

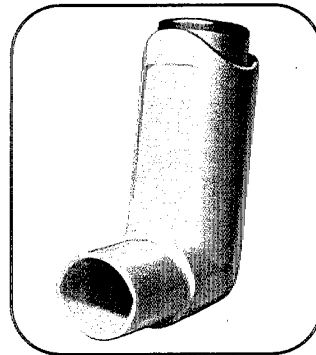
Tshuaj Kho Mob Ntsw Nqias

Muaj ob yam tshuaj tsim los kho yam mob ntsws nqia no. Cov npe tshuaj yog Tshuaj Cawm Siav (Cawm Ceev) thiab cov Tshuaj Tswj Kav.

Tshuaj Cawm Siav

Txhua tus neeg muaj yam mob ntsw nqias no yuav tsum muaj ib lub tshuaj nqus (cawm ceev). Lub tshuaj nqus:

- Ua hauj lwm sai pab kom ua pa yooj yim
- Pab qhib tej hlab ntsw rau cua mus
- Siv nkaus li tus kho mob qhia koj xwb



Lub tshuaj ua pab ua pa

Tshuaj Tswj Kav

Txhua tus neeg muaj yam mob ntsw nqias no yuav tsum muaj ib los is ob lub tshuaj tswj kav.

- Cov tshuaj tswj kav no yuav pab kho kom tej hlab ntsw txhob o o.
- Muaj tej yam tseem pab kho tej leeg kom txhob nruj nruj thiab.

Tshuaj Tswj Kav:

- Yuav pab kom txhob muaj mob ntsw nqias ceev thiab ua kom tau zoo nyob.
- Siv txhua txhua hnuv li koj tus kws kho mob qhia. Txawm koj zoo neej lawm.

Lus Qhia Ntxiv:

Siv koj lub tshuaj nqus li koj tus kws kho mob qhia xwb.

Zaum koj mus ntsib koj tus kws kho mob tom ntej no neb yuav tau tsim kev los kho koj tus mob. Nws thiaj li:

- Noj koj cov tshuaj tswj kav li koj tus kws kho mob qhia koj txawm hais tias koj zoo neej lawm
- Nrog koj tus kws kho mob tham thiab tsim daim plaj los kho tus mob ntsw nqias
- Daim plaj yuav qhia saib lub sij hawm twg koj yuav noj koj cov tshuaj