

# කුමක් කළ යුතුද? සෑම මිනිස්තුවක්ම වටිණු ඇත!



හොඳම උපදෙස නම් දත ඉක්මනින්ම තිබූ ස්ථානයේම නැවත තබන්න!

## සම්පූර්ණ දතම ගැලවී ඇත්නම්

සටහන: ළමයින්ගේ කිරි දත් වලට මෙය අදාළ නොවේ.

- ♥ නැති වූ දත අප්‍රමාදව සොයාගන්න!
- ♥ හැකි නම්- දතේ මූල ස්පර්ශ නොකර දත තැබූ ස්ථානයේම තබන්න.  
දත කිලිටි වී ඇත්නම් ඉක්මනින්ම ගලායන ජලයෙන් සෝදා කට කෙල වලින් සෝදන්න.
- ♥ දත්ත වෛද්‍යවරයා වෙත යන තුරු දත එම ස්ථානයට තබා අල්ලාගෙන යන්න.
- ♥ මෙය කළ නොහැකිනම්, දත මුඛය තුළ හෝ කිරිවල තබාගෙන යන්න.  
දත්ත මූලය විසලීමට ඉඩ නොහරින්න!
- ♥ හැකි ඉක්මනින් දත්ත වෛද්‍යවරයකු හමුවන්න.

## දතේ කොටස් ගැලවී ඇත්නම්

- ♥ දත්ත වෛද්‍යවරයා වෙත යන තුරු එම දතේ කොටස් තෙතමනයකින් යුක්තව තබාගන්න.

දත්ත වෛද්‍යවරයාට අමතන්න:



Norsk Tannvern®  
www.tannvern.no