

ມີເຫດຜົນສອງຢ່າງທີ່ຂ້າພະເຈົ້າຕ້ອງຫາເວລາ ແລະຊ່ອງທາງປ້ອງກັນໂຮກເບົາຫວານ ເພື່ອອະນາຄົດຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ແລະ ຂອງພວກລູກໆ.



**ຄອບຄົວຂອງຂ້າພະເຈົ້າປຽບສະເໜີອີ່ມວ່າຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ໂລກນີ້ເປັນຂອງຕົນເອງ.
ດ້ວຍເຫດນີ້ຂ້າພະເຈົ້າຈຶ່ງຕ້ອງຫາເວລາເພື່ອໄວ້ເປັນປົວຮັກສາສຸຂະພາບຂອງຂ້າພະເຈົ້າ.**

ຂ້າພະເຈົ້າຮູ້ວ່າ ຄົນລາວຜູ້ທີ່ມີນ້ຳໜັກຫລາຍຕົນໄປ ອາດຈະນຳຜົນອັນຮ້າຍແຮງເຖິງເປັນໂຮກເບົາ ຫວານປະເພດ 2 ນີ້ໄດ້. ແຕ່ວ່າຍັງມີຂ່າວດີ. ທ່ານສາມາດຫາທາງປ້ອງກັນ ໂຮກເບົາຫວານ ປະເພດ 2 ນີ້ໄດ້ ໂດຍມີການປະຕິບັດນ້ອຍໆ ຕາມຂັ້ນຕອນ ດັ່ງນີ້: ພະຍາຍາມ ລົດຄວາມອ້ອມລົງ ໂດຍການກິນ ອາຫານທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ອອກກຳລັງກາຍ 30 ນາທີຕໍ່ມື້ 5 ມື້ຕໍ່ອາທິດ. ທ່ານຕ້ອງປຶກສາ ຫາລິນຳໜັບປະຈຳຕົວຂອງ ທ່ານກ່ຽວກັບຄວາມຮ້າຍແຮງຂອງໂຮກເບົາຫວານ ປະເພດ 2 ນີ້ໄດ້. ລາຍລະອຽດກ່ຽວກັບ ການປ້ອງກັນ ໂຮກເບົາຫວານ, ກະຮຸນາໄທຣະສັບ 1-800-438-5383 (ສຳລັບຜູ້ທີ່ເວົ້າພາສາອັງກິດ ເທົ່ານັ້ນ) ແລະ ສອບຖາມແບບແຜນ ຕາມພແລນ ໄດ້ຟຣີ ເພື່ອປ້ອງກັນ ໂຮກເບົາຫວານ ປະເພດ 2 ນີ້. ສຳລັບຂໍ້ມູນ ເປັນພາສາລາວ, ໃຫ້ເຂົ້າໄປຫາທີ່ www.ndep.nih.gov.



**ບາດກ້າວອັນນ້ອຍໆ
ຈະນຳຮາງວິນອັນມະຫາສານ
ປ້ອງກັນໂຮກເບົາຫວານ ປະເພດ 2**

www.ndep.nih.gov

ຂ່າວສານນີ້ ນຳຈາກໂຄງການສຶກສາ ດ້ານໂຮກເບົາຫວານ, ໂດຍໄດ້ຮັບການອຸປະຖູກ ຈາກສຸດທິສຸຂະພາບແຫ່ງຊາດ ແລະ ສູນກາງຄວບຄຸມ ແລະ ປ້ອງກັນເຊື້ອໂຮກ.