


គន្លឹះក្នុងការធ្វើការប្រកបដោយសុខភាពល្អ



របៀបរស់នៅទៀងទាត់
ញ៉ាំអាហារដែលមានតុល្យភាព
និងគេងឱ្យបានច្រើន



ពិនិត្យសុខភាព និងមើល
លទ្ធផលសុខភាព
ពិនិត្យសុខភាពនៅកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នកមួយឆ្នាំ
ម្តង។ បើអ្នកមិនយល់អំពីលទ្ធផលទេ សូមសួរ
នរណាម្នាក់នៅកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នក។



បើមានបញ្ហា សូមទៅ
មន្ទីរពេទ្យ
បើអ្នកមិនចេះនិយាយភាសាជប៉ុនទេ
សូមស្នើសុំអ្នកបកប្រែពីអង្គការ ឬ
ក្រុមហ៊ុនរបស់អ្នកឱ្យទៅជាមួយអ្នក។

ត្រូវពិនិត្យលទ្ធផលសុខភាពជានិច្ច
ដើម្បីឆាប់រកឃើញរោគបេង។ សូមអនុវត្ត
តាមការព្យាបាល នោះអ្នកនឹងឆាប់ជា។




បើអ្នកមានការ
ពិបាកសូមស្នើ
ក្រុមហ៊ុនរបស់
អ្នកឱ្យជួយ។

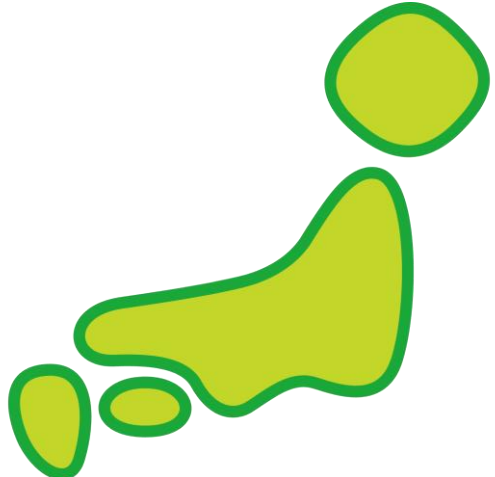
ចេញដោយអាណាខេត្ត

ចំពោះជនបរទេសដែលធ្វើការនៅប្រទេសជប៉ុន

រោគបេង

(TB)

របៀបបន្តធ្វើការប្រកបដោយសុខភាពល្អ



រោគបេងជា

ជំងឺស្លូត

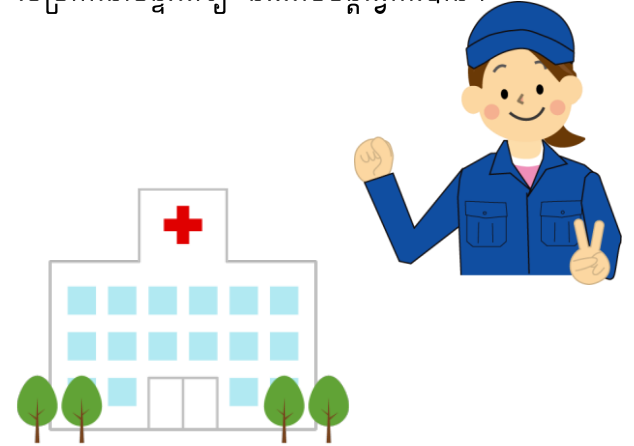
ដែលបង្កឡើងដោយបាក់តេរី MTB

របេងអាចធ្ងន់ធ្ងរ

ជាការសំខាន់ណាស់ក្នុងការរួសរាន់ធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ
រករោគបេង។ បើបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យក្នុងដំណាក់
កាលដំបូង អ្នកអាចទទួលបានការថែទាំដោយពុំចាំបាច់
សម្រាកនៅមន្ទីរពេទ្យ និងអាចបន្តធ្វើការបាន។



- វាចម្លងទៅមនុស្សផ្សេងទៀត
- អ្នកជំងឺអាចជាត្រូវសម្រាកមន្ទីរពេទ្យ



សូមយកចិត្តទុកដាក់លើរោគសញ្ញាទាំងនេះ! តើវាជារោគបេងឬ?



កក និងមានស្រែសជាប់យ៉ាងតិច 2

សប្តាហ៍។

គ្រុនក្រៅកម្រិតទាប មិនឃានអាហារ

និងមានអារម្មណ៍អស់កម្លាំង។

ដើម្បីរកឃើញរោគបេងដាច់ហ័ស សូមទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតឱ្យបានឆាប់ពេលអ្នកមានរោគសញ្ញា។ សូមពិនិត្យសុខភាពនៅកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នកមួយដំបូង។