



# ကာလရှည် COVID ရောဂါမှ မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်ပါ။ ကာကွယ်ဆေးထိုးပါ

COVID ရောဂါကူးစက်ခံရသူအချို့သည် ရက်သတ္တပတ်များစွာ သို့မဟုတ် လများစွာကြာရှည်သော ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေနိုင်ပြီး—“ကာလရှည် COVID” ဟုခေါ်သော အခြေအနေတစ်ခုရှိနိုင်သည်။

အများအားဖြင့် ဖော်ပြလေ့ရှိသော ကာလရှည် COVID ရောဂါလက္ခဏာများတွင် အောက်ပါတို့ပါဝင်သည်။

- အလွန်ပင်ပန်းသည်ဟု ခံစားခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- အသက်ရှူရခက်ခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူကျပ်ခြင်း
- ကိုက်ခဲမှုများနှင့် နာကျင်မှုများ
- ဦးနှောက်မှုန်ခြင်း (အရာများကို စဉ်းစားရန် သို့မဟုတ် မှတ်မိရန် ခက်ခဲခြင်း)
- အိပ်ပျော်ရန်ခက်ခဲခြင်း
- စိတ်မူပြောင်းခြင်းများ
- အနံ့ပျောက်ဆုံးခြင်း သို့မဟုတ် အရသာပြောင်းလဲခြင်း
- ဖျားခြင်း

ကာလရှည် COVID သည် လူများကို အသက်အရွယ်မရွေး ထိခိုက်နိုင်သည်။

သင်၏ COVID ကာကွယ်ဆေးကို နောက်ဆုံးအခြေအနေတွင် ရှိနေခြင်းဖြင့် ကာလရှည် COVID ရရှိနိုင်ခြေကို လျော့ချပါ။

**သင့်အနီးနားရှိ COVID ကာကွယ်ဆေးများကို  
[vaccines.gov](https://www.vaccines.gov) တွင် ရှာပါ။**

