အခန်း ၈ ကိုဗစ်မှ ကာကွယ်ခြင်း

[อะคาน 8 โก่บิมะ ก่ากแว่ชีน]

ตอนที่ 8 การป้องกันจากโควิด

<u>บทสนทนาที่ 1</u>

<u>คำศัพท์ 1</u>

ทราบกันไว้อยู่	သိထားကြ	[ติ้ ทา จ้ะ]
ตามแบบ, อย่างที่	အတိုင်း	[อะ ไต]
มากๆ, อย่างมาก	အရမ်း	[อะ ยาน]
ติดต่อ (โรค) ได้ง่าย	ကူးစက်လွယ်	[กู แซะ ลแหว่]
อย่างรวดเร็ว	မြန်မြန်ဆန်ဆန်	[มยาน มยาน ส่าน ส่าน]
แพร่กระจายได้	ပျံ့နှံ့နိုင်	[ปย่าน น่าน ไหน่]
เป็นหวัด	အအေးမိ	[อะ เอ มิ]
โรคปอดอักเสบ	အဆုတ်ရောင်ရောဂါ	[อะ โซ่ะ เหย่า ยอ ก่า]
คล้ายกับ	လိုမျိုး	[โหล่ มโย]
ทางเดินหายใจ	အသက်ရှူလမ်းကြောင်း	[อะ แต้ะ ฉู่ ลาน เจา]
เกี่ยวข้อง	ပတ်သက်	[ป้ะ แต้ะ]
ส่วนใหญ่	အများဆုံး	[อะ มยา โซน]
มักทำให้เกิด, มักให้เห็น	ပြတတ်	[ปยะ ต้ะ]
ปอด	အဆုတ်	[อะ โซ่ะ]
มากกว่า	ပိုပြီး	[โป่ ปยี]
ได้รับผลกระทบ	ထိခိုက်	[ทิ ไค่]
ผู้ติดเชื้อ, ผู้มีเชื้อโรค	ရောဂါပိုးရှိနေသူ	[ยอ ก่า โป ชิ เหน่ ตู่]
หนึ่งคน	တစ်ယောက်	[ตะ เย่า]
จาก	ကနေ	[ก้ะ เหน่]
ขนาดเล็ก	သေးငယ်	[เต แหง่]
ละอองฝอยและอนุภาค	အမှုန်အမွှားလေးတွေ	[อะ โหม่น อะ มวา เล ตเหว่]
อีก, ถัดไป, ต่อจาก	နောက်	[เน่า]
ได้สูดอากาศ	ရှူမိ	[ฉู่ มิ]
การรักษา	ဆေးကုသမှု	[เซ กุ้ ต้ะ มุ]

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามพิมพ์จำหน่ายและห้ามคัดลอกไปเผยแผ่ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต

เข้ารักษาตัวในโรงพยาบาล	ဆေးရုံတက်ရ	[เซ โหย่น แต้ะ ยะ]
ช่วยลดให้	လျှော့ချပေး	[ช่อ ชะ เป]
เสียชีวิตได้	သေဆုံးနိုင်	[เต่ โซน ไหน่]
เพียงอย่างเดียว	တစ်မျိုးတည်း	[ตะ มโย แท]
แยกแยะ	ခွဲခြား	[คแว ชา]
ผู้สูงอายุ	သက်ကြီးရွယ်အို	[แต้ะ จี ยแหว่ โอ่]
รุนแรง	ပြင်းထန်	[ปยีน ถ่าน]
ป่วย	ဖျားနာ	[พยา หน่า]
โรคภาวะอ้วน	အဝလွန်ရောဂါ	[อะ วะ หลุ่น ยอ ก่า]
โรคเบาหวาน	ဆီးချိုရောဂါ	[ซี โฉ่ ยอ ก่า]
โรคหอบหืด	ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ	[ปาน หน่า หยิ่น จ้ะ ยอ ก่า]
โรคปอดเรื้อรัง	နာတာရှည်အဆုတ်ရောဂါ	[หน่า ต่า เฉ่ อะ โซ่ะ ยอ ก่า]
โรคโลหิตจางชนิดเคียว	တံစဉ်သွေးရောဂါ	[ตะ สิ่น ตเว ยอ ก่า]
ภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง	ကိုယ်ခံအားကျနေ	[โก่ ข่าน อา จ้ะ เหน่]

T : သိထားကြတဲ့အတိုင်း ကိုဗစ်-19 (ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ၂၀၁၉) က SARS-CoV-2 ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ရောဂါ ဖြစ်တယ် ။

A : ဒီရောဂါက အရမ်းကူးစက်လွယ်ပြီး မြန်မြန်ဆန်ဆန် ပျံ့နှံ့နိုင်တယ် ။

T : ကိုဗစ်-19 က အအေးမိ ၊ တုပ်ကွေး ၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါလိုမျိုး အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ရောဂါလက္ခဏာတွေကို အများဆုံး ပြတတ်တယ် ။

A : ကိုဗစ်-19 က အဆုတ်နဲ့ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာစနစ်ထက်ကို ပိုပြီး ထိခိုက်နိုင်တယ် ။

T : ကိုဗစ်ရောဂါပိုးရှိနေသူတစ်ယောက်ကနေ ဗိုင်းရပ်စ်ရှိနေတဲ့ အရမ်းကို သေးငယ်တဲ့ အမှုန်အမွှားလေးတွေကို နောက်တစ်ယောက်က ရှူမိတဲ့အခါ ကူးတယ် ။

A : ရောဂါလက္ခဏာတွေ စပြီး ပြတဲ့အချိန်ကနေ ၅ ရက်က ၇ ရက်အတွင်း ဆေး စပြီး ကုရမယ် ။

T : ဆေးကုသမှုက ဆေးရုံတက်ရဖို့ကို ၅၀% ကျော် လျှော့ချပေးနိုင်ပြီး သေဆုံးနိုင်ခြေကိုလည်း လျှော့ချပေးနိုင်တယ် ။

A : တုပ်ကွေးနဲ့ ရောဂါလက္ခဏာတချို့က တူနေလို့ ကိုဗစ်-19 ကို ရောဂါလက္ခဏာ တစ်မျိုးတည်းနဲ့ ခွဲခြားလို့ မရပါဘူး ။

T : သက်ကြီးရွယ်အိုတွေက ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းထန်တဲ့ဖျားနာတာကို ဖြစ်နိုင်ခြေ အမြင့်ဆုံး ဖြစ်တယ် ။

A : အဝလွန်ရောဂါ ၊ ဆီးချိုရောဂါ ၊ ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ ၊ နာတာရှည်အဆုတ်ရောဂါရှိတဲ့ သူတွေ ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် နေမကောင်း ဖြစ်နိုင်တယ် ။

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามพิมพ์จำหน่ายและห้ามคัดลอกไปเผยแผ่ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต

T : တံစဉ်သွေးရောဂါ ရှိတဲ့သူနဲ့ ကိုယ်ခံအားကျနေတဲ့သူတွေလည်း ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် နေမကောင်းနိုင်ခြေ ပိုများတယ် ။

คำแปลบทสนทนาที่ 1

T : သိထားကြတဲ့အတိုင်း ကိုဗစ်-19 (ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ၂၀၁၉) က SARS-CoV-2 ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ရောဂါ ဖြစ်တယ် ။

[ติ้ทาจ้ะแต้อะไต โก่บิ้-ไหน่ตีน (โกโหร่หน่าไบรัสยอก่า นะเท่าแซ่โก) ก้ะ ซาร์-โกบี่-ตู ไบรัสเจ้า พยิป่อหล่าแต้ยอก่า พยิแต่]

"อย่างที่ทราบกันอยู่ COVID-19 (โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019) เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัส SARS-CoV-2"

A : ဒီရောဂါက အရမ်းကူးစက်လွယ်ပြီး မြန်မြန်ဆန်ဆန် ပျံ့နှံ့နိုင်တယ် ။

[ดี่ยอก่าก้ะ อะยานกูแซะลแหวปยี มยานมยานส่านส่าน ปย่านน่านไหน่แต่]

"โรคนี้ติดต่อได้ง่ายและแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็ว"

T : ကိုဗစ်-19 က အအေးမိ ၊ တုပ်ကွေး ၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါလိုမျိုး အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ရောဂါလက္ခဏာတွေကို အများဆုံး ပြတတ်တယ် ။

[โก่บิ้-ไหน่ตีน ก้ะ อะเอมิ, โตะกเว, อะโซะเหย่ายอก่าโหล่มโย อะแต้ะฉู่ลานเจาแน่ป้ะแต้ะแต้ ยอก่าและค่ะหน่าตเหว่โก่ อะมยาโซน ปย้ะต้ะแต่]

"โดยส่วนใหญ่แล้ว โควิด-19 มักทำให้เกิดอาการเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ ซึ่งอาจคล้ายกับอาการหวัด ไข้หวัดใหญ่ หรือปอดอักเสบ"

A : ကိုဗစ်-19 က အဆုတ်နဲ့ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာစနစ်ထက်ကို ပိုပြီး ထိခိုက်နိုင်တယ် ။

[โก่บิ้-ไหน่ตีน กะ อะโซะแน่ อะแต้ะฉู่ลานเจาไส่หย่าซะนิแทะโก่ โป่ปยี ทิไค่ไหน่แต่]

"โควิด-19 อาจโจมตีมากกว่าแค่ปอดและระบบทางเดินหายใจ"

T : ကိုဗစ်ရောဂါပိုးရှိနေသူတစ်ယောက်ကနေ ဗိုင်းရပ်စ်ရှိနေတဲ့ အရမ်းကို သေးငယ်တဲ့ အမှုန်အမွှားလေးတွေကို နောက်တစ်ယောက်က ရှူမိတဲ့အခါ ကူးတယ် ။

[โก่บิ้ยอก่อโปชิเหน่ตูตะเย่าก้ะเหน่ ไบรัสชิเหน่แต้ อะยานโก่ เตแหง่แต้อะโหม่นอะมวาเล ตเหว่โก่ เน่าตะเย่าก้ะ ฉู่มิแต้อะข่า กูแต่]

"โควิดแพร่กระจายเมื่อผู้ติดเชื้อหายใจเอาละอองฝอยและอนุภาคขนาดเล็กมากที่มีไวรัสออกมา"

A : ရောဂါလက္ခဏာတွေ စပြီး ပြတဲ့အချိန်ကနေ ၅ ရက်က ၇ ရက်အတွင်း ဆေး စပြီး ကုရမယ် ။

[ยอก่าและค่ะหน่าตเหว่ ซะปยี ปย้ะแต้อะเฉ่นก้ะเหน่ งา แยะก้ะ ขุ่นหนะ แยะอะตวีน เซ ซะปยี กุ้ยะแหม่]

"ต้องเริ่มการรักษาภายใน 5-7 วันนับจากวันที่เริ่มมีอาการ"

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามพิมพ์จำหน่ายและห้ามคัดลอกไปเผยแผ่ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต

T : ဆေးကုသမှုက ဆေးရုံတက်ရဖို့ကို ၅၀% ကျော် လျှော့ချပေးနိုင်ပြီး သေဆုံးနိုင်ခြေကိုလည်း လျှော့ချပေးနိုင်တယ် ။

[เซกุ้ต้ะมุก้ะ เซโหย่นแต้ะยะโพ้โก่ งาแส่ หย่าไข่โนน จ่อ ช่อชะเปไหน่ปยี เต่โซนไหน่เฉ่โก่แล ช่อชะเปไหน่แต่]

“การรักษาจะช่วยลดความเสี่ยงในการเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาลได้มากกว่า 50% และลดความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตได้”

A : တုပ်ကွေးနဲ့ ရောဂါလက္ခဏာတချို့က တူနေလို့ ကိုဗစ်-19 ကို ရောဂါလက္ခဏာ တစ်မျိုးတည်းနဲ့ ခွဲခြားလို့ မရပါဘူး ။

[โต้ะกเวแน่ ยอก่าและค่ะหน่าตะโซ่ก้ะ ตู่เหนโล่ โก่บิ-ไหน่ตีน โก่ ยอก่าและค่ะหน่า ตะ มโยแทแน่ คแวชาโล่ หมะยะป่าบู]

“ไม่สามารถแยกแยะความแตกต่างระหว่างไข้หวัดใหญ่และโควิด-19 ได้ จากอาการเพียงอย่างเดียว เพราะอาการบางอย่างเหมือนกัน”

T : သက်ကြီးရွယ်အိုတွေက ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းထန်တဲ့ဖျားနာတာကို ဖြစ်နိုင်ခြေ အမြင့်ဆုံး ဖြစ်တယ် ။

[แต้ะจียแหว่โอ่ตเหว่ก้ะ โก่บิ-ไหน่ตีน เจ้า ปยีนถ่านแต้พยาหน่าต่าโก พยิไหน่เฉ่อะมยิ่นโซน พยิแต่]

“ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงสูงสุดที่จะป่วยหนักจากโควิด-19”

A : အဝလွန်ရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါ၊ နာတာရှည်အဆုတ်ရောဂါရှိတဲ့သူတွေ ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် နေမကောင်း ဖြစ်နိုင်တယ် ။

[อะวะหลุ่นยอก่า, ซีโฉ่ยอก่า, ปานหน่าหยิ่นจ้ะยอก่า, หน่าต่าเฉ่อะโซะยอก่าชิแต้ตู่ตเหว่ โก่บิ-ไหน่ตีน เจ้า ปยีนปยีนถ่านถ่าน เหน่หมะเกา พยิไหน่แต่]

“ผู้ที่มีภาวะอ้วน โรคเบาหวาน โรคหอบหืด โรคปอดเรื้อรัง มีความเสี่ยงสูงที่จะป่วยหนักจากโควิด-19”

T : တံစဉ်သွေးရောဂါ ရှိတဲ့သူနဲ့ ကိုယ်ခံအားကျနေတဲ့သူတွေလည်း ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် နေမကောင်းနိုင်ခြေ ပိုများတယ် ။

[ตะสิ่นตเวยอก่า ชิแต้ตู่แน่ โก่ข่านอาจ้ะเหน่แต้ตูตเหว่แล โก่บิ-ไหน่ตีน เจ้า ปยีนปยีนถ่านถ่าน เหน่หมะเกาไหน่เฉ่ โป่มยาแต่]

“ผู้ที่มีโรคโลหิตจางชนิดเคียว ภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง อาจมีความเสี่ยงสูงที่จะป่วยหนักจากโควิด-19 ได้เช่นกัน”

รูปประโยคที่น่าสนใจ

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามพิมพ์จำหน่ายและห้ามคัดลอกไปเผยแพร่ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต

1. “ต้องเริ่มการรักษาภายใน 5-7 วันนับจากวันที่เริ่มมีอาการ” ရောဂါလက္ခဏာတွေ စပြီး ပြတဲ့အချိန်ကနေ ၅ ရက်က ၇ ရက် အတွင်း ဆေး စပြီး ကုရမယ် [ยอก่าและค่ะหน่าตเหว่ ซะปยี ปย้ะแต้อะเฉ่นก้ะเหน่ งา แยะก้ะ ขุ่นหนะ แยะอะตวีน เซ ซะปยี กุ้ยะแหม่]
   (1.1) “จะต้องกินยาภายในหนึ่งชั่วโมงหลังกินอาหาร” အစာ စားပြီး တစ်နာရီအတွင်း ဆေး သောက်ရမယ် [อะส่า ซาปยี ตะหน่าหยี่อะตวีน เซ เต้ายะแหม่]
   (1.2) “จะดีขึ้นมาภายในครึ่งชั่วโมงหลังทายา” ဆေးလိမ်းပြီး နာရီဝက်အတွင်း ပြန်ကောင်းလာမယ် [เซเลนปยี หน่าหยี่แวะอะตวีน ปยานเกาหล่าแหม่]
   (1.3) “ห้ามไปไหนภายใน 2 วัน” ၂ ရက်အတွင်း ဘယ်မှ မသွားရဘူး [หนะ แยะอะตวีน แบ่ มะ หมะตวายะบู]
   (1.4) “ห้ามกินอะไรภายใน 8 ชั่วโมงก่อนเจาะเลือด” သွေး မဖောက်ခင် ၈ နာရီအတွင်း ဘာမှ မစားရဘူး [ตเว หมะเพ่าขิ่น ชิ หน่าหยี่อะตวีน บ่ามะ หมะซายะบู]

บทสนทนาที่ 2

คำศัพท์ 2

กลุ่มชาติพันธุ์	လူမျိုးစုကွဲ	[หลู่ มโย ซุ กแว]
พวกชนกลุ่มน้อย	တိုင်းရင်းသားအုပ်စုတွေ	[ไต ยีน ตา โอ้ะ ซุ ตเหว่]
ผู้พิการทั้งหลาย	မသန်စွမ်းသူတွေ	[หมะ ต่าน ซูน ตู่ ตเหว่]
จำนวนมาก	အများအပြား	[อะ มยา อะ ปยา]
โรคมะเร็งหลายชนิด	ကင်ဆာပေါင်းမျိုးစုံ	[กิ่น ส่า เปา มโย โส่น]
การรักษา	ကုသမှု	[กุ้ ต้ะ มุ]
ร่างกาย	ခန္ဓာကိုယ်	[ข่าน ด่า โก่]
ความสามารถในการต่อสู้กับโรค	ရောဂါ တိုက်ဖျက်နိုင်စွမ်း	[ยอ ก่า ไต้ พแยะ ไหน่ ซูน]
อ่อนแอ	အားနည်း	[อา แน]
ลักษณะ, ธรรมชาติ, การเป็นอยู่	သဘောသဘာဝ	[ตะ บอ ตะ บ่า วะ]
ตลอด, อย่างต่อเนื่อง	အဆက်မပြတ်	[อะ แซะ หมะ ปยะ]
เปลี่ยนแปลง	ပြောင်းလဲ	[ปเยา แล]
ลักษณะที่แปลก	ထူးခြားတဲ့လက္ခဏာ	[ทู ชา แต้ และ ค่ะ หน่า]
มีอยู่	ရှိ	[ชิ]
สายพันธุ์ใหม่	မျိုးကွဲအသစ်	[มโย กแว อะ ติ้]

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามพิมพ์จำหน่ายและห้ามคัดลอกไปเผยแผ่ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต

อีก	ထပ်	[ทะ]
ทำให้เกิดขึ้น	ဖြစ်လာစေ	[พยิ หล่า เส่]
วิธี	နည်းလမ်း	[นี ลาน]
หลากหลาย	အမျိုးမျိုး	[อะ มโย มโย]
ความแข็งแรงน้อยลง, ประเภทอ่อน	အပျော့စား	[อะ ปย่อ ซา]
รู้สึกได้	ခံစားရ	[ข่าน ซา ยะ]
ผลข้างเคียง	ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေ	[เบ ทแวะ โซ โจ ตเหว่]
แตกต่างได้	ကွဲပြားနိုင်	[กแว ปยา ไหน่]
โดยทั่วไป	ယေဘုယျ	[เหย่ บุ้ ยะ]
ต้องพูด, ได้พูด	ပြောရ	[ปยอ ยะ]
ในไม่กี่วัน	ရက်ပိုင်း	[แยะ ไป]
หายไป	ပျောက်သွား	[ปเย่า ตวา]
ชั่วคราว	ယာယီ	[หย่า หยี่]
เชื่อมั่น, มั่นใจ	ယုံကြည်	[โหย่น จี่]
เชื่อถือ	စိတ်ချရ	[เซะ ชะ ยะ]

A : လူမျိုးစုကွဲ ၊ တိုင်းရင်းသားအုပ်စုတွေနဲ့ မသန်စွမ်းသူတွေ အများအပြားက ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖျားနာ သေဆုံးနိုင်တဲ့အန္တရာယ် ပိုများတယ် ။

T : ကင်ဆာပေါင်းမျိုးစုံအတွက် ကုသမှုတွေက ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ရောဂါ တိုက်ဖျက်နိုင်စွမ်းကို အားနည်းစေနိုင်တယ် ။

A : ပြီးတော့ ဗိုင်းရပ်စ်တွေရဲ့သဘောသဘာဝဟာ အဆက်မပြတ် ပြောင်းလဲနေတယ် ။

T : အဲဒီပြောင်းလဲမှုတွေက ထူးခြားတဲ့လက္ခဏာတွေရှိတဲ့ မျိုးကွဲအသစ်တွေကို ထပ်ပြီး ဖြစ်လာစေနိုင်တယ် ။

A : ပြီးတော့ ပျံ့နှံ့စေနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းကလည်း အမျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်တယ် ။

T : ကိုဗစ်-19 ဗိုင်းရပ်စ် ထပ်ပြန်ကူးစက်ခံရရင် အများအားဖြင့် အပျော့စားဖြစ်ပေမဲ့ ပြင်းထန်နိုင်တယ် ။

A : ကာကွယ်ဆေးကို အပြည့် ထိုးထားပြီး ကိုဗစ်-19 ကူးစက်ရင် ဆေးကုသခံယူတာက ပြင်းပြင်းထန်ထန် ခံစားရမှာကို လျှော့ချပေးနိုင်တယ် ။

T : ကိုဗစ်-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးရင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေက လူတစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ကွဲပြားနိုင်တယ် ။

A : ယေဘုယျပြောရရင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေက ရက်ပိုင်းအတွင်း ပျောက်သွားပြီး အပျော့စားနဲ့ ယာယီပဲ ဖြစ်လေ့ရှိတယ် ။

T : ကိုဗစ်-19 ကာကွယ်ဆေးက ပြင်းပြင်းထန်ထန်နေမကောင်းတာ ၊ ဆေးရုံတက်ရတာ ၊ အသက်သေဆုံးတာတွေကနေ ကာကွယ်ပေးတယ် ။

A : ဖျားနာတာထက် ကာကွယ်ဆေးထိုးတာက ကိုယ်ခံအားတည်ဆောက်ဖို့ ပိုပြီး ယုံကြည်စိတ်ချရတဲ့နည်းလမ်း ဖြစ်တယ် ။

<u>คำแปลของบทสนทนาที่ 2</u>

A : လူမျိုးစုကွဲ ၊ တိုင်းရင်းသားအုပ်စုတွေနဲ့ မသန်စွမ်းသူတွေ အများအပြားက ကိုဗစ်-19 ကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖျားနာ သေဆုံးနိုင်တဲ့အန္တရာယ် ပိုများတယ် ။

[หลู่มโยซุกแว, ไตยีนตาโอะซุตเหว่แน่ มะต่านซูนตู่ตเหว่ อะมยาอะปยาก้ะ โก่บิ-ไหน่ตีน เจ้า ปยีนปยีนถ่านถ่าน พยาหน่า เต่โซนไหน่แต้อ่านดะแหย่ โป่มยาแต่]

“ผู้คนจำนวนมากจากกลุ่มชาติพันธุ์และชนกลุ่มน้อย รวมถึงผู้พิการ มีความเสี่ยงสูงที่จะป่วยหนักหรือเสียชีวิตจากโควิด-19”

T : ကင်ဆာပေါင်းမျိုးစုံအတွက် ကုသမှုတွေက ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ရောဂါ တိုက်ဖျက်နိုင်စွမ်းကို အားနည်းစေနိုင်တယ် ။

[กิ่นส่าเปามโยโส่นอะตแวะ กุ้ต้ะมุตเหว่ก้ะ ข่านด่าโก่แย่ยอก่า ไต้พแยะไหน่ซูนโก อาแนเส่ไหน่แต่]

“การรักษาโรคมะเร็งหลายชนิดอาจทำให้ร่างกายอ่อนแอลง ทำให้ความสามารถในการต่อสู้กับโรคลดลง”

A : ပြီးတော့ ဗိုင်းရပ်စ်တွေရဲ့သဘောသဘာဝဟာ အဆက်မပြတ် ပြောင်းလဲနေတယ် ။

[ปยีต้อ ไบรัสตเหว่แย่ ตะบอตะบ่าวะห่า อะแซะหมะปยะ ปเยาแลไหน่แต่]

“แล้วลักษณะของไวรัสเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา”

T : အဲဒီပြောင်းလဲမှုတွေက ထူးခြားတဲ့လက္ခဏာတွေရှိတဲ့ မျိုးကွဲအသစ်တွေကို ထပ်ပြီး ဖြစ်လာစေနိုင်တယ် ။

[แอดี่ปเยาแลมุตเหว่ก้ะ ทูชาแต้และค่ะหน่าตเหว่ชิแต้ มโยกแวอะติ้ตเหว่โก่ ทะปยี พยิหล่าเส่ไหน่แต่]

“การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้อาจนำไปสู่การเกิดขึ้นของสายพันธุ์ใหม่ที่มีลักษณะใหม่”

A : ပြီးတော့ ပျံ့နှံ့စေနိုင်တဲ့ နည်းလမ်းကလည်း အမျိုးမျိုး ဖြစ်တတ်တယ် ။

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามพิมพ์จำหน่ายและห้ามคัดลอกไปเผยแผ่ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต

[ปยีต้อ ปย่านน่านเส่ไหน่แต้ นีลานก้ะแล อะมโยมโย พยิต้ะแต่]
“รวมถึงวิธีการแพร่กระจายที่แตกต่างออกไป”

T : ကိုဗစ်-19 ဗိုင်းရပ်စ် ထပ်ပြန်ကူးစက်ခံရရင် အများအားဖြင့် အပျော့စားဖြစ်ပေမဲ့ ပြင်းထန်နိုင်တယ် ။

[โก่บิ-ไหน่ตีน ไบรัส ทะปหย่านกูแซะข่านยะหยิ่น อะมยาอาพยิ่น อะปย่อซาพยิเป่แม่ ปยีนถ่านไหน่แต่]
“การติดเชื้อซ้ำด้วยไวรัสโควิด-19 ส่วนใหญ่มักไม่รุนแรง แต่ก็อาจเกิดอาการป่วยรุนแรงได้เช่นกัน”

A : ကာကွယ်ဆေးကို အပြည့် ထိုးထားပြီး ကိုဗစ်-19 ကူးစက်ရင် ဆေးကုသခံယူတာက ပြင်းပြင်းထန်ထန် ခံစားရမှာကို လျှော့ချပေးနိုင်တယ် ။

[ก่ากแว่เซโก่ อะปเย่ โททาปยี โก่บิ-ไหน่ตีน กูแซะหยิ่น เซกุ้ต้ะข่านหยู่ต่าก้ะ ปยีนปยีนถ่านถ่านข่านซายะหม่าโก่ ช่อชะเปไหน่แต่]
“การฉีดวัคซีนให้ครบถ้วนและเข้ารับการรักษาเมื่อติดเชื้อโควิด-19 สามารถช่วยลดความเสี่ยงในการเจ็บป่วยรุนแรงได้”

T : ကိုဗစ်-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီးရင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေက လူတစ်ယောက်နဲ့ တစ်ယောက် ကွဲပြားနိုင်တယ် ။

[โก่บิ-ไหน่ตีน ก่ากแว่เซโทปยีหยิ่น เบทแวะโซโจตเหว่ก้ะ หลู่ตะเย่าแน่ตะเย่า กแวปยาไหน่แต่]
“ผลข้างเคียงหลังการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด-19 อาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล”

A : ယေဘုယျပြောရရင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေက ရက်ပိုင်းအတွင်း ပျောက်သွားပြီး အပျော့စားနဲ့ ယာယီပဲ ဖြစ်လေ့ရှိတယ် ။

[เหย่บุ้ยะปยอยะหยิ่น เบทแวะโซโจตเหว่ก้ะ แยะไปอะตวีน ปเย่าตวาปยี อะปย่อซาแน่ หย่าหยี่แป้ พยิเล่ชิแต่]
“โดยทั่วไปผลข้างเคียงจะหายไปในไม่กี่วัน และมักไม่รุนแรงและเป็นเพียงชั่วคราว”

T : ကိုဗစ်-19 ကာကွယ်ဆေးက ပြင်းပြင်းထန်ထန်နေမကောင်းတာ ၊ ဆေးရုံတက်ရတာ ၊ အသက်သေဆုံးတာတွေကနေ ကာကွယ်ပေးတယ် ။

[โก่บิ้-ไหน่ตีน ก่ากแว่เซกะ ปยีนปยีนถ่านถ่านเหน่หมะเกาต่า, เซโหย่นแต้ะยะต่า, อะแต้ะเต่โซนต่าตเหว่ก้ะเหน่ ก่ากแว่เปแต่]
“วัคซีนโควิด-19 ช่วยปกป้องจากอาการป่วยรุนแรง การเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาล และการเสียชีวิต”

A : ဖျားနာတာထက် ကာကွယ်ဆေးထိုးတာက ကိုယ်ခံအားတည်ဆောက်ဖို့ ပိုပြီး ယုံကြည်စိတ်ချရတဲ့နည်းလမ်း ဖြစ်တယ် ။

[พยาหน่าต่าแทะ ก่ากแว่เซโทต่าก้ะ โก่ข่านอาตี่เซ่าโพ่ โป่ปยี โหย่นจี่เซะชะยะแต้นีลาน พยิแต่]
“การฉีดวัคซีนเป็นวิธีสร้างภูมิคุ้มกันที่น่าเชื่อถือกว่าการป่วย”

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามพิมพ์จำหน่ายและห้ามคัดลอกไปเผยแผ่ทางสื่อทุกชนิดโดยไม่ได้รับอนุญาต

<u>รูปประโยคที่น่าสนใจ</u>

2. “ผลข้างเคียงจะหายไปในไม่กี่วัน และมักไม่รุนแรงและเป็นเพียงชั่วคราว” ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးတွေက ရက်ပိုင်းအတွင်း ပျောက်သွားပြီး အပျော့စားနဲ့ ယာယီပဲ ဖြစ်လေ့ရှိတယ် [เบทแวะโซโจตเหว่ก้ะ แยะไปอะตวีน ปเย่าตวาปยี อะปย่อซาแน่ หย่าหยี่แป้ พยิเล่ชิแต่]

(2.1) “จะหายไปภายในช่วงเวลาเป็นชั่วโมง” หรือ “จะหายไปในไม่กี่ชั่วโมง” နာရီပိုင်းအတွင်း ပျောက်သွားလိမ့်မယ် [หน่าหยี่ไปอะตวีน ปเย่าตวาเล่นแหม่]

(2.2) “จะต้องรอดูภายในช่วงเวลาเป็นนาที” หรือ “จะต้องรอดูในไม่กี่นาที” မိနစ်ပိုင်းအတွင်း စောင့်ကြည့်ရမယ် [มินิไปอะตวีน เซ่าจี้ยะแหม่]

(2.3) “ถ้าไม่ดีขึ้นภายในช่วงเวลาเป็นเดือน ให้บอกกลับด้วย” หรือ “ถ้าไม่ดีขึ้นในไม่กี่เดือน ให้กลับมาบอกด้วย” လပိုင်းအတွင်း မသက်သာရင် ပြန်ပြောပါ [ละไปอะตวีน หมะแต้ะต่าหยิ่น ปหย่านปยอป่า]

<u>คำพังเพยเฉลยความคิดจากเมียนมา မြန်မာ့အတွေး ၊ မြန်မာ့ဆိုရိုးစကား</u>

“လူမတန် ကံချ [หลู่หมะต่าน ก่านชะ]” แปลตรงว่า “คนที่ไม่ได้ถูกประเมินค่า ปลงที่กรรม” คำศัพท์ที่อยู่ในคำสอนนี้คือ လူ [หลู่] แปลว่า “คน, มนุษย์” မတန် [หมะต่าน] แปลว่า “ที่ไม่ได้ถูกประเมินค่า” ကံ [ก่าน] แปลว่า “กรรม” ချ [ชะ] แปลว่า “ปลง”

ความหมายของคำสอนนี้คือ คนบางคนโทษว่าความล้มเหลวของตนเองเป็นเพราะเวรกรรม

วิทยุศึกษา