

# ලංඡ සමග තදබල මස්ටිඩු වේදනාව ද ?

- ඔබ කුහුරු, වගුරු බිමි, අඟල වේලි, දිය කඩිනි ආග්‍රිතව වැඩ කරන අයෙක් හෝ,
- කිර කොටු, කොහිල කොටු, මධ ආග්‍රිත වගාවේ නියැලෙන අයෙක් නම්,



නිසි කලට ප්‍රතිකාර ලබා නොගතහොත්  
වකුගැඩු, හඳුනු සහ මොළය වැනි අවයව වලට බලපෑමේ අති වී  
මරණාය පවා සිදුවිය හැක.

නොපමාව සුදුසුකම්ලත් ලෙසුන්වරයෙකු වෙත යොමුවන්න !

