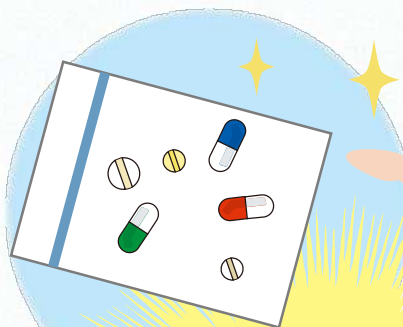


# Hãy yên tâm

# Những việc có thể làm hàng ngày

## Lao là bệnh chữa được!!



Quan trọng nhất là uống thuốc chính xác hàng ngày



Khi ho, hãy đeo khẩu trang nhé



## Ho kéo dài, có đúng là bị cảm không?

**Khám sức khỏe**

Nhất định hãy khám sức khỏe ở trường học hay nơi làm việc.

**Có một đời sống khỏe mạnh.**

Ăn uống cân bằng



Cấm hút thuốc



Vận động vừa phải



Ngủ đầy đủ

Hụ hụ

Hụ hụ



Vi khuẩn lao

Cục Chăm sóc Sức khỏe Phúc lợi thủ đô Tokyo

Hãy mở đọc từ đây

# Nếu ho kéo dài 2 tuần trở lên, hãy đi khám ở cơ quan y tế

## Lao là căn bệnh như thế nào

Khi người bệnh ho hay hắt xì sẽ làm phát tán vi khuẩn lao trong không khí, và lao truyền nhiễm do hít phải vi khuẩn đó vào sâu trong phổi.

Hãy đi khám nội khoa cơ quan hô hấp ở cơ quan y tế. Hãy sử dụng quầy hướng dẫn có thể trao đổi bằng tiếng nước ngoài qua điện thoại.



Tên gọi	Số điện thoại	Ngôn ngữ đáp ứng	Thứ	Thời gian
Quầy hướng dẫn trao đổi bằng tiếng nước ngoài - Trung tâm thông tin Chăm sóc Sức khỏe Y tế thủ đô Tokyo	03-5285-8181	Tiếng Anh, Tiếng Trung Quốc, Tiếng Hàn Quốc, Tiếng Thái, Tiếng Tây Ban Nha	Hàng ngày	9:00~20:00
Đoàn thể pháp nhân công ích Hội phòng chống lao - Trao đổi về lao với người nước ngoài bằng điện thoại	03-3292-1218 03-3292-1219	Tiếng Anh, Tiếng Trung Quốc, Tiếng Hàn Quốc, Tiếng Việt	Thứ Ba	10:00~12:00 13:00~15:00
		Tiếng Myanmar	Thứ Ba tuần thứ 2, 4	10:00~12:00
(NGO) Share (Chia sẻ) = Hội người dân thành phố Hợp tác Chăm sóc Sức khỏe Quốc tế (SHARE)	03-6803-0304	Tiếng Anh	Thứ Hai - Thứ Tư - Thứ Sáu	10:00~17:00