

Ndi **8 Tiñu va'a ka** ja kuu sa'a ní nuu Kue'e anu ji Diabetes
Tiñu ja kuu sa'a ja Satiñu va'a ka Anu ní

NDI'I NDA "8 TIÑU VA'A KA"

Ndaká tu'un ja vaji ya'a ka'an ji siki in nda ndi **8 Tiñu va'a ka** ja jiniñu'u sa'a ni tágua satiñu va'a anu ní.
Sa'a ní in axi ke'en ka tiñu ya'a:



Kanda ní.



Kaji Va'a ní.



Sa'a ní Tiñu
ja iyo va'a.



Kunde'e ní Nasa iyo
Presión Niñi ní.



Kutu'va ní kunde'e
ní Nasaa Azúcar
y'i nuu Niñi ní.



Kunde'e ní Nasa
iyo Colesterol ní.



Koo jika ní nuu Ñayiví
ja tee Xenu ji Vapeo.



Sa'a ní ja kachi
médico ní.

Inka ka tiñu axi tu'un ja kuu sa'a ní:



DOH 345-368 September 2019 Mixteco Bajo

Iyo tu'un ya'a nuu inka tutu, ja kuu kuatiñu nda ñayiví ja ndo'o inka kue'e axi ja nduu ni kaku va'a ji. Ka'an ní nuu 800-525-0127 (TDD/TTY 711)
axi tetiñu ní in correo electrónico nuu civil.rights@doh.wa.gov.