



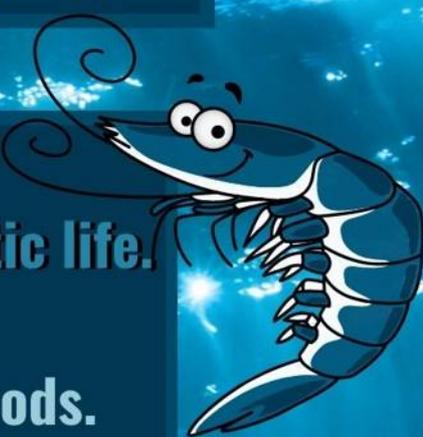
COVID-19 **ไม่ติดและไม่แพร่ผ่านสัตว์น้ำ**
คำแนะนำ
ในการปรุงอาหารทะเลสดหรือแช่แข็ง

កុំភ័យ-ខ្លាច ដល់ ទេស្តេដង្ហូរទឹកស្អុយ ម្ហូប ត្រី ខ្នុរ ក្នុង ទឹក ឬ ក្នុង ទឹក កក ។ ។ ។
លាត់ដាច់ដោយ(ឆ្នាំ) ទោះបីដោយ បង់លាត់ដាច់ ម្ហូប ឱ្យ ប្រើ ឱ្យ ត្រូវ លុំ ក៏ ដោយ ដល់ ទេស្តេដង្ហូរ ទឹក ស្អុយ ។

COVID-19 is not infectious and does not spread through aquatic life.
Suggestions for cooking fresh or frozen seafoods.

មេរោគកូវីដ-19 មិនឆ្លងតាមរយៈសត្វនៅក្នុងទឹកឡើយ តែទោះយ៉ាងណាសូមចម្អិនអាហារសមុទ្រទាំងនោះអោយបានឆ្អិនល្អ

ພະຍາດໂຄວິດ-19 ບໍ່ສາມາດຕິດ ແລະ ບໍ່ສາມາດແຜ່ເຊື້ອຜ່ານສັດນໍ້າໄດ້
ຄໍາແນະນໍາ
ໃນການປຸງອາຫານທະເລສົດ ຫຼື ແຊ່ແຂງ





COVID-19 ไม่ติดและไม่แพร่ผ่านสัตว์น้ำ



ยังไม่พบว่าคนติดเชื้อ COVID-19
จากการบริโภคสัตว์น้ำ และ ผลิตภัณฑ์จากสัตว์น้ำ



เพื่อการบริโภคที่ถูกสุขอนามัย
ควรปรุงสัตว์น้ำให้สุกก่อนบริโภค



คำแนะนำ ในการปรุงอาหารทะเลสดหรือแช่แข็ง



ล้างมือหลังสัมผัสสัตว์น้ำ
ก่อนและหลังปรุงอาหาร



ไม่สัมผัสอาหารอื่น
ขณะเตรียมอาหารแช่แข็ง



ไม่จับใบหน้า
ขณะซื้ออาหารแช่แข็ง



ปรุงสุกก่อนบริโภค



COVID-19 is not infectious
and does not spread through aquatic life.



No report that people infected with COVID-19 through consumption of fresh and frozen seafoods.



For hygienic consumption, Fresh and frozen seafood should be cooked before being consumed



Suggestions

for cooking fresh or frozen seafoods.



Wash your hands after touching aquatic animals as well as before and after cooking.



Not touching other foods while preparing fresh or frozen seafood.



Do not touch your face while buying frozen food.



Cooked before being consumed.



ພະຍາດໂຄວິດ-19 ບໍ່ສາມາດຕິດ ແລະ ບໍ່ສາມາດແຜ່ເຊື້ອຜ່ານສັດນໍ້າໄດ້



ຍັງບໍ່ພົບວ່າມີຄົນຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19 ຈາກການ
ບໍລິໂພກສັດນໍ້າ ແລະ ຜະລິດຕະພັນຈາກສັດນໍ້າ



ອາຫານທະເລສົດ ຫຼື ອາຫານແຊ່ແຂງ
ຄວນປຸງໃຫ້ສຸກກ່ອນບໍລິໂພກ



ຄໍາແນະນໍາ ໃນການປຸງອາຫານທະເລສົດ ຫຼື ແຊ່ແຂງ



ລ້າງມືຫຼັງສໍາຜັດສັດນໍ້າ ຫຼື ອາຫານສົດທັງ
ກ່ອນ ແລະ ຫຼັງປຸງອາຫານ



ບໍ່ຄວນຈັບອາຫານອື່ນ ໃນຂະນະທີ່ກຽມອາຫານສົດ



ຫຼີກຫຼ່ຽງການສໍາຜັດໃບໜ້າໃນຂະນະທີ່ຈັບ ຫຼື ປຸງອາຫານສົດ



ຫຼີກຫຼ່ຽງການສໍາຜັດໃບໜ້າໃນຂະນະທີ່
ຈັບ ຫຼື ປຸງອາຫານສົດ



មេរោគកូវីដ-19 មិនឆ្លងតាមរយៈសត្វនៅក្នុងទឹកឡើយ



មិនទាន់មានការសិក្សាណាបញ្ជាក់ថាមេរោគកូវីដ-19 អាចចម្លងតាមរយៈអាហារសមុទ្រនៅឡើយ ទាំងអាហារស្រស់ និងក្លាស្សេ



សម្រាប់អនាម័យក្នុងការបរិភោគ រាល់អាហារសមុទ្រស្រស់ និងក្លាស្សេ ត្រូវចម្អិនអោយបានឆ្អិនល្អមុននឹងបរិភោគ



តែទោះយ៉ាងណាសូមចម្អិនអាហារសមុទ្រទាំងនោះអោយបានឆ្អិនល្អ



សូមលាងសម្អាតដៃរបស់អ្នកមុននិងក្រោយចម្អិនអាហារសមុទ្រទាំងនោះ



សូមកុំដាក់អាហារនៅផ្សេងទៀត លាយឡំជាមួយអាហារសមុទ្រពេលកំពុងចម្អិន



សូមចៀសវាងប៉ះពាល់បរិវេណមុខមាត់របស់អ្នកពេលកំពុងទិញអាហារសមុទ្រទាំងនោះ



សូមចម្អិនអាហារអោយបានឆ្អិនល្អមុននឹងបរិភោគ



ကိုဗစ်-၁၉ သည် ရေနောထွေဝါများမှ တစ်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းမရှိပါ။



လတ်ဆတ်သော၊ အေးခဲထားသော ပင်လယ်စာများကို စားသုံးခြင်းကြောင့် လူသို့ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကူးစက်ကြောင်း အစီရင်ခံသတင်းပို့ထားခြင်း မရှိပါ။



ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်စေရန် အတွက် လတ်ဆတ်သော၊ အေးခဲထားသော ပင်လယ်စာများကို ကျက်အောင်ချက်ပြီးမှ စားသုံးသင့်သည်။



လတ်ဆတ်သော(သို့) အေးခဲထားသော ပင်လယ်စာများ ချက်ပြုတ်ရာတွင် လိုက်နာသင့်သည့်အချက်များ



မချက်ပြုတ်မီ၊ ချက်ပြုတ်အပြီးနှင့် ရေနောထွေဝါများကို ကိုင်တွယ်ပြီးနောက် လက်ဆေးပါ။



လတ်ဆတ်သော (သို့) အေးခဲထားသော ပင်လယ်စာများကို ချက်ပြုတ်ပြင်ဆင်သည့်အခါတွင် အခြားအစားအသောက်များကို မထိပါနှင့်။



လတ်ဆတ်သော (သို့) အေးခဲထားသော ပင်လယ်စာများ ဝယ်ယူချိန်တွင် မျက်နှာကို လက်ဖြင့် မထိပါနှင့်။



ကျက်အောင်ချက်ပြုတ်ပြီးမှသာ စားသောက်ပါ။