



ကပ်ရောဂါကာလအတွင်း ကျွန်ုပ်၏ကလေးကို NICU တွင် မည်သို့ ဘေးကင်းအောင် ထားနိုင်မည်နည်း။

NICU တွင် ရှိနေစဉ် ပိုးမွှားများ ပျံ့နှံ့မှုကို ရပ်တန့်ရန် ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်ရမည်နည်း။

- ကောင်းသောလက်ဆေးပါ။
- ယူနစ်ထဲသို့ဝင်သောအခါပွတ်တိုက်ပါ။
- နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို ဖုံးအုပ်ထားသော Mask များ ဝတ်ဆင်ပါ။
- သူများနဲ့ 6 ပေအကွာမှာနေပါ။
- နေမကောင်းဖြစ်တဲ့အခါ အိမ်မှာနေပါ။
- လူစုလူဝေးနှင့် အများသူငှာ နေရာများကို ထိတွေ့မှု နည်းပါးစေပါ။

လက်ကို ဘယ်အချိန်ဆေးရမလဲ

- ယူနစ်ထဲသို့ဝင်ခြင်းနှင့် ထွက်သည့်အခါ၊ နှင့် ကလေး၏အိပ်ခန်း
- အနီးပြောင်းပြီးရင်၊
- သင်၏မျက်နှာဖုံးကိုထိပြီးနောက်
- အစာစားပြီးရင် သန့်စင်ခန်းသုံးပါ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းကိုမှုတ်ပါ။

ဘာကြောင့် mask တပ်ရမှာလဲ

- သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် သင့်ကလေးငယ်ကို လုံခြုံစေရန်
- မျက်နှာဖုံးမတပ်ရင် ထိတွေ့မှုလည်း ရှိပါတယ်။ သင့်ကလေးအား ကောင်းစွာမကာကွယ်နိုင်သောကြောင့် ၎င်းသည် သင့်ကလေးကို မတွေ့အောင် တားဆီးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

Mask ကို ဘယ်လိုဝတ်ရမလဲ။

- Mask မဝတ်ခင် လက်ကို ဆေးကြောပါ။
- နှာခေါင်းနဲ့ ပါးစပ်ကို အုပ်ပြီး မေးစေ့အောက်မှာ လိုအောင်ထားပါ။
- သင့်မျက်နှာ၏ ဘေးနှစ်ဖက်နှင့် အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်အောင် ကြိုးစားပါ။
- လွယ်ကူစွာအသက်ရှူနိုင်သည်ကို သေချာပါစေ။
- Mask ကို ထိတွေ့ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- Mask ကို ဖယ်ရှားပြီးနောက် လက်ကို သန့်စင်ပါ။
- ပြန်လည်သုံးနိုင်သော မျက်နှာဖုံးများကို ဆပ်ပြာ/ဆပ်ပြာနှင့် ရေနွေးဖြင့် အနည်းဆုံး တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ဆေးကြောသင့်သည်။
- အနည်းဆုံး နေ့စဉ် တစ်ခါသုံး Mask တွေကို စွန့်ပစ်ပါ။

သင့်တွင် COVID ရှိသည် သို့မဟုတ် ထိတွေ့ဖူးသည်ဟု ထင်လျှင်-

နောက်ထပ်အချက်အလက်များအတွက် NICU မိဘများနှင့်ထိတွေ့မှုတွင် COVID သို့မဟုတ် COVID အပြုသဘောဆောင်သော မေးလေ့ရှိသောမေးခွန်းများ လက်ကမ်းစာစောင်ကို တောင်းဆိုပါ။



A part of the Chicagoland Children's Health Alliance