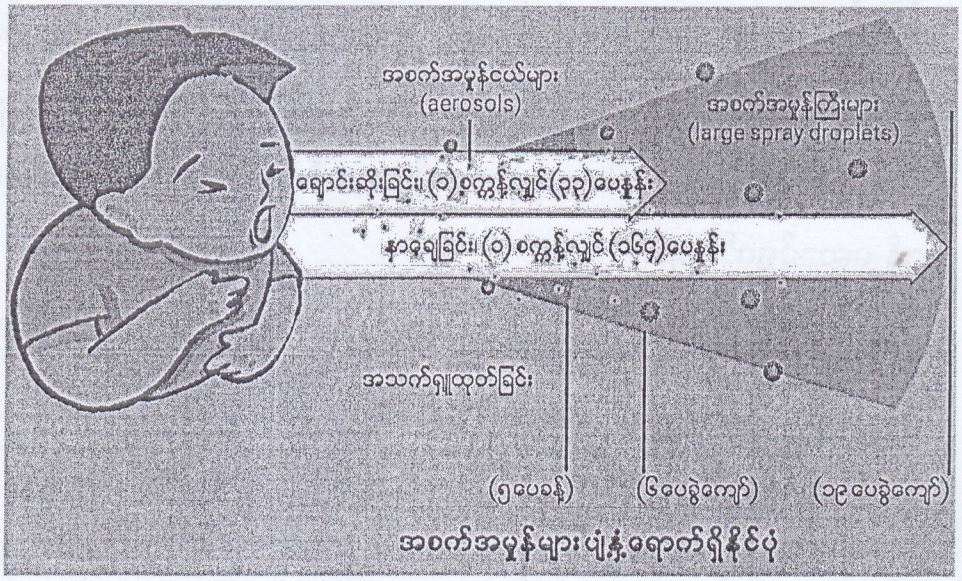
တစ်စက္ကန့်လျှင် (၁၆၄)ပေနှုန်းအရှိန်ဖြင့် (၁၉)ပေခွဲခန့်အထိ လည်းကောင်း ပျံ့နှံ့ရောက်ရှိနိုင်သည်ကိုသိရှိ၍ သတိထားကာကွယ်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။



ပုံ(၂) ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပါဝင်သောအစက်အမှုန်များပျံ့နှံ့ရောက်ရှိနိုင်ပုံ

ထိုသို့အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးတိုက်ရိုက်ဝင်ရောက် ကူးစက်ခြင်းကိုထိရောက်စွာကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံးနှင့်အထိရောက်ဆုံးနည်းလမ်းမှာ ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask)ကို ရုံးသိုလာရောက်သည့်အခါတိုင်း၊ အခြားသူများနှင့်တွေ့ဆုံသည့်အခါတိုင်း၊ မဖြစ်မနေအပြင်ထွက်ရသည့်အခါတိုင်း စနစ်တကျတပ်ဆင်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask)ကို စနစ်တကျတပ်ဆင်ခြင်းဖြင့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါပိုးရှိသူထံမှ ရောဂါပိုးများအဝေးသို့ပျံ့လွင့်ထွက်ခြင်းကို ထိရောက်စွာကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်ပြီး ပါးစပ်နှင့်နှာခေါင်းစည်း(mask)ကို စနစ်တကျတပ်ဆင်ထားသူများအနေဖြင့်လည်း မိမိတို့ထံသို့ရောဂါပိုး ဝင်ရောက်ကူးစက်ခြင်းမှ ထိရောက်စွာကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါရှိသူများထံမှ အသက်ရှူထုတ်တိုင်း ထွက်ရှိလာသည့်ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးပါဝင်သည့်အစက်အမှုန်များသည် အထက်တွင်ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း အနီးပတ်ဝန်းကျင် (၅)ပေခန့်အထိ ရောက်ရှိနိုင်၍ အခြားသူများနှင့် နီးကပ်စွာမနေဘဲ (၆)ပေအကွာ ခပ်ခွာခွာနေထိုင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ လူစုလူဝေးများကိုလည်း ရှောင်ကြဉ်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အထက်တွင်ဖော်ပြခဲ့သည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ပိုးပါဝင်သည့် အစက်အမှုန်ငယ်များသည် လေထဲတွင် လွင့်မျောပျံ့နှံ့နိုင်သည့် အလွန်သေးငယ်သည့်အမှုန် (Aerosols)များ အသွင်ဖြင့်လည်း အလုံပိတ်အခန်းများ၊ အဲယားကွန်းအခန်းများ၊ လေဝင်လေထွက်မကောင်းသည့် အခန်းများ