

Kev Mloog thiab Kev Nqis Tes Ua Kom Sai tuaj yeem cawm tau nws txoj sia



Koj Muaj Peev Xwm Pab Tau Li Cas?

Yog hais tias ib tus poj niam cev xeeb me nyuam los sis tau xeeb me nyuam tsis ntev los no tau hais tawm nws cov kev txhawj xeeb hais txog cov tsos mob twg uas nws muaj, muab lub sij hawm los mus Mloog Nws hais. Kev mloog thiab kev nqis tes ua kom sai tuaj yeem pab cawm tau nws txoj sia.

- Kawm kom paub txog cov yam ntxwv mob ceev ntawm ib leej niam uas yuav tau nrhiav kev pab kom sai.
- Mloog nws cov kev txhawj xeeb.
- Txhawb siab rau nws kom mus nrhiav kev pab kho tus mob. Yog hais tias muaj qee yam hnov ntxim li tsis thooj li qub lawm, nws yuav tsum hu rau nws tus kws kho mob. Yog hais tias nws muaj ib qho yam ntxwv mob ceev ntawm ib leej niam uas yuav tau nrhiav kev pab kom sai, nws yuav tau mus nrhiav kev kho mob kiag tam sim ntawd. Nco ntsoov kom paub tseeb tias nws hais tias nws cev xeeb me nyuam los sis tau xeeb me nyuam nyob rau hauv lub xyoo dhau los.
- Muab lub sij hawm nrog nws ua ke mus ntsib kws kho mob thiab pab nws nug cov lus nug.
- Sau cov lus tseg cia kom nco qab thiab pab nws tham nrog ib tus kws kho mob txhawm rau kom nws tau txais qhov kev pab txhawb nqa uas nws xav tau.
- Pab txhawb nqa nws nyob rau lub sij hawm muab kev kho tus mob uas muaj kev taug qab xyuas ntxiv mus.

Cov Yam Ntxwv Mob Ceev Ntawm Ib Leej Niam Uas Yuav Tau Nrhiav Kev Pab Kom Sai

Yog hais tias ib tus neeg twg uas cev xeeb me nyuam los sis tau xeeb me nyuam nyob rau hauv lub xyoo dhau los muaj ib qho twg ntawm cov tsos mob no, nws yuav tsum tau mus nrhiav kev kho tus mob kiag tam sim ntawd.

- Mob taub hau hnyav uas pheej tsis txawj zoo li los sis mob loj zuz tus tuaj lub sij hawm ntev dhau mus
- Kiv taub hau los sis tsaus muag
- Cov kev xav hais txog kev ua phem rau koj tus kheej los sis koj tus me nyuam mos
- Cov kev hloov pauv txog ntawm koj lub qhov muag pom kev
- Kub taub hau txog 100.4° F los sis siab dua ntawd
- Phob vog loj heev rau ntawm koj ob txhais tes los sis lub ntsej muag
- Ua pa nyuaj
- Mob hauv siab los sis lub plawv dhia ceev
- Xeev siab heev thiab ntuav (*tsis zoo li kev tsis xis nyob thaum yav sawv ntxov*)
- Mob plab heev uas pheej tsis txawj zoo li
- Tus me nyuam mos hauv plab tsis nti lawm los sis nti qeeb nyob rau lub sij hawm muaj kev xeeb me nyuam
- Chaw mos los ntshav los sis los kua nyob rau lub sij hawm cev xeeb me nyuam
- Chaw mos los ntshav los sis los kua loj heev uas ua rau tsw ntxhiab heev tom qab cev xeeb me nyuam
- Phob vog, liab los sis mob raws koj sab geg
- Sab lim tsis muaj zog li

Cov tsos mob uas muab teev npe no tsis tau txhais hais tias yog tas nrho txhua tus tsos mob uas tej zaum ib tus poj niam muaj nyob rau lub sij hawm los sis tom qab lub sij hawm cev xeeb me nyuam. Kawm kom paub ntau ntxiv txog cov yam ntxwv mob ceev ntawm ib leej niam uas yuav tau nrhiav kev pab kom sai (urgent maternal warning signs) nyob rau ntawmcdc.gov/HearHer

Mloog Nws Hais

Cov teeb meem sib chab sib chaws ntawm cev xeeb me nyuam muaj peev xwm tshwm sim tau mus ntev txog li ib lub xyoos tom qab yug me nyuam tag lawm. Yog hais tias koj tus neeg uas koj hlob hais qhia rau koj paub tias nws muaj qee yam zoo ntxim li tsis thooj li qub lawm, txhawb nqa nws kom mus nrhiav kev kho tus mob thiab kom tau cov lus teb uas tej zaum nws xav tau. Kawm kom paub txog cov yam ntxwv mob ceev ntawm ib leej niam uas yuav tau nrhiav kev pab kho tus mob kiag tam sim ntawd. Ntawm no yog qee cov ntsiab lus ntawm kev sib tham txhawm rau los mus pab rau qhov kev sib tham:

Nyob Rau Lub Sij Hawm Cev Xeeb Me Nyuam

- Nws nyuaj uas yuav qhia tau tias dab tsi yog qhov uas zoo li ib txwm muaj txog ntawm txhua yam uas tab tom hloov pauv nyob rau tam sim no. Nws yog ib qho zoo tshaj uas yuav tau kuaj xyuas kom paub tseeb yog hais tias muaj tej yam dab tsi uas koj txhawj xeeb txog.
- Nws yog ib qho tseem ceeb uas wb yuav tsum muab cov lus qhia paub no qhia rau koj tus kws kho mob thiab xyuas kom paub tseeb hais tias txhua yam yeej tsis muaj dab tsi.
- Kuv nyob ntawm no yuav pab koj. Cia li los mus tham nrog ib tus kws kho mob kom thiaj li tau qhov kev kho mob uas koj xav tau.

Tom Qab Lub Sij Hawm Cev Xeeb Me Nyuam

- Nws yog tej yam uas ib txwm yeej hnov tau tias sab heev thiab mob me ntsis tom qab yug me nyuam tag, tab sis koj paub txog koj lub cev zoo tshaj plaws. Yog hais tias muaj qee yam ua rau koj muaj kev txhawj xeeb, koj yuav tsum tau tham nrog koj tus kws kho mob.
- Nyob rau lub sij hawm uas koj tus me nyuam mos yug los tshiab xav tau kev pab thiab kev saib xyuas kom zoo, nws kuj yog ib qho tseem ceeb uas yuav tau los mus saib xyuas koj tus kheej kom zoo tib yam nkaus thiab.
- Koj tsis yog nyob ib leeg xwb. Kuv mloog koj hais kawg. Cia li los mus tham nrog ib tus kws kho mob kom thiaj li tau qhov kev kho mob uas koj xav tau.

Yog hais tias koj xav tau kev pab txhawb nqa ntxiv, tsis txhob ntshai cia li thov kev pab, los yeej tau tib si.



Kawm kom paub ntau ntxiv txog Lub Chaw Ua Hauj Lwm Tswj Xyuas thiab Tiv Thaiv Kab Mob qhov kev Txhawb Qhov Mloog Nws Hais (Centers for Disease Control and Prevention, CDC's Hear Her Campaign) nyob rau ntawm www.cdc.gov/HearHer

