

မေးခွန်းလွှာ

ကုတ်နံပါတ်. ____/____/____

ကိုယ်ရေးအချက်အလက်များ			
အသက်	နှစ်	လိင်	☐ ကျား ☐ မ
လိပ်စာ	မြို့နယ်	မိသားစု လစဉ်ဝင်ငွေ	ကျပ်
အိမ်ထောင်ရေး			
☐ လူပျို/အပျို ☐ အိမ်ထောင်သည် ☐ အတူမနေ ☐ အိမ်ထောင်ကွဲ ☐ မဆိုးဖို/မ			
လူမျိုး		ဘာသာ	
☐ ဗမာ ☐ ကရင် ☐ ရခိုင် ☐ ရှမ်း အခြား		☐ ဗုဒ္ဓ ☐ ခရစ်ယာန် ☐ မူစလင် ☐ ဟိန္ဒူ အခြား	
အလုပ်အကိုင်		ပညာရေး	
☐ မိုနို ☐ ကျပ်စား ☐ ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း ☐ ပုဂ္ဂလိက/ကုမ္ပဏီဝန်ထမ်း ☐ အစိုးရဝန်ထမ်း		☐ စာမတတ် ☐ ရေးတတ်ဖတ်တတ် ☐ အခြေခံပညာ ☐ အလယ်တန်း ☐ အထက်တန်း ☐ ကောလိပ်/တက္ကသိုလ် ☐ ဘွဲ့ ရနှင့်အထက်	
နေထိုင်မှုပုံစံ			
☐ တစ်ဦးတည်း ☐ မိသားစုနဲ့အတူ ☐ သူငယ်ချင်းနှင့်အတူ ☐ အခြား			
အတူနေမိသားစုဦးရေ			
ရောဂါအခံရှိခြင်း		☐ ရှိ	☐ မရှိ

COVID-19 ရောဂါကူးစက်မှုဆိုင်ရာအချက်များ		
COVID-19 ရောဂါနှင့်ပတ်သတ်သော အချက်အလက်များအား သိရှိရသည့်နယ်ပယ်များမှာ (တစ်ခုထက်ပို၍ဖြေဆိုနိုင်ပါသည်) ☐ နိုင်ငံပိုင် မီဒီယာများ ☐ လူမှုရေးဆိုင်ရာ အသုံးပြုသောမီဒီယာများ ☐ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ ☐ မိသားစုဝင်များ ☐ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ အခြား:		
မိမိအားကူးစက်ခံရခြင်း	☐ ရှိ	☐ မရှိ
မိသားစုဝင်များအားကူးစက်ခံရခြင်း	☐ ရှိ	☐ မရှိ
ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံထားခြင်း	☐ ရှိ	☐ မရှိ

COVID-19 ရောဂါဆိုင်ရာ ဗဟုသုတမေးခွန်းများ		
၁	COVID-19 ရောဂါသည် အသစ်တွေ့ရှိရသော ရောဂါဖြစ်သည်။ ☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ	
၂	COVID-19 ရောဂါသည် တစ်ဦးမှ တစ်ဦးသို့ လွယ်ကူစွာကူးစက်နိုင်သည်။ ☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ	
၃	COVID-19 ရောဂါသည် အောက်ပါနည်းလမ်းများဖြင့် ကူးစက်ပြန့်ပွားနိုင်သည်- ☐ လေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ခြင်း ☐ သွေးသွင်းခြင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ခြင်း ☐ အမှုန်အမွှားများမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ခြင်း ☐ တောကောင်သားများ စားသုံးခြင်း ☐ မသန့်စင်သောရေ သောက်သုံးခြင်း ☐ အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်း ☐ ရောဂါရှိသောသူနှင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မိခြင်း ☐ ရောဂါရှိသောသူ၏ အသုံးအဆောင်များနှင့် ထိတွေ့မိခြင်း	
၄	COVID-19 ရောဂါတွင် အဖြစ်အပျက်ဆုံးသောလက္ခဏာများမှာ ☐ ဖျားခြင်း ☐ အန်ခြင်း ☐ ဝမ်းလျှောခြင်း ☐ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း ☐ အနံ့အရသာပြောက်ခြင်း ☐ ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်း ☐ အသားဝါခြင်း	
၅	COVID-19 ရောဂါရှိသောသူသည် ရောဂါလက္ခဏာ မပြနိုင်ပါ။ ☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ	
၆	COVID-19 ရောဂါကူးစက်ခံနေရပြီး လက္ခဏာမပြသော်လည်း အခြားသူများအား ရောဂါကူးစက် နိုင်သည်။ ☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ	
၇	COVID-19 ရောဂါသည် အောက်ပါတို့တွင် ပိုမိုဆိုးရွားနိုင်သည်။ ☐ ကလေးများ ☐ ဆေးလိပ်သောက်သုံးသူများ ☐ ဆီးချိုရောဂါရှိသူများ ☐ နှလုံးရောဂါရှိသူများ ☐ နာတာရှည်အဆုတ်ရောဂါရှိသူများ	

၈	လက်ရှိတွင် COVID-19 ရောဂါအတွက် သီးသန့်ကုသဆေး ကိုရှာဖွေဖော်ထုတ်ဆဲ ဖြစ်သည်။
	☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ
၉	လက်ရှိတွင် COVID-19 ရောဂါအတွက် ကာကွယ်ဆေးပေါ်ထွက်နေပြီဖြစ်ပါသည်။
	☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ
၁၀	COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားခြင်းသည် ရောဂါကြောင့်ဆေးရုံတက်ရောက်ရခြင်းကို လျော့ကျစေနိုင်သည်။
	☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ
၁၁	COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးထားခြင်းသည် ရောဂါပိုမိုပြင်းထန်သော အဆင့်သို့ရောက်ရှိခြင်းကို လျော့ကျစေနိုင်သည်။
	☐ ဟုတ်ပါသည် ☐ မဟုတ်ပါ ☐ မသိပါ
၁၂	COVID-19 ရောဂါကို အောက်ပါအချက်တို့ကို လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။
	☐ နှာစေး ချောင်းဆိုးချိန်တွင် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းအား တစ်သျှူး (သို့) တံတောင်ဆစ်ဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားခြင်း ☐ လူထူထပ်သောနေရာများအား ရှောင်ခြင်း ☐ ထိတွေ့မှုများသော အရာဝတ္ထုများ၊ မျက်နှာပြင်များအား ပိုးသတ်ခြင်း ☐ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ၆ ပေ အကွာမှ ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း ☐ အပြင်ထွက်သည့်အခါ နှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်း ☐ မကြာခဏ လက်အား ဆပ်ပြာနှင့်ရေကို အသုံးပြု၍ မိနစ် ၂၀ ကြာဆေးကြောခြင်း ☐ မလိုအပ်ပဲ အပြင်ထွက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း

COVID-19 ရောဂါနှင့်ပတ်သတ်၍ ခံယူချက်ဆိုင်ရာမေးခွန်းများ						
စဉ်	မေးခွန်းများ	Answers				
		လုံးဝသဘောတူပါသည်	သဘောတူပါသည်	မသိပါ	သဘောမတူပါ	လုံးဝသဘောမတူပါ
၁	COVID-19 ရောဂါသည် အလွန်အရေးကြီးသော ပြည့်သူ့ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၂	COVID-19 ရောဂါကူးစက်ပြန့်ပွားမှုကာကွယ်ခြင်း ဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များ အောင်မြင်ရန် လူတိုင်းတွင် တာဝန်ရှိပါသည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၃	COVID-19 ရောဂါကူးစက်ခံရပါက အသက်ဆုံးရှုံး နိုင်သည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၄	COVID-19 ရောဂါသည် ကူးစက်ခံရခြင်းမှ ကြိုတင်ကာ ကွယ်နိုင်သော ရောဂါဖြစ်သည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၅	COVID-19 ရောဂါရှိသူနှင့် ထိတွေ့မှုရှိလျှင် ချက်ချင်း သီးသန့်ခွဲထားသင့်သည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၆	လက္ခဏာမပြသော COVID-19 ရောဂါရှိသူမှ တခြား သူများသို့ ရောဂါမကူးစက်နိုင်ပါ။	☐	☐	☐	☐	☐
၇	ရောဂါအခံရှိသူများ COVID-19 ရောဂါကူးစက်ခံရပါက ရောဂါပိုမိုပြင်းထန်စေနိုင်သည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၈	ရာသီတုတ်ကွေးအတွက် အသုံးပြုသော ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်းဖြင့် COVID-19 ရောဂါအား ကာကွယ်နိုင်သည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၉	COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံရာတွင် သက်ကြီးရွယ်အိုများအား ဦးစားပေးထိုးနှံသင့်သည်။	☐	☐	☐	☐	☐
၁၀	COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက် နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်နေသော ရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ရန် မလိုအပ်တော့ပါ။	☐	☐	☐	☐	☐

COVID-19 ရောဂါ ကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များအား လိုက်ပါလုပ်ဆောင်မှု						
လွန်ခဲ့သော ၁၄ ရက်အတွင်း		အမြဲတမ်းလုပ်	မကြာခဏ	တစ်ခါတရံ	လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်	မလုပ်ဆောင်ပါ
၁	လူထူထပ်သောနေရာများအား သွားရောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၂	မလိုအပ်ပဲ အပြင်ထွက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း (သို့) အိမ်တွင်းသာနေထိုင်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၃	တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ၆ ပေ အကွာမှ ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၄	တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း၊ ပွေ့ဖက်ခြင်းနှင့် နှမ်းရှုံ့ခြင်းအား မပြုမိစေရန် ရှောင်ကြဉ်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၅	အရက်ပျံပါသော လက်သန့်ဆေးရည် (သို့) ဆပ်ပြာနှင့် ရေတို့ဖြင့် စက္ကန့် ၂၀ ကြာ မကြာခဏလက်ဆေးခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၆	မျက်စိ၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်တို့အား မိမိလက်ဖြင့် ထိတွေ့မှုမရှိစေရန် ရှောင်ကြဉ်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၇	နှာစေး ချောင်းဆိုးချိန်တွင် ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းအား တံတောင်ဆစ် (သို့) တစ်သျှူးဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၈	အပြင်ထွက်သည့်အခါ နှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၉	မကြာခဏ အသုံးပြုလေ့ရှိသော အသုံးအဆောင်များ၊ မျက်နှာပြင်များအား ပိုးသတ်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၁၀	အိမ်ကြမ်းပြင်၊ နံရံများအား ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၁၁	တိရစ္ဆာန်များနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၁၂	လုံလောက်စွာ အိပ်စက်ခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၁၂	အာဟာရရှိသော အစားအသောက်များကို စားသုံးခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐
၁၄	ဖြည့်စွက်အားဆေး သောက်သုံးခြင်း	☐	☐	☐	☐	☐