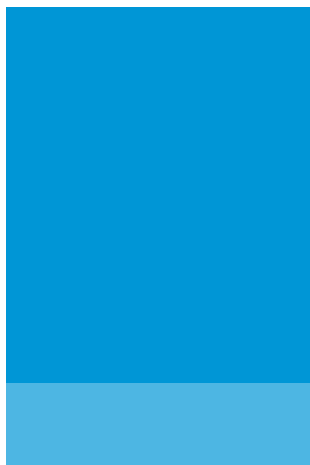
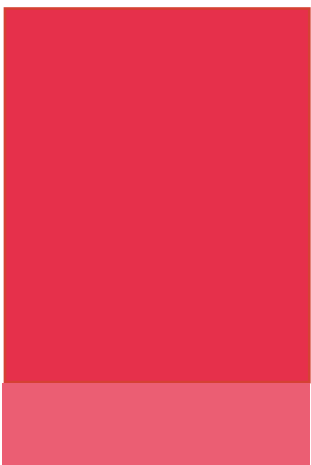


Welcome to preschool

A parents guide to starting preschool

ຍິນດີຕ້ອນຮັບສູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ??

ຄໍາແນະນຳສໍາລັບບັນດາພໍ່ແມ່ໃນການເລີ່ມໂຮງຮຽນ ຕຽມອະນຸບານ



Education
Public Schools

LAO



ທ່ານຈະພົບຫຍັງຢູ່ໃນໜັງສື ຍິນດີຕ້ອນຮັບສູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ

ຍິນດີຕ້ອນຮັບສູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ ໄດ້ຖືກແຕ່ງຂຶ້ນເພື່ອ ຊ່ວຍເຮັດໃຫ້ການເລີ່ມຕົ້ນຂອງທ່ານ ເດີນຂອງການຮຽນລະຍະ ຕົ້ນຂອງລູກທ່ານເປັນທາງເດີມ ທີ່ດີແລະມີຄວາມມ່ວນຊື່ນ. ຢູ່ຂ້າງໃນນີ້ ທ່ານຈະໄດ້ພົບ ກັບຄຳແນະນຳຕ່າງໆທີ່ເອົາໃຫ້ໂດຍ ບັນດານາຍຄູສອນ ເດັກລະຍະຕົ້ນແລະບັນດາພໍ່ແມ່ເພື່ອເຮັດໃຫ້ ເປັນ ການງ່າຍສຳລັບທ່ານ ແລະ ຄອບຄົວທ່ານໃນການກະ ຕຽມ ລູກທ່ານໃຫ້ຮຽນເຂົ້າໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ. ນອກຈາກນີ້ ມັນຍັງຈະໃຫ້ຄວາມໝັ້ນໃຈແກ່ທ່ານວ່າ ທ່ານໄດ້ທຳການ ຕັດສິນ ໃຈອັນຖືກຕ້ອງແລ້ວໃນການສົ່ງ ລູກທ່ານໄປໂຮງຮຽນ ຕຽມອະນຸບານ ແລະ ໃຫ້ຄວາມເຂົ້າ ໃຈອັນແຈ່ມແຈ້ງວ່າມັນເປັນ ສິ່ງທີ່ມີຄ່າເທົ່າໃດສຳລັບ ການພັດທະນາຂອງລູກທ່ານ.

ຖ້າຫາກທ່ານມີຄຳຖາມໃດໆ ຫຼື ຢາກຈະໃຫ້ຄຳແນະ ນຳຢ່າງໃດ ຢ່າງນຶ່ງ ກະຮຸນາ ສົ່ງອີເມລ໌ຫາພວກເຮົາ ທີ່ parents@det.nsw.edu.au

ການໄປໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ	3
ການຕຽມຕົວ	3
ອາຫານຢູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ	4
ລູກຂ້າພະເຈົ້າຄວນນຸ່ງເຄື່ອງແບບໃດ?	5
ການຮຽນສຳລັບເດັກນ້ອຍ	5
ການອຸຊຸມການຮຽນຂອງລູກທ່ານ	6
ການຕຽມຕົວໃຫ້ຮຽນສຳລັບໂຮງຮຽນໃຫຍ່	6
ໃນຍາມທີ່ລູກທ່ານບໍ່ສະບາຍ	7
ເທົາ	7
ບັນດາເວັບໄຊທີ່ມີປະໂຫຍດ	8

ການໄປໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ

ຄວາມຄິດເຖິງເລື່ອງໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານອາດຈະ ເປັນສິ່ງ ທີ່ທ່ານອາດຈະພິຈາລະນາສຳລັບພໍ່ແມ່ນຳພາຄົນ. ທ່ານອາດຈະຄິດວ່າລູກນ້ອຍຂອງທ່ານເຕີບໂຕໄວເກີນ ໄປ. ບໍ່ຕ້ອງວິຕົກກັງວົນ! ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ ແມ່ນເວລາທີ່ລູກທ່ານຈະມີຄວາມມ່ວນຊື່ນຫຼາຍກັບ ເດັກອື່ນໆທີ່ມີອາຍຸດຽວກັນກັບພວກເຂົາເອງ. ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານຈະຊ່ວຍພັດທະນາແລະຂະຫຍາຍວິທີ ທາງທີ່ລູກທ່ານຈະປະສົບໃນດ້ານການສຶກສາ ຊຶ່ງຈະ ນຳພາໃຫ້ພວກເຂົາເປັນນັກຮຽນທີ່ມີຄວາມໝັ້ນໃຈ, ກະຕືລືລົ້ນແລະມີຄວາມສົນໃຈຢ່າງແຮງກ້າທີ່ມີຄວາມ ຫວັງລໍຖ້າການເລີ່ມເຂົ້າ ໂຮງຮຽນໃຫຍ່.

ການຕຽມຕົວ

ທ່ານໄດ້ພົບກັບນາຍຄູໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ ແລ້ວຫຼືຍັງ?

ນາຍຄູໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານເປັນຄົນສຳຄັນຜູ້ນຶ່ງທີ່ ຄວນທຳຄວາມຮັຊັກ. ນາຍຄູຈະສາມາດບອກທ່ານໄດ້ ວ່າມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນແຕ່ຢູ່ໃນໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ ແລະ ຈະຊ່ວຍໃນການ ຕອບຄຳຖາມຕ່າງໆທີ່ຈະຊ່ວຍລູກທ່ານ ໃຫ້ສົ່ງກັບໂຮງຮຽນ.

ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານມີນະໂຍບາຍແລະລະບຽບ ການຫຼາຍ ຢ່າງເພື່ອສົ່ງເສີມສະຖາບ, ຄວາມປອດ ໃຈແລະຄວາມຢູ່ດີຂອງເດັກທຸກໆຄົນ ຕົວຢ່າງເຊັ່ນ ການມາເຖິງແລະການກັບເມືອ, ອາຫານແລະໄພຊະນາ ການ, ການພັດທະນາແລະການສຶກສາ ແລະ ການປ້ອງກັນ ແສງແດດ.

ຄຳແນະນຳ: ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານຈະຂໍ ໃຫ້ທ່ານເຊັນຊື່ລົງທະບຽນໃນຕອນເລີ່ມຕົ້ນ ແລະຕອນທ້າຍຂອງແຕ່ລະມື້ເຂົ້າໂຮງຮຽນ. ກະຮຸນາໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າທ່ານໄດ້ເຊັນຊື່ລົງທະບຽນມື້ ຊຶ່ງຕາມ ປົກກະຕິແລ້ວທ່ານຈະເຫັນວ່າໄວ້ຢູ່ທີ່ປະຕູເຂົ້າໂຮງຮຽນ ຕຽມອະນຸບານນັ້ນ.

ລາຍການທີ່ຕ້ອງກວດເບິ່ງ

ເບິ່ງແບບຜາດໆ ອັນນີ້ແມ່ນລາຍການສິ່ງຂອງທີ່ລູກ ທ່ານຈະ ຕ້ອງການ:

- ກະເບົາ
- ກ່ອງໃສ່ອາຫານທ່ຽງ
- ເຄື່ອງນຸ່ງສຳລັບປຽນ ຮວມມີ ຖົງເທົ້າແລະ ເຄື່ອງນຸ່ງຊ້ອນໃນ
- ໝອກ
- ອາຫານເບົາເຜືອກິນໃນຍາມຫວ່າງຕອນເຊົ້າແລະ ຕອນບ່າຍ ພ້ອມທັງນ້ຳອືກນ້ຳ

ຖ້າຫາກວ່າໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານເປັນໂຮງຮຽນ ເດີມນີ້ ລູກທ່ານຍັງຈະຕ້ອງການ:

- ອາຫານທ່ຽງ
- ຜ້າຄຸມ ແລະ/ຫຼື ຜ້າທີ່ມີສຳລັບເວລາພັກຜ່ອນ



ອາການແພ້ຕ່າງໆ, ສະພາບທາງການແພດ ແລະ ບັນດາຄວາມຕ້ອງການພິເສດ

ກ່ອນທີ່ລູກທ່ານຈະເລີ່ມເຂົ້າໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ ມັນເປັນສິ່ງສຳຄັນທີ່ຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ທາງໂຮງຮຽນຕຽມ ອະນຸບານຊາບ ຖ້າຫາກລູກທ່ານມີອາການແພ້ ຫຼື ມີສະພາບທາງການແພດໃດໆ ຫຼື ມີຄວາມຕ້ອງການພິເສດ ອື່ນໆ. ອັນນີ້ແມ່ນຈະເຮັດໃຫ້ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານມີ ເວລາທີ່ຈະຈັດຫາສິ່ງຜິດເກີນ ຕ່າງໆສຳລັບລູກທ່ານ.



ຄຳແນະນຳ: ຈັດອາຫານທີ່ທ່ານຮູ້ວ່າລູກທ່ານມັກແລະຈະກິນ. ນອກຈາກນີ້ມັນຍັງເປັນແນວຄິດທີ່ດີທີ່ຈະຊ່ວຍລູກທ່ານໃຫ້ຮຽນຮູ້ວ່າຈະແກ້ໄຂອາຫານແລະກິນດ້ວຍຕົວເຂົາເອງໄດ້ແບບໃດອີກດ້ວຍ.

ການເບິ່ງແຍງອາການແພ້ຕ່າງໆ

ໂຮກພູມແພ້ເປັນອາການແພ້ທີ່ຮ້າຍແຮງແລະປັດຈຸບັນທັນດ້ວນ ທີ່ມີຕໍ່ອາຫານບາງຊະນິດ ເຊັ່ນ ໝາກຖົ່ວຕ່າງໆ ຫຼື ຫອຍ ຫຼື ແມງໄມ້ຕອດ. ທ່ານຕ້ອງບອກໃຫ້ນາຍຄູໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານໃຫ້ຊາບຖ້າຫາກລູກທ່ານມີອາການແພ້ຕໍ່ອາຫານຕ່າງໆ ຫຼື ມີຄວາມ ສ່ຽງຕໍ່ໂຮກພູມແພ້. ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານບາງແຫ່ງມີ ນະໂຍບາຍປິດໝາກຖົ່ວ, ຈຶ່ງສອບຖາມນາຍຄູໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານກ່ຽວກັບເລື່ອງນີ້.



ຈົ່ງຕິດຊື່ໃສ່ຂອງທຸກຢ່າງ

ຢູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານຈະມີຖັງໃສ່ເຄື່ອງຂອງທີ່ເສີຍ ແຕ່ວ່າ ເພື່ອເປັນການປະຢັດເວລາແລະຫຼີກເວັ້ນການເສີຍອາຣົມ ກະຮຸນາຕິດຊື່ໃຫ້ຊັດແຈ້ງໃສ່ສິ່ງຂອງທຸກຢ່າງຂອງລູກທ່ານ ເຊັ່ນ ເຄື່ອງນຸ່ງ, ກະເບົາແລະ ກ້ອງໃສ່ອາຫານ.

ການຮຽນສຳລັບເດັກນ້ອຍ

ການຮຽນຂອງລູກທ່ານຢູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານນັ້ນຈະເກີດຂຶ້ນຈາກສິ່ງທີ່ທ່ານໄດ້ສອນພວກເຂົາຢູ່ໃນເຮືອນ. ໃນເວລາທີ່ລູກທ່ານຈະໃຊ້ການວາດມະໂນພາບ, ຮຽນໃຫ້ເຂົາໄດ້ກັບຄືນອີນ, ວາງແຜນແລະຟັງ.

ບັນດານາຍຄູໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານຂອງພວກເຮົາເປັນຜູ້ມີຄຸນວຸດທິຢ່າງສົມບູນດ້ານການສຶກສາຝ່າຍເດັກລະຍະດິນ. ປະສົບການຕ່າງໆຈາກການຮຽນທີ່ລູກທ່ານມີສ່ວນຮ່ວມໂດຍຜ່ານການຟື້ນຟູໄດ້ຖືກຈັດວາງໄວ້ຢ່າງລະມັດລະວັງແລະແມ່ນເຮັດຕາມຄວາມສົນໃຈຂອງລູກທ່ານ.

ອາຫານຢູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ

ການກິນອາຫານຢູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານເປັນສິ່ງສຳຄັນສ່ວນນຶ່ງຂອງໂຄງການໃນແຕ່ລະມື້ແລະ ພວກເຮົາກໍສົ່ງເສີມຄວາມເຄີຍຊົນໃນການກິນອາຫານທີ່ມີສຸຂະພາບດີ. ພັກງານຢູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານຂອງພວກເຮົາກໍຍັງຈະຊ່ວຍລູກທ່ານໃນເວລາກິນອາຫານດ້ວຍການເຕືອນໃຫ້ພວກເຂົາລ້າງມືແລະ ຊຸກຍູ້ໃຫ້ພວກເຂົາກິນອາຫານໃຫ້ໝົດແລະບໍ່ໃຫ້ແບ່ງປັນອາຫານກັບໝູ່ເພື່ອນຄົນອື່ນໆ.

ທ່ານຈະຖືກຂໍຮ້ອງໃຫ້ຈັດຫາອາຫານທີ່ມີສຸຂະພາບດີສຳລັບ ເວລາອາຫານຫວ່າງຕອນເຊົ້າ, ອາຫານທ່ຽງ ແລະ ບາງທີກໍສຳລັບເວລາອາຫານຫວ່າງຕອນບ່າຍອີກນຳ. ຈຶ່ງໄວ້ລິມັກັບນາຍຄູໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານຂອງທ່ານເພື່ອໃຫ້ຮູ້ວ່າທ່ານຈະຕ້ອງຈັດຫາສິ່ງໃດແດ່ໃຫ້ລູກທ່ານໃນແຕ່ລະມື້. ທ່ານສາມາດເປີດເບິ່ງເວັບໄຊຕ໌ກ່ຽວກັບເດັກທີ່ມີສຸຂະພາບດີ ຂອງພວກເຮົາເພື່ອ ເອົາແນວຄິດເລື່ອງອາຫານຫວ່າງ ແລະ ອາຫານທ່ຽງ.

ຈຶ່ງເປີດເບິ່ງ: www.healthykids.nsw.gov.au



ລູກຂ້າພະເຈົ້າຄວນນຸ່ງເຄື່ອງແບບໃດ?

ຈຶ່ງນຸ່ງເຄື່ອງໃຫ້ລູກທ່ານແບບສະບາຍໆ ເພາະສົມທີ່ປອດໄພ ແລະ ເປັນການງ່າຍທີ່ພວກເຂົາຈະຈັດການໄດ້ດ້ວຍຕົວເຂົາເອງ ຮວມເຖິງໃສ່ເກີບທີ່ເໝາະສົມສຳລັບການຟື້ນຟູແລະການປີນປາຍ.

ບັນດາເດັກໆຈະຖືກຂໍໃຫ້ໃສ່ໝວກເນື້ອຫຸ້ນຢູ່ຂ້າງນອກ. ຈຶ່ງຊຸກຍູ້ ໃຫ້ລູກທ່ານລ້ຽງເຄີຍກັບການໃສ່ໝວກໃນເວລາທີ່ພວກເຂົາຢູ່ຂ້າງ ນອກ. ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານສ່ວນຫຼາຍມີນະໂຍບາຍ “ບໍ່ມີໝວກ, ຫຸ້ນຢູ່ໃນຮົ່ມ”.

ຄຳແນະນຳ: ຈຶ່ງມີເຄື່ອງນຸ່ງໄວ້ສຳລັບອອກໄປຂ້າງນອກ ຫຼື ໄປປາຣ໌ຕີ. ເຖິງແມ່ນວ່າພວກນາຍຄູຈະພາຍາມຫຼີກເວັ້ນການທີ່ບັນດາເດັກນ້ອຍຈະເຮັດໃຫ້ເຄື່ອງນຸ່ງເປື້ອນກໍຕາມ ສີ ແລະ ດິນກໍເປັນສ່ວນນຶ່ງຂອງການມີຄວາມມ່ວນຊື່ນແລະການຮຽນຂອງພວກເຂົາ.

ບັນດາກົກັນສຳລັບການຮຽນຢູ່ໃນໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ

- ຂອງຫຸ້ນທີ່ດີສອບປັນຍາ ແລະ ການຫຼິ້ນກັບກ່ອງ
- ການຫາສີແລະແຕ້ມຮູບ, ການຕັດແລະຕິດ
- ການອ່ານຫຼັກສື່ແລະການຟັງມື້ຫຼາຍ
- ການເວົ້າແລະການຟັງ
- ການແຕ່ງຕົວແລະການຫຼິ້ນຢູ່ແຈເຮືອນ ຫຼື ຢູ່ເຮືອນນ້ອຍ
- ການຟັງແລະການຫຼິ້ນດິນເຕຣີ
- ການເຕັ້ນຮຳແລະຫຼິ້ນລະຄອນ
- ການປີນປາຍສິ່ງຕ່າງໆ, ຄວາມທ່ຽງ, ການແລ່ນ ແລະ ການເຕັ້ນ
- ການໃຊ້ຄອມພິວເຕີຣ໌
- ການຫຼິ້ນກັບດິນຫຽວ, ຫຸ້ນກັບແປ້ງໝຽວ, ດິນຊາຍ ແລະ ນ້ຳ

ໂດຍຜ່ານປະສົບການການຮຽນເຫຼົ່ານີ້ ລູກທ່ານຈະຄົ້ນຫາແລະພົດລອງ ແລະ ພັທນາທັກສະຂອງພວກເຂົາໃນດ້ານການແກ້ບັນຫາ, ການສຶກສາແລະການຫຼິ້ນກັບໝູ່. ນອກຈາກນີ້ ພວກເຂົາຍັງຈະພັທນາຄວາມນັບຖືຕົວເອງ, ຄວາມໝັ້ນໃຈ ແລະ ພື້ນຖານສຳລັບການຮຽນແບບເປັນທາງການຂອງພວກເຂົາອີກດ້ວຍ.



ການເລີ່ມຕົ້ນທີ່ດີ

ອາຫານເຊົ້າທີ່ໃຫ້ຄຸນຄ່າແກ່ຮ່າງກາຍຈະຊ່ວຍລູກທ່ານໃຫ້ຕຽມຜ່ອນສໍາລັບການມີທີ່ດີທີ່ສຸດເທົ່າທີ່ເປັນໄດ້ ຢູ່ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ. ມັນຍັງຈະຊ່ວຍພວກເຂົາໃຫ້ມີຄວາມຕັ້ງໃຈ ແລະ ມີພະລັງໃນການຟື້ນອີກດ້ວຍ. ນອກຈາກນີ້ ມັນຍັງຈະຊ່ວຍພວກເຂົາໃຫ້ພັດທະນາວິທີການກິນທີ່ດີໄປຕລອດຊີວິດຂອງພວກເຂົາອີກນຳ.

ການນອນກາງຄືນໃຫ້ເຕັມອີ່ມ

ບັນດາເດັກນ້ອຍຕ້ອງການນອນໃຫ້ອີ່ມທຸກໆຄືນເພື່ອຈະສາມາດຮັບມືກັບການພະຈົນພັຍແລະຄວາມມ່ວນຊື່ນຂອງໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານ.

ການນອນເຕັມອີ່ມຈະຊ່ວຍລູກທ່ານໃນການ:

- ມີຄວາມສົນໃຈແລະຄວາມຕັ້ງໃຈ
- ແກ້ໄຂບັນຫາແລະຄິດຫາແນວຄິດໃໝ່ໆ
- ຟື້ນແບບສລາດ ແລະ ເຜີດເຜີນໄປກັບມື້ຂອງພວກເຂົາ



ການຕຽມຕົວໃຫ້ຜ່ອນສໍາລັບໂຮງຮຽນໃຫຍ່

ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານຂອງລູກທ່ານຈະຊ່ວຍອຸ້ມອຸທານແລະ ລູກທ່ານໃຫ້ຕຽມຜ່ອນສໍາລັບໂຮງຮຽນ. ບັນດາໂຮງຮຽນຕຽມ ອະນຸບານ ແລະ ໂຮງຮຽນຈະມີໂຄງການ ການເຊື່ອມຕໍ່ຫາໂຮງຮຽນ ຊຶ່ງຈະໃຫ້ຂໍ້ມູນ ແລະ ຄໍາແນະນຳທີ່ມີປະໂຫຍດ ແກ່ທ່ານກ່ຽວກັບມື້ສໍາຄັນທີ່ Kindergarten ຂອງພວກເຂົາ ແລະ ຊ່ວຍທ່ານໃຫ້ສິ່ງເຄີຍກັບລະບຽບຂອງໂຮງຮຽນ ແລະ ບັນດາສິ່ງທີ່ທ່ານຕື່ນເຕັ້ນທີ່ຊີວິດໂຮງຮຽນຈະມີໃຫ້ແກ່ບັນດາຄອບຄົວ ທັງຫຼາຍ. ການມີສ່ວນຮ່ວມກັບການເຂົ້າໂຮງຮຽນຂອງລູກທ່ານຈະຊ່ວຍໃຫ້ພວກເຂົາມີການເລີ່ມຕົ້ນຂອງທາງເດີນຂອງການຮຽນທີ່ມີຜົນສໍາເລັດໄປຕລອດ.

ໃນຍາມທີ່ລູກທ່ານບໍ່ສະບາຍ

ລູກທ່ານຈະບໍ່ສະບາຍເປັນບາງຄັ້ງ. ກະຣຸນາໂທຣະສັບຫາໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານແຕ່ເຊົ້າຖ້າຫາກລູກທ່ານບໍ່ສະບາຍ.

ຄວາມເຈັບປ່ວຍບາງຢ່າງອາດຈະຕິດຕໍ່ກັນໄດ້. ເພື່ອຢຸດການຕິດ ຕໍ່ບໍ່ໃຫ້ແຜ່ຜ່າຍໄປຫາເດັກຄືນອື່ນໆ ກະຣຸນາໄປຫາພະຍາຍາມຂອງທ່ານ ແລະ ເອົາລູກທ່ານຢູ່ເຮືອນຕາມລະຍະເວລາທີ່ໄດ້ຖືກແນະນຳ.

ຕົວຢ່າງຂອງໂຮກຕິດຕໍ່ບາງຢ່າງ ມີ:

ໂຮກໝາກສຸກ - ມີໄຂ້ຫ້ອຍນຶ່ງ, ຂີ້ມຸກຍ້ອຍ ແລະ ມີຜົນຕຸ່່ມສີແດງ ພອງ ແລ້ວແຕກແລະຕົກເກັດ
ໂຮກຫັດ - ເປັນໄຂ້, ມີຄວາມເນື້ອຍເພີຍ, ຂີ້ມຸກຍ້ອຍ, ໄອ ແລະ ຕາ ເຈັບແລະແດງສອງສາມມື້, ຕິດຕາມດ້ວຍການເປັນຜືນທີ່ຈະເລີ່ມຢູ່ໃບໜ້າກ່ອນ ແລະ ຈະລາມໄປຕາມຕົນຕົວແລະຈະເປັນຢູ່ປະມານສີ່ຫາເຈັດມື້.

ໂຮກຕາອັກເສບ - ຮູ້ສຶກຄັນຢູ່ຕາ, ຕາແດງແລະອາດມີນ້ຳ. ໜັງຕາອາດຈະຕິດກັນໃນເວລານອນ

ໂຮກຕຸ່່ມພອງ (school sores) - ຕຸ່່ມນ້ອຍຮູ້ສຶກແດງແລ້ວປ່ຽນໄປເປັນຕຸ່່ມພອງມີນ້ຳໜອງ ແລະ ກາຍມາເປັນເກັດ - ຕາມປົກກະຕິແລ້ວຈະເປັນຢູ່ໃບໜ້າ ມື ແລະ ຫົວ

ຂີ້ກາກ - ເປັນຍ່ອມນ້ອຍໆມີເກັດຢູ່ຕາມຜິວໜັງອ້ອມດ້ວຍວົງ ສີປົວ.

ຈະເຮັດແນວໃດຖ້າລູກທ່ານບໍ່ສະບາຍ

ຖ້າລູກທ່ານມີອາການດັ່ງຕໍ່ລົງໄປນີ້ ທາງທີ່ດີທີ່ສຸດກໍຄືຕ້ອງໄປປຶກສາຫາລືກັບນາຍໝໍຂອງທ່ານ ແລະ ໃຫ້ລູກທ່ານຢູ່ເຮືອນ:

- ມີໄຂ້ 38 ອົງສາ C ຫຼື ສູງກວ່າ
- ຮາກ ຫຼື ຖອກຫ້ອງ
- ມີອາການເປັນຫວັດ ຫຼື ໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່ຢ່າງໜັກ
- ເປັນຜືນໂດຍບໍ່ຮູ້ທີ່ເປັນມາ

ເພື່ອເອົາຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບໂຮກຕິດຕໍ່ທີ່ອາດຈະກະທົບກະເທືອນລູກທ່ານ ຈົ່ງຕິດຕໍ່ ກະຊວງສາທາຣະນະສຸກ ຣັດ ນຊອ ຕາມໂທຣະສັບໝາຍເລກ 9391 9000.

ຈົ່ງເປີດເບິ່ງ: www.health.nsw.gov.au

ເທົາ

ໂຮງຮຽນຕຽມອະນຸບານອາດຈະເປັນປະສົບການຄັ້ງທໍາອິດຂອງທ່ານກ່ຽວກັບເລື່ອງເທົາ. ຈົ່ງຢາຕົກໃຈຖ້າຫາກມີເລື່ອງນີ້ເກີດຂຶ້ນ. ເທົາອາດຈະເປັນສິ່ງທີ່ທ້າລໍາຄານຫຼາຍແຕ່ກໍເປັນຈິ່ງບຸນທີ່ມັນຈະບໍ່ເປັນອັນຕຣາຍແກ່ສຸຂະພາບຂອງລູກທ່ານ ແລະ ມັນກໍຈະບໍ່ສົ່ງຜົນກະທົບເຖິງສຸຂະອະນາໄມຂອງ ລູກທ່ານແຕ່ຢ່າງໃດ.

ສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດທີ່ທ່ານສາມາດເຮັດໄດ້ກໍຄືຊ່ວຍຄວບຄຸມເທົາ ດ້ວຍການ:

- ກວດເບິ່ງຜົນຂອງລູກທ່ານສະໄໝ
- ຮັກສາຜົນຍາວດ້ວຍການມັດ ຫຼື ເບີຍ
- ເອົາຫວີຖີໄວ້ໃນຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຊຸກຍູ້ໃຫ້ຄອບຄົວຂອງທ່ານ ໃຊ້ໃນເວລາທີ່ພວກເຂົາສະຜົນ
- ຫວີຜົນດ້ວຍຫວີຖີແລະໃຊ້ຄຣີມຮັກສາຜົນສີຂາວຫຼາຍມື້ເພື່ອ ກໍາຈັດເທົາແລະໄຂ້ເທົາ.

