

Bir_i-Sikar_et_ N'ute Hoedar_eak' Muskilanak' Ko

Jo_to_ hor.gebon pust_aua Bir_i-cut_i do_ hor.mo la.git' muskilanak' kana mente. Noa kakhante hor.more nana-parkan rog n'elo_go_k'a. Thamakur lekan jinis ba.r.ti beohar kha.tir Cancer lekan gujuk rog ho~ d.her idik'kana.

Bir_i n'ute Cancer sa~o arho~ ekal high blood pressure ar cholesterol d.herogo_k' kana. Thamakur jo_mte hor.more ma~ya~m pasnaok' kan sirre dhu~a. jarwak'a, nonkate stroke heart attack hoe dar_eak'a.

Jaribte n'elo_go_k' kana, amdaj 34.6 percent se~r.a~ metak'me harata.l hor.ko ba.r.tiko n'ujon' kana. Noa sima. baher n'u kakhante aema lekan rog bihinte ja.bunkate bo_cho_rre amdaj mit' karor. hor.ko gujuk' kana. Ar bir_i n'ute bo_cho_rre amdaj 53 percent hor.ko gujuk' kana.

Menkhan pasec' d.her hor.ge babon bad_aea, bir_i n'ute me~t're muskil he_c' par.aok'a. Ente gobesona meneda, Thamakur dhu~a.te eyae hajar khon ba.r.ti chemical saran'jam menak' akada. Noa ko modre thor.a do_ me~t' la.git' a.d.itet' ba.r.ic'anak' kangea. End_ekhan dela thor.agan bon bad_aelege, bir_i n'ute cet' cet' muskil dosa hoe dar_ekea-

Me~t' ro_ho_r.ok'a se me~t' dak' an'jetok'a-

Hor.mo rean' maran' uta.r tarantar kana noa me~t'. Sikar.et. se bir_i dhu~a.te me~t' kho_n dak' lekan bo_stu ekal an'jet'ok'a. Ar nonkate ba.i ba.ite me~t' ro_ho_r.ok'a. Ba.r.tikaete, me~t're arak' dag, me~t haso se me~tre nana parkan muskil dosa do_ he_c' par.aok'a. Noakage calao idilenkhan mit' okte me~t marsal ad metak'me ka~r.a~ reak' bo_to_r tahe~nok'a.

Me~tre cha_uni:

Arho~ ba.r.ti bir_i cut_i n'ute ja~ha~ umerege me~tre cha_uni n'elo_go_k'a. Bir_i n'ute me~tre maran' uca.t. par.aok'a.

Bad.aekak'bon, umerte lahalen khange me~tre cha.uni n'elo_go_k'a,
menkha bir.i cut.i n'ute ho~ ja~ha~ umerrege cha.uni hoe dar.eak'a.
Ona ia.te sa.rige noa khonak' pharakre tahe~nge bogea. End.ekhan
nonkan dosare o_ho_bon par.aolena.