Mekong Basin Disease Surveillance MBDS

Canada

BIOSAFETY & BIOSECURITY

PROTECTIVE PROCEDURES

FOR MEKONG BASIN CROSS - BORDER

MYANMAR

CONTENTS

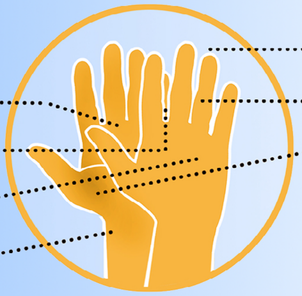
1. Standard biosafety procedures
2. Effective hand washing (10 steps)
3. Steps of putting on PPE
4. Sequence for removing PPE
5. Sequence to remove PPE for dangerous pathogens
6. Cross border health quarantine requirement (Routine)
7. Cross border health quarantine requirement for PHEIC (Public Health 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

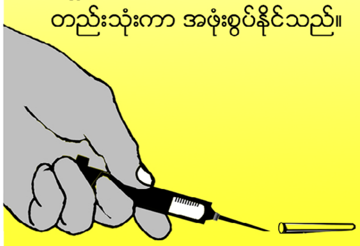
ထိရောက်စွာ လက်ဆေးခြင်း (၁၀) ချက်



1 ရေစွပ်ပြီးဆပ်ပြာတိုက်ပါ
2 လက်ဖဝါးအချင်းချင်း
3 လက်ချောင်းများကြား
4 လက်ဖမိုး
5 လက်ကောက်ဝတ်
6 လက်သည်းများ
7 လက်ချောင်းများအနောက်
8 လက်မအရင်း စသည်တို့ကို
9 ရေဖြင့်စင်စင်ဆေးပြီး
10 အခြောက်ခံပါ။

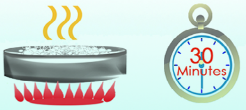
Safe Handling and Disposal of Sharps

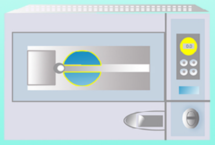
အသုံးပြုပြီးသောတစ်ခါသုံးဆေးထိုး အပ်များ (သို့) ချွန်ထက်သောပစ္စည်းများ အား အဖုံးပြန်စွပ်ခြင်းမပြုဘဲချက်ချင်း စွန့်ပစ်ပါ။ အကယ်၍ ဆေးထိုးအပ်သည် တိရစ္ဆာန်သွေး (သို့) အသားဖြင့် ထိတွေ့မှု မရှိခဲ့ပါက လက်တစ်ဘက် တည်းသုံးကာ အဖုံးစွပ်နိုင်သည်။



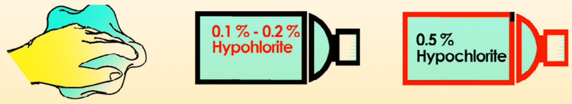
Proper Use of Disinfection and Sterilization Techniques

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





Keep Working Space and Equipments Clean and Neat.



Disinfect WORK SURFACE

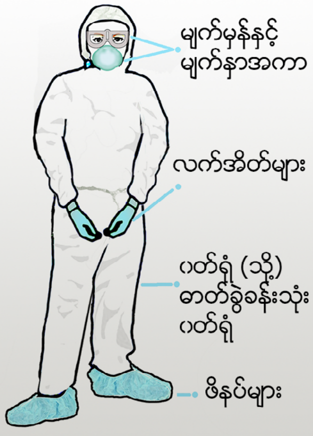
အလုပ်ခွင်နှင့် ပစ္စည်းကရိယာများကိုသန့်ရှင်းသေသပ်စွာထားပါ။ အလုပ်ခွင်ရှိကြမ်းပြင်၊ မျက်နှာပြင်များကိုအလုပ်ပြီးချိန်တွင် 0.1%၊ 0.2% hypochloniteဆေးရည် (သို့) 0.2% bluach ဖြင့်ဆေးပါ။

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

ရေကြီးပါကရေဖြင့်ထိတွေ့သောနေရာများကို0.5%hypochlonite ဆေးရည်ဖြင့် သေချာစွာဆေးပြီးအရက်ပျံဖြင့် သန့်ရှင်းပါ။

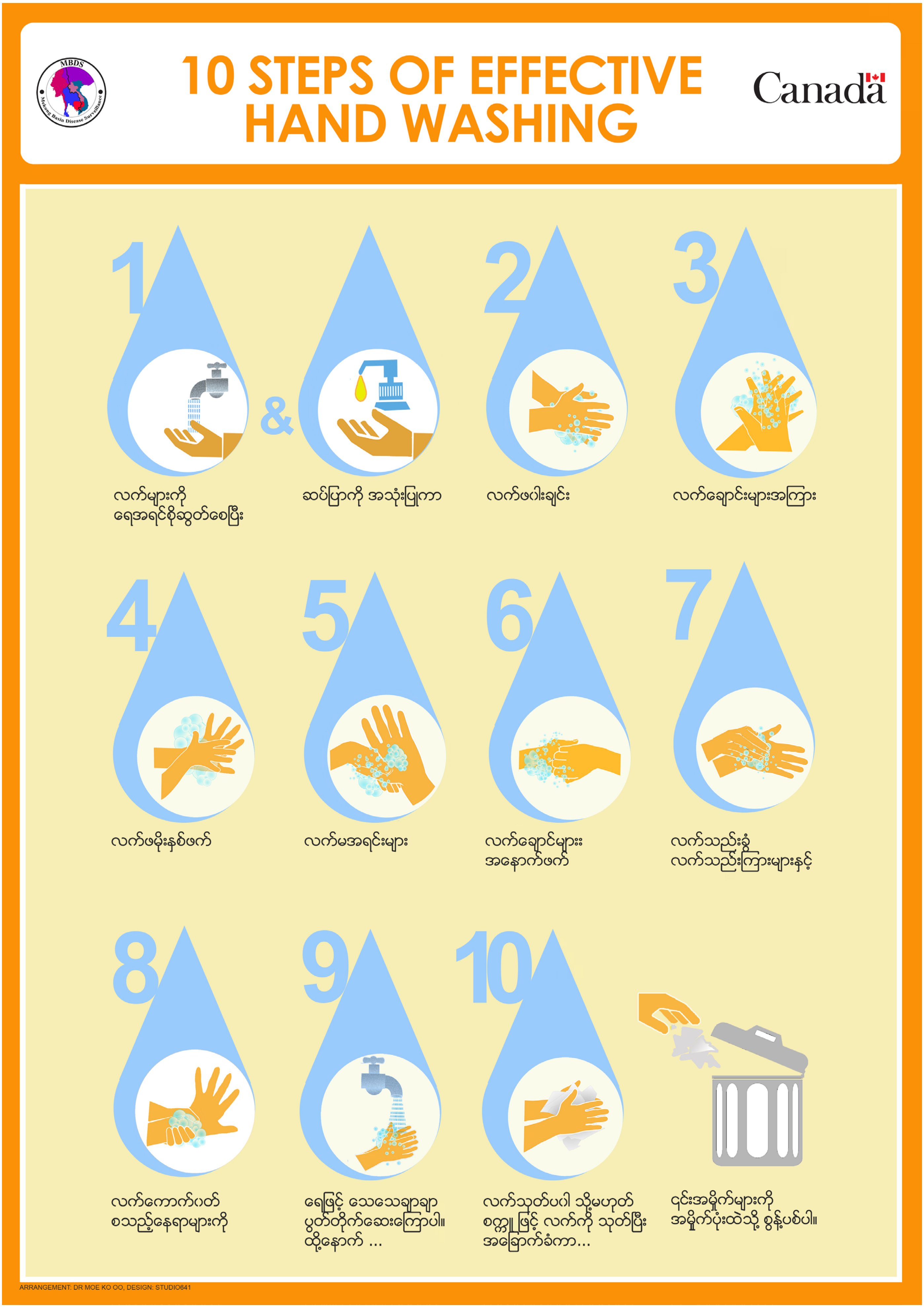
၁။ ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ပိုကလိုရိုက်ဆေးရည်ကိုဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါရောဆိုက် အက်စစ်ဖြင့်မထိတွေ့စေရ။
၂။ အိမ်သုံးချွတ်ဆေး (Bluack) များမှာ 3 – 8% ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ပိုကလိုရိုက်နှင့် 0.01 – 0.05% ဆိုဒီယမ် ဟိုက်ဒရောဆိုက်ပါဝင်သည်။ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ဒရောဆိုက်သည် ဆိုဒီယမ်ဟိုက်ပိုကလိုရိုက် ပျက်စီးမှုကို နှေးကွေးစေသည်။

Protectative Barriers



Effective Insect and Rodent Control Program

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641


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

STEPS OF PUTTING ON PPE

[Personal Protective Equipment]

Canada

STEP 1

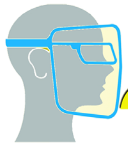
WEARING THE GOWN, CAP AND SHOES

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

STEP 2

WEARING N95 MASK

မျက်နှာဖုံးရှိ ကြိုးကို
ခေါင်းနှင့် လည်ပင်းအလယ်တွင်
ခိုင်ခံ့အောင်ချည်ပါ။
မျက်နှာဖုံးအား နှာတံပေါ်တွင်
သေသေချာချာ ခွင်ကျပါစေ။
မျက်နှာနှင့် မေးစေ့အောက်
နေရာတို့ကိုလည်း အံဝင်ဂွင်ကျ
သက်တောင့်သက်သာဖြစ်ပါစေ။
N95 မျက်နှာဖုံးတစ်ခုလုံး
သူ့နေရာနှင့်သူ အံဝင်ဂွင်ဖြစ်ပါစေ။



STEP 3

WEARING GOGGLES OR FACE SHIELD

သွေး နှင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတဆင့်
ကူးစက်တတ်သောရောဂါ ပိုးမွှားများမှ
ကာကွယ်ရန် မျက်နှာတပြင်လုံး
လုံခြုံစေရန် သေသေချာချာ ဖုံးအုပ်ပါ။

STEP 4

WEARING GLOVES

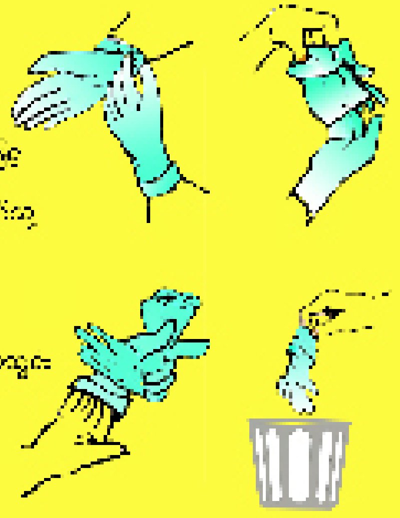
သင့်တော်မည့် လက်အိတ်နံပတ်ကို ရွေးပါ။
လက်ကောက်ဝတ်နှင့် ဝတ်ရုံလက်ဖျားကို
သေချာစွာငုံမိပါစေ။

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

SEQUENCE FOR REMOVING PPE

Canada

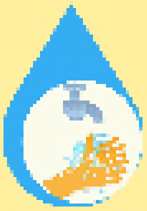
Step. 1. GLOVES



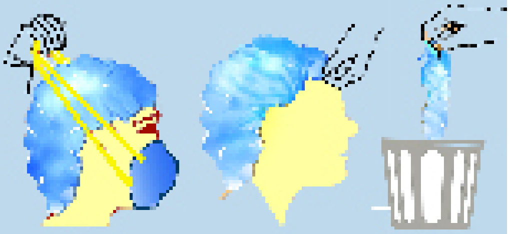
Step. 2. GOOGLES OR FACE SHIELD

Step. 3. GOWN

Step. 5. WASH HANDS IMMEDIATELY AFTER REMOVING ALL PPE



Step. 4. N95 MASK AND CAP

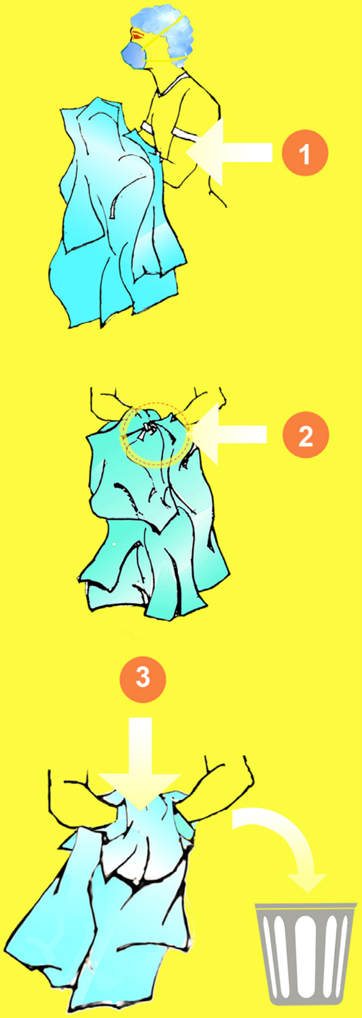


SEQUENCE TO REMOVE PPE FOR DANGEROUS PATHOGENS

Canada

Step. 1.
REMOVAL GOWN AND GLOVE TOGETHER

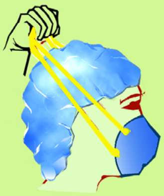
1. ကြိုးမဖြည်ဘဲ ဂါဝန်ကို အပြင်မှကိုင်ပြီး ကိုယ်နှင့်ဝေးကွာအောင်ဆွဲချွတ်ပါ။
2. ဂါဝန်လက်များချွတ်စဉ် လက်အိတ်များ ကိုပါ တစ်ချိန်တည်းဆွဲချွတ်ပါ။ (လက်အိတ်နှင့် ဝတ်ရုံ အတွင်းဖက် ကိုသာ ထိရမည်။)
3. ချွတ်ပြီးပစ္စည်းများကိုခေါက်လိပ်ပြီးလျှင် စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပုံးအတွင်းသို့ စွန့်ပစ်ပါ။



Step. 2.
GOOGLES OR FACE SHIELD

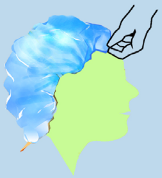
- မျက်မှန်နှင့် မျက်နှာအကာတို့ကိုနားရွက်ကြိုးမှ မပြီးဖယ်ပါ။ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းပုံးအတွင်းသို့ ထည့်ပါ။
- (ပြန်လည်အသုံးပြုလိုပါက ၇၀% အရက်ပြန်ကဲ့သို့သော ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် ဖြန်းပြီးလျှင် ပြန်သုံးနိုင်သည်။)

Step. 3.
REMOVE MASK OR RESPIRATOR



မျက်နှာဖုံး၏ အရှေ့ဖက်မျက်နှာပြင်ကို မထိမိစေရန် သတိပြုပါ။ ၎င်းမှာ ရောဂါပိုးများနှင့် ထိတွေ့ထားသည်။

- မျက်နှာဖုံးအား အပေါ်အောက်သားရေသိုင်းကြိုး နစ်ဖက်ကိုဆွဲမပြီး 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

PoE CORE CAPACITY REQUIREMENTS
AT ALL TIMES (ROUTINE)

A

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု
ဝန်ထမ်းများနှင့် ပစ္စည်းကရိယာများ
ကိုစစ်ဆေးကဲဖြတ်ခြင်း။

B

နေမကောင်းသည့် ခရီးသွားများအား
သယ်ယူပို့ဆောင်ရန်လိုအပ်သော
ပစ္စည်းကရိယာများနှင့် ဝန်ထမ်းများ။

C

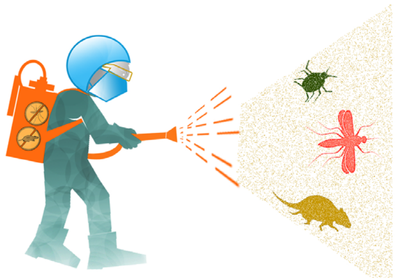
လွှဲပြောင်းပေးသောလူနာနှင့်
မှတ်တမ်းများအားစမ်းသပ်စစ်ဆေးရန်
လေ့ကျင့်ပေးထားသောဝန်ထမ်းများ။

D

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

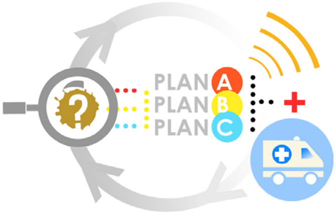
E

ရောဂါသယ်ဆောင်သောပိုးမွှားများ
ထိန်းချုပ်နိုင်ရေးကို လေ့ကျင့်ထားသော
ဝန်ထမ်းနှင့် စီမံကိန်းများ။



ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

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

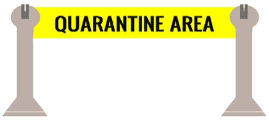


A ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအရေးပေါ် အခြေအနေစီစဉ်ညှိနှိုင်းရေးမှူး၊ သက်ဆိုင်ရာ အဝင်အထွက်ဂိတ်ပေါက်များ၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးနှင့် အခြားအေဂျင်စီများအတွက် ဆက်သွယ်ရန်နေရာ။

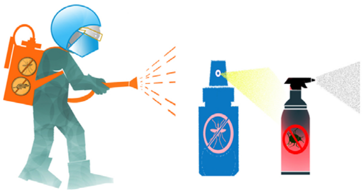
B ထိခိုက်ခရီးသွားများနှင့် တိရစ္ဆာန်များအား စစ်ဆေးစောင့်ရှောက်မှုပေးခြင်း၊ သီးခြားခွဲထုတ်ရန်၊ ဆေးကုသရန်နှင့်အခြားဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာနှင့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသရေး ဆိုင်ရာများစီစဉ်ခြင်း။

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

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



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

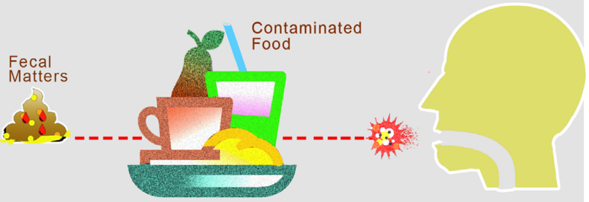
Canada

DIARRHEA

အရည်များစွာပါသည့် သို့မဟုတ်
ချွဲနှင့်သွေးများပါသော အကြိမ်အရေအတွက်များသည့်
(တနေ့ ၃ ကြိမ်ထက်ပိုသော) ဝမ်းသွားခြင်း

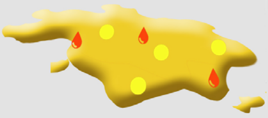
TRANSMISSION

ရောဂါပိုးရှိသောမစင်နှင့်တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မိရာမှတဆင့်
မသန့်ရှင်းသောရေနှင့် အစားအစာများကို စားသောက်မိခြင်း

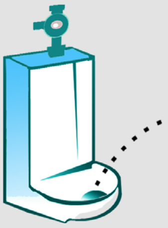


ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ရောဂါစတင်ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် နေရာများကို
လူနာအားမေးမြန်းစုံစမ်းပါ။

DANGEROUS SIGNS

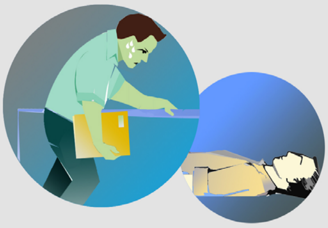


သွေးနှင့် အရည် အများအပြား
ပါပြီး မရပ်မနား ဝမ်းသွားခြင်း



ဆီးနည်းခြင်း

ပြင်းထန်စွာ
ရေဓာတ်ခမ်းခြောက်ခြင်း၊
ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊
သတိလစ်ခြင်း။



PROTECTION

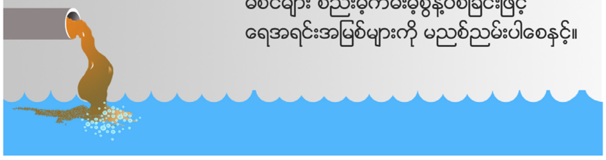
တစ်ကိုယ်ရည် သန့်ရှင်းရေး အမြဲလုပ်ပါ။
လူနာ သို့မဟုတ် မသန့်ရှင်းသောအရာများ
နှင့်ထိတွေ့ပြီးတိုင်း လက်ကို သေသေချာချာ
ဆေးကြောပါ။

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**

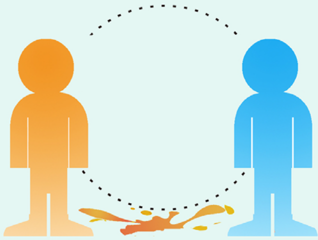
(ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး
ကြောင့်အဖြစ်များသော)
ဦးနှောက်ယောင်ခြင်း

&

(ဘက်တီးရီးယားပိုး
ကြောင့်ဖြစ်သော)
ဦးနှောက်ယောင်ခြင်း

TRANSMISSION

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



ဦးနှောက်အမြှေးယောင်ခြင်းရောဂါသည် ခန္ဓာကိုယ်အရည်များဖြင့် ထိတွေ့ခြင်းဖြင့် လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ကူးစက်သည်။

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

SYMPTOMS

FIRST - အဖျား

LATER - တက်ခြင်း၊ သတိလစ်ခြင်း

PROTECTION

- လူနာကိုင်တွယ်စဉ် လက်အိတ်၊ ဂဝန်ရုံနှင့် မျက်နှာဖုံးဂဝတ်ဆင်ရန်။
  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**

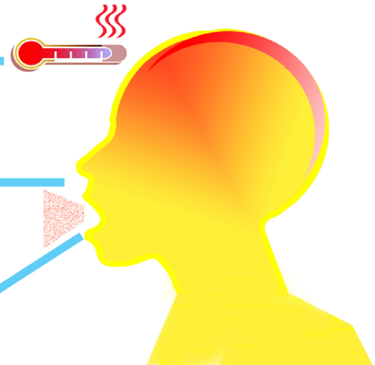
ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

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၊ ခြေလက်ပြာနမ်းသူ၊ အသက်
ရှူရခက်ခဲသူများ၊ အရည်မျိုရခက်
သူများ၊ နာတာရှည် နှလုံးနှင့်
အဆုတ်ရောဂါရှိသူများ၊

PATHOGENS

ချောင်းဆိုးရာမှ လေထဲသို့ရောက်သွားသော အမှုန်အမွှားများမှဖြစ်စေ၊ လူနာ၏အရည်များနှင့် 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။

ပိုးမွှားများပါရှိသော အမှုန်အမွှားနှင့် အရည်များ ပြန့်ပွားမှု လျော့ချနိုင်ရန် လူနာများသည် ခွဲစိတ်ခန်းသုံး မျက်နှာဖုံးများသုံးသင့်ပါသည်။

ရောဂါပိုးများနှင့် ထိတွေ့ထားသော မျက်နှာပြင်များအား သေသေချာချာ သန့်ရှင်းပေးပါ။

လူနာခန်း အတွင်းနှင့် အပြင် လေဝင်လေထွက်ကောင်းမွန်ပါစေ၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းရောဂါများကို ဖြစ်စေသော ပိုးမွှားများသည် နေရောင်ချည်ကို မခံနိုင်ကြပါ။

လူနာထံမှ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများကို ပိုးသတ်ခြင်း (သို့) သေသေချာချာ ဖျက်ဆီးပစ်ရမည်။

ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

MBDS
Mekong Basin Disease Surveillance
STANDARD BIOSAFETY PROCEDURES
Canada
ထိရောက်စွာ
လက်ဆေးခြင်း
(၁၀) ချက်
ရေစွပ်ပြီးဆပ်ပြာတိုက်ပါ 1
လက်ဖဝါးအချင်းချင်း 2
လက်ချောင်းများကြား 3
လက်ဖမိုး 4
လက်ကောက်ဝတ် 5
6 လက်သည်းများ
7 လက်ချောင်းများအနောက်
8 လက်မအရင်း စသည်တို့ကို
9 ရေဖြင့်စင်စင်ဆေးပြီး
10 အခြောက်ခံပါ။
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
30
Minutes
ပုံမှတ်ရောဂါပိုးများသည်
ရေနွေးဖြင့် မိနစ်သုံးဆယ်ပြုတ်ပါက
အန္တရာယ်မပေးနိုင်ပါ။
ပြီးပြည့်စုံသောပိုးသတ်ခြင်း
(ပိုးဖြင့်ပေကျံသော အရာဝတ္ထုများ)
အတွက် Autoclave
လိုအပ်ပါသည်။
Keep Working Space and
Equipments Clean and Neat.
0.1 % - 0.2 %
Hypohlorite
0.5 %
Hypochlorite
Disinfect WORK SURFACE
အလုပ်ခွင်နှင့် ပစ္စည်းကရိယာများကိုသန့်ရှင်းသေသပ်စွာထားပါ။
အလုပ်ခွင်ရှိကြမ်းပြင်၊ မျက်နှာပြင်များကိုအလုပ်ပြီးချိန်တွင်
0.1%၊ 0.2% hypochloniteဆေးရည် (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
မျက်မှန်နှင့်
မျက်နှာအကာ
လက်အိတ်များ
ဂတ်ရုံ (သို့)
ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး
ဂတ်ရုံ
ဖိနပ်များ
Effective Insect
and Rodent
Control Program
ARRANGEMENT: DR MOE KO OO, DESIGN: STUDIO641

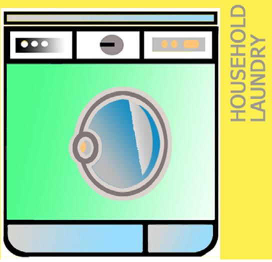
GOOD HYGIENE at HOME

Canadä

အစာများကို စနစ်တကျ ချက်ပြုတ်ပြီးသိမ်းဆည်းပါ။
ပုပ်သိုးပျက်စီးခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် ရေခဲသေတ္တာသုံးပါ။

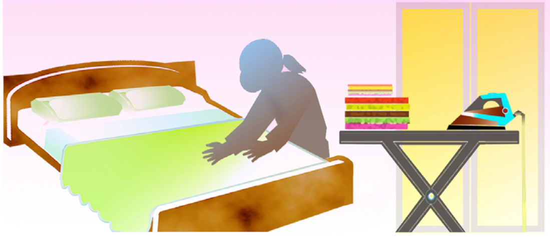
အိပ်ယာခင်းနှင့် အဝတ်အစား၊
အသုံးအဆောင်များကိုသန့်ရှင်းစွာထားပါ။

(သွေး၊ ဝမ်း၊ အရည်များပေကျံနေသော အဝတ်အထည် များကို အခြားအဝတ်အထည်များနှင့် မထိပါစေနှင့်။)



အညစ်အကြေး၊ စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများ ကို အဖုံးရှိသော အမှိုက်ပုံး
ထဲသို့ပစ်ရန်။

အိပ်ယာခင်းနှင့် အဝတ်အစား၊
အသုံးအဆောင်များကိုသန့်ရှင်းစွာထားပါ။



လက်ဆေးပါ။

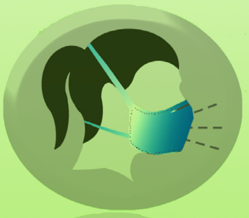
BEFORE
အစားအစာမချက်ပြုတ်ခင်၊
မစားခင်၊ အခြားသူအားမကျွေးခင်၊
အနာဆေးမထည့်ခင်၊

AFTER
သန့်စင်ခန်းအသုံးပြုပြီး၊ ကလေးဆီးခံအဝတ်၊
ညစ်ပေသောအိပ်ယာခင်းနှင့် အသုံးအဆောင်
များကိုင်တွယ်ပြီး၊ လူနာအားကိုင်တွယ်ပြီး

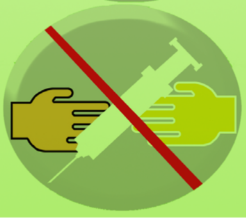
ဒဏ်ရာရှိပါက
ပတ်တီး (သို့) အဝတ်ဖြင့်
ဖုံးအုပ်ထားရန်။

ညစ်ပေနေသောအရာများကို
ကိုင်တွယ်လျှင် လက်အိတ်
အသုံးပြုရန်။

ခြင်ကိုက်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်
ခြင်ဆေးအသုံးပြုပါ။



ချောင်းဆိုးလျှင် (သို့)
နှာချေလျှင် ပါးစပ်အား
မျက်နှာဖုံးဖြင့်ဖုံးထားရန်။



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.