

|  |
| --- |
| ထံဒိၣ် - တၢ်လီၤပျံၤဘၣ်ထွဲဒီး ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိဒီးတၢ်ဖိလံၤဖိဃၢ် |
| တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲဒီးတၢ်ကဘၣ်ရဲၣ်ကျဲၤမၤတၢ်လၢဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိဒီးတၢ်ဖိလံၤဖိဃၢ်တဖၣ်အဂီၢ်ဖဲထံဒိၣ်၀ံၤအလီၢ်ခံဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်  |
| Karen S'gaw | ကညီကျိာ်OFFICIAL |

ဖဲက့ၤကဒါဆူတၢ်လီၢ်လၢထံဒိၣ်ဘၢတ့ၢ်အီၤတခါအအိၣ်န့ၣ်, ဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိအမံၤ,ပၣ်ဃုာ်ယုၢ်,ရုၢ်မ့တမ့ၢ်ကပီၤတဖၣ်ကအိၣ်လၢန ဟံၣ်,နကရၢၢ်ဒီးနဒၢးပာ်ကီၤဃာ်တၢ်အလီၢ်တဖၣ်အပူၤန့ၣ်သ့လီၤ.

# **တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤမၤတၢ်ဒီးဂုၢ်တဖၣ်**

* ဖဲအိၣ်လၢတၢ်သူၣ်ထီၣ်အချၢ-
* ဖျီၣ်ဘၣ်ခီၣ်ဖံးဖျီၣ်အကိၤတခိၣ်, စုဖျီၣ်တဖၣ်ဒီးဖျီၣ်ခံထီခီၣ်လၢနဒီသဒၢနခီၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်
* ပလီၢ်ပဒီနသးဒိၣ်ဒိၣ်ကလဲာ်ဒီးတၢ်လၢနဖီၣ်ဒီးနယီၢ်အီၤတဖၣ်ဖဲနမၤကဆှီက့ၤတၢ်ဖဲထံဒိၣ်၀ံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်တက့ၢ်.
* ဖဲနမ့ၢ်ထံၣ်ဂုၢ်တဘိအခါ, ဂုၤက့ၤဆူလီၢ်ခံဒီးပျဲအကဟးယံၤကွံာ်ဒီးနၤတက့ၢ်-တဘၣ်လဲၤဖီၣ်အီၤတဂ့ၤ.
* ပလီၢ်ပဒီသးဒီးဂုၢ်လၢအအိၣ်ယူၤထံလၢထံကျါတဖၣ်တက့ၢ်.
* နကဘၣ်ထုးကွံာ်တၢ်ကမှံၤကမှီၤတၢ်ဘၣ်အၢဘၣ်သီလၢနဟံၣ်ကပိၤကပၤမ့ၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤကွဲန့ၢ်ရဂုၢ်,ကပီၤဒီးရယုၢ်တဖၣ်သ့အဃိန့ၣ်လီၤ.
* ဖဲနမ့ၢ်ထံၣ်ဖုးဂုၢ်တဘိလၢနဟံၣ်ပူၤအခါ, တဘၣ်ပျံၤဖုးတၢ်ဒိၣ်ဒိၣ်ကလဲာ်တဂ့ၤ,ဂုၤက့ၤနသးဆူနလီၢ်ခံယံၤဒီးအီၤဒီးပျဲအလဲၤဒၣ်အကျဲတက့ၢ်. တဘၣ်ဖီၣ်အီၤတဂ့ၤ. ကိးဘၣ်ခိၣ်ဃၢၤန့ဆၢၣ်,ဟီၣ်ခိၣ်ကပံာ်,ထံဒီးတၢ်ရဲၣ်လီၤကျဲၤလီၤအ၀ဲၤကျိၤလၢ ၁၃၆ ၁၈၆ လၢပှၤဖီၣ်ဂုၢ်လၢနလီၢ်က၀ီၤအ ပူၤအမံၤစရီတခါအဂီၢ်တက့ၢ်.
* ဖဲဂုၢ်တဘိမ့ၢ်အ့ၣ်ဘၣ်နၤအခါ-
* တဘၣ်သ့ကဆှီကွံာ်ဖံးဘ့ၣ်လၢအဘူးဒီးတၢ်အ့ၣ်ဘၣ်အလီၢ်န့ၣ်တဂ့ၤ
* ပာ်အီၤဂၢၢ်ဂၢၢ်ဒီးမၤန့ၢ်ဂ့ၢ်ဂီၤအူကသံၣ်ကသီအတၢ်မၤစၢၤခီဖျိကိးဘၣ် ၀၀၀ န့ၣ်တက့ၢ်.
* မံနီၤမ့တမ့ၢ်ဆ့ၣ်နီၤဘၣ်လၢအက့ၢ်အဂီၤလၢတၢ်အ့ၣ်ဘၣ်အလီၢ်န့ၣ်အိၣ်၀ဲဖုၣ်န့ၢ်နသးဖျၢၣ်အိၣ်အပတီၢ်တက့ၢ်.
* ကးဘၢတၢ်အ့ၣ်ဘၣ်အလီၢ်ဒီးတၢ်ကံးညာ်ကးဘၢတၢ်ပူၤလီၢ်လၢအကဆှီဒီးအဃ့ထီတခါတက့ၢ်. တၢ်ဘံတံၢ်လၢအကျၢၤတခါမ့ၢ်အိၣ်န့ၣ်,တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်၀ဲဒၣ်လၢနကဘံတံၢ်တၢ်လီၢ်လၢအဘူးဒီးတၢ်အ့ၣ်ဘၣ်အလီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.
* မၤနီၣ်ဂုၢ်အ့ၣ်ဘၣ်နၤအဆၢကတီၢ်ဒီးတၢ်ဘံတံၢ်အီၤအဆၢကတီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်
* တဘၣ်သူပျံၤတြီသွံၣ်ယွၤလီၤ, ကူးတဲာ်အိးထီၣ်တၢ်အ့ၣ်ဘၣ်အလီၢ်လၢတၢ်ကထုးကွံာ်ဂုၢ်အစုၣ်မ့တမ့ၢ်ဆူးထုး ထီၣ်ဂုၢ်အစုၣ်လၢတၢ်ပူၤလီၢ်အလိၤန့ၣ်တဂ့ၤ.

# **တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤမၤတၢ်ဒီးကပီၤ**

* ဖဲကပီၤတဘ့ၣ်မ့ၢ်အ့ၣ်ဘၣ်နၤအခါ-
* သ့ကဆှီကွံာ်တၢ်လီၢ်ဒီးသူဘၣ်ထံလီၤသကၤအဘိၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ကမၤစၢၤဃုာ်ဒီးတၢ်ဆါအ့ၣ်ထုးအဂီၢ်တက့ၢ်
* တဘၣ်ဆီၣ်တံၢ်အီၤတဂ့ၤ
* မၤန့ၢ်ကသံၣ်ကသီအတၢ်မၤစၢၤတဘျီဃီဖဲကပီၤပျိၢ်ဂီၤ (redback spider)တဘ့ၣ်မ့ၢ်အ့ၣ်ဘၣ်နၤမ့တမ့ၢ်ဖဲတၢ်အ့ၣ် ဘၣ်အပနီၣ်တဖၣ်မ့ၢ်နးထီၣ်အခါန့ၣ်တက့ၢ်.

# **တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤမၤတၢ်ဒီးယုၢ်ဒီးတၢ်ဖိလံၤဖိဃၢ်တဖၣ်**

* ယုၢ်လၢဟံၣ်ခိၣ်ဟံၣ်ဃၢၤဒီးယုၢ်လၢပျီပူၤတဖၣ်န့ၣ်စိာ်ဃုာ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်လီၤ. နကဘၣ်သုးကွံာ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီဒီးတၢ်အပီးအလီလၢအဂၤလၢအဟ့ၣ်တၢ်ကဒုလၢယုၢ်အဂီၢ်သ့တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
* စူးကွံာ်တၢ်ကမှံၤတဖၣ်ဒီးပာ်လီၤတၢ်ကမှံၤအဒၢဒီးအခိၣ်ကျးတက့ၢ်. ဖဲတၢ်လိၣ်ဘၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပာ်လီၤထုဒိးယုၢ်လၢတၢ်လီၢ် ဃ့ထီတခါအပူၤတက့ၢ်.
* တဘၣ်အိၣ်ဘူးဒီးထံလၢအအိၣ်ဂၢၢ်တဖၣ်မ့ၢ်လၢပစိၤတၢ်ဃၢ်တဖၣ်ဖးထီၣ်လၢအပူၤသ့အဃိန့ၣ်လီၤ. ကးဘၢနနီၢ်ခိတဖၣ် တသ့ဖဲအသ့ဒီးသူဘၣ်ကသံၣ်ပစိၤတက့ၢ်.
* သၣ်ဘုလါန့ၣ်စိာ်ဃုာ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါတဖၣ်လီၤ. မၤကဆှီကွံာ်တၢ်အီၣ်တၢ်အီလၢအတဂ့ၤတဖၣ်တဘျီဃီမ့ၢ်လၢသၣ်ဘုလါ ဖးထီၣ်လၢတၢ်လီၢ်တဖၣ်အံၤအပူၤသ့အဃိ
* ဖဲဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိမၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့တမ့ၢ်အ့ၣ်ဘၣ်နၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ဖိလံၤဖိဃၢ်ဆဲးဘၣ်နၤအခါကွၢ်ဃုတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢနကသံၣ်သရၣ်မ့တမ့ၢ်ကိးဘၣ် NURSE-ON-CALL လၢအအိၣ်၀ဲဒၣ်တသီ ၂၄ နၣ်ရံၣ်, တနွံ ၇ သီ လၢ ၁၃၀၀ ၆၀ ၆၀ ၂၄ န့ၣ်တက့ၢ်.

လၢတၢ်ကမၤန့ၢ်တၢ်ထုးထီၣ်ရၤလီၤတခါအံၤလၢအက့ၢ်အဂီၤလၢနသူအီၤသ့အဂီၢ်န့ၣ်,ဆှၢအံမ့(လ)ဆူ pph.communications@health.vic.gov.au တက့ၢ်

