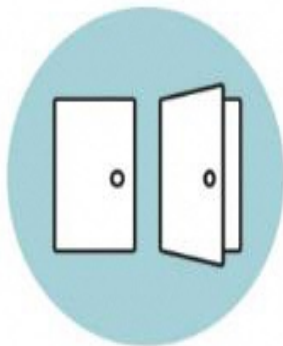


အနီးကပ်ထိတွေ့သူရဲ့ကျန်းမာရေးကို  
စောင့်ကြည့်နေစဉ်နှင့် ကူးစက်ခံရသူ  
အိမ်မှာကုသနေစဉ် သတိထားရမည့်အချက်

1



အနီးကပ်ထိတွေ့သူ/ကူးစက်ခံရသူ  
နဲ့အခြားသောအတူနေထိုင်သူရဲ့  
အခန်းကိုတတ်နိုင်သမျှ ခွဲထားပါ

2



အနီးကပ်ထိတွေ့သူ/ကူးစက်ခံရ  
သူအား ပြုစုစောင့်ရှောက်သူကို  
တတ်နိုင်သမျှ သတ်မှတ်ထားရန်

3



တတ်နိုင်သမျှ  
အားလုံး  
မက်စ်တပ်ဆင်ပါ

4



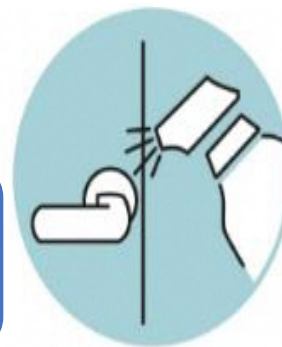
မကြာခဏ  
လက်ဆေး၊  
ပလုတ်ကျင်းပါ

5



တတ်နိုင်သမျှ နေ့ဘက်မှာ  
လေအဝင်အထွက်  
လုပ်ပေးပါ

6



လက်ကိုင်ကွင်း၊ခေါင်းစသဖြင့်  
အများ ဘုံသုံးတဲ့နေရာကို  
ပိုးသတ်ရန်

7



ညစ်ပေသွားသည့်  
ပိတ်စ၊ အဝတ်အစားများကို  
လျှော်ဖွတ်ပါ

8



အမှိုက်ကို  
အလုံပိတ်ပြီး ပစ်ပါ



အစားအသောက်  
သပ်သပ်စီ စားရန် !