

စာပျဉ်လှာ

ပီးလီတဖၣ်

လၢတၢ်စိၣ်န့ၣ်အိၣ်ဆူထံကီၢ်အပူၤတဖၣ်

စာပျဉ်မ့ၢ်ထးလၢအလၢတခါလၢအဖုးကဲထီၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်
 ချူအတၢ်ဂ့ၢ်ကီၢ်လၢအအိၣ်အမ့ၢ်တဖၣ်သ့ဝဲတၢ်မ့ၢ်ထံၣ်
 န့ၢ်အိၣ်လၢမိၢ်ပျဉ်အပူၤအခါန့ၣ်လီၤ.စာပျဉ်အကမူၣ်
 လၢအဟဲထီၣ်လၢကသံၣ်ပူၤလၢအကွးအသးဒီးလီၤတအိၣ်န့ၣ်
 အါတက့ၢ်မ့ၢ်ညီန့ၢ်စာပျဉ်အဂံၢ်ထံးသနၢ်ကတၢ်ပီးတၢ်လီၤအကတဖၣ်ဘၣ်တဘၣ်
 ဟ်ဃုာ်စ့ၢ်ကီးဝဲဒၣ်စာပျဉ်န့ၣ်လီၤ.

လုၢ်လၢတၢ်နၢမူနၢဆီတဖၣ်ဒီးကသံၣ်ကသီတနီၤန့ၣ်ဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်ဒီးစာပျဉ်န့ၣ်လီၤ

တၢ်ဖိတၢ်လံၤအါမဲၤလၢညီန့ၢ်တၢ်ထံၣ်လၢအအိၣ်ဒီးစာပျဉ်န့ၣ်
 အလွဲၤဝါ,ဘီကပီးမ့တမ့ၢ်အဂီၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
 တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ဆါအိၣ်ဒီးအတယၢ်,အဖိတၢ်ပူၤန့ၢ်တၢ်
 နၢမူနၢဆီလၢအနီၢ်ဂံၢ်နီၢ်ဒုးအါအိၣ်ဒီးတၢ်လၢတၢ်ပျဉ်န့ၢ်အိၣ်လၢကီၢ်စဲၣ်စာပျဉ်အမဲၤရ
 ကၢအချၢတဖၣ်ညီန့ၢ်တၢ်ထံၣ်လၢအအိၣ်ဒီးစာပျဉ်အပတီၢ်လၢအအါဝဲန့ၣ်လီၤ.
 တၢ်ဖိတၢ်လံၤသ့ၣ်တဖၣ်အံၤဟ်ဃုာ်-



- သ့ၣ်ကဒါရၤအဖံး
- မိၢ်ဟဲသ့ၣ်အဖျဉ်
- မိၢ်ဟဲသ့ၣ်ကမူၣ်
- ကသူကမူၣ်
- သယံ
- ဖီဃဲ
- တၢ်ဖိလံၤဖိဃါအဃုတဖၣ်
- စမိၣ်စပါအချံ
- တၢ်နၢမူနၢဆီနွံမံး
- လုညုဖီ
- အါနံးအချံ
- Azarcon
- Bali Goli
- Kandu
- Pay-loo-ah
- Greta

ထူသနူဟီၣ်ကဘုးဒီးသပၤနီၣ်ဒိတနီၤန့ၣ်ဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်ဒီးစာပျဉ်န့ၣ်လီၤ



ၣ်တဘၣ်တၢ်ထံၣ်
 န့ၢ်စာပျဉ်လၢတၢ်ဟ်ကီၢ်တၢ်အိၣ်အအတဖၣ်ဒီး
 တၢ်ဖိအိၣ်ဖိအိၣ်အပီးအလီ
 တနီၤအပူၤလၢအဟ်ဃုာ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤတဖၣ်
 လၢအမ့ၢ်-

- တၢ်ဘျီကဲထီၣ်လၢစုဒီးတၢ်ဒီးကံၢ်ဒီး
- ဝှၢမၤမဲၤမၤလၢအိၣ်ဖိဖျိပျၢတကလၢအအိၣ်
 လၢကီၢ်စဲၣ်စာပျဉ်အမဲၤရကၢအချၢ
- လၢပျၢဆါတၢ်လၢကွဲကပတဖၣ်အအိၣ်
- မ့တမ့ၢ်ဖျါဆါတၢ်လီၤလံၤတဖၣ်
- အလီၤလံၤ,ကွးအသးမ့တမ့ၢ်သ့ၣ်ဒး



Karen 7/2020

ဆဲးကျိးဘၣ်ပူၤ- 651-201-4620
www.health.state.mn.us/lead

တၢ်ကယၢကယဲမၤမၤလၢဒီးမူးပွဲအဂီၢ်တၢ်ကမူၣ်တနီၤန့ၣ်ဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်ဒီးစၢ်ပှၢ်လီၤ



စၢ်ပှၢ်ဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကယၢကယဲမၤမၤလၢတၢ်ဒီးမူးပွဲအဂီၢ်တၢ်ကမူၣ်တနီၤအပူၤအဒိၣ်လုၢ်လၢ်ထူၤသန့အဂီၢ်သုၤလၢဘၣ်တၢ်ဘျီအီၤလၢ galena န့ၣ်လီၤ.တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢအဂၤဘၣ်တဘၣ်ကဟံးဃုာ်-

- Kajal
- Kum Kum
- Sindoor
- Surma
- သနးခါ
- Pooja ကမူၣ်
- Rangoli and Vibuti

တၢ်ဆၢကီၢ်လိၣ်တနီၤဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်ဒီးစၢ်ပှၢ်လီၤ



တၢ်ဆၢကီၢ်လိၣ်လၢအအိၣ်ပဲလၢဟီၣ်ခိၣ်တၢ်လီၢ်ဝးဝးတဖၣ်တၢ်ထံၣ်လၢအအိၣ်ဒီးစၢ်ပှၢ်န့ၣ်လီၤ.တၢ်ဆၢကီၢ်လိၣ်အါဒၣ်တၢ်တက့ၢ်လၢအအိၣ်ဒီးစၢ်ပှၢ်န့ၣ်အိၣ်ပဲဝဲဒၣ်လၢခဲးကစံၣ်ကိၣ်ဒီးအုၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ပစီၢ်လီၤလီၤဆီဆီဒီးတၢ်ကယၢကယဲတနီၤအပူၤန့ၣ်အိၣ်ဒီးစၢ်ပှၢ်န့ၣ်လီၤ



စၢ်ပှၢ်အံၤဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ပစီၢ်လီၤလီၤဆီဆီဒီးတၢ်ကယၢကယဲလၢတၢ်သုၤအီၤလၢ

- တၢ်ဘျီဂုၤတီၢ်ဘၣ်
- တၢ်ဒီးသဏ
- တၢ်ဘျီတၢ်ဘါ
- တၢ်ကယၢကယဲက့ၢ်ဂီၤအက့ၢ်အက့ၢ်

ဒီးသဒၢနဟံၣ်ဖိဃီဖိလၢတၢ်အိၣ်ဘၣ်လၢစၢ်ပှၢ်အကျါခိဖျိ-

1. ပှၢ်ဘၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢတၢ်ကျးလီၤပၢ်အပၢ်ဃုာ်မန့ၣ်မတၤလၢတၢ်ဘျီထူးထီၣ်အီၤလၢလီၢ်ကတီၤပူၤလၢပှၢ်ယဲၤဘျးစဲဒီးထံဂုၤကီၢ်ဂၤအလီၢ်
2. ပၢ်မူးပွဲအဂီၢ်တၢ်ကမူၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်မၤမၤလၢသးတဖၣ်လၢအယံၤဒီးဖိသၣ်ဖိၣ်တူၤအလီၢ်
3. သံက့ၢ်ဘၣ်နကသံၣ်သရၣ်လၢကသမံၣ်သမိးနဖိလၢစၢ်ပှၢ်အဂီၢ်တက့ၢ်

