

# တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဘးဒီး တၢ်ဆံၣ်ဆါဒီး COVID-19

တၢ်အံၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတၢ်နီၤလၢဘၣ်တၢ်ထီၣ်အိၣ်အီၤလၢ Children's Minnesota တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်သါအံၤကရူၢ် ဘၣ်ဘးဒီး နအိၣ်ကတံာ်ကတီၤ သးလၢနကကွၢ်ထွဲပုၤဖဲသၢ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဆံၣ်ဆါဝဲ COVID-19 တၢ်ဆါသၢ်တြိၣ်အကတီၢ်(လၢတၢ်သ့ၣ်ညါစ့ၢ်ကီးအီၤဒ်အမ့ၢ် ခိၣ်ရိၣ်န့ၣ်ဘဲရး(စ) တၢ်ဆါဃာ်အသီ (Novel Coronavirus) ကသ့ၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ဝံသးစူၤလဲၤကွၢ် [American Diabetes Association \(ADA\)](#) (အမဲၤရၤတၢ်ဆံၣ်ဆါ တၢ်ဆါတၢ်ကရၢကရီ) ပုၤယဲၤသန့ လၢနကမၤန့ၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလီၤတံၢ်လီၤဆဲးဘၣ်ဘးဒီးတၢ်ဆံၣ်ဆါတၢ်ဆါန့ၣ်တက့ၢ်. ဖဲနကွၢ်ထွဲနဖဲဖဲဟံၣ်အခါ, နအိၣ်ကတံာ်ကတီၤသးသ့အါထီၣ်ခိဖျိတၢ်လူၤဟံၣ်မၤထွဲတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢလၢတဖၣ်သ့န့ၣ်လီၤ.

## ဟံၣ်ဖျိထီၣ်တၢ်လိၣ်တၢ်လဲၤတဖၣ်

- ခၢ်ဘိၣ်ဟံးဒြးယိယိဒ်အမ့ၢ် စိၣ်ဒ်, ကနဲစီ, တၢ်သၢ်ဃုာ်, က့ၣ်လၢ်တ့ၣ်, တၢ်ဆါကိၢ်လိၣ်တဖၣ် မ့တမ့ၢ် ကိၣ်ထံၣ်ဖိတဖၣ်လၢ ကမၤစၢၤနတၢ်ဆါအပတီၢ်အါဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကိတၢ်ခဲလၢနတၢ်ဆံၣ်ဆါလီၤဒီးဆိးကွၢ်နးတလၢလၢကအိၣ်တၢ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- မၤပျဲၤပိၣ်နကသံၣ်ဖိၣ်တဖၣ်လၢအိၣ်ဒီးကသံၣ်သရၣ်အတၢ်န့ၣ်လီၤတဖၣ်ဒ်သိးနသုတဟးထီၣ်ဘၣ်လၢဟံၣ်ချၢအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- ဟံးဆိဃာ်ဟံးစၢၤအ့ၣ်စူၣ်လံ(န)လၢတနွံအဂီၢ်လၢလၢလိၣ်လိၣ်, ဖဲနမ့ၢ်ဆိးကွၢ်ထီၣ် မ့တမ့ၢ် လဲၤဟံးမၤပျဲၤကဒီးအီၤတသ့ဘၣ်အခါန့ၣ်တက့ၢ်.
- တၢ်လိၣ်တၢ်လဲၤအပိၣ်တဖၣ်ဒ်အမ့ၢ်သံးစီထံဒီးဆးပုၤလၢကသ့ကဆီၣ်စုတဖၣ်အဂီၢ်တက့ၢ်.
- **တၢ်မၤကွၢ်ဟီၣ်မိကလူၤခူကီၣ် (Glucagon) ဒီး ကံခံထီ (ketone) အပျုဖိတဖၣ်, ဖဲတၢ်ဆံၣ်ဆါမ့ၢ်လီၤ ဒီး ထီၣ်အခါ**
- ဟံးဟံးဃာ်နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချၢတၢ်ကွၢ်ထွဲကရူၢ်, ကသံၣ်ကျးဒီးပုၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်အုၣ်ကီၤတၢ်မၤစၢၤအလီၤတဲစိ တဖၣ်လၢနမၤန့ၢ်အီၤ ကသ့တဘျီဃီန့ၣ်တက့ၢ်.
- ဟံးဃာ်ကသံၣ်ကသီဒီးတၢ်အီၤကသံၣ်အဘျီအစရီတဖၣ် (ဃုာ်ဒီးကသံၣ်ဘၣ်တၢ်မံၣ်ဒီးကသံၣ်ဂံၢ်ဘါတဖၣ်) လၢနမၤန့ၢ်အီၤကသ့တဘျီဃီ အဂီၢ်တက့ၢ်.

## တဲသကိးတၢ်ဒီးနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချၢတၢ်ကွၢ်ထွဲကရူၢ်ဘၣ်ဘးဒီးတၢ်လၢလၢ-

- ကဘၣ်ကိးနကသံၣ်သရၣ်အဝဲဒၤအခါဖဲလဲၣ် (လၢကံခံထီ (ketones) အဂီၢ်, တၢ်ဆိတလဲတဖၣ်လၢတၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ်တၢ်အီတဖၣ်, တၢ်မၤဘၣ်ဘျိးဘၣ်ဒါကသံၣ်ကသီတဖၣ်)
- နကဘၣ်သမံသမိးကွၢ်နတၢ်ဆါလၢသ့ၣ်ပုၤပျဲၤဘျီလဲၣ်
- ကသမံသမိးကွၢ်ကံခံထီ (ketone) အခါဖဲလဲၣ်
- ကသံၣ်ကသီတဖၣ်လၢနကြးစူးကါအီၤလၢတၢ်ခုၣ်ဘၣ်, တိးကွၢ်တၢ်ဆါ, ဘဲရး(စ)တၢ်ဆါဃာ်ဒီးတၢ်ဆါဘၣ်ကံတဖၣ်အဂီၢ်
- တၢ်ဆိတလဲတမံၤလၢလၢနတၢ်ဆံၣ်ဆါကသံၣ်ဖိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်ဖဲနဆိးကွၢ်အခါ

