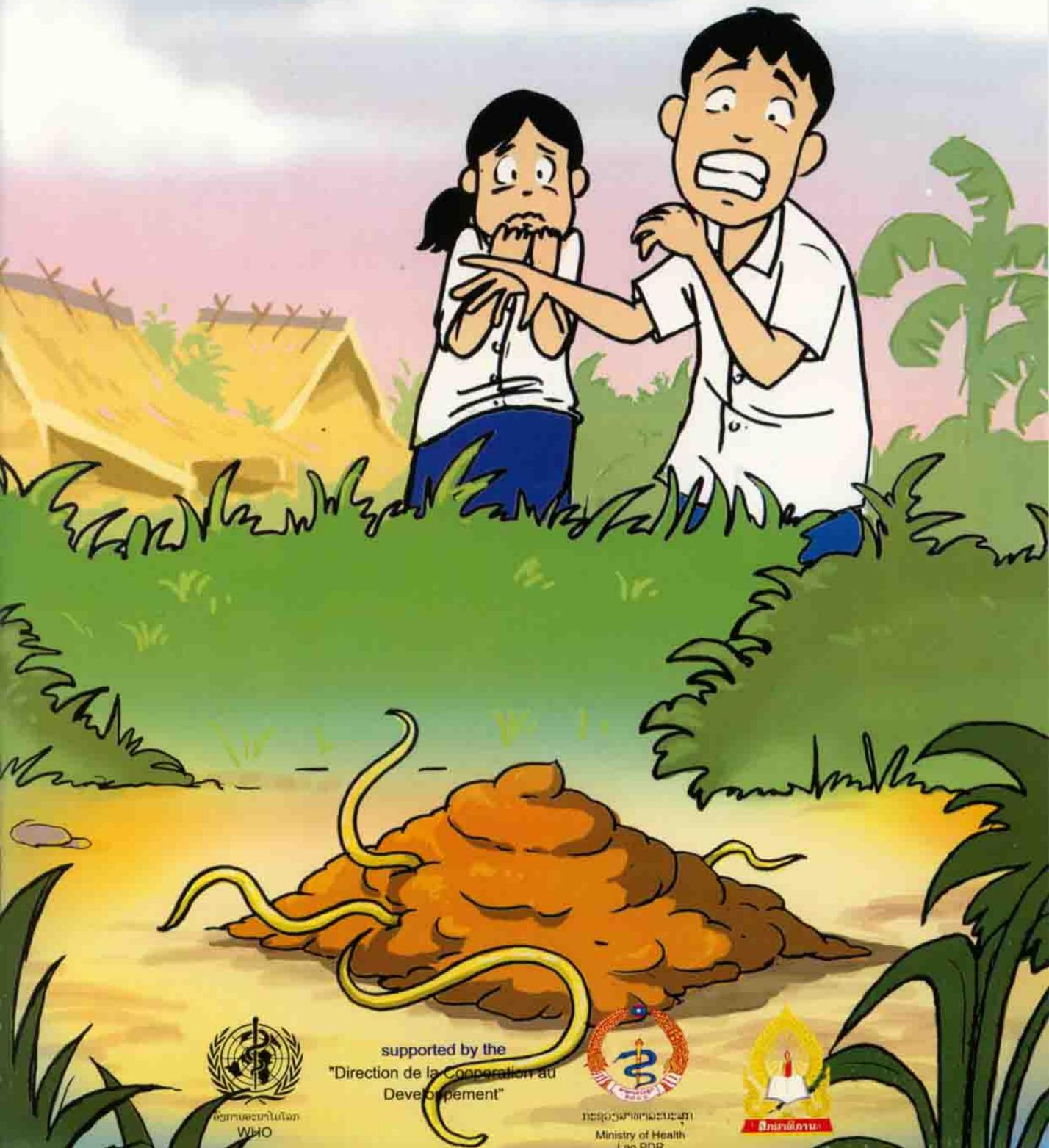


ພະຍາດແມ່ກາຝາກ ທີ່ຕິດມາຈາກດິນ



supported by the
"Direction de la Coopération au
Développement"



ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ
Ministry of Health
Lao PDR



ສິກຄະໂນາມ

ລ້າງ ... ລ້າງ ... ລ້າງມື



ຍັງຈຳ

ບໍ່ເຄີຍລືມເລືອນ

ຄູເຕືອນ

ພວກເຮົາເອົາໄວ້

ເດັກດີ

ມີອະນາໄມ

ລ້າງມື

ກ່ອນກິນອາຫານ

ລ້າງມື

ຫຼັງໃຊ້ວິດຖ່າຍ

ເຊິ່ງ :

ລ້າງມື

ຫຼັງໃຊ້ວິດຖ່າຍ

ລ້າງມື

ກ່ອນຈະກິນເຂົ້າ

ນີ້ເປັນຄຳເວົ້າ

ກ່າວມາແຕ່ດົນ

ເພື່ອນເອີຍ

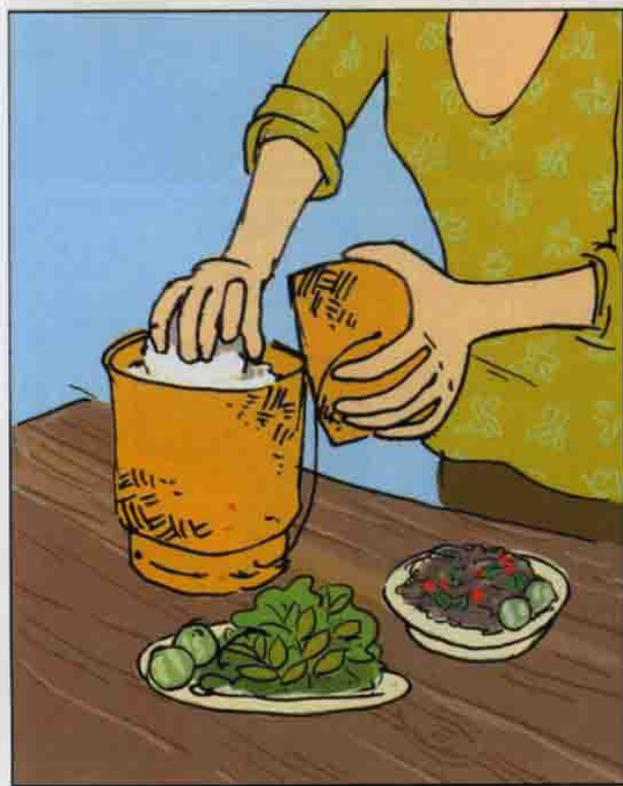
ເພື່ອນເຍົາວະຊົນ

ເຮົາທຸກຄົນ

ຕ້ອງຈຳໃສ່ໃຈ



ມີແຫ່ງໜຶ່ງ ໃນເຂດຫ່າງໄກສອກຫຼີກຂອງປະເທດລາວ.



ນີ້ພວກເຮົາມີເຂົ້າໜຽວ ຮ້ອນໆ
ແລະມີປາແຫ້ງອີກ 2-3
ຕ່ອນສຳຫຼັບອາຫານເຊົ້າ.

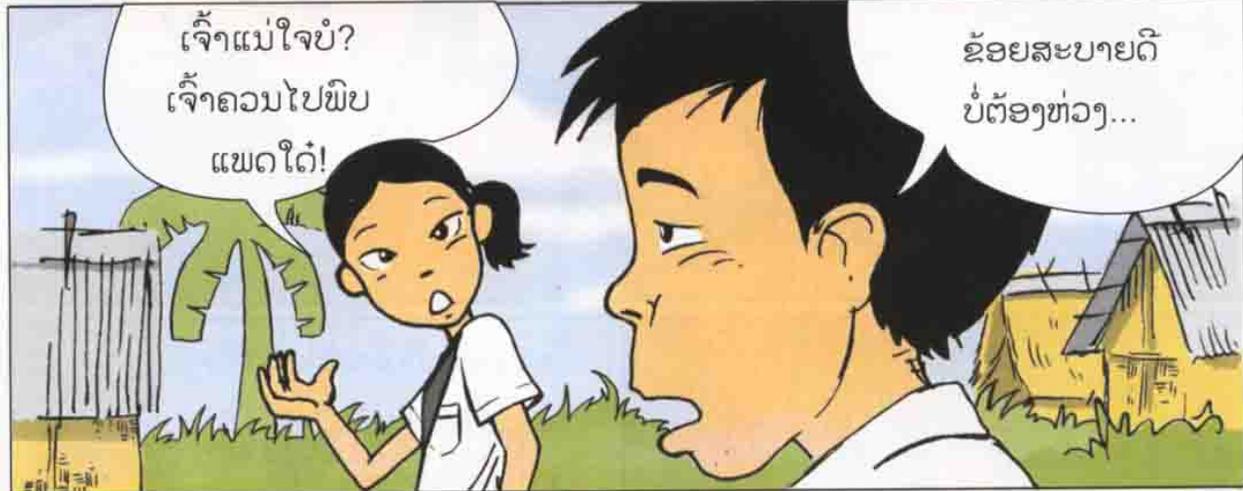


ພວກເຮົາໂຊກດີທີ່ມີ
ແມ່ໃຈດີ, ພື້ນຮັກ
ພວກ ເຮົາຫຼາຍໄດ້ຫັນ!!

ເອີ! ແຕ່ວ່າ ກະເພາະ
ອາຫານຂອງເຈົ້າເດ
ເປັນແນວໃດລະ?



ເອີ, ຂ້ອຍຮູ້ສຶກເຈັບ ກະເພາະ ມາໄດ້
1ອາທິດແລ້ວ ແຕ່ຂ້ອຍ ຄິດວ່າຄົງ
ຈະບໍ່ແມ່ນ ຍ້ອນ
ການແຕ່ງ ກິນ
ຂອງ ແມ່
ດອກ.



ເຈົ້າແນ່ໃຈບໍ່?
ເຈົ້າຄວນໄປພົບ
ແພດໃດ!

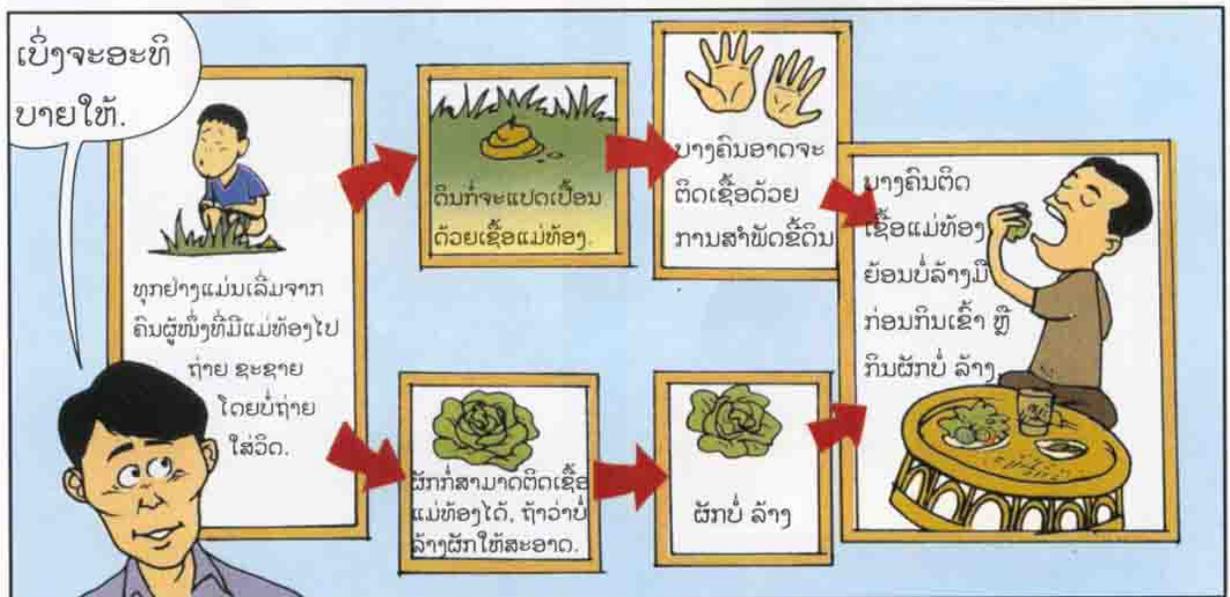
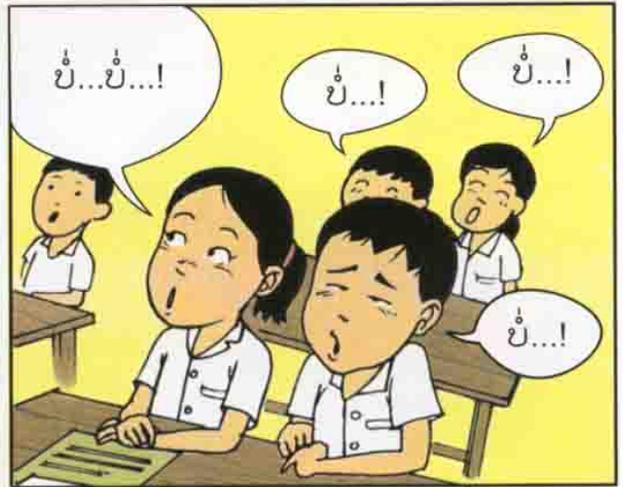
ຂ້ອຍສະບາຍດີ
ບໍ່ຕ້ອງຫ່ວງ...



ເມື່ອນ້ອຍ ແລະຄຳຫຼ້າມາຮອດໂຮງຮຽນ...



ນາຍຄູກໍກຳລັງອະທິບາຍ
ເລື່ອງແມ່ທ້ອງທີ່ຕິດມາຈາກດິນ.





ແລະຄົນເຫຼົ່ານັ້ນກໍຕິດເອົາເຊື້ອແມ່ທ້ອງ
ໂດຍບໍ່ຮູ້ສຶກຕົວ, ແຕ່ກໍບໍ່ແມ່ນຄວາມ
ຜິດຂອງລາວ.



ອ້າຍຄູ! ພວກເຮົາ ຈະຮູ້ໄດ້ແນວ
ໃດວ່າ: ພວກເຮົາມີ ແມ່ທ້ອງ
ໃນລຳໄສ້?



ມັນກໍຂຶ້ນກັບຈຳນວນຂອງແມ່ທ້ອງທີ່ພວກ
ເຈົ້າມີ, ຖ້າມີຫຼາຍ...



ເຈົ້າກໍຈະຮູ້ສຶກເມື່ອຍ.



ເຈັບທ້ອງ



ກິນເຂົ້າບໍ່ແຊບ.



ຈ່ອຍຜອມ...



ລຳໄສ້ຕັນໄດ້.





ແຕ່ພວກເຮົາຈະເຮັດແນວໃດ ຖ້າພວກເຮົາ
ຫຼືໃຜຜູ້ໜຶ່ງຫາກມີ1ໃນອາການເຫຼົ່ານັ້ນ?

ຮິບເອົາຄົນເຈັບນັ້ນໄປສຸກສາລາ
ທີ່ຢູ່ໃກ້ທີ່ສຸດ.



ແຕ່ຖ້າວ່າເຈົ້າບໍ່ຢາກໄປ
ສຸກສາລາ ເຈົ້າກໍຕ້ອງເຮັດ
ແນວໃດແນວໜຶ່ງເພື່ອປ້ອງ
ກັນບໍ່ໃຫ້ຕິດແມ່ທ້ອງ!
ແມ່ນບໍ່?

ພວກເຮົາຈະປ້ອງກັນແນວ
ໃດເພື່ອບໍ່ຢາກມີແມ່ທ້ອງ?

ຂ້ອຍຮູ້ສຶກບໍ່
ສະບາຍ.



ດີແທ້ເຮົາຄວນໃຊ້
ວິດຖ່າຍທຸກຄັ້ງ.

ໃຊ້ ວິດຖ່າຍ

ແລະ
ລ້າງມື ຫຼັງຈາກ
ອອກມາ
ແຕ່ຫວິດ

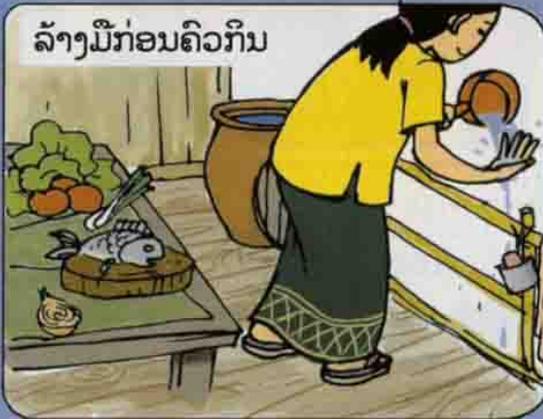


ແຕ່ເຈົ້າ

ກໍ່ຕ້ອງ ປະຕິບັດ ຕາມ
ຫຼັກການ ຕ່າງໆ ເຫຼົ່ານີ້ອີກ
ເພື່ອໃຫ້ ໄດ້ຜົນດີ.



ລ້າງມືກ່ອນຄົວກິນ

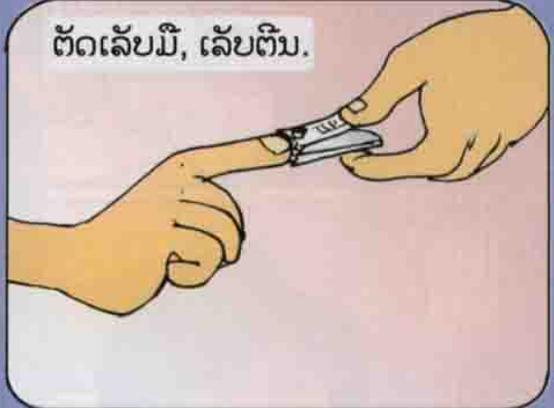


ລ້າງຜັກແລະໝາກໄມ້ໃຫ້ສະອາດກ່ອນຈະກິນ.

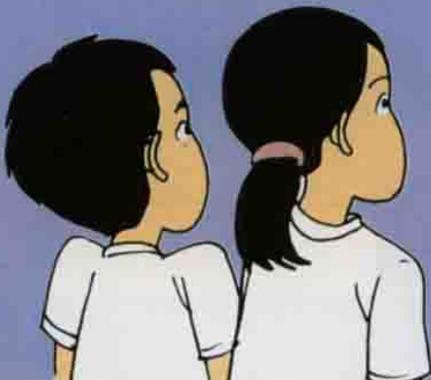


ລ້າງມືກ່ອນກິນເຂົ້າ

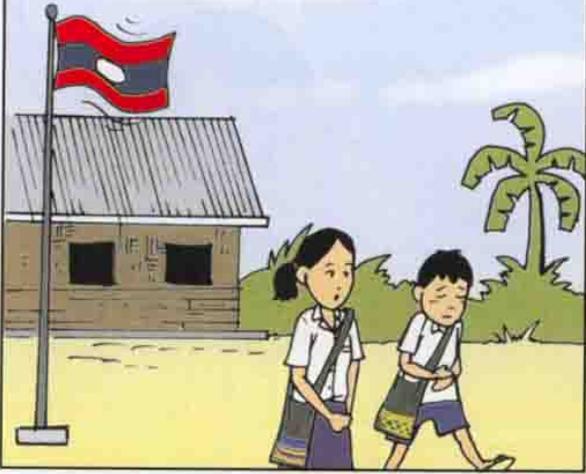
ຕັດເລັບມື, ເລັບຕີນ.



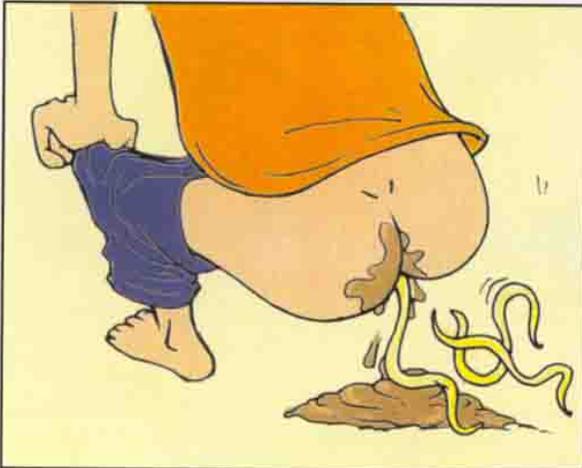
ໃສ່ເກີບ.



ພໍ່ເລິກໂຮງຮຽນນ້ອຍແລະ
ຄຳຫຼ້າກໍ່ຍ່າງກັບບ້ານ.



ຕາມທາງເມື່ອ ພວກເຂົາໄດ້ເຫັນ ເດັກ
ນ້ອຍຜູ້ໜຶ່ງກຳລັງນັ່ງ ຖ່າຍໜັກຢູ່ໃກ້ຟຸ່ມໄມ້.



ເຈົ້າເຫັນນັ້ນບໍ່?

ຂ້ອຍຄິດວ່າ
ມັນແມ່ນແມ່ທ້ອງ...!



ເຮັຍ!! ເປັນຕາຂີ້ດຽດ...ໄປຮີບໄປ!

ສະບາຍດີ!

ຂ້ອຍບໍ່ຢາກໃຫ້ມີສິ່ງ ເຫຼົ່າ
ນັ້ນ ຢູ່ໃນລຳໄສ້ ຂອງຂ້ອຍ.





ເມື່ອພວກເຮົາກັບມາເຖິງເຮືອນແລ້ວ, ຄໍາຫຼ້າ
ກໍ່ຮູ້ສຶກເຈັບທ້ອງ.

ເຮັຍ, ເກີດຫຍັງຂຶ້ນ?
ເຈົ້າເປັນຫຍັງບໍ່?

ເອີ,
ຂ້ອຍພຽງ
ແຕ່ເຈັບ
ກະເພາະ
ເລັກນ້ອຍ
ເທົ່ານັ້ນ.



ຖ້າຂ້ອຍຈື່ໄດ້ດີ, ນີ້ຄົງແມ່ນ ອາການໜຶ່ງ
ຂອງການ ມີແມ່ທ້ອງ... ຫຼືວ່າຂ້ອຍ
ອາດຄິດຜິດບໍ່?



ມາ!
ລູກງາມ
ກິນເຂົ້າແລງ
ກັນ.

ຂ້ອຍຄິດວ່າຂ້ອຍ ຄົງກິນ
ບໍ່ໄດ້ຫຼາຍດອກ



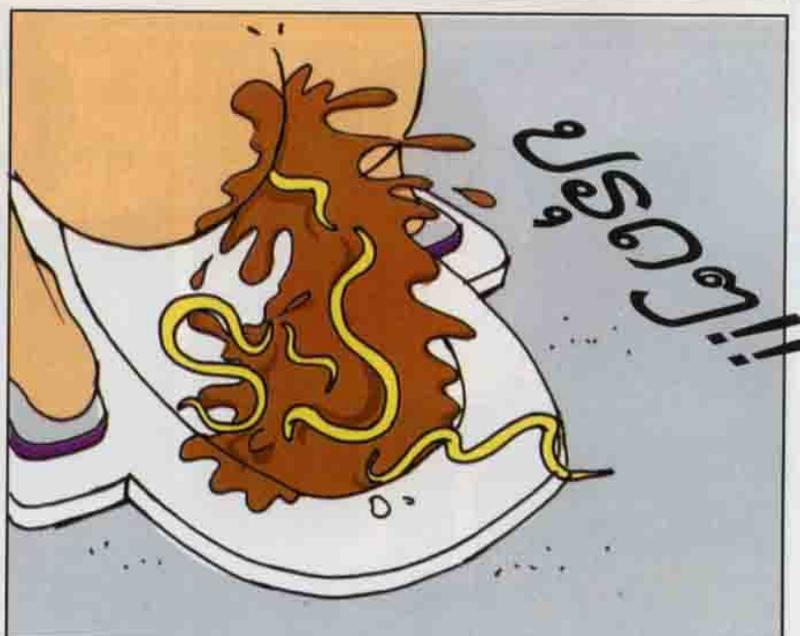
ມັນນາຍຄູໄດ້ບອກວ່າ:
ກ່ອນກິນເຂົ້າ ເຈົ້າຄວນ
ລ້າງ ມືກ່ອນ
ຮູ້ຫຼືບໍ່?

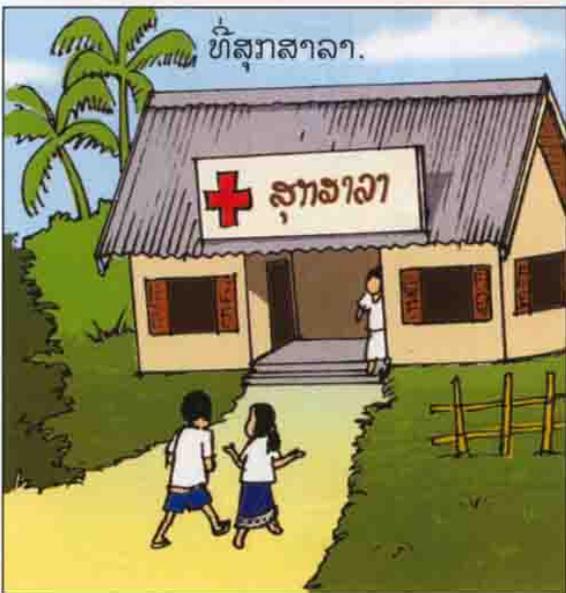
ເພາະວ່າ ມືຂອງ
ເຈົ້າ ໄດ້ຈັບບາຍ
ເຊື້ອພະຍາດ ແລະ
ໄຂ່ແມ່ທ້ອງ ຫຼາຍ
ຢ່າງ.

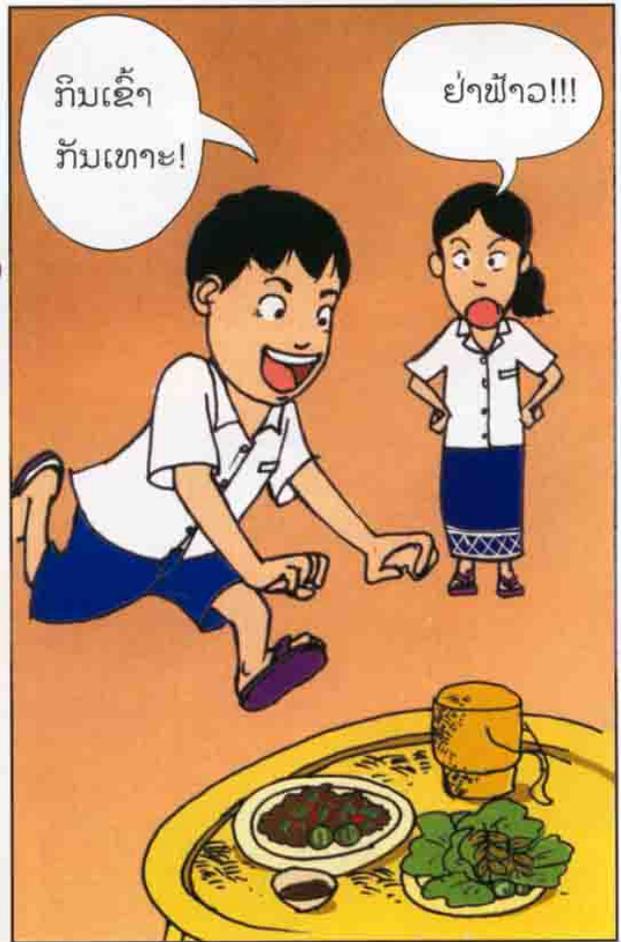
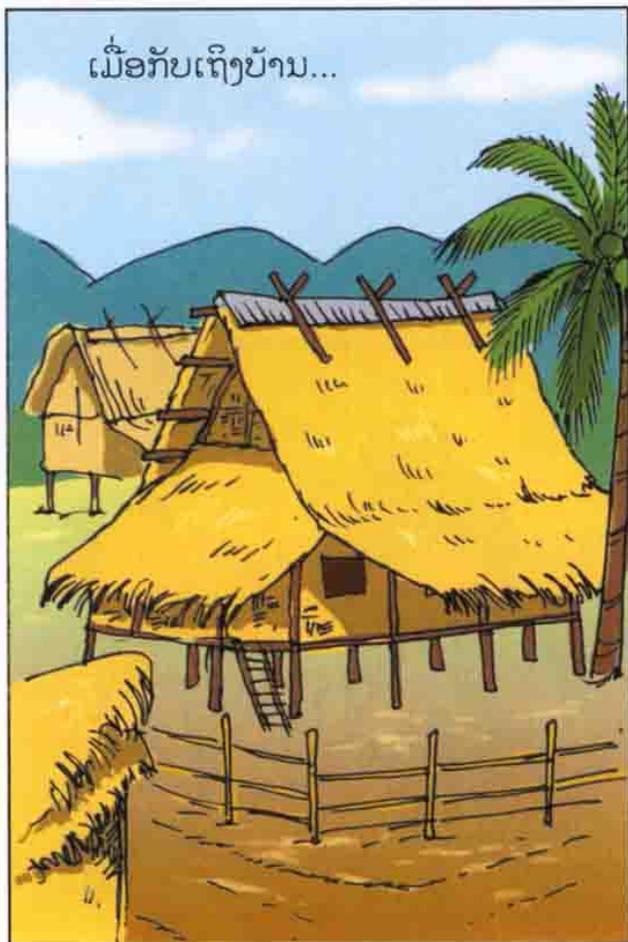


ຮິມ!! ເອີ!! ເອີ!!...











ຢ່າລືມສິ່ງທີ່
ນາຍຄູບອກ!

ໄປລ້າງມື ກ່ອນ
ຈະກິນເຂົ້າ!!!...



ເຈົ້າເວົ້າ ຖືກແລ້ວ!
ຂ້ອຍບໍ່ຢາກ ມີແມ່ທ້ອງ
ຢູ່ໃນ ລຳໄສ້ຂ້ອຍ
ອີກຕໍ່ໄປ...



ເອີ!
ແນວນີ້
ດີກ່ວາ.



ແຕ່ຢ່າລືມເດີ! ເດັກນ້ອຍ ເອີຍ!! ຍັງມີຫຼາຍ ວິທີທີ່
ພວກເຈົ້າ ຄວນຈະ ເຮັດ ເພື່ອ ບໍ່ໃຫ້ຕິດ ພະຍາດ
ແມ່ທ້ອງ. ໄປໆເບິ່ງນຳກັນ ວ່າຄວນ ເຮັດແນວ
ໃດອີກ!!

• ກູໂຊນສູງ ດູນ ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ
• ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ
• ບູບສູງ

• ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ
• ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ
• ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ
• ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ ກູໂຊນສູງ



ກ່ອນ ອື່ນໝົດ ແມ່ນຄວນ ຖ່າຍໃສ່ຫວິດ ເປັນປະຈຳ ຊຶ່ງແມ່ນ ວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດ ເພື່ອປ້ອງ ກັນ ການແຜ່ລະບາດ ຂອງແມ່ທ້ອງ!...

ໃຊ້ ວິດຖ່າຍ
ແລະ
ລ້າງມື ຫຼັງຈາກ
ອອກມາ
ແຕ່ວິດ

ລ້າງຜັກແລະໝາກໄມ້ໃຫ້ສະອາດກ່ອນຈະກິນ.

ລ້າງມືກ່ອນແຕ່ງອາຫານ

ຕັດເລັບມື, ເລັບຕີນ.

ລ້າງມືກ່ອນກິນເຂົ້າ

ໃສ່ເກີບ.



ຢ່າລືມບອກ
ຜູ້ອື່ນໃຫ້ປະຕິບັດ
ເຊັ່ນດຽວກັນ...



ພວກເຮົາ ສາມາດເອົາຊະນະການ ຕິດຕໍ່ຂອງ ແມ່ທ້ອງ ຈາກໜ້າດິນ ໄດ້
ຖ້າທຸກຄົນ ປະຕິບັດຕາມພວກເຮົາ ເວົ້າໄວ້ກ່ອນໜ້ານີ້. ຜົນສຳເລັດ ຈະມີ
ຂຶ້ນກໍ່ຕໍ່ເມື່ອ ທຸກຄົນພະຍາຍາມ ຊ່ວຍກັນ.

ເຮັດຖືກຕ້ອງ : 2. ສ້າງໂປຣແກຼມຖືກວິທີ.
3. ໃຊ້ວິດຖ່າຍ.
6. ໃສ່ເກີບ.

ເຮັດຖືກຕ້ອງ : 1. ຖ່າຍຊະນະຊາຍ.
4. ເດັກຖ່າຍຊະນະຊາຍ.
5. ຫາຍຄົນສ້າງໂປຣແກຼມດຽວກັນ.





ມາ ... ລອງຊອກເບິ່ງວ່າໃຜໃນບ້ານນີ້ເຮັດ
ຖືກຕ້ອງ. ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຕິດແປດພະຍາດແມ່
ທ້ອງ ແລະ ໃຜແດ່ທີ່ເຮັດບໍ່ດີທີ່ອາດສາມາດ
ຕິດແມ່ທ້ອງໄດ້.

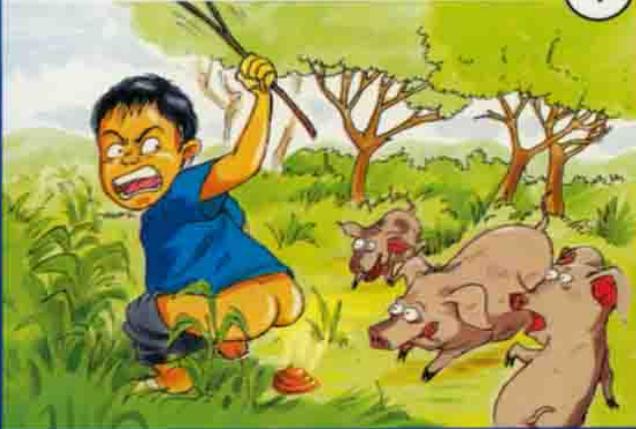


ຂ້ອຍບໍ່ຢາກມີແມ່ທອງ
ຈະເຮັດແນວໃດແດ່?



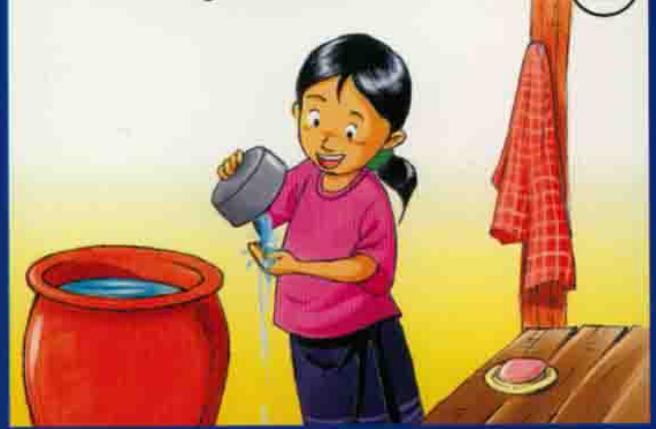
ໄປ! ຢ່າມາມໍ່ຂ້ອຍ.

1



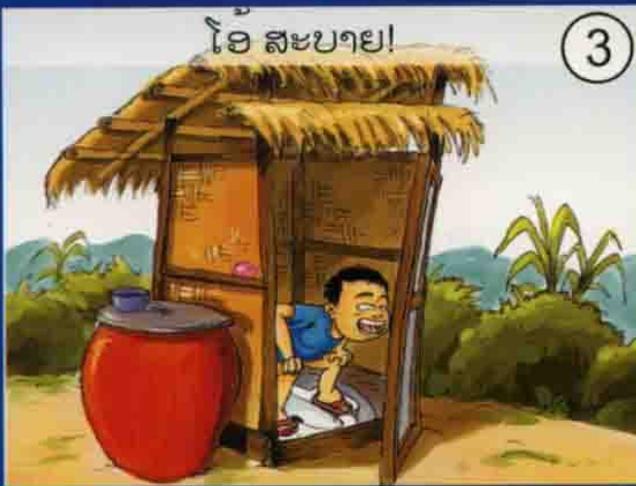
ລ້າງມືຄືຂ້ອຍ ແດ່!

2



ໂອ້ ສະບາຍ!

3



ສະດວກ ແລະ ສະບາຍ

4



ມາ ລ້າງມືນຳກັນ.

5



ເຈົ້າກໍ່ໃສ່, ຂ້ອຍກໍ່ໃສ່.

6

