



SỔ mũ

Sunando Chakraborty

Sunando Chakraborty

Let's  Read

 The Asia Foundation



Sụt xịt sụt xịt. Ôi trời ôi! Diệt bị sổ mũi rồi.



Diệp không thể bị sổ mũi ngày hôm nay được!
Cô bé phải đi ĐÁ BÓNG! Đây là trận chung kết
tranh Cúp Bóng đá Nổi tiếng!





Sự xít sít xít. Họ THẮNG RỒI! HỌ ĐÃ GIÀNH ĐƯỢC CÚP BÓNG ĐÁ NỔI TIẾNG!



Sụt xịt, sụt xịt. "Đập tay nào, Tuấn!" Sụt xịt, sụt xịt. "Chơi tốt lắm, Hùng ạ!"



Sụt xịt, sụt xịt. "Giỏi lắm, Minh" Sụt xịt, sụt xịt. "
Cậu đã làm được rồi, Phương!"



Sựt xịt, sựt xịt.

"Chúc mừng tất cả mọi người!"



HẮT XÌ!



Sụt xịt, sụt xịt. Diệp không thể chơi bóng đá được cho đến khi cô bé khỏe hơn. Cô bé sẽ rất nhớ các bạn của mình.



Một tuần sau Hết sổ mũi rồi! Giờ thì Diệp có thể gặp lại các bạn của mình rồi.



Sụt xịt, sụt xịt. Ôi trời ôi! Chuyện gì thế này?
Có vẻ như Tuấn bị sổ mũi rồi.... Sụt xịt, sụt xịt.
Lại cả Hùng nữa.....



sụt xịt, sụt xịt Rồi Minh nữa này..... Sụt xịt,
sụt xịt Cả Phương cũng bị!



ÔI KHÔNG! TẤT CẢ MỌI NGƯỜI bị số mũi rồi!
Sụt xịt, sụt xịt.





Cảm lạnh do các hạt nhỏ gọi là virus gây ra. Chúng có thể bay lơ lửng trong không khí mà chúng ta hít thở và bám trên bề mặt những thứ chúng ta chạm vào. Khi những virus này xâm nhập vào mũi và cổ họng của bạn, chúng sẽ khiến bạn bị đau họng, đau đầu hoặc nghẹt mũi - hoặc thậm chí cả ba triệu chứng trên cùng một lúc! Cảm lạnh có thể di chuyển rất nhanh từ bạn đến bạn bè của bạn. Nếu bạn chạm vào bạn bè khi bạn bị cảm lạnh, hoặc

hắt hơi hoặc ho gần họ, họ cũng sẽ bị ốm. Bạn có biết rằng một cơn ho hoặc hắt hơi có thể văng virus từ mũi và họng xa tới gần 4 mét qua không khí không? Điều này thật là tệ, các bạn nhỉ!



Đây là cách bạn có thể tránh bị cảm lạnh:
Tránh xa những người bị cảm lạnh. Nếu bạn gặp hoặc bắt tay với người bị cảm lạnh, hãy rửa tay thật kỹ. Nếu không, virus sẽ di chuyển từ tay bạn đến mũi của bạn. Không dùng chung ly uống nước, dụng cụ ăn uống hoặc quần áo với người bị cảm lạnh. Ăn nhiều rau và trái cây, uống nhiều nước, tập thể dục, giữ ấm cơ thể và giữ cho mình luôn khỏe mạnh!

Brought to you by



The Asia Foundation

Let's Read is an initiative of The Asia Foundation's Books for Asia program that fosters young readers in Asia and the Pacific.

booksforasia.org

To read more books like this and get further information about this book, visit letsreadasia.org

Original Story

Sniffles, Author: Sunando Chakraborty. Illustrator: Sunando Chakraborty. Published by Pratham Books, © Pratham Books. Released under CC BY 4.0.

This work is a modified version of the original story. © The Asia Foundation, 2020. Some rights reserved. Released under CC BY 4.0.



For full terms of use and attribution,
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Contributing translators: Nhung Dinh Kieu