**បន្ត​ការលេប​ថ្នាំ​ព្យាបាល​របេង (TB) របស់អ្នក។**

**Keep taking your TB medicine**

ចងចាំពេលត្រូវទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតបន្ទាប់របស់អ្នក។

**Remember your next doctor visit.**

វេជ្ជបណ្ឌិត​នឹង​សរសេរ​ខែ, កាល​បរិច្ឆេទ, និង​ពេល​ម៉ោង​នៃ​ការ​ណាត់​ជួប​ពេទ្យ​លើក​ក្រោយ​របស់​អ្នក។ វេជ្ជបណ្ឌិត​ក៏​នឹង​គូស​រង្វង់​ជុំវិញ​ថ្ងៃ ដែល​អ្នក​ត្រូវ​ទៅ​ជួប​ពេទ្យ​លើក​ក្រោយ​របស់​អ្នក​ដែរ ព្រម​ទាំង​គូស​បញ្ជាក់​ថា​តើ​ការ​ណាត់​ជួប​ពេទ្យ​របស់​អ្នក​នោះ​នឹង​ត្រូវ​ប្រព្រឹត្ត​ទៅ​នៅ​ពេល​ព្រឹក, ពេល​រសៀល, ឬ​ពេល​យប់។

The doctor will write the month, date, and time of your next doctor visit. The doctor will also circle the day of the week of your next doctor visit and mark if your visit is in the morning, afternoon, or night.

នៅពេលទៅជួប អ្នកនឹងទទួលបានថ្នាំបន្ថែមទៀត។

**You will get more medicine at your next visit.**

តាមរយៈ​ការលេបថ្នាំ​ព្យាបាល​របេង (TB) ​របស់អ្នក អ្នក​អាច​បង្ការ​ជម្ងឺ​របេង (TB) និង​រក្សា​ក្រុម​គ្រួសារ​អ្នក​ឲ្យ​មាន​សុខភាព​ល្អ​បាន

**By taking your TB medicine, you can prevent   
TB disease and keep your family healthy!**

លេប​ថ្នាំ​ព្យាបាល​ជម្ងឺ​របេង (TB) របស់អ្នក​ឲ្យ​គ្រប់ពេល

**Take your TB medicine every time**

ធ្វើការលេបថ្នាំតាមទម្លាប់ប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក

**Make it part of your day**

* **ទុកដាក់ថ្នាំអ្នកនៅកន្លែងមួយ ដូចជានៅជាប់នឹងគ្រែ ឬអាងលុបមុខ។**

Keep your medicine in one place, like next to your bed or above the sink.

* **លេបថ្នាំអ្នកឲ្យត្រូវៗពេល ដូចជានៅពេលអ្នកដុសធ្មេញ។**

Take your medicine at the same time, like when you brush your teeth.

* ប្រើប្រអប់ថ្នាំដើម្បីរក្សាទុកឲ្យរៀបរយ ចូរស្នើសុំជំនួយនៅពេលដំបូង ។

Use a pillbox to keep organized (ask for help the first time).

* **សរសេរកំណត់សម្គាល់ដោយខ្លួនអ្នក ហើយដាក់វានៅលើទ្វារទូរទឹកកក ឬកញ្ចក់បន្ទប់ទឹក។**

Write yourself a note, and put it on the refrigerator door or bathroom mirror.

* **ប្រើប្រតិទិនដើម្បីលុបថ្ងៃដែលអ្នកបានលេបថ្នាំអ្នកហើយ។**

Use a calendar to check off the days you have taken your medicine.

ទទួលបានជំនួយ

**Get support**

* **ស្នើសុំ​ឲ្យ​សមាជិក​​​នៃ​ក្រុម​គ្រួសារ ឬ​មិត្ត​​ឲ្យ​ជួយ​រំឭក​អ្នក។**

Ask a family member or friend to help you remember.

ស្នើសុំឲ្យសមាជិកនៃក្រុមគ្រួសារ ឬមិត្តម្នាក់ឲ្យជួយរំឭកអ្នក។

**What do you do to remember?** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

This material was developed by the Massachusetts Department of Public Health. Language: Cambodian. December 2014.   
For more information, visit www.mass.gov/dph/cdc/tb