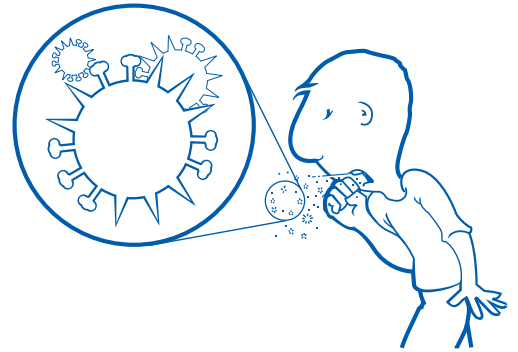


တိးကွတ်ဆါ(တိးကွ)

တိးကွတ်ဆါစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.

တိးကွတ်ဆါမ့ၢ်တၢ်ဆါတခါလၢကဲထီၣ်သးခီဖျိတိးကွတ်ဆါဃာ် န့ၣ်လီၤ. တိးကွတ်ဆါဒီးဘၣ် ပှၤတၢ်ကူးဒီးတၢ်ကိၣ်ယုၤဆါဒီး တၢ်လီၤကီၢ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်နီၤဒုအုၣ်ထံယုၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်နီၤဒုဘဲး, တၢ်ဘဲးသး, လီၤတကံတကး, မ့တမ့ၢ် ပၤဖျါထီၣ် တၢ်ဆါပနီၣ်အဂ့ၤအဂၤတဖၣ် လၢအဝဲသ့ၣ် အိၣ်တဆူၣ် ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တိးကွတ်ဆါဟဲကဲထီၣ်သးကိးန့ၣ်ဒီးဒီး ၆ U.S. အပူၤ ဒီးကဲထီၣ် အါဒုတၢ်တက့ၢ်ဖဲ fall ဒီးတၢ်ဂီၢ်ခါ (winter) အပူၤ န့ၣ်လီၤ. ပှၤသး န့ၣ် ကိးပတီၢ်ဒီးတဖၣ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တိးကွတ်ဆါသ့ၣ်, စးထီၣ်လၢ ဖိသၣ်ဆံးဖိဒီးတုၤလၢပှၤသးစၢ်တဖၣ်, ဒီးဆူပှၤနီၢ်ဒိၣ် တဖၣ်အအိၣ်န့ၣ်လီၤ.



တိးကွတ်ဆါလၢပှၤကညီပူၤ.

ပှၤအိၣ်လၢ U.S. ပှၤတဖၣ် ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တိးကွတ်ဆါကိးခါ.

မ့ၢ်လီၤ. တိးကွတ်ဆါဃာ်ဘဲးစံးတဖၣ်ရၢလီၤအသးလၢဟီၣ်ခိၣ်ဒီးဘၣ်ညါလီၤ. တိးကွတ်ဆါညါန့ၣ်အိၣ်ထီၣ်ဖဲ သ့ၣ်လၢလီၤဆူ ကတီၢ် (fall) ဒီးတၢ်ဂီၢ်ခါ (winter) အလါတဖၣ်လၢ ကီၢ်အဝဲရကၤ အပူၤန့ၣ်လီၤ. ကိးန့ၣ်ဒီးပှၤအါဂၤဒီးန့ၣ်ဘၣ် တိးကွတ်ဆါန့ၣ်လီၤ. တၢ်ထံၣ်န့ၣ်တိးကွတ်ဆါလၢဟီၣ်ခိၣ်ချၢတၢ်လီၤအဂ့ၤအဂၤတဖၣ် စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်တၢ်ဆါကတီၢ်လၢတိးကွတ်ဆါကဲထီၣ် န့ၣ်, အါဒု တၢ်တက့ၢ်လီၤဆီလိာ်အသးလၢတၢ်လီၤတတိးဒီး ဆူတၢ်လီၤအဂၤတတိးန့ၣ်လီၤ.

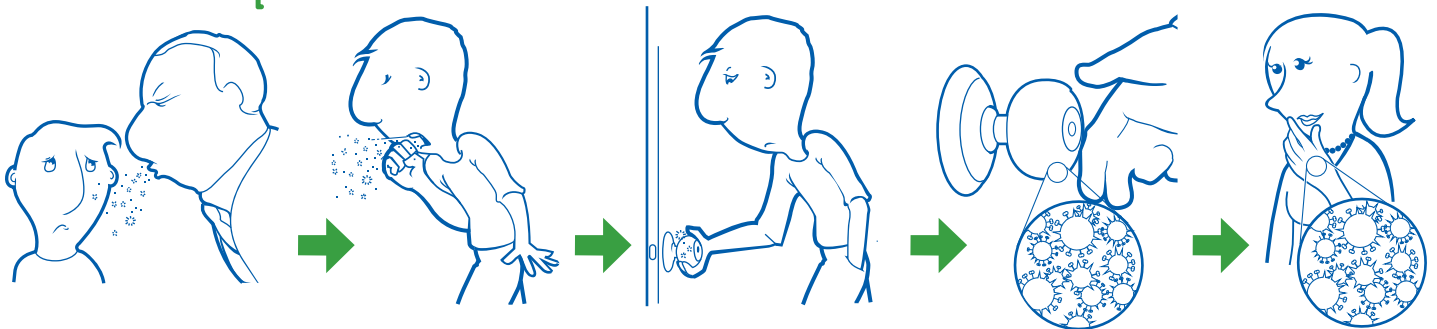


တိးကွတ်ဆါရၢလီၤအသးဒ်လဲၣ်.

ပှၤတဖၣ်လၢအိၣ်ဒီးတိးကွတ်ဆါန့ၣ်ရၢလီၤအတၢ်ဆါအဃာ်သ့ခီဖျိတၢ်ကူး မ့တမ့ၢ် တၢ်ကဆဲန့ၣ်လီၤ. ထံဖျါန့ၣ်ဆံးဆံးဖိတဖၣ် ဟးထီၣ် ဝဲဖဲပှၤဆါတဂၤကူး, ကဆဲ, မ့တမ့ၢ်ကတီၢ်တၢ်အခါဒီး လဲၣ်န့ၣ်ဆူ ပှၤလၢအိၣ်ဘူးဒီးတဖၣ်အကီၢ်ပူၤ မ့တမ့ၢ် အနီၤဒုသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ကသါန့ၣ်လီၤ ထံဖျါန့ၣ်ဆံးဆံးဖိတဖၣ်ဆူ ပသိၣ် ပှၤသ့ၣ် စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.

ပှၤအါဂၤဒီးန့ၣ်ဘၣ်တိးကွတ်ဆါခီဖျိအဝဲသ့ၣ်ဖီၣ်ဘၣ်က့ၤအကီၢ်ပူၤ မ့တမ့ၢ်အနီၤဒုဖဲအဖီၣ်ဘၣ်တၢ်တမံၤမံၤလၢတၢ်ဆါဃာ်အိၣ်လၢအလီၤ, ဒ်အမ့ၢ် ဝဲတြီနီၢ်ဝံၣ်စု, စီၢ်နီၢ်ခိၣ်, မ့တမ့ၢ်ပှၤတဂၤလၢဘၣ်ကိးတၢ်ဆါအစုဘၣ်အန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆါဃာ်အတၢ်ရၢလီၤသး-



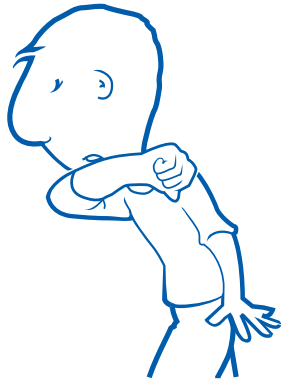
တိးကွတ်ဆါ(တိးကွ) တိးကွတ်ဆါဒီးနု

နသုဉ်ညါလၢနဘၣ်တိးကွတ်ဆါသုဒ်လဲဉ်.

တိးကွတ်ဆါအပနီဉ်တဖၣ်မ့ၣ်ဝဲ-



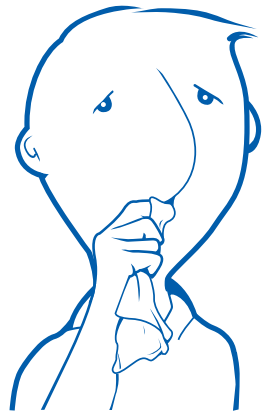
တၢ်ကီၢ်ထီဉ်



တၢ်ကွး



တၢ်ကီၢ်ယုၢ်ဆါ



တၢ်နါဒုအုဉ်ထံယုၢ်မ့တမ့ၢ်နါဒုဘဲ



တၢ်ကီၢ်ဘါစါ မ့တမ့ၢ် အါန့ၢ်အန့ၢ် တၢ်ဘဲးသးဒိဉ်န့ၢ်ညါန့ၢ်အသး



တၢ်မိဉ်ဆါ

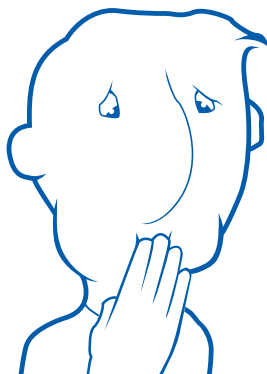


တၢ်ကီၢ်ကနိး



တၢ်လီၤတကံတကး

တိးကွတ်ဆါပနီဉ်ခံမံၤလၢတညီန့ၢ်ကဲထီဉ်သးအကျါပဉ်ဃုာ်ဒီး -



တၢ်ဘိး



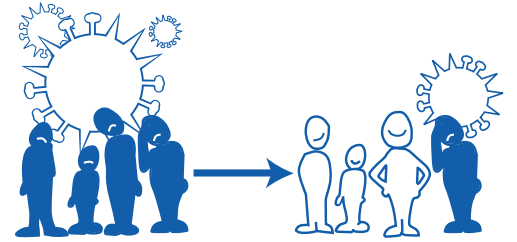
တၢ်ဟံးဟံးလု

တမ့ၢ်ပုၤကိးဂၤဒီးလၢအဘၣ်တိးကွတ်ဆါတဖၣ်ကအိဉ်ဒီးတိးကွတ်ဆါအပနီဉ်ကိးမံၤဒီးလၢတကတီၢ်ဃီန့ၢ်ဘၣ်. ပုၤတနီၤလၢအဘၣ်တိးကွတ်ဆါန့ၢ်တၢ်ကီၢ်တထီဉ် အီၤဘၣ်. ပုၤအါဂၤလၢဘၣ် တိးကွတ်ဆါတဖၣ်အိဉ်ဆူဉ်ထီဉ်က့ၤလၢတလီၢ်ဘၣ်လဲၤထီဉ်လီၤ သးဒီးကသံဉ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် အီၤကသံဉ်ကသီဘၣ်န့ၢ်လီၤ.

တီးကွတ်ဆါ(တီးကွ) တီးကွတ်ဆါဒီးနု

ပုလအိဉ်ဒီးတီးကွတဂါဆါထီဉ်သုထဲလဲဉ်.

ပုတနီဆူးကွဲနးဒိဉ်မးဒီးအဂါတဖဉ်တဆူးကွဲဘဉ်လီၤ. ပုအါဂါအိဉ်ဆူဉ်ထီဉ်ကုၤပဲဒီး တလိဉ်ဘဉ်လဲၤထီဉ်လိာ်သးဒီးကသံဉ် သရဉ် မုတမ့ၢ် အီကသံဉ်ကသီဘဉ်လဲၤန့ဉ်လီၤ. နီလဲဉ်ဂုၤ, ပုတနီဆူးကွဲနးဒိဉ်မးလၢ တီးကွတ်ဆါဒီးသံဝဲဒဉ်န့ဉ်လီၤ. ပုလအဆူးကွဲနးဒိဉ်တဖဉ် မ့ၢ်ပုတဖဉ် လၢအသးနံဉ် အါန့ၢ် ၆၅ နံဉ် မုတမ့ၢ် အိဉ်ပာ်စၢၤဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါဒ်အမ့ၢ်-တၢ်ဆံဉ်ဆါ တၢ်ဆါ, သးအတၢ်ဆါ, တၢ်သးဘံးတၢ်ဆါ, မုတမ့ၢ် ကလုာ်တၢ်ဆါ, မုတမ့ၢ်ပုၤမိၢ်ဒါတဖဉ်န့ဉ်လီၤ. ပုၤမိသဉ် လၢအသးနံဉ်စၢၤန့ၢ် ၅ နံဉ်သုဉ်တဖဉ်မ့ၢ်တၢ် လၢအလီၤဘဉ်ယီဉ်ဒိဉ်စ့ၢ်ကီးန့ဉ်လီၤ.



ပုတဂါလၢအဘဉ်တီးကွတ်ဆါန့ဉ်ဒုးဘဉ်ကံးဘဲရးစံ ဆုပုၤဂါအအိဉ် သုဆံးယံာ်လဲဉ်.

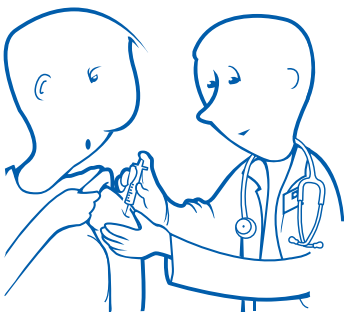
ပုအါဂါရလီၤဒုးဘဉ်ကံးတီးကွတ်ဆါသုစးထီဉ်လၢ အခီဉ်ထံး ၁ သီ တရူးလၢတၢ်ဆါအကုာ်ပနီဉ် အိဉ်ဖျါထီဉ် ၅ သီတုၤလၢ ၇ သီ စးထီဉ်ဖဲတၢ်ဆါအကုာ်ပနီဉ်တဖဉ်စးထီဉ်သးအခါန့ဉ်လီၤ. ပု လၢအဆူးကွဲနးဒိဉ်တဖဉ် မုတမ့ၢ် ဖိသဉ်တဖဉ်ရလီၤ တီးကွတ်ဆါအဆါကတီၢ် ယံာ်ဒိဉ်ဝဲန့ဉ်လီၤ.

	①	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

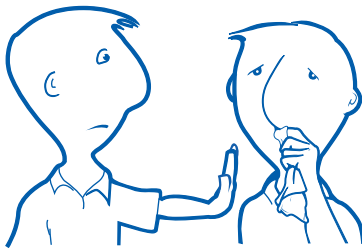
တၢ်ဒိသဒါ ဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါ

ယဒိသဒါလီၤကုၤယသးလၢ တၢ်ဆါအဂီၢ် ကသုလၢကျဲးလဲဉ်.

CDC ဟ့ဉ်ကူဉ်ဝဲတၢ်ပတီၢ်တဖဉ်အံၤလၢကတြီဆါတီးကွတ်ဆါအဂီၢ်-



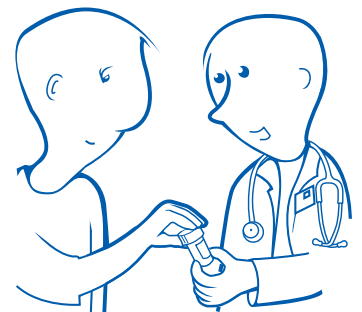
တၢ်ဆဲးကသံဉ်ဒိသဒါတၢ်ဆါ



အိဉ်ယံးဒီးပုလအဆူးကွဲဆါကုတဖဉ်.



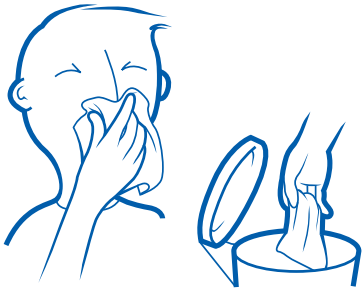
သုကဆီနစုဒီးဆးပုဉ်
မဲအံၤမဲအံၤလၢထံလၢလၢန့ဉ်တက့ၢ်.
ဆးပုဉ်ဒီးထံမ့ၢ်တအိဉ်ဘဉ်တမီန့ဉ်,
စူးကါတၢ်မၤကဆီစုလၢ
အအိဉ်ဒီးသးစိထံတက့ၢ်.



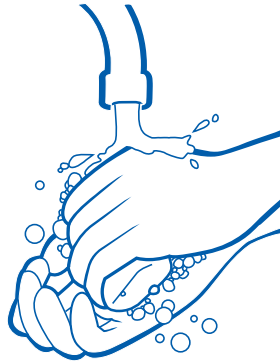
စူးကါကသံဉ်ကသီဒ် နကသံဉ်သရဉ်
အတၢ်နီဉ်ကျဲးအသးန့ဉ် တက့ၢ်.

တိးကွတ်ဆါ(တိးကွ) တိးကွတ်ဆါဒီးနၤ

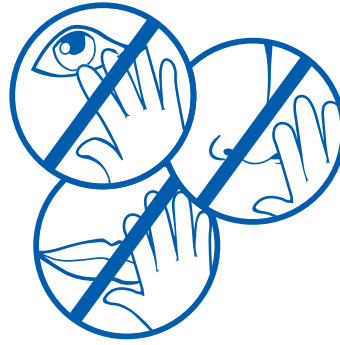
ကိးမုၢ်နံၤတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ရၢလုၢ်လၢ်လၢကဒိသဒါ နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်ရၢဒီးပှၤဂၤအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ရၢ-



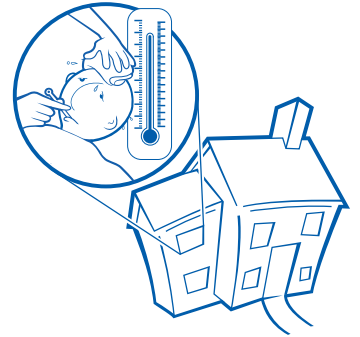
ဝဲနကူး မ့တမ့ၢ် နကဆဲအခါ ကးဘၢနထးခိၣ်ဒီးနနါဒီး ထံးရှုစးမိ မ့တမ့ၢ် နစုတက့ၢ်. တၢ်ကွၢ် ထံးရှုစးမိ ဆူ တၢ်ကမ့ၢ်ဒါပှၤဝဲ နစုကးကိးအိၣ်လီၤဝဲနန့ၣ်တက့ၢ်.



သုကဆိၣ်နစုလၢဆးပွၣ်ဒီး ထံးခဲအံၤခဲအံၤလၢထံလၢလၢန့ၣ်တက့ၢ်. ဆးပွၣ်ဒီးထံမ့ၢ်တအိၣ်ဘၣ်တခီန့ၣ်, စူးကိတၢ်မၤကဆိၣ်စုလၢ အအိၣ်ဒီးသံးစိထံတက့ၢ်.



တဘၣ်ထိးဘၣ်နမဲၣ်ရံၣ်, နနါဒ် မ့တမ့ၢ် နထးခိၣ်တဂ့ၤ မ့ၢ်လၢ တၢ်အဃၢ်တဖၣ်ရၢ လီၤအသးလၢကျဲၣ်အံၤအဃိလီၤ.



နမ့ၢ်ဆူးကူးဒီးတၢ်ဆါပနီၣ်လၢအ လီၤကိးဒီးတိးကွတ်ဆါအပနီၣ် တဖၣ်ခဲအမ့ၢ်, အိၣ်ဘုးအိၣ်သါခဲၣ် လၢနဟံၣ်အစၢကတၢ် ၂၄ နံၣ်ရံၣ် ဝဲနတၢ်ကိးလီၤဝဲနန့ၣ်တက့ၢ်.*

*နတၢ်လီၤကိးကြါးခုၣ်လီၤဝဲ လၢတလိၣ်တၢ်စူးကိတၢ်မၤစုလီၤ တၢ်ကိးအကသံၣ်ကသီဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အိၣ်လၢ ဟံၣ်အခီပညီမ့ၢ်ဝဲ နတၢ်ကြါးဟးထီၣ်လၢ နဟံၣ်ပှၤ မ့တမ့ၢ် လၢနလဲၤကူစါယါဘျါ နသးအဃိဘၣ်န့ၣ်လီၤ. အိၣ်ယံၤဒီးပှၤဂၤတသ့ဝဲအသ့ ဒ်သိးနတဒူး ဆူးကူးအဝဲသ့ၣ်တဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

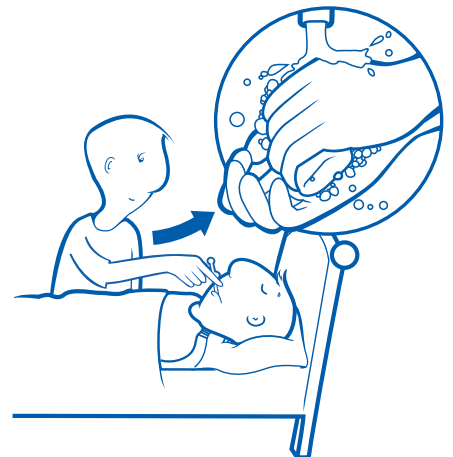
ဆၢကတီၢ်ဝဲတိးကွတ်ဆါလီၤအခါ, ကတဲၣ်ကတီၢ်ဟံၣ်နသး လၢဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နမ့ၢ်ဆူးကူးထီၣ်ဒီးဘၣ် အိၣ်လၢဟံၣ်ပှၤ လၢစုၤသီ အတီၢ်ပှၤအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. ပှၤဟံၣ်ဃာ်ကသံၣ်ကသီတဖၣ်လၢ တၢ်ပှၤအီၤလၢ ကသံၣ်ကျးသုတနီၤ, တၢ်မၤကဆိၣ်စုလၢ အအိၣ်ဒီးသံးစိထံတဖၣ်, ထံးရှုစးမိတဖၣ်, ဒီးတၢ်အဂ့ၤအဂၤတဖၣ်လၢ နလိၣ်ဘၣ်အီၤ ဒ်သိးတလိၣ်လၢ နကဘၣ်ဟးထီၣ်ဆူ တၢ်ချၢဖဲနဆူးကူးအခါဘၣ် အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်ဆူးကူးဒီးခိၣ်နီၣ်နီၣ် မ့တမ့ၢ် အိၣ်ဒီးတၢ်ဆူးကူးတၢ်ဆါအဂၤ မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယီၣ်တဖၣ်န့ၣ်, ကိးနကသံၣ်သရၣ်တက့ၢ်. အလီၤမ့ၢ်အိၣ်လၢ နမ့ၢ်ဘၣ်မၤကွၢ်တိးကွတ်ဆါ, ကူစါယါ ဘျါနသးလၢတိးကွတ်ဆါ, မ့တမ့ၢ် တၢ်ကွၢ်ထွဲအဂ့ၤအဂၤ မ့ၢ်အိၣ်န့ၣ် န ကသံၣ်သရၣ်ကဒူးသ့ၣ် ညါနၤလီၤ.



ယပှၤဟံၣ်ဖိဃီဖိလၢဟံၣ်တဂၤမ့ၢ်ဘၣ် တိးကွတ်ဆါန့ၣ်, ကြါးယလဲၤထီၣ်တၢ်မၤစါ.

ပှၤတဖၣ်လၢတဆူးကူးဆါကူ ဘၣ်ဆၣ်အဟံၣ်ဖိဃီဖိတဂၤလၢ အဟံၣ် မ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တိးကွတ်ဆါန့ၣ် လဲၤမၤအတၢ်မၤဒ် အညီန့ၣ် သုဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ. ဟိၣ်ထွဲတၢ် ပတီၢ်ညီညီဖိတဖၣ်ခဲအမ့ၢ် သုနစုဒီး ဆးပွၣ် ခဲအံၤခဲအံၤဒီးထံလၢလၢတက့ၢ်. နမ့ၢ်တထံၣ်ဆးပွၣ်ဒီး ထံတခီန့ၣ်, စူးကိတၢ်မၤကဆိၣ်စုလၢ အအိၣ်ဒီးသံးစိထံတက့ၢ်.

မၤဟိၣ်ထွဲ တၢ်ပတီၢ်ညီညီဖိတဖၣ်အံၤလၢ တၢ်ဒိသဒါတၢ်ဆါဃၢ်လၢ ဟံၣ်ဖိဃီဖိတဂၤလၢအဘၣ် တိးကွတ်ဆါန့ၣ်လီၤ.



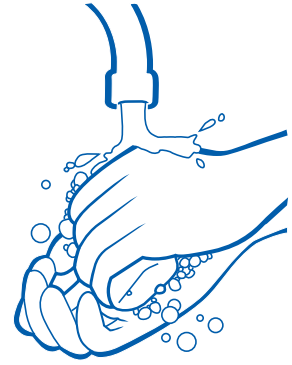
တိးကွတ်ဆါ(တိးကွ) တိးကွတ်ဆါဒီးနု

ကျဲအဂုကတၢ်မနုတဘိလာ ယကသုကဆိုယစုဒ် ကဟးဆဲးတၢ်ဆါအဟံတဖၣ်န့ၣ်လဲၣ်.

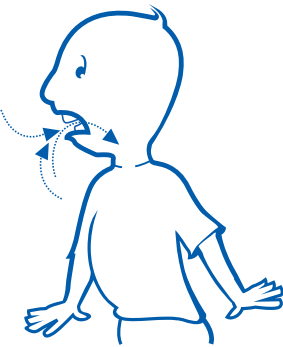
တၢ်သုကဆိုနစုဒ်အံၤခဲအံၤန့ၣ် ကဒိသဒါစၢနုလၢတၢ် ဆါအဟံတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဝဲနသုကဆိုနစုအခါ-

- စူးကါဆးပွၣ်ဒီးထံချီလၢတက့ၢ်-
- သုအီၤ ၁၅ တုၤ ၂၀ စးကီးတက့ၢ်-

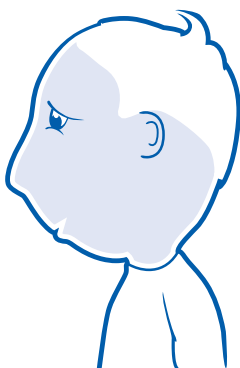
ဆးပွၣ်ဒီးထံမ့ၢ်တအိၣ်ညီဘၣ်န့ၣ်, စူးကါ တၢ်မၤကဆိုစုလၢ အအိၣ်ဒီးသံးစီထံတက့ၢ်. မ့ၢ် စူးကါတၢ်မၤကဆိုစုလၢ အအိၣ်ဒီး သံးစီထံန့ၣ်, တြုၣ်နစုဒီးတၢ်မၤကဆိုစုတုၤအဃုထီထီၣ် တက့ၢ်.



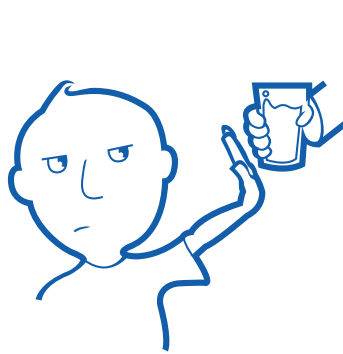
နု မ့တမ့ၢ် ပုၤတကၤကလၢနသုၣ်ညါမ့ၢ်ဆူးကု ဒီးဟံဖျါထီၣ်တၢ်ဆါကုၢ်ပနီၣ်လီၤဘၣ်ယီၤ တခါလၢလၢလၢအသိးအံၤအဟံ, မၤန့ၢ် **ဂုၢ်ဂီၢ်အု**ကသံၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲလီၤတက့ၢ်- လၢဖိသၣ်-



ကသါချ့ မ့တမ့ၢ် ကသါကိဗဲ



ဖံးဘၣ်ထီၣ်လါ မ့တမ့ၢ် အလွဲဝါစး



အိတၢ်ထံတၢ်နိတလၢပွဲၤ



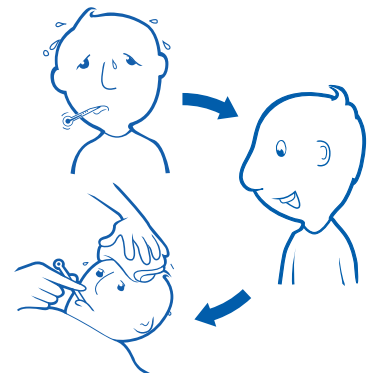
ဘိုးတဘိယုၣ်ဃီ မ့တမ့ၢ် ဘိုးနးနးကလဲၣ်



တနီၣ်ထီၣ်သး မ့တမ့ၢ် တကီးဆၢတၢ်



ဖိသၣ်သးအုန့ၣ်ပွၢ်ဒီးမးတုၤလၢ တအံၣ်ဒီးလၢတၢ်ကမိၣ်အီၤ



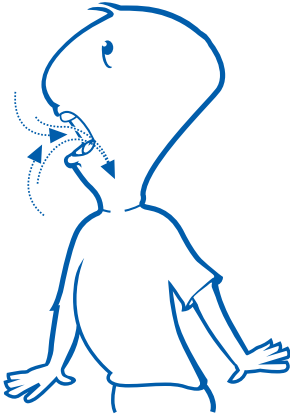
တၢ်ဆါကုၢ်ပနီၣ်လီၤလၢကံးဒီးတိးကွတဖၣ် ကိညါထီၣ်ဘၣ်ဆၣ် တၢ်ကိၢ်ထီၣ် ဒီးတၢ်ကူးနးထီၣ်ကဒါကုၢ်

လၢဖိသၣ်အိၣ်ဖျၢၣ်သီတဖၣ်-

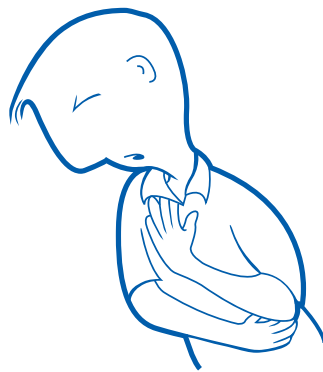
နကြးကွၢ်ဃုၣ်စုၢ်ကိးတၢ်ပနီၣ်လီၤဘၣ်ယီၤတဖၣ်လၢအမ့ၢ်- အိၣ်တၢ်တနုၣ်, ဝဲဟီၣ်အခါမံၣ်ထံတထီၣ်, ဒီးအနီၣ်ပးခံ ဘၣ်စီၣ် အဆၢယံၤလီၤသးန့ၢ်အညီန့ၢ်အသိးတဖၣ်လီၤ.

တိးကွတ်ဆါ(တိးကွ) တိးကွတ်ဆါဒီးနု

လာပုနီဒ်-



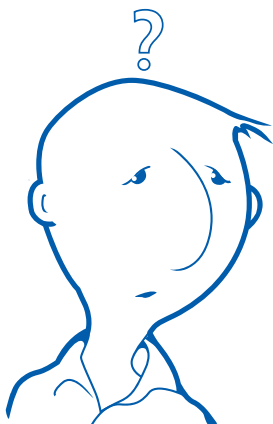
ကသါဘဉ်ကီဗဲ မုတမုာ် ကသါဖုဉ်ကီဉ်ဖိ



သးနီပုာ် မုတမုာ် ပာဖာ ဆါ မုတမုာ် ဗး



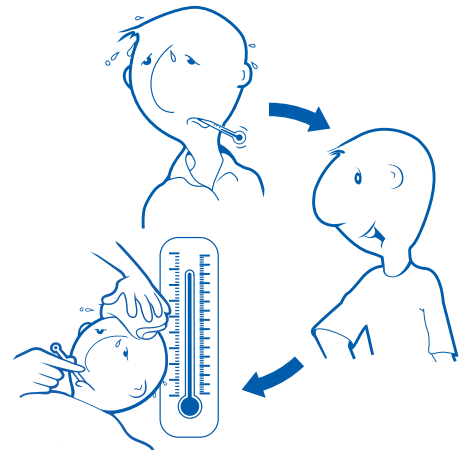
မဲာ်မုာ်သတိုာ်ကလံာ်



တိုာ်နီဉ်တံာ်တဘဉ်



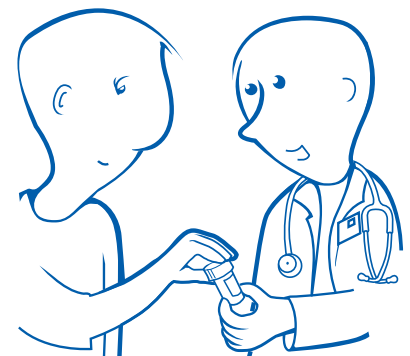
ဘိုးတပယုာ်ဗီ မုတမုာ် နးနးကလံာ်



တံာ်ဆါကွာ်ပနီဉ်လာလီၤကံးတိးကွတဖဉ်
ကီညါထီဉ်ဘဉ်ဆဉ် တံာ်ကီထီဉ်
ဒီးတံာ်ကွးနးထီဉ်ကဒါကွာ်

ကသံဉ်ကသီလာတံာ်ယါဘျါတိးကွတ်ဆါ အဂီၢ်အိဉ်ခါ.

အိဉ်လီၤ. ကသံဉ်လာ ဘဉ်တံာ်ဟ့ဉ်အီၤလာ ကသံဉ်သရဉ်လာ တံာ်ကိးအီၤလာ ကသံဉ်မၤသံတံာ်ဃာ်န့ဉ်
ယါဘျါတိးကွတ်ဆါသု န့ဉ်လီၤ. နမုာ်ဆိးကုအဃီ, ကသံဉ်တဖဉ်အံၤ ဒုးကီညါလီၤကွာ်
နုၤလာအချ့ဒီးဒုးကီညါထီဉ်ကွာ်တိးကွန့ဉ်လီၤ. ပုၤအါဂါလာ အဆုးကွဲန့ဉ်ဒီးကီညါထီဉ်ကွာ်ဘဲဒဉ်
အတံာ်ဒီး တလီဉ်ဘဉ်ဝဲ ကသံဉ်တဖဉ် အံၤဘဉ်န့ဉ်လီၤ. ဘဉ်ဆဉ်, နမုာ်လီဉ်ဘဉ်တံာ်မၤစၢၤလာ
ကကီညါထီဉ်ကွာ် အဂီၢ်, ဘဉ်သ့ဉ်သ့ဉ် နကသံဉ်သရဉ်ကဆါတံာ်လာ ဟ့ဉ်လီၤနုၤကသံဉ်
မၤသံတံာ်ဃာ်တဖဉ်သ့ဝဲန့ဉ်လီၤ.



လာနကသ့ဉ်ညါအါထီဉ်တံာ်ဂ့ၢ်တံာ်ကျါအဂီၢ်ဆဲးကျါ CDC အတံာ် ဂ့ၢ်တံာ်ကျါ ဝဲ 1-800-CDC-INFO (232-4636) မုတမုာ် လဲၤ ကွဲာ် www.cdc.gov/flu.