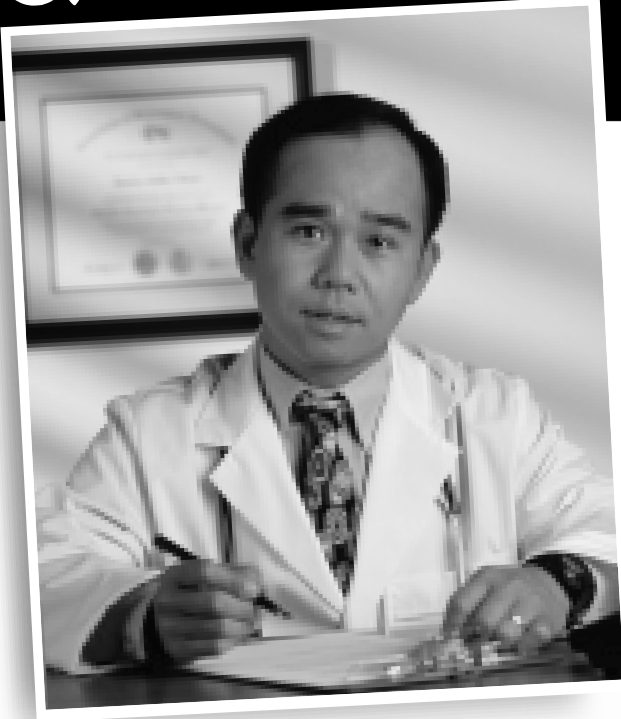


# “រោគទឹកនោមផ្អែមជាជម្ងឺធ្ងន់ធ្ងរ ប៉ុន្តែអ្នកអាចបង្ក្រាបបាន”

តើអ្នកដឹងទេថា រោគទឹកនោមផ្អែមបណ្តាល ឲ្យមនុស្សពេញចំណាស់ខាក់ភ្នែក ខូចតម្រង ដោយ គ្រោះថ្នាក់ដៃកាត់ជើង? ម៉្យាងទៀត ធ្វើឲ្យកើតជម្ងឺបេះដូង ហើយនិងជម្ងឺស្លាប់ដៃ ស្លាប់ជើង ស្លាប់មួយចំហៀងខ្លួន។

រោគទឹកនោមផ្អែម កំពុងតែបង្កើតផលវិបាក ចំពោះប្រជាជន Asian American និង Pacific Islanders ។

អ្នកជម្ងឺខ្លះអាចបង្ក្រាបកំរិតឈាមផ្អែម របស់គេ ឃើញគេបានសុខសាន្តខុសផ្នែកពីមុនឆ្ងាយ។ បើអ្នកមានរោគទឹកនោមផ្អែម ពិនិត្យជាតិស្ករ ចុះកំរិតមកជិតធម្មតា ដោយជ្រើសរើសចំណី អាហារដែលមានគុណភាពល្អ ធ្វើការហាត់ ប្រាណឲ្យបានទៀងទាត់ លេបថ្នាំតាមកំណត់ ផែនការកំរិតឈាមផ្អែមឲ្យបានញឹកញយ ហើយបើ មានសាល់គេមានរោគនេះ សូមជួយឧបត្ថម្ភ កំរិតជាតិស្ករក្នុងរាងកាយផងដែរ។



បង្ក្រាបរោគទឹកនោមផ្អែមអ្នក។ អ្នកនឹងបានសុខស្រួល ហើយមានកម្លាំងជាងមុន។ ជាពិសេស ជួយឲ្យសុខភាព អ្នកមិនសូវធ្ងន់ធ្ងរនៅពេលក្រោយ។

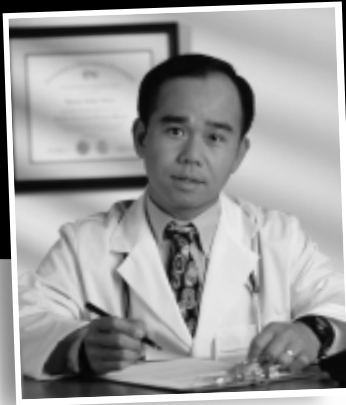
សូមទូរស័ព្ទមកលេខ : ១-៨០០-៤៣៨-៥៣៨៣ ឬមើលតាម web site <http://ndep.nih.gov> សំរាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

**បង្ក្រាបរោគទឹកនោមផ្អែមអ្នក រហូតមួយជីវិត**



ការបោះពុម្ពផ្សាយនេះសំរាប់បំរើសាធារណៈ

# “រោគទឹកនោមផ្អែម ជាប់ម្ហូបផ្លែឆ្នុនដូរ នៃអ្នកអាចបង្ក្រាបបាន”



តើអ្នកដឹងទេថា រោគទឹកនោមផ្អែមបណ្តាល  
ឲ្យមនុស្សពេញចំណាស់ខាក់ភ្នែក ខូចតម្រង  
នោមហើយនិងត្រូវទទួលការកាត់ដៃកាត់ជើង?

រោគទឹកនោមផ្អែម កំពុងតែបង្កើតផលវិបាក  
ចំពោះប្រជាជន Asian American និង  
Pacific Islanders.

ការថែរក្សាជាតិស្ករនៅក្នុងឈាម  
ចុះមកជិតធម្មតា ដោយការជ្រើសរើសចំណី  
អាហារណាដែលមានគុណភាពល្អ ធ្វើការ  
ហាត់ប្រាណទៀងទាត់ លេបថ្នាំតាមកំណត់  
និងនែកឈាមផ្អែមត្រូវបានញឹកញយ។

បង្ក្រាបឈាមផ្អែមអ្នកនឹងបានសុខសាន្ត  
ហើយមានកម្លាំងជាងមុន។ ជាពិសេសគឺ  
ជួយបន្ថយឲ្យផលវិបាកមានកំរិតទាប។

បង្ក្រាបរោគទឹកនោមផ្អែមអ្នក រហូតមួយជីវិត

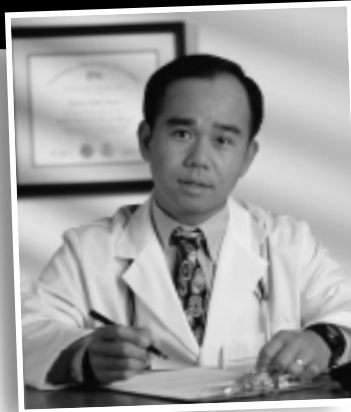
សូមទូរស័ព្ទ :  
១-៨០០-៨៣៨-៥៣៨៣ ឬ  
website <http://ndep.nih.gov>.



ការបោះពុម្ពផ្សាយនេះសំរាប់ប្រើសាធារណៈ

2 1/16" x 10"

# “រោគទឹកនោមផ្អែមជាប់ម្ហូបផ្លែឆ្នុនដូរ នៃអ្នកអាចបង្ក្រាបបាន”



ទូរស័ព្ទលេខ :  
១-៨០០-៨៣៨-៥៣៨៣ ឬមើលតាម  
website <http://ndep.nih.gov>.  
ដើម្បីព័ត៌មានបន្ថែម។



កម្មវិធីអប់រំ  
រោគទឹកនោមផ្អែម  
ជាមួយវិទ្យាស្ថាន  
សុខភាព (NIH)  
និងមណ្ឌល  
ការពារជម្ងឺ (CDC)

តើអ្នកដឹងទេថា រោគទឹកនោមផ្អែមបណ្តាល  
ឲ្យមនុស្សពេញចំណាស់ខាក់ភ្នែក ខូចតម្រង  
នោម និងទទួលការកាត់ដៃកាត់ជើង។

រោគទឹកនោមផ្អែម កំពុងតែបង្កើតផលវិបាក  
ចំពោះប្រជាជន Asian American និង  
Pacific Islanders ។ តែអ្នកអាចបង្ក្រាបបាន  
ហើយរស់នៅសុខសាន្តពេលនេះ និងពេល  
ខាងមុខដោយការបង្ក្រាបផ្លូវកំរិតជាតិស្ករឈាម  
អ្នក។

ការថែរក្សាជាតិស្ករនៅក្នុងឈាមអ្នក  
ចុះមកជិតធម្មតា ដោយការជ្រើសរើសចំណី  
អាហារណាដែលមានគុណភាពល្អ ធ្វើការ  
ហាត់ប្រាណទៀងទាត់ លេបថ្នាំតាមកំណត់  
និងនែកឈាមផ្អែមត្រូវបានញឹកញយ។

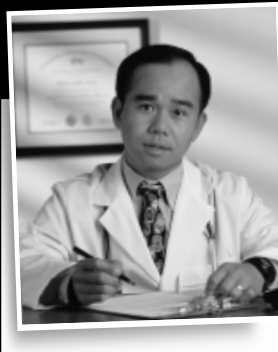
បង្ក្រាបឈាមផ្អែមអ្នកនឹងបានសុខសាន្ត  
ហើយមានកម្លាំងជាងមុន។ ជាពិសេសគឺ  
ជួយបន្ថយឲ្យផលវិបាកមានកំរិតទាប។

បង្ក្រាបរោគទឹកនោមផ្អែមអ្នក រហូតមួយជីវិត

ការបោះពុម្ពផ្សាយនេះសំរាប់ប្រើសាធារណៈ

4 1/2" x 5 1/4"

# “រោគទឹកនោមផ្អែមជាប់ម្ហូបផ្លែឆ្នុនដូរ នៃអ្នកអាចបង្ក្រាបបាន”



ថែរក្សារោគទឹកនោមផ្អែម អ្នកនឹងបាន  
ស្រួលខ្លួនហើយមានកម្លាំងជាងមុន។ ជា  
ពិសេស គឺជួយបន្ថយឱ្យផលវិបាកមាន  
កំរិតទាបនៅពេលអនាគត។

ជាមួយវិទ្យាស្ថានសុខភាព (NIH)  
និងមណ្ឌលការពារជម្ងឺ (CDC)



ការបោះពុម្ពផ្សាយនេះសំរាប់ប្រើសាធារណៈ

4 1/2" x 2"

ថែរក្សារោគទឹកនោមផ្អែម អ្នកនឹងបាន  
ស្រួលខ្លួនហើយមានកម្លាំងជាងមុន។ ជា  
ពិសេសគឺជួយបន្ថយឱ្យផលវិបាកមាន  
កំរិតទាបនៅពេលអនាគត។

“រោគទឹកនោមផ្អែម  
ជាប់ម្ហូបផ្លែឆ្នុនដូរ  
នៃអ្នកអាចបង្ក្រាបបាន”

ការបោះពុម្ពផ្សាយនេះសំរាប់ប្រើសាធារណៈ

កម្មវិធីអប់រំ  
រោគទឹកនោមផ្អែម  
ជាមួយវិទ្យាស្ថាន  
សុខភាព (NIH)  
និងមណ្ឌល  
ការពារជម្ងឺ (CDC)

ការបោះពុម្ពផ្សាយនេះសំរាប់ប្រើសាធារណៈ

2 1/16" x 5 1/4"