



## Kev Nyob Nyab Xeeb Thaum Hluav Taws Xob Tuag

Kev tu tsis muaj hluav taws xob siv uas tsis tau ceeb toom qhia paub ua rau muaj kev npau taws heev, tshwj xeeb yog nws tuag ntev. Yog tias hluav taws xob tuaj txog li 2 teem lossis tshawg dua, koj tsis txhob nyuab siab tsam koj cov khoom noj tsis zoo noj tsis zoo noj lawm. Yog tias tuag ntev dua no, kuj muaj kev tawm ua kom khoom noj txhob lwj thiab ua kom koj tseem neeg muaj kev noj hauv nkaj siab tau thiab.

Koom Haum Maim Npuaj Liab Asmeslibcas muaj lus qhia pab thaum tsis muaj hluav taws xob:

### Tsim Tus Qauv Kev Npaj

Muab kev npaj hauv qab no siv rau koj txoj qauv kev npaj kom muaj kev nyab xeeb thaum muaj hluav taws xob tuag.

- **Tej Khoom uas Ceev Khoom Noj Cia:**
  - **Ib lossis ob lub tub txias** – Cov tub ua dej txias uas tsis kim npe hu ua Styrofoam yuav pab tau thiab.
  - **Dej Kho Txhias** – Tso dej kho txias rau tej khoom noj hauv tub ua dej txias lossis tub txias yuav pab tau cov khoom noj kav ntes nyob rau lub sij hawm hluav taws xob tuag ntes.
  - **Tus Ntsuam Kev Txias** – Tus ntsuam kev txias tuaj yeem paub txog kev txias hauv koj cov khoom noj thiaj paub tau tias puas tseem zoo noj. Cov khoom noj ua lwj zoo txhob muab rau qhov txias tshaj 40 oos xam ntes tshaj li 2 teem.
- **Lwm Txoj Kev Tau Hluav Taws Xob:** Yog tias ib tug twg hauv koj tsev neeg nws caij lob uas siv hluav taws xob mus kev xwb, lub pab ua pa, nco ntsoov lwm yam hluav taws xob pab nws no rau kev tawm. Yog koj xav siv ib lub cav tsim faisfab pab, yuav tau kom lwm tus neeg paub txog yam no, xws li cov neeg kho faibfab



pab koj. Yuav tsum paub tias lub cav koj yuav no tsis tau hluav taws xob li qhov koj xav tau.

- **Rau Lub Ceeb Toom Thaum Muaj Kasnpoo Monoxaib:** Qhov teebmeem thawj uas yuav tau tsis pub muaj los ntawm kev siv cas tsis hluav taws xob, cua kub lossis qhov cub ua noj yog tshuaj txhaum los ntawm Kasnpoo Monoxaib, faisfab kub thiab ciaj hluav taws kub. Rau lub ceeb toom rau hauv nrub nrab hauv txhua qib tsev.

### **Npaj Ib Lub Hnab**

- **Khoom Noj Tsis Txawj Lwj:** Ntim khoom xws li dej cawv, khoom noj nyob tai koom poom lossis batawj.
- **Ib Taub Dej Hauv Rau Ib Tus Neeg Rau Ib Hnub**
- **Khoom Kho Mob thiab Tshuaj**
- **Teeb Nyem, Betawjlilj lossis Lub Nloog Xov Tooj Cua, Khoom Tseem Ceeb thiab Ntawv Qhia Kev** (Ceeb Toom: Tsis txhob siv tswm ciab lub sij hawm hluav taws xob tuag vim tsam muaj hluav taws kub)
- **Khaub Ncaws thiab Khau Rau**
- **Khoom Siv Tus Kheej thiab Khoom Muab Kev Nyiam Huv:** Ntim cov ntawv tseem ceeb, khoom muab kev nyiam huv thiab khoom nqa yooj yim xws li ntawv nyeem thiab khoom ua si.
- **Nqa Nyiaj Ntsuab Nrog Cev**
- **Xov Tooj Ntawm Cov Neeg Pab Thaum Muaj Xwm Txheej**

### **Yuav Tsum Paub**

Kawm kev pab tiv thaiv tus kheej thiab lwm tus ua ntej, nyob rau sij hawm thiab tom qab hluav taws xob tuag.

### **Yuav Ua Cas Yog Tias Hluav Taws Xob Tuag**



- **Khawm Khoom Noj Rau Chaw Zoo:** Kaw lub tub txias thiab tub ua dej txias koj ntom li ntom tau. Koj yuav tsum noj khoom noj li hauv qab no: Xub noj cov khoom noj yuav lwj yoom yim ua ntej, mam li noj cov tsis lwj sai tom qab.
- **Tuas Lub Txiaiv Hluav Taws Xob Thiab Nrho Tej Xov Ntawm Cov Khoom Siv Hluav Taws Xob Tawm:** Nrho txhua txoj xaim (xws li xaim qhov cub ua noj), txhua yam khoom uas koj siv hluav taws xob ua ntej hluav taws xob tuag tawm kom tas. Thaum hluav taws xob rov tuaj, nws lub zog tuaj yeem ua rau koj tej khoom ua tsis tau nrho xaim tawm puas tau. Taws ib lub teeb cia es thaum hluav taws xob rov tuaj thiaj paub.
- **Yog Tias Lub Ceeb Toom Kasnpoom Monoxaib Quaj:** Khiav mus nyob rau qhov chaw uas kaj sab nrauv lossis nyob ntawm qhov rai lossis qhov rooj. Hu kom lwm tus tuaj pab koj nyob twj ywm qhov chaw no.
- **Tib Zoo Xyuas Xim Kev Siv Lub Cav Tsis Hluav Taws Xob:** Thaum muaj kev siv lub cav tsis hluav taws xob, muab txoj xaim ntawm yam khoom koj xav tau hluav taws xob ntsia rau koj yog. Ceeb toom: Tsis txhob muab koj txoj xaim ntawm lub cas ntsia rau cov hluav taws xob hauv tsev.

### **Yuav Ua Cas Thaum Hluav Taws Xob Rov Tuaj**

- **Tsis Txhob Kov Cov Xaim Hluav Taws Xob:** Hais kom koj tsev neeg nyob kom dej ntawm cov xaim hluav taws xob. Txoj xaim twg puas yuav tau qhia rau cov nws saib xyuas tuaj pab.
- **Muab Cov Khoom Tsis Zoo Noj Pom Tshieg:** Muab tej khoom noj uas koj tso rau tub txias 40° F (4° C) tau 2 teem lossis muaj ntxhiab tsw phem lossis nws txawm. Yog tsis paub meej, muab pom tshieg! Tsis txhob saj lossis ntseeg tias nws tseem zoo noj. Yog tias khoom noj nyob rau qhov chaw txias tshaj 40° F thiab tseem muaj dej khov txias tshooj thiab, koj cia nws nyob twj los tau. Yuav tau siv tus ntsuam kev txias ntsuam kev txias ntawm koj cov khoom noj.