

# ယုထာတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, ဟးဆဲးတၢ်မၤဝါထီၣ်ဖံးဘၣ်

## အိၣ်နဖံးဘၣ်

တၢ်မၤဝါဖံးဘၣ်တနီၤအိၣ်ဒီး **မၢ်ၣ်ၣ်ရဲၣ်** လၢအပူၤဒီးတဂ့ၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢ **အိၣ်ဒီးအစုၣ်န့ၣ်လီၤ**. တၢ်ထံၣ်န့ၢ်, ပလၢၢ်န့ၢ်, နၢက့ၢ်, မ့တမ့ၢ်လ့ၣ်က့ၢ်မၢ်ၣ်ၣ်ရဲၣ်တသ့ဘၣ်. ဒီးညီၣ်န့ၢ်တၢ်ယါယုၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ဖူလိၤကျါတဖၣ်တလၢပွဲၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

- တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်
- သ့ၣ်ညါတၢ်မၤန့ၢ်အိၣ်လၢဖံးဘၣ်ဖူတဖၣ်အပူၤတက့ၢ်
  - သုတၢ်ဒိသဒါဖံးဘၣ်လၢအိၣ်ဒီးမ့ၢ်တၢ်ဒိသဒါတက့ၢ်
  - ဟံးနဖံးဘၣ်လၢအစုၣ်စီၣ် ဒီးပၤဟံးထံတက့ၢ်



ဒိသဒါ

နဖိ

နနီၢ်ကစၢ်

နဟံၣ်ဖိယီဖူ



ဖဲန့ၣ်ဒီးနဖိန့ၣ်ထံအခါန့ၣ်, နဖိဟံးန့ၢ်တၢ်ခဲလၢလၢအိၣ်လၢနဖံးဘၣ်အလီၤန့ၣ်လီၤ.



နဖံးဘၣ်န့ၣ်ကဆူးတၢ်ယၢ် မၢ်ၣ်ၣ်ရဲၣ်န့ၣ်လီၤ.



တၢ်သုတၢ်တဖၣ်အံၤဖဲန့ၣ်လီၤမၢ်ၣ်ၣ်ရဲၣ်လၢကလံၤကျါလၢန့ၣ်ဒီးနဟံၣ်ဖိယီဖိကသါန့ၣ်လီၤအိၣ်န့ၣ်လီၤ.

# တၢ်ဖူဗၢ်ဖူလိၤလၢမၤဝါထီၣ်ဖံးဘၣ်တဘျူးကလၢၣ် ပၣ်ယုၣ်ဒီးမၢၣ်ချဲၣ်ရံၣ်န့ၣ်လီၤ. တဘၣ်ပွၤ မ့တမ့ၢ် သူအိၤတဂ့ၤ.

စရီသ့ၣ်တဖၣ်အံၤတမ့ၢ်တၢ်အလၢအပွၤဒဲလၢၣ်ဘၣ်. တၢ်ဖူဗၢ်ဖူလိၤတဘျူးကလၢၣ်လၢတၢ်မၤကွၢ်တၢ်အိၤလၢ မံၣ်န့ၣ်စိထံၣ် (Minnesota) အပူၤန့ၣ်အိၣ်ဒီးမၢၣ်ချဲၣ်ရံၣ် ဒီး/မ့တမ့ၢ် ကံတၢ်ဖိတၢ်လံၤအကလီၤ.

မၢ်အိၣ်ဒီးခသၣ်သါအါထီၣ်အဂီၢ်ကွၢ် [health.state.mn.us/topics/skin](http://health.state.mn.us/topics/skin)



ဘၣ်ါသာ  
တၢ်ဖူဝါဘၣ်ခြံ(မ)



တၢ်န့ၣ်ထံဖူဘၣ်ခြံ(မ)

ပနီၣ်ကျဲ  
သ့ၣ်ဂံၢ်ဝၣ်စ  
တၢ်မၤဝါထီၣ်  
တၢ်ဖူဘၣ်



Cream  
Aghader



Crème Diana C.T.R.

## ပတၢ်သုအိၤဒဲအံၤ



နမ့ၢ်သူတၢ်တၢ်ဖူလၢအိၣ်ဒီးမၢၣ်ချဲၣ်ရံၣ်  
တဖၣ်န့ၣ်. ပတၢ်သုအိၤဒဲအံၤတက့ၢ်.  
နနီၢ်ခိကထူးထီၣ်ကွၢ်မၢၣ်ချဲၣ်ရံၣ်ဒၣ်  
အတၢ်န့ၣ်လီၤ.

**m1 DEPARTMENT OF HEALTH**  
625 Robert St. North  
PO Box 64975  
St. Paul, MN 55164-0975  
လၢတၢ်မၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအံၤလၢကျိၤကျဲလီၤဆီအဂီၢ်. ကိး  
လီၤတဲစိဆူ 651-201-4899 တက့ၢ်. REV 05/2018

မၢၣ်ချဲၣ်ရံၣ်ဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိ  
ဘၣ်ထံးတၢ်တီၢ်နီၣ်ဖံးယါ. တၢ်  
ဆိကမိၣ်, တၢ်သးမၤဆါဒီးတၢ်  
ထီၣ်ဘးလၢတၢ်မၤလိလၢဖိသၣ်  
ဆံးဒီးဖိသၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.



ပုၤလၢအသုတၢ်ဖူဘၣ်လၢမၤဝါထီၣ်ဘၣ်တဖၣ် ဒီးန့ၢ်ဘၣ်  
ကလၢၣ် မ့တမ့ၢ် ထုၣ်ပျၢ်န့ၢ်တၢ်ကီ  
တၢ်ခဲတဖၣ်ဒီးဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆါ  
ဒီးတၢ်ကပြုတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

## သ့ၣ်ညါလၢကဘၣ်စူးကွၢ်အိၤဖဲလဲၣ်

တဘၣ်စူးကွၢ်တၢ်ဖူလၢ  
ဘၣ်ယးဖံးဘၣ်လၢအမၤ  
ဆူးမၤဆါတၢ်သုလၢတၢ်  
တဖၣ်အပူၤတဂ့ၤ. တၢ်  
အံၤမၤဘၣ်ဒိပုၤအကၤဖဲ  
အန့ၣ်လီၤဘၣ်ထွဲဒီးန့  
ဆၢၣ်ဒိညါအခါန့ၣ်  
လီၤ. ဖၢန့ၣ်လီၤတၢ်ဖူ  
ဘၣ်ဆူဟံၣ်ယိတၢ်တဖၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်တဖၣ်လၢလီၤပျံအလီၤ  
တက့ၢ်. ယုထံၣ်န့ၢ်နဟီၣ်ကမိၣ်တၢ်တဖၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်အလီၤ  
ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်အလီၤဖဲ [pca.state.mn.us](http://pca.state.mn.us)

