W Y A N D O T T E ကောင် တီ / K A N S A S K A N S A S မြို့ တော် ဆိုင် ရာ
ပြည် ထောင် စု အ စိုး ရ

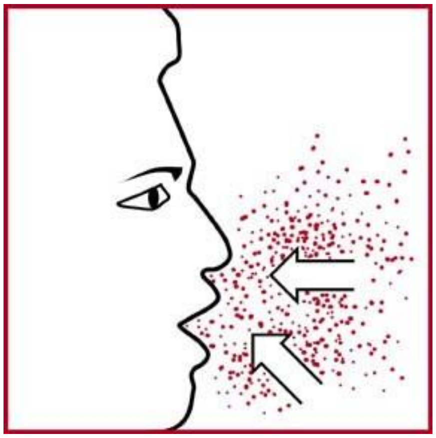
လုပ် ငန်း ခွင် တွင်း ခဲ ဓာတ်

အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းအရ ခဲနှင့် ထိတွေ့ရခြင်း

ခဲသတ္တုအသုံးပြုရခြင်းပါဝင်သော အလုပ် လုပ်ကိုင်ပါက သင်သည် ခဲဆိပ်သင့်နိုင်သည့် အန္တရာယ်ရှိနေပါပြီ။ သင်၏ အလုပ်ခွင်သုံး ဖိနပ်များနှင့် အဝတ်အစားများမှတစ်ဆင့် ခဲဓာတ်အား အိမ်သို့ယူဆောင်လာပါက သင့်မိသားစုတွင်လည်း အန္တရာယ်ရှိနိုင်ပါသည်။ ခဲသည် အဝတ်အစားများ၊ ဖိနပ်များ၊ အရေပြား၊ ဆံပင်နှင့် လက်များတွင် ကပ်ညှိပြီး အိမ်သို့ပါလာနိုင်သည့် အဆိပ်အတောက်သတ္တုဖြစ်သည်။

ခဲသတ္တုနှင့် ထိတွေ့မှုရှိသော အလုပ်များ

- ဆေးမှုတ်ထားသော သတ္တုအဟောင်းများအား ဂဟေဆော်ခြင်း
- ဆေးထုတ်လုပ်ခြင်း
- ဆေးမှုတ်ခြင်း
- ဘက်ထရီထုတ်လုပ်ခြင်း
- ရေတိုင်ကီပြုပြင်ခြင်း
- ခဲဂဟေဆော်ခြင်း
- မိုးလုံလေလုံ သေနတ်ပစ်လေ့ကျင့်ခြင်းများ
- ကြွေရည်စပ်ခြင်း
- ပုံဖော်ထားသောမှန်ရောင်စုံ ထုတ်လုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ပြုပြင်ခြင်း
- ဂဟေဆော်ခြင်း
- ပိုက်ပြင်ခြင်း



ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ခဲသတ္တု ဘယ်လိုဝင်ရောက်နိုင်သလဲ။

- ခဲငွေ့များ သို့မဟုတ် ခဲမှုန်များအား ရှူရှိုက်မိခြင်း သို့မဟုတ် မျိုချမိခြင်း
- မစားသောက်မီ သင့်လက်နှင့် မျက်နှာအား မဆေးကြောပါက ခဲမှုန်များကို အလွယ်တကူ မျိုချမိနိုင်ပါသည်။

ခဲဆိပ်တက်ခြင်း လက္ခဏာများ

အစောပိုင်းလက္ခဏာများ

- ပင်ပန်းနွမ်းနွယ်ခြင်း
- ဗိုက်မအီမသာဖြစ်ခြင်း
- စိတ်ဆိုးဒေါသထွက်ခြင်း
- အစာစားချင်စိတ်နည်းခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- အိပ်ရေးပျက်ခြင်း

နှောင်းပိုင်းလက္ခဏာများ

- ဝမ်းကိုက်ခြင်း သို့မဟုတ် နာကျင်ခြင်းများ
- ဝမ်းချုပ်ခြင်း
- ပျို့ခြင်း
- အလေးချိန်လျော့ကျခြင်း
- မှတ်ဉာဏ်ပြဿနာများ

W Y A N D O T T E ကောင် တီ
K A N S A S ၊ K A N S A S မြို့ တော် ဆိုင်
ရာ ပြည် ထောင် စု အ စိုး ရ

ခဲဆိပ်သင့်မှု ကာကွယ်ရေး အစီအစဉ်
ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန 619 Ann
Avenue
KS ၊ Kansas မြို့တော် 66101

ဖုန်းနံပါတ်- (913) 573-6774

WYANDOTTEကောင်တီ / KANSASKANSAS မြို့ တော် ဆိုင် ရာ
ပြည် ထောင် စု အ စိုး ရ

လုပ် ငန်း ခွင် တွင်း ခဲ ဓာတ်

အလုပ်ခွင်တွင်း ခဲဓာတ်နှင့်ထိတွေ့မှုကို ဘယ်လိုလျှော့ချရမလဲ။

- အလုပ်လုပ်နေစဉ် လေဝင်လေထွက်စနစ်များအား အသုံးပြုပါ။
- သင့်တော်သော အသက်ရှုကိရိယာအား အသုံးပြုပါ။ ၎င်းအား ပုံမှန်ဆေးကြောပြီး ပုံမှန်အသုံးပြုနိုင်သော အခြေအနေတွင် ရှိနေပါစေ။
- သင့်အလုပ်ခွင်အား သန့်ရှင်းအောင်ထားပြီး အဝတ်အစားများ၊ မျက်နှာပြင်များတွင် တွယ်ကပ်နေသော ခဲမှုန်များအား ခါခြင်း သို့မဟုတ် အခြောက်လျှော်ခြင်းများ မပြုလုပ်ပါနှင့်။
- မစားသောက်ခင် သင့်လက်များနှင့် မျက်နှာအား ဆေးကြောပါ။
- အလုပ်ခွင်အဝတ်အစားများအား အရပ်အဝတ်အစားများနှင့်မတူသော အံဆွဲထဲတွင် ထည့်သိမ်းပါ။
- အလုပ်မှမပြန်ခင် ရေချိုး၊ ခေါင်းလျှော်ပြီး သန့်ရှင်းသော အဝတ်အစားများနှင့် ဖိနပ်များအား လဲလှယ်ဝတ်ဆင်ပါ။
- အလုပ်တွင်းဝတ်ဆင်သော အဝတ်အစားများနှင့် ဖိနပ်များအား အိမ်သို့ မယူဆောင်သွားပါနှင့်။ ယူဆောင်သွားရမည်ဆိုပါကလည်း အလုပ်တွင်းဝတ်ဆင်သော အဝတ်အစားများနှင့် ဖိနပ်များအား ပလပ်စတစ်အိတ်သို့ထည့်ပြီး အလုံပိတ်ချည်ပါ။

ကျွန်ုပ်မိသားစုအား ခဲဓာတ်နှင့်မထိတွေ့စေရန် ဘယ်လိုကာကွယ်ရမလဲ။

- အကောင်းဆုံး အလေ့အထမှာ အလုပ်တွင်းဝတ်ဆင်သော အဝတ်အစားများနှင့် ဖိနပ်များအား အလုပ်တွင်ထားခဲ့ပါ၊ အိမ်သို့ ယူဆောင်သွားရမည်ဆိုပါကလည်း-
    - အလုပ်တွင်းဝတ်ဆင်သော အဝတ်အစားများနှင့် ဖိနပ်များအား သင့်ကလေး ကစားသည့်နေရာနှင့် အဝေးတွင်ထားပါ။
    - သင့် အလုပ်တွင်းဝတ်ဆင်သော အဝတ်အစားများအား မိသားစုအဝတ်အစားနှင့် ခွဲ၍ သပ်သပ်လျှော်ဖွတ်ပါ။
- သင့်ကလေး၏ အဝတ်အစားများအား ဆပ်ပြာနှင့် ရေဖြင့် ပုံမှန် ဆေးကြောပါ။
- သင့်ကလေး၏ အရုပ်များအား ဆပ်ပြာနှင့် ရေဖြင့် ပုံမှန် ဆေးကြောပါ။
- ရေနှင့် ကြမ်းမတိုက်ခင် ဖော်ဖေးခင်းထားသောနေရာများအား ဖုန်စုပ်ပါ။
- ကော်ဖေးခင်းထားသောနေရာများအား အဝတ်စုတ်နှင့် ဖုံးအုပ်ပါ။
- သင့်မိသားစုအား ခဲဓာတ်စစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ပါ။

WYANDOTTEကောင်တီ
KANSAS CITY၊ KANSAS မြို့ တော်
ဆိုင် ရာစု ပေါင်း အ စိုး ရ

ခဲအဆိပ်သင့်မှုကာကွယ်ရေး အစီအစဉ်
ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန 619 Ann Avenue
KS ၊ Kansas မြို့တော် 66101

ဖုန်းနံပါတ်- (913) 573-6774