




# បង្កើតកញ្ចប់សម្ភារៈសម្រាប់គ្រោះអាសន្ន


**1 ទឹក**

- ទឹកមួយហ្គាឡុងសម្រាប់មនុស្សម្នាក់ក្នុងមួយថ្ងៃ សម្រាប់រយៈពេល 14 ថ្ងៃ សម្រាប់ទទួលទាន និងធ្វើអនាម័យ



**2 អាហារ**

- អាហារដែលមិនរលួយខូច រយៈពេល 14 ថ្ងៃ សម្រាប់បុគ្គលម្នាក់
- ម្សៅទឹកគោកូនក្មេង
- ប្រដាប់គាស់កំប៉ុងអាហារ



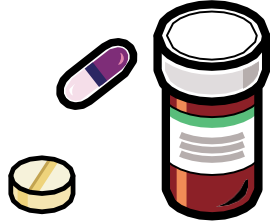
**3 វិទ្យុ**

- វិទ្យុប្រើថ្ម ឬប្រើដែរវ៉ែ និងវិទ្យុអាកាសធាតុ NOAA ដែលមានសំឡេងប្រកាសអាសន្ន និងថ្មបន្ថែមសម្រាប់ឧបករណ៍ទាំងពីរ។



**4 ឱសថ**

- ឱសថដែលមានវេជ្ជបញ្ជា និងវ៉ែនតា



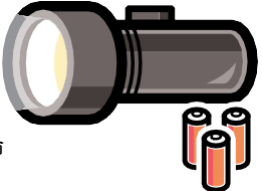
**5 សម្លៀកបំពាក់**

- សម្លៀកបំពាក់សម្រាប់ដោះដូរគ្រប់គ្រាន់ រួមមានអាវដៃវែង ខោជើងវែង និងស្បែកជើងបាតក្រាស់
- កម្រាលសម្រាប់ដេក ឬភួយសម្រាប់មនុស្សម្នាក់ៗ



**6 ពិល**

- ពិល និងថ្មពិលបន្ថែម កញ្ចប់សម្រាប់ផ្តល់សញ្ញាសុំជំនួយ
- ទូរសព្ទដៃជាមួយនឹងឆ្នាំងសាក
- ឆ្នាំងសាកអាំវ៉ែទ័រ ឬឆ្នាំងសាកប្រើថាមពលព្រះអាទិត្យ



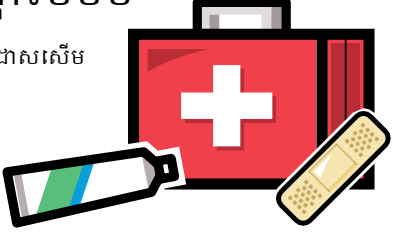
**7 សម្ភារៈអនាម័យ**

- បរិក្ខារអនាម័យស្ត្រី និងសម្ភារៈអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន
- ខោទឹកនោមកូនក្មេង



**8 ប្រអប់សង្គ្រោះបឋម**

- ប្រអប់សង្គ្រោះបឋម ក្រដាសសើម
- ធុងសំរាម ខ្សែជីវិតសម្រាប់ការធ្វើអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន



**9 សាច់ប្រាក់**

- សាច់ប្រាក់ ឬមូលប្បទានបត្រអ្នកធ្វើដំណើរ និងលុយរាយ



**10 ចំណីសត្វចិញ្ចឹម**

- ចំណីសត្វចិញ្ចឹម និងទឹកបន្ថែមសម្រាប់សត្វចិញ្ចឹមរបស់អ្នក

