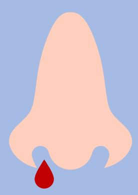
ကိုယ်တိုင် SWAB ယူရန်လမ်းညွှန်

မလုပ်ပါနှင့်၊အကယ်၍-



သင်လွန်ခဲ့သော **၂၄နာရီ** ကနှာခေါင်းသွေးယိုခဲ့ပါက

လွန်ခဲ့သော**၄ပတ်က** နှာခေါင်းခွဲစိတ်ထားဖူးပါက

လွန်ခဲ့သော **၈ ပတ်ခန့်က**မျက်နှာတွင်ထိခိုက်ဒဏ်ရာရဖူးပါက

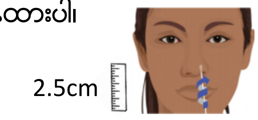
Swabယူနည်း

1 စမ်းသပ်မှုမစမီ၊သင့်လက်များကိုသေချာစွာဆေးပါ၊

2 စမ်းသပ်မှုမစမီ swab တုတ်တံတစ်ခု၊ဆေးရည်ပြွန်တချောင်း၊နှင့်စမ်းသပ်မှုလုပ်မည့်ကပ်ပြားတခုတို့ကိုထုတ်ယူပါ၊ ဆေးရည်ပြွန်ချောင်း၏အဖုံးကိုဖွင့်ပြီးကပ်ပြားကိုလည်းအထုပ်အတွင်းမှထုတ်ယူပါ၊

3 အထုပ်အတွင်းမှ swab တုတ်တံကိုထုတ်ယူပါ၊

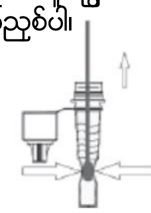
4 တုတ်တံကိုနှာခေါင်းပေါက်အတွင်းသို့ ၂.၅စင်တီမီတာရောက်အောင်ထိုးသွင်း၍ တုတ်တံကို၅ကြိမ်လှည့်ပြီး၊ ၅ စက္ကန့်ခန့်ထားပါ၊



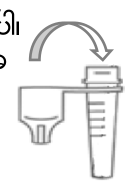
5 ၎င်းတုတ်တံဖြင့်ပင်ကျန်နှာခေါင်းပေါက်အတွင်းထိုးသွင်းပြီး၊အထက်ပါအတိုင်းလုပ်ပါ၊

6 Swab တုတ်တံကိုဓာတ်ဆေးရည်ပါသောပြွန်အတွင်းနှစ်ပြီး၁၅စက္ကန့်ခန့် အပေါ်အောက်နှစ်ပေးပါ၊

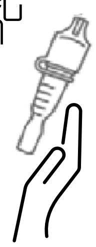
7 တုတ်တံပြန်မထုတ်ယူမီပြွန်နှင့်တုတ်တံကိုညှစ်ပါ၊



8 တုတ်တံထိပ်ကိုပြွန်ထိပ်တွင်ပိတ်ရန်ခပ်ကြပ်ကြပ်ဖိပါ၊ သင်ကလစ်ဟုအသံကြားရမည်၊



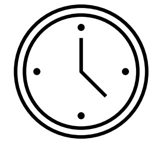
9 သင်၏လက်ညှိုးဖြင့်ပြွန်နံရံကိုအသာခေါက်ပါ၊ ဆေးရည်တွင်ပျော်စေရန်ဖြစ်သည်၊



10 စမ်းသပ်မှုလုပ်မည့်ကပ်ပြားပေါ်ရှိတွင်းလေးအတွင်းသို့အရည် ၃စက်ထည့်ပါ၊

11 အချိန်၁၅ မိနစ်စောင့်ပြီးမှ၊ကပ်ပြားပေါ်မှအဖြေကိုစစ်ပါ၊ ထိုအချိန်တွင်ကပ်ပြားကိုညီညာပြေပြစ်သောမျက်နှာပြင်ပေါ်ချထားပါ၊

၁၅ မိနစ်

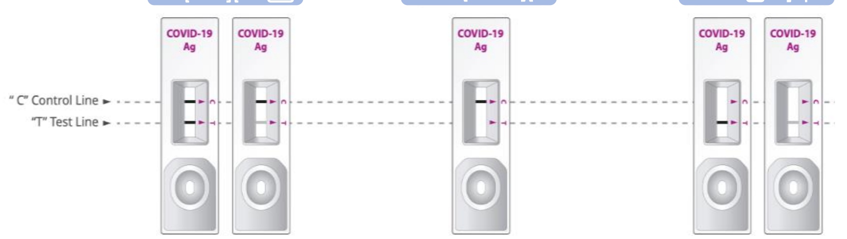


12 ကပ်ပြားပေါ်မှအဖြေကိုဖတ်ပါ၊ **<u>အကယ်၍ "C" နှင့် "T" နေရာ ၂ ခုလုံးတွင် လိုင်းတခုစီတွေ့ပါကသင့်တွင် COVID-19 ရောဂါရှိကြောင်းပြသည်။သေချာအောင်ဆက်လက်စစ်ဆေးပြီး၊ ဆုံးဖြတ်ချက်ချရန် ဆေးကုသမှုချက်ချင်းခံယူပါ။</u>**

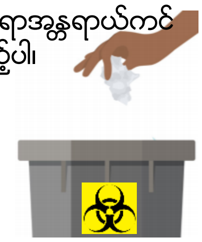
<u>"C"နေရာတွင်သာလိုင်းရှိပါက၊အဖြေမှာရောဂါမရှိဖြစ်သည်၊</u>

<u>အကယ်၍ "T" နေရာတွင်သာလိုင်းတခုတွေ့ ပါက စမ်းသပ်မှုအဖြေမမှန်ပါ၊ စမ်းသပ်မှုကိုအထုပ်အသစ်ဖြင့်တဖန်ပြန်လုပ်ပါ၊</u>

ရောဂါရှိသည် | ရောဂါမရှိ | အဖြေမမှန်



13 Swab တုတ်တံများ၊ဆေးရည်ပြွန်ချောင်း၊နှင့်စမ်းသပ်မှုလုပ်သည့်ကပ်ပြားတို့ကို အဏုဇီဝဆိုင်ရာအန္တရာယ်ကင်းအိတ်ထဲထည့်ပါ၊



14 စမ်းသပ်မှုပြီးလျှင်သင့်လက်များကိုသေချာစွာဆေးပါ၊