|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Bệnh | Precaution\_1 | Precaution\_2 | Precaution\_3 | Precaution\_4 |
| Phản ứng thuốc | Ngừng kích ứng | Tư vấn bệnh viện gần nhất | Ngừng dùng ma túy | Theo dõi |
| Bệnh sốt rét | Tư vấn bệnh viện gần nhất | Tránh thức ăn nhiều dầu mỡ | Tránh thực phẩm không ăn chay | Đuổi muỗi ra ngoài |
| Dị ứng | Bôi calamine | che khu vực bằng băng | | Dùng đá để nén ngứa |
| Hypothyroidism | Giảm căng thẳng | thể dục | Ăn uống lành mạnh | Ngủ đủ giấc |
| Psoriasis | rửa tay bằng nước xà phòng ấm | Cầm máu bằng áp lực | Tham khảo ý kiến bác sĩ | tắm muối |
| GERD | Tránh thức ăn cay béo | Tránh nằm xuống sau khi ăn | Duy trì cân nặng hợp lý | thể dục |
| ứ mật mãn tính | tắm nước lạnh | thuốc chống ngứa | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Ăn uống lành mạnh |
| viêm gan A | Tư vấn bệnh viện gần nhất | rửa tay qua | Tránh thức ăn cay béo | Thuốc |
| Thoái hóa khớp | Acetaminophen | Tư vấn bệnh viện gần nhất | Theo dõi | tắm muối |
| (chóng mặt) Chóng mặt vị trí Paroymsal | ngả lưng | tránh thay đổi đột ngột trên cơ thể | tránh di chuyển đầu đột ngột | thư giãn |
| Hạ đường huyết | Nằm nghiêng | Đăng ký Pulse | Uống đồ uống có đường | Tham khảo ý kiến bác sĩ |
| Mụn | tắm hai lần | Tránh thức ăn cay béo | Uống nhiều nước | Tránh quá nhiều sản phẩm |
| Tiểu đường | có chế độ ăn uống cân bằng | thể dục | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Theo dõi |
| Chốc | ngâm khu vực bị ảnh hưởng trong nước ấm | Sử dụng thuốc kháng sinh | Loại bỏ vảy bằng vải nén ướt | Tham khảo ý kiến bác sĩ |
| Tăng huyết áp | thiền | tắm muối | Giảm căng thẳng | Ngủ đủ giấc |
| Loét dạ dày tá tràng | Tránh thức ăn cay béo | Tiêu thụ thực phẩm probiotic | Loại bỏ sữa | Hạn chế rượu bia |
| Búi trĩ lưỡng hình (cọc) | Tránh thức ăn cay béo | Tiêu thụ cây phỉ | Tắm nước ấm với muối Epsom | Tiêu thụ nước ép Alovera |
| Cảm lạnh thông thường | Uống đồ uống giàu vitamin C | Lấy hơi | Tránh thức ăn lạnh | Kiểm soát sốt |
| Thủy đậu | Sử dụng neem trong tắm | Tiêu thụ lá neem | Uống vắc-xin | tránh những nơi công cộng |
| Thoái hóa đốt sống cổ | Sử dụng đệm sưởi ấm hoặc túi lạnh | thể dục | Dùng thuốc giảm đau OTC | Tham khảo ý kiến bác sĩ |
| Hyperthyroidism | Ăn uống lành mạnh | sự xoa bóp | Sử dụng tía tô đất | Xử lý iốt phóng xạ |
| Nhiễm trùng đường tiết niệu | Uống nhiều nước | Tăng lượng vitamin C | Uống nước ép nam việt quất | Dùng men vi sinh |
| Giãn tĩnh mạch | Nằm thẳng và nâng chân lên cao | sử dụng thuốc mỡ | Sử dụng nén tĩnh mạch | Đừng đứng yên lâu |
| AIDS | tránh vết cắt hở | Mặc PPE nếu có thể | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Theo dõi |
| Tê liệt (xuất huyết não) | sự xoa bóp | Ăn uống lành mạnh | thể dục | Tham khảo ý kiến bác sĩ |
| Thương hàn | Ăn rau có hàm lượng calo cao | điều trị kháng sinh | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Thuốc |
| Viêm gan B | Tư vấn bệnh viện gần nhất | Tiêm chủng | Ăn uống lành mạnh | Thuốc |
| Nhiễm nấm | tắm hai lần | Sử dụng Detol hoặc Neem trong nước tắm | Giữ cho khu vực bị nhiễm bệnh khô ráo | Sử dụng vải sạch |
| Viêm gan C | Tư vấn bệnh viện gần nhất | Tiêm chủng | Ăn uống lành mạnh | Thuốc |
| Đau nửa đầu | thiền | Giảm căng thẳng | Sử dụng kính poloroid dưới ánh nắng mặt trời | Tham khảo ý kiến bác sĩ |
| Hen phế quản | Chuyển sang cloose cloothing | hít thở sâu | Thoát khỏi kích hoạt | Tìm kiếm sự giúp đỡ |
| Viêm gan do rượu | Ngừng uống rượu | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Thuốc | Theo dõi |
| Vàng da | Uống nhiều nước | Tiêu thụ cây kế sữa | ăn trái cây và thức ăn giàu chất xơ | Thuốc |
| Viêm gan E | Ngừng uống rượu | nghỉ ngơi | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Thuốc |
| Sốt xuất huyết | Uống nước ép lá đu đủ | Tránh thức ăn cay béo | Tránh xa muỗi | Giữ nước |
| Viêm gan D | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Thuốc | Ăn uống lành mạnh | Theo dõi |
| Đau tim | Gọi xe cứu thương | nhai hoặc nuốt asprin | Giữ bình tĩnh | |
| Viêm phổi | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Thuốc | nghỉ ngơi | Theo dõi |
| Viêm khớp | thể dục | Sử dụng liệu pháp nóng và lạnh | thử châm cứu | sự xoa bóp |
| Viêm dạ dày ruột | ngừng ăn thức ăn đặc trong thời gian | Hãy thử uống từng ngụm nước nhỏ | nghỉ ngơi | Dễ dàng ăn trở lại |
| Lao | Che miệng | Tham khảo ý kiến bác sĩ | Thuốc | nghỉ ngơi |