

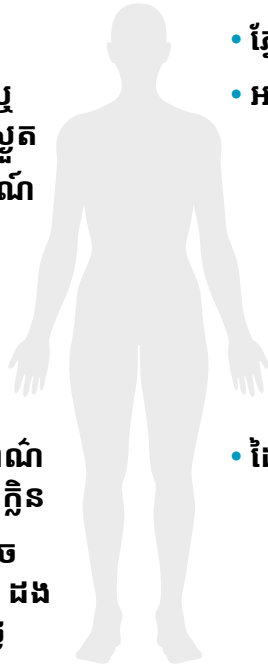
ការបង្ការជំងឺដំបៅបំពង់ទឹកនោម ទទួលស្គាល់ភាពខ្សោះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន

តារាងពណ៌ទឹកនោម

-  ល្អ
-  ល្អ
-  ល្អមធ្យម
-  ខ្សោះជាតិទឹក
-  ខ្សោះជាតិទឹក
-  ខ្សោះជាតិទឹកខ្លាំង
-  ខ្សោះជាតិទឹកធ្ងន់ធ្ងរ

សញ្ញានៃភាពខ្សោះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន ពីចុងក្បាលទៅចុងជើង

- ឈឺក្បាល
- មាត់ស្ងួត ឬ បបូរមាត់ស្ងួត
- មានអារម្មណ៍ស្រេកទឹក
- ភ្នែកខ្វះ
- អស់កម្លាំង
- ទឹកនោមពណ៌ក្រមៅ ឬផុំក្លិន
- បត់ជើងតូចតិចជាង 4 ដងក្នុងមួយថ្ងៃ
- ដៃត្រជាក់



បង្ការភាពខ្សោះជាតិទឹកក្នុងខ្លួន

លើកទឹកចិត្តអ្នកស្នាក់រស់នៅឱ្យពិសារគួររ 1 – 2 លីត្រ ជារៀងរាល់ថ្ងៃ (លុះត្រាតែណែនាំមិនឱ្យពិសាដោយ GP)



ជំរុញឱ្យនោមអស់ពីប្រាក់នោមជាប្រក្រតី និងធ្វើចលនាឱ្យបានច្រើនតាមលទ្ធភាពដែលអាចធ្វើទៅបាន

ចាត់វិធានការឱ្យបានឆាប់រហ័ស ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហានល់លាមក និងបញ្ហាគ្រប់គ្រងការបន្ទាបបង់

សូមពិភាក្សាជាមួយអ្នកគ្រប់គ្រងលំនៅដ្ឋានថែទាំមនុស្សចាស់ ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរណាមួយ។

យកលំនាំតាមគម្រោងជ្រលក់ ឬមិនជ្រលក់ ('To Dip or Not to Dip') របស់សាលាសង្កាត់ NHS Nottinghamshire County និងការងាររបស់វេជ្ជបណ្ឌិត Annie Joseph ។



Australian Government
Aged Care Quality and Safety Commission



ការប្រើប្រាស់ថ្នាំ
អង់ទីប៊ីយោទិចឱ្យ
កាន់តែប្រសើរ