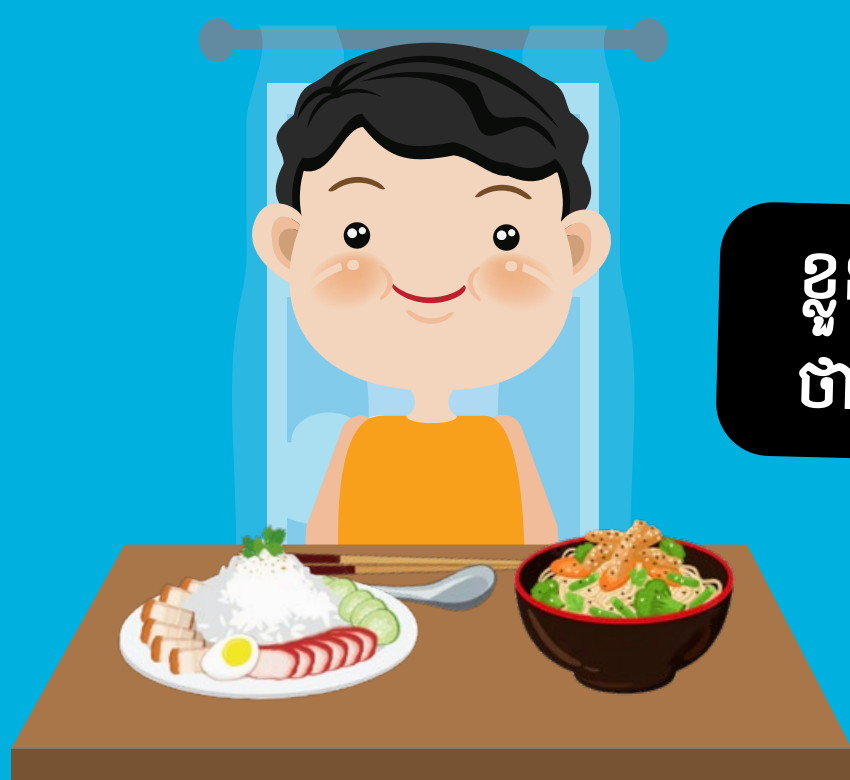
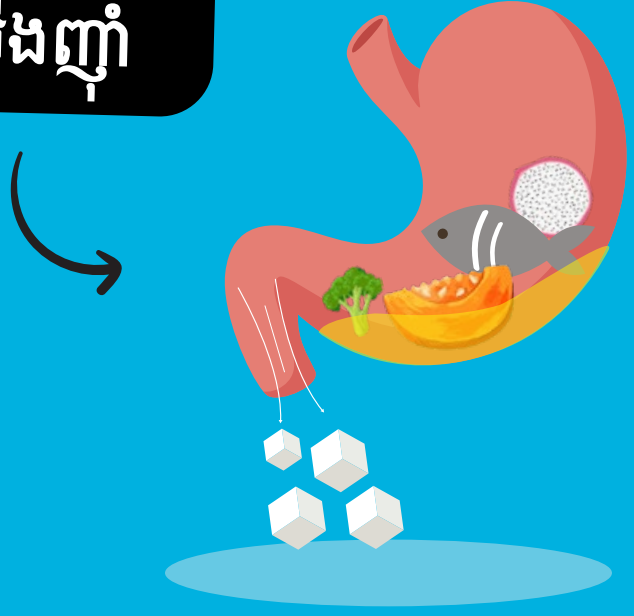


# ការព្យាបាលដោយ អាំងស៊ុយលីន

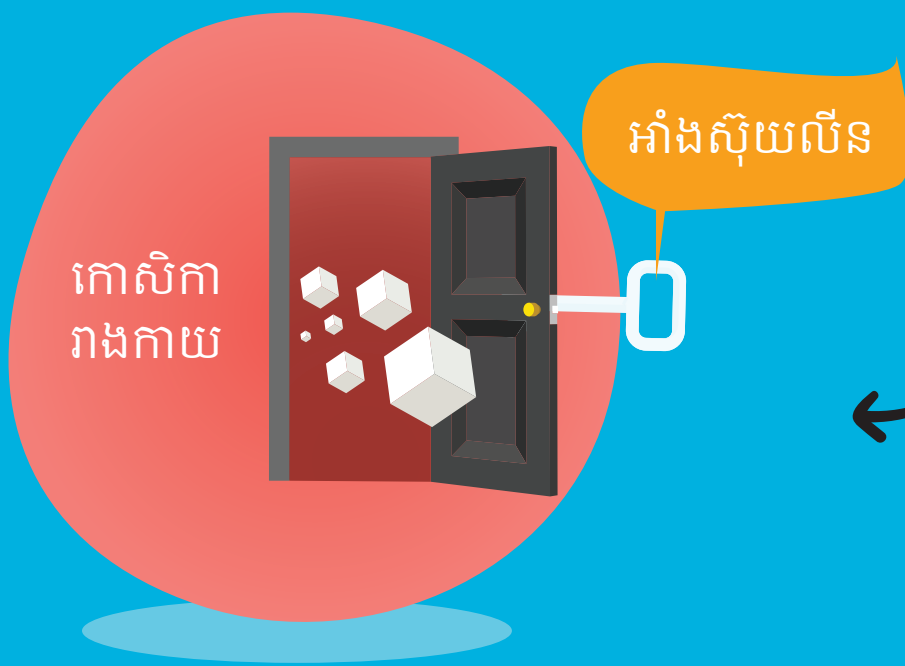
ហេតុអ្វីខ្ញុំត្រូវការចាក់អាំងស៊ុយលីន?



ខ្លួនប្រាណរបស់យើងទទួលបាន  
ថាមពលពីចំណីអាហារដែលយើងញ៉ាំ



អាហារភាគច្រើនដែលយើងញ៉ាំ  
ត្រូវបានបំបែកជាជាតិស្ករ ដែលជា  
ប្រភពសំខាន់នៃថាមពល



បើគ្មានអាំងស៊ុយលីន ខ្លួនប្រាណរបស់  
យើងមិនអាចទទួលបានថាមពលពី  
អាហារដែលយើងញ៉ាំបានទេ



អាំងស៊ុយលីន ប្រៀបដូចជាសោចាក់នាំជាតិ  
ស្ករចូលកោសិកាដើម្បីប្រើប្រាស់ជាថាមពល

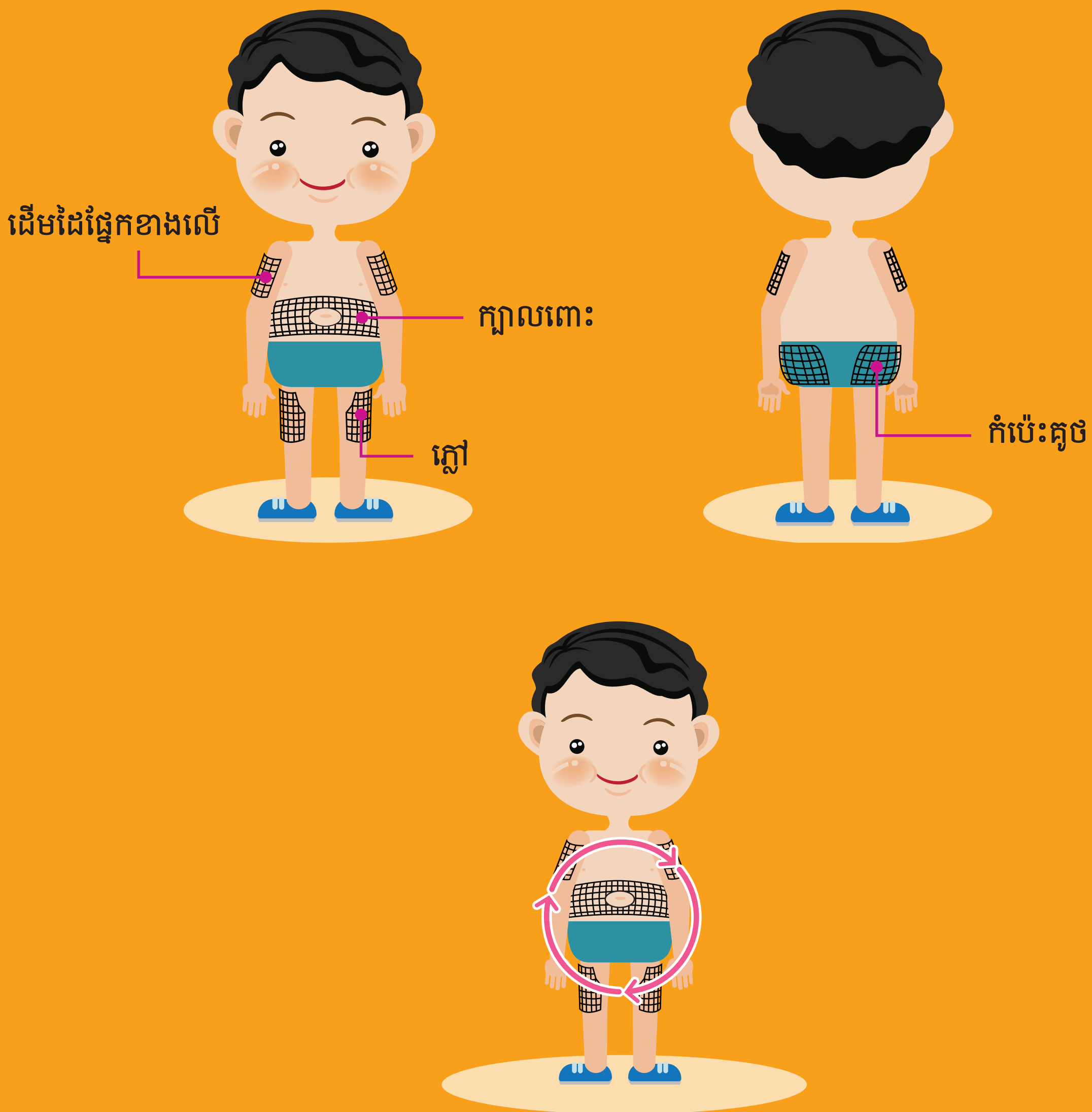




# ការព្យាបាលដោយ អាំងស៊ុយលីន

តើខ្ញុំត្រូវចាក់អាំងស៊ុយលីននៅកន្លែងណា?

ចាក់ក្នុងស្រទាប់ខ្លាញ់ក្រោមស្បែកនៅតំបន់សុវត្ថិភាពមួយ  
ក្នុងចំណោម៤ខាងក្រោម៖



ចូរចងចាំថាត្រូវប្តូរកន្លែងចាក់រាល់ពេល



# ការព្យាបាលដោយ អាំងស៊ុយលីន

តើយើងរក្សាអាំងស៊ុយលីនទុកយ៉ាងដូចម្តេច?

## អាំងស៊ុយលីនថ្មីមិនទាន់បើកប្រើ



កុំដាក់ចូលក្នុងទូបង្កក



រក្សាទុកក្នុងធុងទឹកកក រឺ  
ទូទឹកកក (កន្លែងមិនកក)

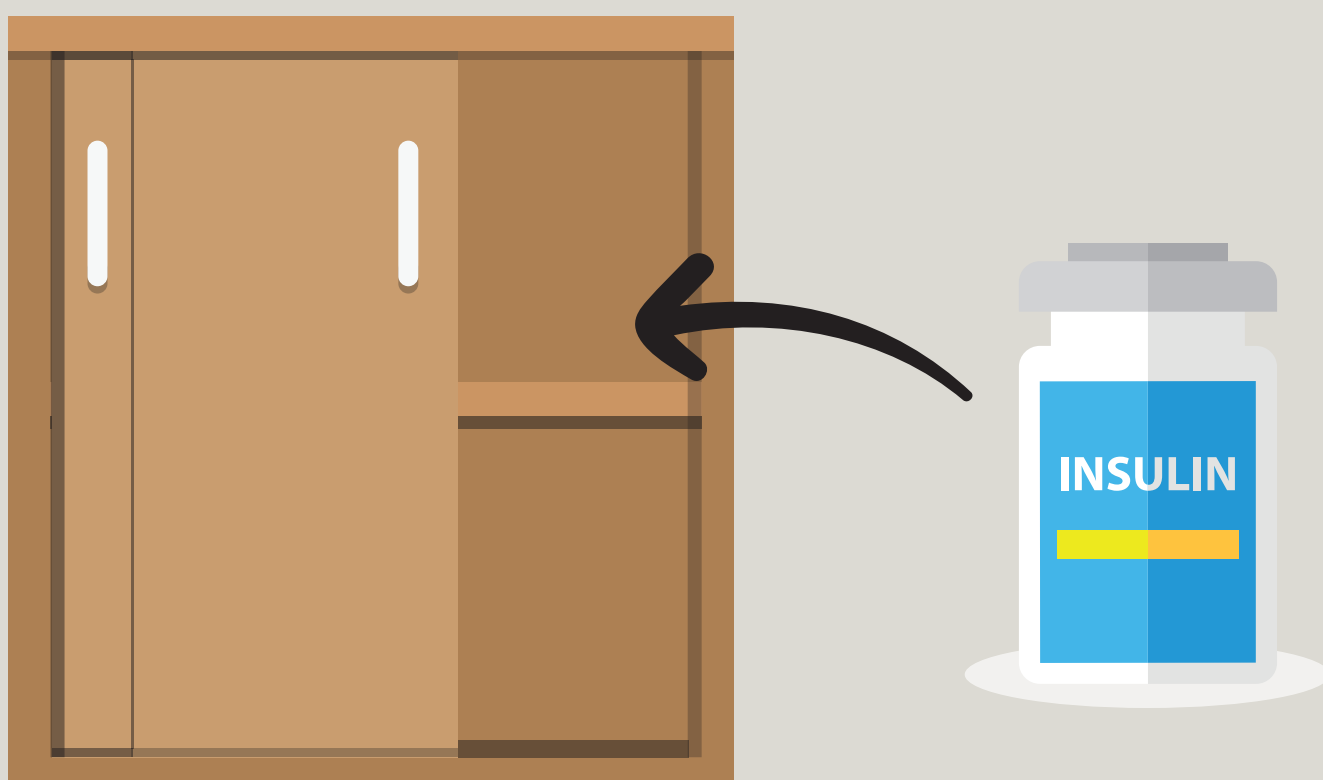
ខ្សាច់សើម



រក្សាក្នុងឆ្នាំងដីដែលកប់ក្នុងខ្សាច់

# ការព្យាបាលដោយ អាំងស៊ុយលីន

## អាំងស៊ុយលីនដែលបើកប្រើហើយ



រក្សាក្នុងសីតុណ្ហភាពបន្ទប់ (នៅកន្លែងងងឹត និងត្រជាក់ សីតុណ្ហភាពក្រោម ៣០ អង្សា) អាចដល់រយៈពេល ៣០ ថ្ងៃ

## ពេលអ្នកធ្វើដំណើរ រឺទៅសាលា រឺទៅធ្វើការ



រក្សាអាំងស៊ុយលីន (ប៊ុច រឺដប) របស់អ្នក ក្នុងកាបូប មិនចាំបាច់ប្រើទឹកកកទេ



ជៀសវាងការប៉ះផ្ទាល់ជាមួយ ពន្លឺថ្ងៃ រឺសីតុណ្ហភាពខ្ពស់



សូមកុំបង្កកអាំងស៊ុយលីន



សូមកុំប្រើអាំងស៊ុយលីន ដែលហួសកំណត់