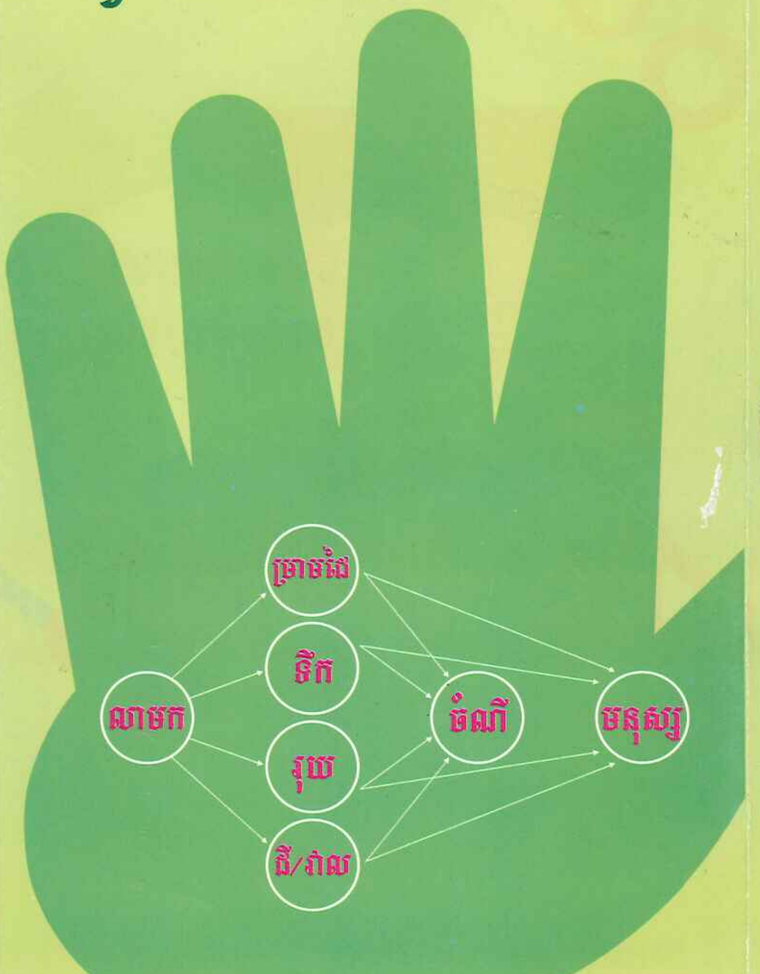
ហេតុអ្វីបានជាត្រូវលាង សំអាតដៃជាមួយសាប៊ូ?

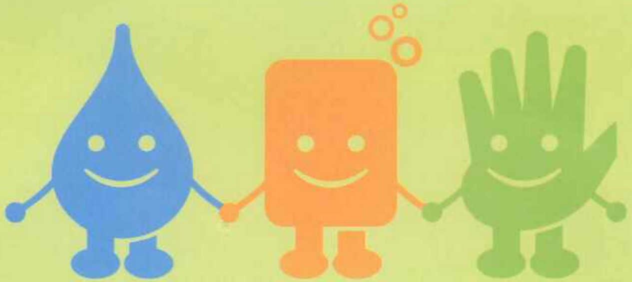
- មេរោគជាច្រើនប្រឡាក់ជាប់នឹងបាតដៃរបស់អ្នកតាមរយៈ ការប៉ះពាល់ជាមួយលាមកមនុស្ស លាមកសត្វ ដី និងរបស់របរឬវត្ថុកខ្វក់ផ្សេងៗ។ ប្រសិនបើអ្នកមិនបានលាងសំអាតដៃ ជាមួយសាប៊ូទេ អ្នកមិនអាចសំអាតមេរោគ ដែលនៅជាប់នឹងបាតដៃរបស់អ្នកបានទេ។
- ដៃកខ្វក់របស់អ្នកអាចនាំមេរោគផ្សេងៗ ចូលទៅក្នុងខ្លួនរបស់អ្នកបានយ៉ាងងាយ តាមរយៈ ការបរិភោគចំណីអាហារ ការយកដៃទៅប៉ះពាល់ មាត់ ច្រមុះ និងភ្នែក។

គួរលាងសំអាតដៃ នៅពេលណាខ្លះ?

- មុនពេលបរិភោគចំណី អាហារ
- ក្រោយពេលបន្ទោបង់
- ក្រោយពេលលាងសំអាតគូទកូន

ផ្លូវចំលងមេរោគសំខាន់ៗៈ





ដៃស្អាត សុខភាពល្អ

ជានិច្ចកាលត្រូវ លាងសំអាតដៃ ជាមួយសាប៊ូ

unicef unite for children

DFID Department for International Development

របៀបលាងសំអាតដៃឱ្យបានត្រឹមត្រូវ
១
ចាក់ទឹកផ្សើម
ដៃទាំងពីរ
ជាមួយទឹកស្អាត
២
ដាក់សាប៊ូនៅលើ
បាតដៃ និងខ្នងដៃ
៣
ដុសសំអាតបាតដៃ
ម្រាមដៃ និងមេដៃ
៤
ដុសសំអាត
ខ្នងដៃ
ចង្អែកដៃ
និងចុងម្រាមដៃ
៥
លាងជំរះសាប៊ូ
ពីដៃទាំងពីរ
ជាមួយទឹកស្អាត
៦
ជូតដៃនឹងកន្សែង
ឬក្រមាស្អាត