

# Teci Mac Riir: Dhuk bai ne pialguɔp

## Lek de bai

Ƴöt ku tiep ci mac de rok ke nyok aleu bi yic naŋ ka wei raan, ka cit mande ka leu bi ran lony nom, ka moth thok leu bi raan thor cok, atiop de mac colpiny, abil ke karaba ci mac ke riok, mathurai ke gath ci koth piel kujol ya pany de Ƴot ci niop leu be raan mar.

Ka leu bi raan ke nyin tiit teci mac riir aye kacit mande:

- Abethtöth
- Deth de tiim ke löö cike tɔi koth (ne wal de kopa korom Athenet ka 'CCA' (copper chrome arsenate 'CCA')).
- tuur
- wɛl domic
- tɛŋ gath de LP
- wɛl ke akim
- adir kujol ya ka ci nyop Ƴot kedhie
- kujol ya guot de wal eben (cit mande wɛl ke wɛk de piny).

Thiec kɔc ke akutnom de rɔr lan pieth en ba dhuk pandu. Na leu rɔt keyin duone mith leer Ƴon ci mac riok. Na ca mith lar keyin yi nyin tiit ne keek apieth.

## Gɛl rɔt ne rɔr

Ye ceŋ alath ye guɔp gel cit mande:

- wɛr murkum riel nim ku pioth yin cin ne gelop ke loi.
- Piothe aberol ye cuatwei (bar kok ku ye thar matholon)
- Ye ceŋ ne ka ye wum kum (P2 face mask)

Yin leu ba aberol, gelop ku kake kum de wum yook tenɔŋ kanthil de bailɔŋ ceŋ ka tenɔŋ Mukteɔp ke Kuony de Rɔr.

Na wan Ƴon ci nyop keyin taau gelopku, aberoldu, ku kakun ke kum de wum ne beŋ de acuɔlic ku cuate ke wei. Piny yin cin teci karac nyai Ƴot. Duone wɛrku tɛu ne yin cok keke keneke wei koth.

## Nyɛi de kaci riak ka karac

Aci pieth ba kaci mac ke riok yalic Ƴondu ku yen aleu be naŋ ke wei yin, arac areetic tenɔŋ Ƴotic löö cike tɔc koth ne wal de ACC. Te yiek Ƴondu ne ka nɔŋc abethtöth keyen aleu be yin Ƴöök.

## Miith

Miith ci mac ke riok kedhie apieth beke cuat wei. Miith kedhie, kaye dɔc riak ku miith ye cien, cit mande miith tɔ ne kothic. Lieu de karaba aleu be miith cike taau ne talaja yic cok riak.

## Tɛŋ de piu

mac de rok e lir, ku ɲeth kujɔl ya athethor ci gar areetic thiai nhial, ku tɛŋdun de piu eyic dhil thianj ne ɲeth, lir, kaci kam thou thin. Teci piu ɲuac kaci nyin rac, keke duone ke dek ku duone ke yin lai.

## Tɛŋ de piu ke pakana ci wei piny

Mac de rok aleu be tɛŋdun de piu ke pakana ci wei piny riok ka cɔk niop areetic, yen duone arabiya ger neye nom ku duone cath e nom. Na ye thonj ke tɛŋdun de piu ke pakana ci mac riok, keyin cɔl atet nyic luoi de pakanai ku piu.

## Tiit e nyin ne rɔtdu

Ago rɔr gel, keyin duone tɔ yon ci mac riok ne theɛk juic. Na ba lo tɔ thin ne theɛk juic ke muk kekake:

- Gun de piu ke dek
- Mieth ba lo cak (mieth ye dɔc riak apieth be taau ne talaja thin de muk miithic)
- Dian de gel akol
- Kuom de nom

Be raan dhuk ne tiep ci nyomic e raan yiɛn tek ku dɛŋdit areetic. Apieth be raan jam piou ne diktɔr de thaikolojith ku kɔc ye kɔc wei pioth, yen e kuonye aleu ba yook tenɔŋ akuma de bailɔŋ ceŋ ku ɲan ke kuony ke dhie.

E gar de Akuma de Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.

© wilaya de Victoria, Akutnom de Pialguop ku Lɔtueŋ de Kɔc (Department of Health), Peirou 2021.