှင့်
0.01 – 0.05% ဆိုဒီယမ် ဟိုက်ဒရောဆိုက်ပါဝင်သည်၊ ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ဒရောဆိုက်သည်
ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ပိုကလိုရိုက် ပျက်စီးမှုကို နှေးကွေးစေသည်၊

Protectative Barriers

Effective Insect and Rodent Control Program

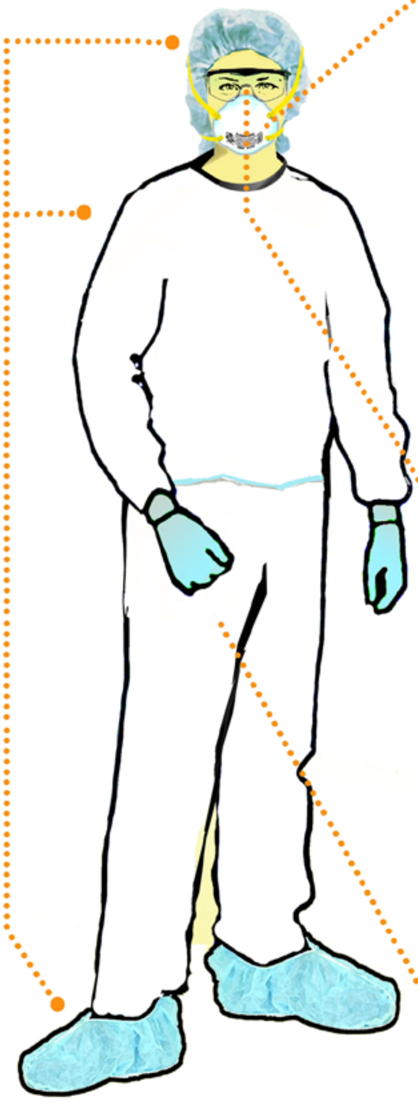
ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

10 STEPS OF EFFECTIVE HAND WASHING
MBDS
Mekong Basin Disease Surveillance
Canada
1
လက်များကို
ရေအရင်စိုဆွတ်စေပြီး
&
ဆပ်ပြာကို အသုံးပြုကာ
2
လက်ဖဝါးချင်း
3
လက်ချောင်းများအကြား
4
လက်ဖမိုးနှစ်ဖက်
5
လက်မအရင်းများ
6
လက်ချောင်းများ
အနောက်ဖက်
7
လက်သည်းခွံ
လက်သည်းကြားများနှင့်
8
လက်ကောက်ဝတ်
စသည့်နေရာများကို
9
ရေဖြင့် သေသေချာချာ
ပွတ်တိုက်ဆေးကြောပါ။
ထို့နောက် ...
10
လက်သုတ်ပဝါ သို့မဟုတ်
စက္ကူဖြင့် လက်ကို သုတ်ပြီး
အခြောက်ခံကာ...
၎င်းအမှိုက်များကို
အမှိုက်ပုံးထဲသို့ စွန့်ပစ်ပါ။
ARRANGEMENT: DR MCE KO OO; DESIGN: STUDIO641

STEPS OF PUTTING ON PPE

[Personal Protective Equipment]

Canada



STEP 1

WEARING THE GOWN, CAP AND SHOES

ဝတ်ရုံအား
လည်ပင်း၊
လက်ကောက်ဝတ်နှင့်
ဒူးအထိ စွတ်လိုက်ပြီး
ခါးစည်းကြိုးကို
နောက်ကျောဖက်သို့
တပတ်ပတ်ပြီး
ဝတ်လိုက်ပါ။
ထို့နောက်
ခေါင်းစွပ်နှင့်
ဖိနပ်ဝတ်ဆင်ပါ။

STEP 2

WEARING N95 MASK

မျက်နှာဖုံးရှု့ကြိုးကို
ခေါင်းနှင့် လည်ပင်းအလယ်တွင်
ခိုင်ခံ့အောင်ချည်ပါ။
မျက်နှာဖုံးအား နှာတံပေါ်တွင်
သေသေချာချာ ခွင်ကျပါစေ။
မျက်နှာနှင့် မေးစေ့အောက်
နေရာတို့ကိုလည်း အံဝင်ခွင်ကျ
သက်တောင့်သက်သာဖြစ်ပါစေ။
N95 မျက်နှာဖုံးတစ်ခုလုံး
သူ့နေရာနှင့်သူ အံဝင်ခွင်ဖြစ်ပါစေ။

STEP 3

WEARING GOGGLES OR FACE SHIELD

သွေး နှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတဆင့်
ကူးစက်တတ်သောရောဂါ ပိုးမွှားများမှ
ကာကွယ်ရန် မျက်နှာတပြင်လုံး
လုံခြုံစေရန် သေသေချာချာ ဖုံးအုပ်ပါ။

STEP 4

WEARING GLOVES

သင့်တော်မည့် လက်အိတ်နံပတ်ကို ရွေးပါ။
လက်ကောက်ဝတ်နှင့် ဝတ်ရုံလက်ဖျားကို
သေချာစွာငုံမိပါစေ။

SEQUENCE FOR REMOVING PPE

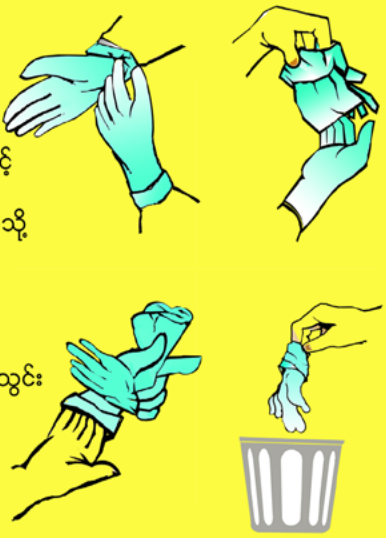
Canada

Step. 1. GLOVES

လက်အိတ်အပြင်ဖက်ကို
အခြားလက်အိတ်ဝတ်ထားသောလက်ဖြင့်
မိအောင်ကိုင်ပြီးလှန်ချလိုက်ပါ။ ထိုအခါ
လက်အိတ်အပြင်ဖက်သည် အတွင်းဖက်သို့
ရောက်သွားမည်။

လက်အိတ်ချွတ်ပြီးသားလက်မှ
လက်ချောင်းများကိုကျန်လက်တဖက်မှ
လက်အိတ်ခေါက်သားအတွင်းသို့ လျှောသွင်း
လိုက်ပြီးလျှင် ချွတ်ချလိုက်ပါ။

ထို့နောက် လက်အိတ်များကို
စွန့်ပစ်ပစ္စည်းထည့်ရာပုံးအတွင်းသို့
စွန့်ပစ်ပါ။



Step. 2. GOOGLES OR FACE SHIELD

မျက်မှန် (သို့) မျက်နှာဖုံးအကာကို
နားရွက်ကြိုးမှ မဖယ်ပြီး စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပုံးအတွင်း
သို့ စွန့်ပစ်ပါ။

(ပြန်လည်အသုံးပြုလိုပါက
၇၀% အရက်ပြန်ကဲ့သို့သောပိုးသတ်ဆေးဖြင့်
ဖြန်းပြီးလျှင် ပြန်သုံးနိုင်သည်။)

Step. 3. GOWN

ဂတ်ရုံကြိုးကိုဖြည်ပါ။ဂတ်ရုံလက်ဖြင့်
ကိုယ်ကိုမထိမိစေရန်သတိပြုပါ။

ဂတ်ရုံအတွင်းမှကိုင်ပြီးလည်ပင်းနှင့်
ပခုံးမှစပြီးဆွဲချွတ်ပါ။

ဂတ်ရုံကိုပြောင်းပြန်လှန်ပါ။
ခေါက်လိပ်ပြီးလျှင် စွန်ပစ်ပစ္စည်းပုံးအတွင်း
သို့စွန့်ပစ်ပါ။

ပြန်လည်အသုံးပြုလိုပါက
ပလပ်စတစ်အိတ်ထဲသို့ထည့်ကာ
Autockre ဖြင့် ပိုးသတ်ပါ။

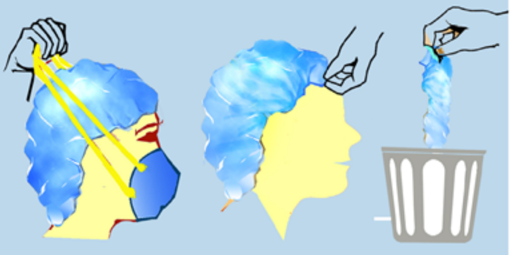
Step. 5. WASH HANDS IMMEDIATELY AFTER REMOVING ALL PPE

တစ်ကိုယ်ရေအကာအကွယ်ပစ္စည်းများအား
ဖယ်ရှားပြီးပါကချက်ချင်းလက်ဆေးပါ။

Step. 4. N95 MASK AND CAP

မျက်နှာဖုံး၏ အရှေ့ဖက်မျက်နှာပြင်ကို မထိမိစေရန်
သတိပြုပါ။ ၄င်းမှာ ရောဂါပိုးများနှင့် ထိတွေ့ထားသည်။

- မျက်နှာဖုံးအား အပေါ်အောက်သားရေသိုင်းကြိုး နှစ်ဖက်ကိုဆွဲမပြီး မျက်နှာကိုမထိစေပဲ ဖယ်ရှားပါ။
- ခေါင်းစွပ်ချွတ်ပါ။
- ခေါင်းစွပ်နှင့် မျက်နှာဖုံးတို့ကို စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပုံးထဲသို့ စွန့်ပစ်ပါ။



ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

SEQUENCE TO REMOVE PPE FOR DANGEROUS PATHOGENS

Canada

Step. 1.

REMOVAL GOWN AND GLOVE TOGETHER

1. ကြိုးမဖြည်ဘဲ ဂတ်ရုံကို အပြင်မှကိုင်ပြီး ကိုယ်နှင့်ဝေးကွာအောင်ဆွဲချွတ်ပါ။
2. ဂတ်ရုံလက်များချွတ်စဉ် လက်အိတ်များကိုပါ တစ်ချိန်တည်းဆွဲချွတ်ပါ။ (လက်အိတ်နှင့် ဝတ်ရုံ အတွင်းဖက်ကိုသာ ထိရမည်။)
3. ချွတ်ပြီးပစ္စည်းများကိုခေါက်လိပ်ပြီးလျှင် စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပုံးအတွင်းသို့ စွန့်ပစ်ပါ။

Step. 2.

GOOGLES OR FACE SHIELD

- မျက်မှန်နှင့် မျက်နှာအကာတို့ကိုနားရွက်ကြိုးမှ မပြီးဖယ်ပါ။ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပုံးအတွင်းသို့ ထည့်ပါ။
- (ပြန်လည်အသုံးပြုလိုပါက ၇၀% အရက်ပြန်ကဲ့သို့သော ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် ဖြန်းပြီးလျှင် ပြန်သုံးနိုင်သည်။)

Step. 3.

REMOVE MASK OR RESPIRATOR

မျက်နှာဖုံး၏ အရှေ့ဖက်မျက်နှာပြင်ကို မထိမိစေရန် သတိပြုပါ။ ၄င်းမှာ ရောဂါပိုးများနှင့် ထိတွေ့ထားသည်။

- မျက်နှာဖုံးအား အပေါ်အောက်သားရေသိုင်းကြိုး နှစ်ဖက်ကိုဆွဲမပြီး မျက်နှာကိုမထိစေပဲ ဖယ်ရှားပါ။
- ခေါင်းစွပ်ချွတ်ပါ။
- ခေါင်းစွပ်နှင့် မျက်နှာဖုံးတို့ကို စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပုံးထဲသို့ စွန့်ပစ်ပါ။

Step. 4.

REMOVE CAP

တစ်ကိုယ်ရေ အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ ဖယ်ရှားပြီးပါက ချက်ချင်းလက်ဆေးပါ။

Step. 5.

WASH HANDS

တစ်ကိုယ်ရေ အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ ဖယ်ရှားပြီးပါက ချက်ချင်းလက်ဆေးပါ။

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

CROSS BORDER ROUTINE HEALTH QUARANTINE REQUIRMENT

Canada

PoE CORE CAPACITY REQUIREMENTS AT ALL TIMES (ROUTINE)

A

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု
ဂန်ထမ်းများနှင့် ပစ္စည်းကရိယာများ
ကိုစစ်ဆေးကဲဖြတ်ခြင်း။

B

နေမကောင်းသည့် ခရီးသွားများအား
သယ်ယူပို့ဆောင်ရန်လိုအပ်သော
ပစ္စည်းကရိယာများနှင့် ဂန်ထမ်းများ။

C

လွှဲပြောင်းပေးသောလူနာနှင့်
မှတ်တမ်းများအားစမ်းသပ်စစ်ဆေးရန်
လေ့ကျင့်ပေးထားသောဂန်ထမ်းများ။

D

လုံခြုံစိတ်ချရသောပတ်ဂန်းကျင်
ဖြစ်နိုင်ရန် ရေ၊ အစာ၊ စွန့်ပစ်ပစ္စည်း၊
သန့်စင်ခန်းနှင့် အခြားအန္တရာယ်
ရှိနိုင်သောနေရာများအား စစ်ဆေးခြင်း။

E

ရောဂါသယ်ဆောင်သောပိုးမွှားများ
ထိန်းချုပ်နိုင်ရေးကို လေ့ကျင့်ထားသော
ဝန်ထမ်းနှင့် စီမံကိန်းများ။

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

CROSS BORDER HEALTH QUARANTINE REQUIRMENT FOR PUBLIC HEALTH EMERGENCY OF INTERNATIONAL CONCERN

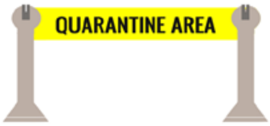
Canada

PoE CORE CAPACITY REQUIREMENTS FOR RESPONDING TO POTENTIAL PHEIC (EMERGENCY)

A ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအရေးပေါ် အခြေအနေစီစဉ်ညှိနိုင်းရေးမှူး၊ သက်ဆိုင်ရာ အဝင်အထွက်ဂိတ်ပေါက်များ၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးနှင့် အခြားအေဂျင်စီများအတွက် ဆက်သွယ်ရန်နေရာ။

B ထိခိုက်ခရီးသွားများနှင့် တိရစ္ဆာန်များအား စစ်ဆေးစောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်း၊ သီးခြားခွဲထုတ်ရန်၊ ဆေးကုသရန်နှင့်အခြားဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာနှင့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသရေး ဆိုင်ရာများစီစဉ်ခြင်း။

C သံသယဖြစ်ဖွယ် (သို့) ထိခိုက်ခရီးသွားများအား မေးမြန်းစစ်ဆေးရန် အခြား ခရီးသွားများနှင့် အတူမထားပဲ သီးသန့်နေရာပေးခြင်း။



D သံသယဖြစ်ဖွယ် ထိခိုက် ခရီးသွားများမှ ရောဂါမပျံ့နှံ့အောင် ခွဲခြားထားခြင်း။

E ကူးစက်မှုပပျောက်စေရန် အထုတ်အပိုးအိတ်များ၊ ကုန်တင်ယာဉ်များ၊ ကွန်တိန်နာ၊ ကုန်စည်များ၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ကရိယာ/ယာဉ်များ စာတိုက်ချောထုပ် အစရှိသည်များကို ညွှန်ကြားထားသော ပိုးသတ်ဆေးများကိုသာအသုံးပြုရန်

F ရောက်ရှိ/ထွက်ခွာခရီးသွားများအား အဝင်အထွက်ထိန်းချုပ်ခြင်း။

G ရောဂါရှိသော/ကူးစက်ခံရသော ခရီးသွားများ လွှဲပြောင်းပေးပို့ရာတွင် လိုအပ်သော အကာအကွယ် ပစ္စည်း ကရိယာများနှင့် ဝန်ထမ်းများ ထောက်ပံ့ပေးခြင်း။

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

INFECTION CONTROL PRACTICES FOR PATIENTS WITH SEVERE DIARRHEAL DISEASES

Canada

DIARRHEA

အရည်များစွာပါသည့် သို့မဟုတ်
ချွဲနှင့်သွေးများပါသော အကြိမ်အရေအတွက်များသည့်
(တနေ့ ၃ ကြိမ်ထက်ပိုသော) ဝမ်းသွားခြင်း

TRANSMISSION

ရောဂါပိုးရှိသောမစင်နှင့်တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မိရာမှတဆင့်
မသန့်ရှင်းသောရေနှင့် အစားအစာများကို စားသောက်မိခြင်း

ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ရောဂါစတင်ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် နေရာများကို
လူနာအားမေးမြန်းစုံစမ်းပါ။

DANGEROUS SIGNS

သွေးနှင့် အရည် အများအပြား
ပါပြီး မရပ်မနား ဝမ်းသွားခြင်း

ဆီးနည်းခြင်း

ပြင်းထန်စွာ
ရေဓာတ်ခမ်းခြောက်ခြင်း၊
ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊
သတိလစ်ခြင်း။

PROTECTION

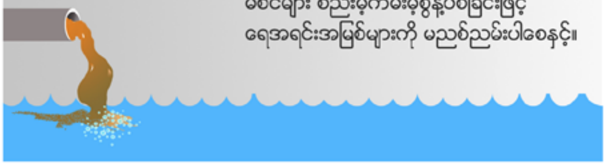
တစ်ကိုယ်ရည် သန့်ရှင်းရေး အမြဲလုပ်ပါ။
လူနာ သို့မဟုတ် မသန့်ရှင်းသောအရာများ
နှင့်ထိတွေ့ပြီးတိုင်း လက်ကို သေသေချာချာ
ဆေးကြောပါ။

သန့်ရှင်းသောရေနှင့်
ကောင်းစွာကျက်အောင်ချက်ပြုတ်ထားသော
အစားအစာတို့ကိုသာ
စားသောက်ပါ။

လူနာအား
အစားအစာများကို
ပြင်ဆင်ချက်ပြုတ်ခွင့် မပြုပါနှင့်။

မစင်များကို အိမ်သာထဲသို့
သေသေချာချာ စွန့်ပစ်ပါ။
သင့်တော်သော ပိုးသတ်ဆေးများ
အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အကယ်၍ အိမ်သာမရှိပါက
သင့်တော်သော ပိုးသတ်နည်းတစ်ခုခုကို
အသုံးပြုပြီး မစင်များကို အိတ်နှင့်ထည့်ကာ
(ရေတွင်းရေကန် စသည့်) ရေအရင်း
အမြစ်မှ အနည်းဆုံး မီတာ ၆၀
အကွာတွင် မြှုပ်ပါ။



မစင်များ စည်းမဲ့ကမ်းမဲ့စွန့်ပစ်ခြင်းဖြင့်
ရေအရင်းအမြစ်များကို မညစ်ညမ်းပါစေနှင့်။

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

INFECTION CONTROL PRACTICES FOR PATIENTS WITH FEVER, CONVULSION AND UNCONCIOUSNESS

Canada

ဖျားခြင်း၊တက်ခြင်း
သတိလစ်မေ့မျောခြင်း တို့ကို
ဖြစ်စေသော **ရောဂါများ**

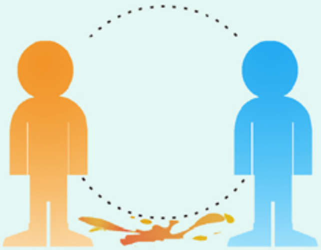
(ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး
ကြောင့်အဖြစ်များသော)
ဦးနှောက်ယောင်ခြင်း

&

(ဘက်တီးရီးယားပိုး
ကြောင့်ဖြစ်သော)
ဦးနှောက်ယောင်ခြင်း

TRANSMISSION

ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့်ဖြစ်သော ဦးနှောက်ယောင်ရောဂါသည် ခြင်ကိုက်ခြင်းမှ လူသို့ကူးစက်သည်။ (B-ဂျပန်ဦးနှောက်ယောင်ရောဂါ, ဝက်စ်နိုင်းဦးနှောက်ယောင်ရောဂါ)



ဦးနှောက်အမြှေးယောင်ခြင်းရောဂါသည် ခန္ဓာကိုယ်အရည်များဖြင့် ထိတွေ့ခြင်းဖြင့် လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ကူးစက်သည်။

စထရက်တိုကော့ကပ်စ် ဆွီးစ် ရောဂါသည် ရောဂါရှိသော ဝက် (သို့) တိရစ္ဆာန်အသေကောင်များမှ တဆင့် လူသို့ ကူးစက်သည်။

SYMPTOMS

FIRST - အဖျား

LATER - တက်ခြင်း၊ သတိလစ်ခြင်း

PROTECTION

- လူနာကိုင်တွယ်စဉ် လက်အိတ်၊ ဂတ်ရုံနှင့် မျက်နှာဖုံးဝတ်ဆင်ရန်။
  လူနာ၏ကိုယ်မှထွက်သောအရည်များနှင့် မထိတွေ့စေရန်။

- ဦးနှောက်အမြှေးယောင်လူနာနှင့် ထိတွေ့ထားသူ (ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများအပါအဝင်) များအား ပဋိဇီဝကာကွယ် ဆေးတိုက်ကျွေးရန်။

တက်နေသော (သို့) သတိလစ်နေသောလူနာအားရှေးဦးသူနာပြုစုခြင်း

- **အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ပိတ်ဆို့ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်**

  ပါးစပ်နှင့် လည်ချောင်းအတွင်းရှိအံကပ်နှင့် အခြားအရာများကိုဖယ်ရှားရန်။

  လူနာအားဘေးသို့စောင်းထားခြင်းဖြင့် အစာနှင့် အခြားအရာများရှူမိခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်။

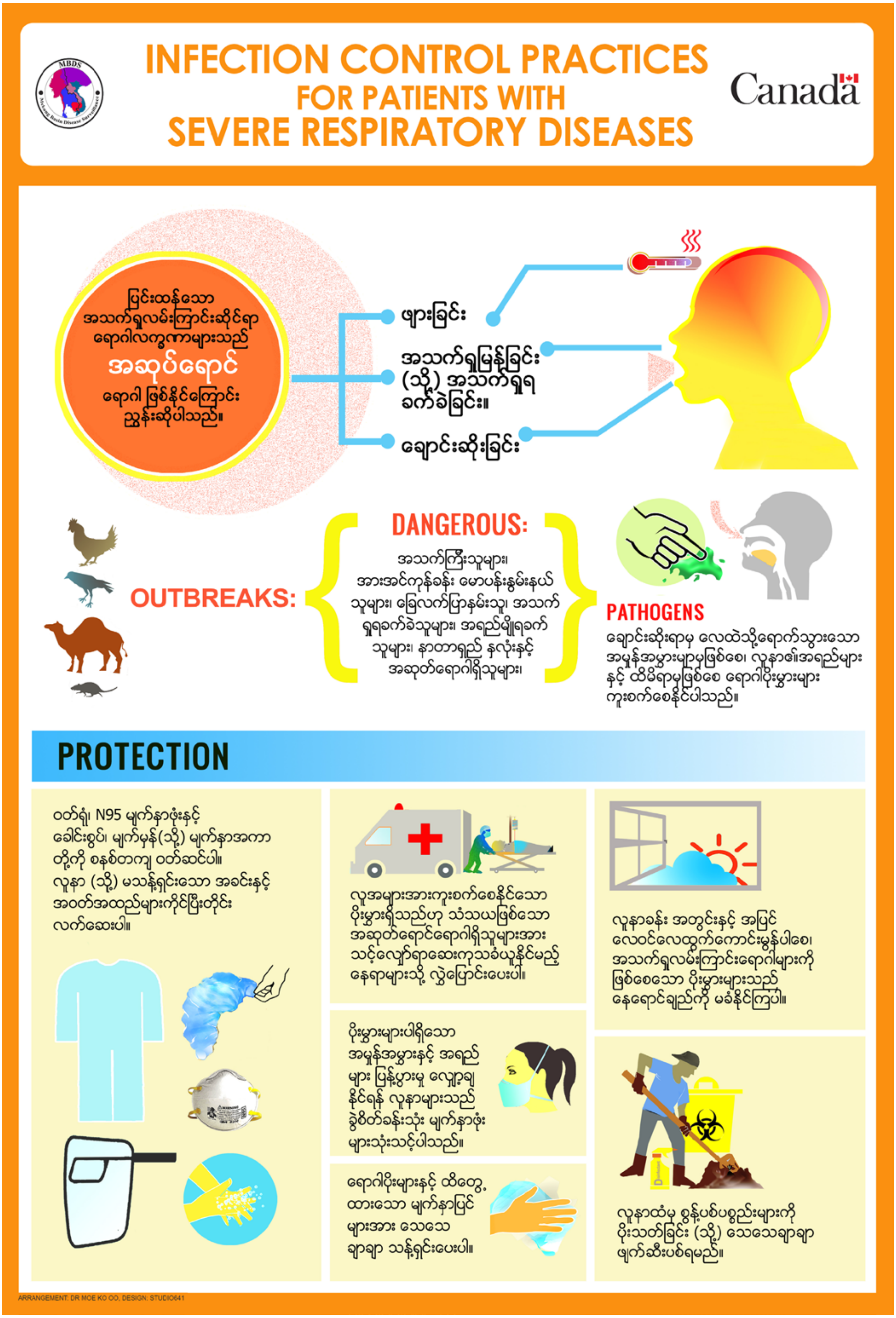
- **အစာနှင့် ရေမတိုက်ကျွေးရ။**

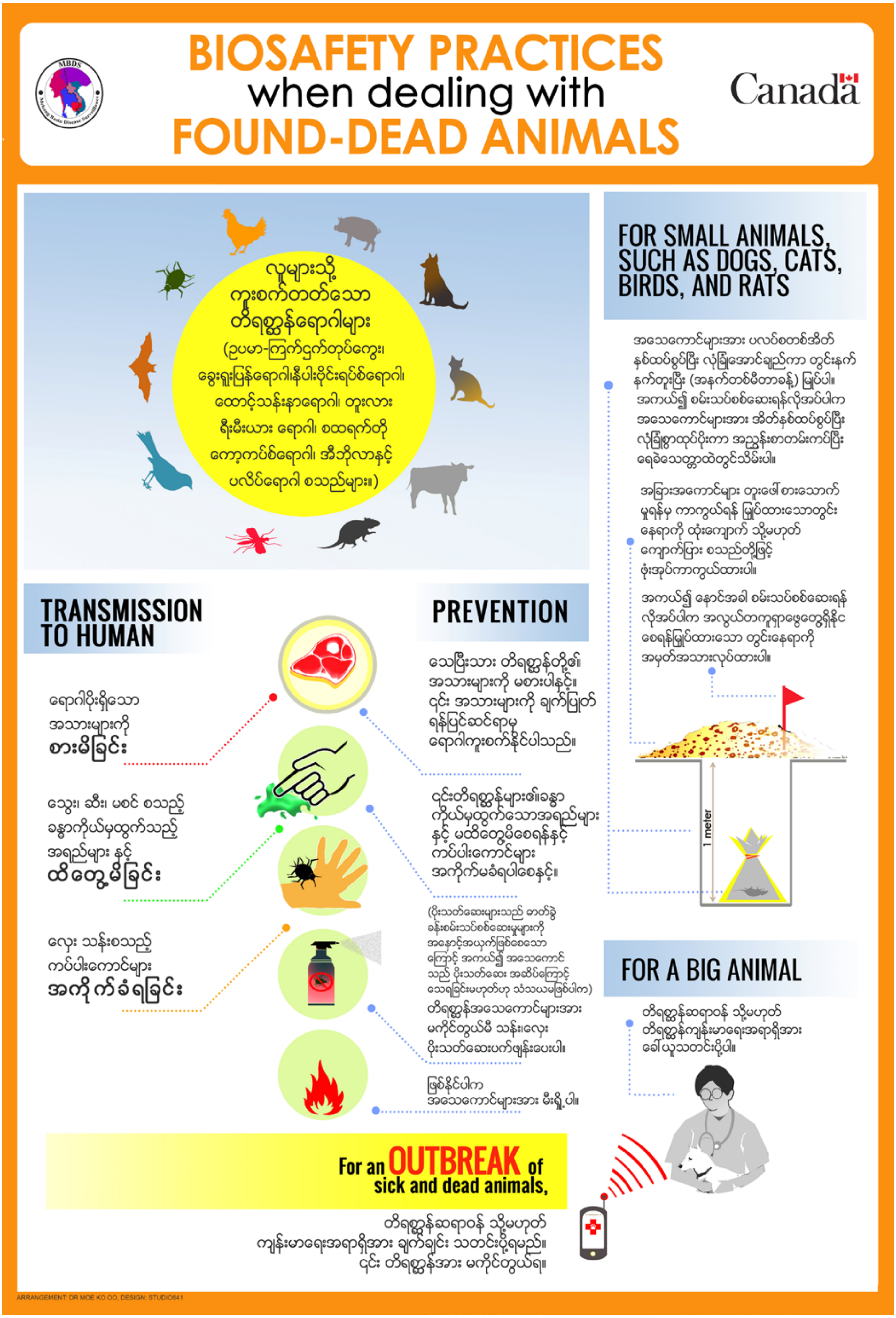
- **လူနာအားဆေးရုံသို့ အမြန်ဆုံးပို့ဆောင်ပါ။**

- **လူနာ၏ အညစ်အကြေး၊ အသုံးအဆောင်များအားပိုးသတ်ပေးပါ။**

- **သေသေချာချာ စောင့်ကြပ်ခြင်း**

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641


MBDS
Mekong Basin Disease Surveillance
INFECTION CONTROL PRACTICES
FOR PATIENTS WITH
SEVERE RESPIRATORY DISEASES
Canada
ပြင်းထန်သော
အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ
ရောဂါလက္ခဏာများသည်
အဆုပ်ရောင်
ရောဂါ ဖြစ်နိုင်ကြောင်း
ညွှန်းဆိုပါသည်။
ဖျားခြင်း
အသက်ရှူမြန်ခြင်း
(သို့) အသက်ရှူရ
ခက်ခဲခြင်း။
ချောင်းဆိုးခြင်း
OUTBREAKS:
DANGEROUS:
အသက်ကြီးသူများ၊
အားအင်ကုန်ခန်း မောပန်းနွမ်းနယ်
သူများ၊ ခြေလက်ပြာနှမ်းသူ၊ အသက်
ရှူရခက်ခဲသူများ၊ အရည်မျိုရခက်
သူများ၊ နာတာရှည် နှလုံးနှင့်
အဆုတ်ရောဂါရှိသူများ၊
PATHOGENS
ချောင်းဆိုးရာမှ လေထဲသို့ရောက်သွားသော
အမှုန်အမွှားများမှဖြစ်စေ၊ လူနာ၏အရည်များ
နှင့် ထိမိရာမှဖြစ်စေ ရောဂါပိုးမွှားများ
ကူးစက်စေနိုင်ပါသည်။
PROTECTION
ဝတ်ရုံ၊ N95 မျက်နှာဖုံးနှင့်
ခေါင်းစွပ်၊ မျက်မှန်(သို့) မျက်နှာအကာ
တို့ကို စနစ်တကျ ဝတ်ဆင်ပါ။
လူနာ (သို့) မသန့်ရှင်းသော အခင်းနှင့်
အဝတ်အထည်များကိုင်ပြီးတိုင်း
လက်ဆေးပါ။
လူအများအားကူးစက်စေနိုင်သော
ပိုးမွှားရှိသည်ဟု သံသယဖြစ်သော
အဆုတ်ရောင်ရောဂါရှိသူများအား
သင့်လျော်ရာဆေးကုသခံယူနိုင်မည့်
နေရာများသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ။
လူနာခန်း အတွင်းနှင့် အပြင်
လေဝင်လေထွက်ကောင်းမွန်ပါစေ၊
အသက်ရှူလမ်းကြောင်းရောဂါများကို
ဖြစ်စေသော ပိုးမွှားများသည်
နေရောင်ချည်ကို မခံနိုင်ကြပါ။
ပိုးမွှားများပါရှိသော
အမှုန်အမွှားနှင့် အရည်
များ ပြန့်ပွားမှု လျော့ချ
နိုင်ရန် လူနာများသည်
ခွဲစိတ်ခန်းသုံး မျက်နှာဖုံး
များသုံးသင့်ပါသည်။
ရောဂါပိုးများနှင့် ထိတွေ့
ထားသော မျက်နှာပြင်
များအား သေသေ
ချာချာ သန့်ရှင်းပေးပါ။
လူနာထံမှ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို
ပိုးသတ်ခြင်း (သို့) သေသေချာချာ
ဖျက်ဆီးပစ်ရမည်။
ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641



BIOSAFETY PRACTICES
when dealing with
FOUND-DEAD ANIMALS
MBDS
Mekong Basin Disease Surveillance
Canada
လူများသို့
ကူးစက်တတ်သော
တိရစ္ဆာန်ရောဂါများ
(ဥပမာ-ကြက်ငှက်တုပ်ကွေး၊
ခွေးရူးပြန်ရောဂါ၊နီပါးဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ၊
ထောင့်သန်းနာရောဂါ၊ တူးလား
ရီးမီးယား ရောဂါ၊ စထရက်တို
ကော့ကပ်စ်ရောဂါ၊ အီဘိုလာနှင့်
ပလိပ်ရောဂါ စသည်များ။)
FOR SMALL ANIMALS, SUCH AS DOGS, CATS, BIRDS, AND RATS
အသေကောင်များအား ပလပ်စတစ်အိတ် နှစ်ထပ်စွပ်ပြီး လုံခြုံအောင်ချည်ကာ တွင်းနက်နက်တူးပြီး (အနက်တစ်မီတာခန့်) မြှုပ်ပါ။
အကယ်၍ စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန်လိုအပ်ပါက အသေကောင်များအား အိတ်နှစ်ထပ်စွပ်ပြီး လုံခြုံစွာထုပ်ပိုးကာ အညွှန်းစာတမ်းကပ်ပြီး ရေခဲသေတ္တာထဲတွင်သိမ်းပါ။
အခြားအကောင်များ တူးဖေါ်စားသောက်မှုရန်မှ ကာကွယ်ရန် မြှုပ်ထားသောတွင်း နေရာကို ထုံးကျောက် သို့မဟုတ် ကျောက်ပြား စသည်တို့ဖြင့် ဖုံးအုပ်ကာကွယ်ထားပါ။
အကယ်၍ နောင်အခါ စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် လိုအပ်ပါက အလွယ်တကူရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင် စေရန်မြှုပ်ထားသော တွင်းနေရာကို အမှတ်အသားလုပ်ထားပါ။
1 meter
TRANSMISSION TO HUMAN
ရောဂါပိုးရှိသော
အသားများကို
စားမိခြင်း
သွေး၊ ဆီး၊ မစင် စသည့်
ခန္ဓာကိုယ်မှထွက်သည့်
အရည်များ နှင့်
ထိတွေ့မိခြင်း
လေး သန်းစသည့်
ကပ်ပါးကောင်များ
အကိုက်ခံရခြင်း
PREVENTION
သေပြီးသား တိရစ္ဆာန်တို့၏ အသားများကို မစားပါနှင့်။ ၎င်း အသားများကို ချက်ပြုတ်ရန်ပြင်ဆင်ရာမှ ရောဂါကူးစက်နိုင်ပါသည်။
၎င်းတိရစ္ဆာန်များ၏ခန္ဓာကိုယ်မှထွက်သောအရည်များနှင့် မထိတွေ့မိစေရန်နှင့် ကပ်ပါးကောင်များ အကိုက်မခံရပါစေနှင့်။
(ပိုးသတ်ဆေးများသည် ဓာတ်ခွဲခန်းစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေသောကြောင့် အကယ်၍ အသေကောင်သည် ပိုးသတ်ဆေး အဆိပ်ကြောင့် သေရခြင်းမဟုတ်ဟု သံသယမဖြစ်ပါက)
တိရစ္ဆာန်အသေကောင်များအား မကိုင်တွယ်မီ သန်း၊လေး ပိုးသတ်ဆေးပက်ဖျန်းပေးပါ။
ဖြစ်နိုင်ပါက အသေကောင်များအား မီးရှို့ပါ။
FOR A BIG ANIMAL
တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် တိရစ္ဆာန်ကျန်းမာရေးအရာရှိအား ခေါ်ယူသတင်းပို့ပါ။
For an OUTBREAK of
sick and dead animals,
တိရစ္ဆာန်ဆရာဝန် သို့မဟုတ်
ကျန်းမာရေးအရာရှိအား ချက်ချင်း သတင်းပို့ရမည်။
၎င်း တိရစ္ဆာန်အား မကိုင်တွယ်ရ။
ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

MBDS
Mekong Basin Disease Surveillance
GOOD HYGIENE at HOME
Canada
အစာများကို စနစ်တကျ
ချက်ပြုတ်ပြီးသိမ်းဆည်းပါ။
ပုပ်သိုးပျက်စီးခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်
ရေခဲသေတ္တာသုံးပါ။
အိပ်ယာခင်းနှင့် အဝတ်အစား၊
အသုံးအဆောင်များကိုသန့်ရှင်းစွာထားပါ။
(သွေး၊ ဝမ်း၊ အရည်များပေကျံနေသော အဝတ်အထည်
များကို အခြားအဝတ်အထည်များနှင့် မထိပါစေနှင့်။)
HOUSEHOLD LAUNDRY
STAINED CLOTHING
အညစ်အကြေး၊
စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ
ကို အဖုံးရှိသော
အမှိုက်ပုံး
ထဲသို့ပစ်ရန်။
အိပ်ယာခင်းနှင့် အဝတ်အစား၊
အသုံးအဆောင်များကိုသန့်ရှင်းစွာထားပါ။
ဒဏ်ရာရှိပါက
ပတ်တီး (သို့) အဝတ်ဖြင့်
ဖုံးအုပ်ထားရန်။
ညစ်ပေနေသောအရာများကို
ကိုင်တွယ်လျှင် လက်အိတ်
အသုံးပြုရန်။
လက်ဆေးပါ။
ခြင်ကိုက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်
ခြင်ဆေးအသုံးပြုပါ။
BEFORE
အစားအစာမချက်ပြုတ်ခင်၊
မစားခင်၊ အခြားသူအားမကျွေးခင်၊
အနာဆေးမထည့်ခင်၊
ချောင်းဆိုးလျှင် (သို့)
နှာချေလျှင် ပါးစပ်အား
မျက်နှာဖုံးဖြင့်ဖုံးထားရန်။
AFTER
သန့်စင်ခန်းအသုံးပြုပြီး၊ ကလေးဆီးခံအဝတ်၊
ညစ်ပေသောအိပ်ယာခင်းနှင့် အသုံးအဆောင်
များကိုင်တွယ်ပြီး၊ လူနာအားကိုင်တွယ်ပြီး
ချွန်ထက်သော (သို့) အရေ
ပြားသို့ ထိုးဖောက်နိုင်သော
အရာများကိုအခြားသူများနှင့်
မျှဝေသုံးစွဲခြင်း မပြုပါရန်။
ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

For more information:

MBDS Foundation Secretariat
c/o MOPH
Rajprachasamasai Building (No.8), DDC
1st Flr,Tiwanond Road,
Nonthaburi
11000, Thailand
Tel: + 66(0)2 590 3343
Fax: + 66(0)2 590 3324

Copyright ©2007 Dr. Moe Ko Oo, MBDS Foundation Secretariat. All rights reserved.