

① ចំណុចដែលត្រូវកត់សម្គាល់នៅពេលប្រមូលទឹកនោម

ត្រូវប្រាកដថាប្រមូលទឹកនោមរបស់អ្នកនៅថ្ងៃពិនិត្យសុខភាពរបស់អ្នក (ល្អជាងមុនការពិនិត្យសុខភាព)។
• កុំពិសាអាហារបំប៉នវីតាមីន C ឬទឹកផ្លែឈើដែលមានវីតាមីន C ចាប់ពីពេលល្ងាចមុនពេលធ្វើតេស្ត ព្រោះវាអាចប៉ះពាល់ដល់លទ្ធផលតេស្ត។
• ត្រូវនោមម្តងមុនពេលចូលគេង។
• បន្ទាប់ពីប្រមូលទឹកនោមហើយ សូមទុកក្នុងកន្លែងត្រជាក់ និងងងឹតរហូតដល់អ្នកដាក់ទឹកនោម។ (សូមជៀសវាងកន្លែងដែលត្រូវពន្លឺព្រះអាទិត្យដោយផ្ទាល់ ឬសីតុណ្ហភាពខ្ពស់)

② វិធីសាស្ត្រប្រមូលទឹកនោម

(1) យកទឹកនោមដាក់ក្នុងពែងប្រមូលទឹកនោម កុំប្រមូលទឹកនោមនៅដើមដំបូង ឬប៉ុន្តែប្រមូលទឹកនោមពីកណ្តាលដល់ចុងដាក់ក្នុងពែង។

(2) បើកទឹកនោមក្នុងធុងមួយ។
• ដោះម្ជុកហើយច្របាច់ធុងទាំងមូលដើម្បីបើកទឹកនោម។
• សូមប្រមូលទឹកនោមក្នុងចន្លោះដែលបានបង្ហាញនៅលើធុង។
• រឹតបន្តឹងម្ជុកឱ្យតឹងដើម្បីការពារទឹកនោមមិនឱ្យលេចចេញ។
• ប្រសិនបើបរិមាណទឹកនោមមិនគ្រប់គ្រាន់
• បង្វែរកុងតឺន័រឡើងលើ បញ្ចេញខ្យល់នៅខាងក្នុងធុង រួចបើកវាម្តងទៀត។


③ របៀបដាក់ស្នើ

• ដោះស្លាក "ធុងតេស្តទឹកនោម" ដែលស្ថិតនៅផ្នែកខាងលើនៃធុង។ ដាក់កាសែតជុំវិញធុងដោយព្រួញចង្កូលឡើងលើ (ផ្នែកខាងម្ជុក)។
• សូមដាក់តែធុងដាក់ក្នុងថង់កុំដាក់ថង់ជួសជុល ក្រដាសជូតមាត់។ល។ ន



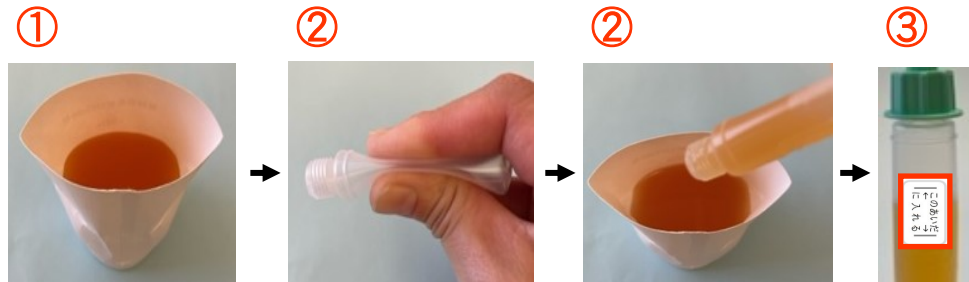
← អ្នកអាចពិនិត្យមើលវីដេអូដោយចូលទៅកាន់គេហទំព័រសមាគមរបស់យើងដោយប្រើកូដ QR នេះ។ លេខកូដ QR ក៏ត្រូវបានសរសេរនៅខាងក្រោយថង់កុងតឺន័រផងដែរ។

វិធីសាស្ត្រប្រមូលទឹកនោម *ត្រូវប្រាកដថាប្រមូលទឹកនោមនៅថ្ងៃពិនិត្យសុខភាព។



សូមប្រមូលទឹកនោមក្នុងចន្លោះដែលបានចង្អុលបង្ហាញ។ *មិនអាចធ្វើតេស្តបានទេ ប្រសិនបើបរិមាណទឹកនោមមានតិច។

① យកទឹកនោមដាក់ក្នុងពែងប្រមូលទឹកនោម ② រុញធុងទាំងមូលឱ្យតឹង ហើយបើកទឹកនោម។ ③ ពិនិត្យមើលថាតើអ្នកបានប្រមូលទឹកនោមដល់កម្រិតដែលបានបញ្ជាក់នៅលើធុងនោះហើយឬនៅ ហើយរឹតបន្តឹងម្ជុកឱ្យតឹង។



④ ភ្ជាប់ស្លាក

សូមភ្ជាប់វាទៅបន្ទាត់ខាងលើនៃធុង ដើម្បីបិទបាំងផ្នែកបង្ហាញ 3D ។



⑤ ដាក់វានៅក្នុងកាបូបដាក់ស្នើ *ពណ៌នៃស្លាក និងកាបូបដាក់ស្នើនឹងប្រែប្រួលអាស្រ័យលើជាតុត្រួតពិនិត្យ។