

# ວິທີກວດນ້ຳຕານໃນເລືອດຂອງທ່ານ

ເລື່ອກວດນ້ຳຕານໃນເລືອດຂອງທ່ານ...

**ເລີ່ມຕົ້ນ**



ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳແລະສະບູ.



ເບິ່ງໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າ  
ນິ້ວມືຂອງທ່ານແຫ້ງດີ.



ມີຂອງທ່ານເຢັນບໍ່?



**ບໍ່ເຢັນ**



ແຫງດ້ານຂ້າງຂອງນິ້ວມືຂອງທ່ານ  
(ມັນບໍ່ອ່ອນເທົ່າກັບ ປາຍນິ້ວ).  
ທ່ານສາມາດໃຊ້ນິ້ວໃດກໍໄດ້.



ປິບນິ້ວໃຫ້ເລືອດອອກ  
ນານຶ່ງຢອດ.



ປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳ



ຂຽນປະລິມານນ້ຳຕານໃນ  
ເລືອດຂອງທ່ານລົງໃສ່ໃນເອກະ  
ສານບັນທຶກຂອງທ່ານ.

**ໂຊໂຍ!**  
**ສຳເລັດແລ້ວ!**



**ເຢັນ**



ເອົາມືໄປໃສ່ນ້ຳທີ່ໄຫຼອຸ່່ນ ແລ້ວຫຼຸ້ນິ້ວມືຂອງທ່ານ,  
ຫລືສັ່ນ ມັນໃນຂະນະທີ່ກຳລັງ  
ເອົາມືໄວ້ຂ້າງໆ ຕົວທ່ານ.

