"දැනුවත් වී සුන්දරත්වය සහ
ජීවිත රැක ගනිමු"

පියයුරු පිළිකාව පිළිබඳ දැනුවත් වෙමු

මෙම පොත් පිංච පියයුරු පිළිකාව කලින් හඳුනා ගැනීමෙහි වැදගත්කම, ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාවෙහි වැදගත්කම සහ පසු විපරම පිළිබඳව ඔබව දැනුවත් කරයි.

වසරකට අළුතින් පියයුරු පිළිකා රෝගින් 2500ක් පමණ හඳුනා ගැනෙයි. පියයුරු පිළිකාව කලින් හඳුනා ගතහොත් එය සම්පූර්ණයෙන් සුව කළ හැක. මෙය පිළිබඳව ඔබ ආදරය කරන්නන්, යහළුවන් ඇතුළුව ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීම ඔබගේ යුතුකමයි. සුභවාදීව සිතන්න. ඔබෙගේ යුතුකම ඉටුකරන්න.

මෙය ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන මගින් පියයුරු පිළිකාව පිළිබඳ දැනුවත් වීමේ මාසය - ඔක්තෝබර් වෙනුවෙන් කෙරෙන ප්‍රජා දැනුවත් කිරීමකි.

“දැනුවත් වී සුන්දරත්වය සහ ජීවිත රැක ගනිමු”

- **සාමාන්‍ය පියයුරෙහි ස්වභාවය පිළිබඳව අවබෝධයෙන් සිටින්න.**
- **පියයුරෙහි ඇතිවෙන වෙනස්වීම් පිළිබඳ සැළකිලිමත් වන්න.**
- **පියයුරෙහි ගැටිත්තක් / වෙනසක් හඳුනාගතහොත් නොපමාව වෛද්‍යවරයකු හමුවන්න.**
- **සායනික පියයුරු පරීකෂාව සඳහා වෛද්‍යවරයකු / හෙදි සොහොයුරියක් හෝ හෙදි නිලධාරිණියක් / පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණියක් හමුවන්න.**
  - **අවු. 20 - 40 අතර කාන්තාවන් අවුරුදු 3කට වරක්වත්**
  - **අවු. 40ට වැඩි කාන්තාවන් අවුරුද්දකට වරක්වත්**

පියයුරු පිලිකා කලින් හඳූනාගැනීම මගින් සුවකර ගත හැකිය
දිරිමත්ව මුහුණදී ජීවිතය ජයගන්න

ජාතික පිළිකා මර්දන වැඩසටහන,
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශය
555, මහජන සෞඛ්‍ය පරිශ්‍රය, ඇල්විටිගල මාවත,
නාරාහෙන්පිට, කොළඹ 05,
ටෙලි : 011-2368627
ඊමේල් : nccpsl@yahoo.com
වෙබ් : www.health.gov.lk

Ministry of Health
- Sri Lanka

Cinnamon
GRAND
COLOMBO

ISBN No. 978-955-0505-14-2