

- Bà mẹ mang thai cần khám thai định kỳ ít nhất 4 lần trong ba giai đoạn của thai kỳ.
- Bà mẹ cần đến **ngay cơ sở y tế** khi có các dấu hiệu không bình thường khi mang thai như:
 - (1) Ra máu từ cửa mình hoặc đau bụng.
 - (2) Phù mắt, chân, tay.
 - (3) Nhìn mờ hoặc đau đầu nhiều.
 - (4) Sốt cao trên 38,5 độ C.
 - (5) Thấy xanh xao, mệt mỏi, đánh trống ngực, khó thở.
 - (6) Ra nước ối mà không có cơn đau đẻ.
 - (7) Có cơn ngứa hoặc co giật...

• **Lập kế hoạch và chuẩn bị cho việc sinh con**

- ✓ **Lập kế hoạch** cho việc sinh con tại cơ sở y tế (có thể hỏi ý kiến của cán bộ y tế) như: nơi sinh; tiền; thẻ BHYT...



Sổ theo dõi khám thai (sổ hồng)



Thẻ bảo hiểm y tế



Căn cước công dân

- ✓ **Phương tiện vận chuyển** (sẵn có tại nhà/hàng xóm/xe ô tô cho thuê trong thôn bản, làng, xã...) để đưa ngay bà mẹ đến cơ sở y tế đã lựa chọn khi có dấu hiệu chuyển dạ.
- ✓ **Số điện thoại** của cô đỡ thôn bản, hộ sinh xã/huyện, lái xe ô tô, xe ôm có sẵn tại thôn bản hay xã để tìm kiếm sự giúp đỡ khi cần.
- Gần đến ngày sinh, nếu nhà ở xa cơ sở y tế và đường đi lại không thuận tiện thì gia đình nên đưa bà mẹ mang thai đến nơi ở tạm gần cơ sở y tế đã chọn hoặc liên hệ và **xin nằm chờ sinh tại cơ sở y tế**.

ĐỂ NGĂN NGỪA TỬ VONG MẸ VÀ BÉ, CÁC BÀ MẸ MANG THAI CẦN KHÁM THAI ĐỊNH KỲ ÍT NHẤT 4 LẦN VÀ SINH CON TẠI CƠ SỞ Y TẾ

SINH ĐỂ AN TOÀN

NGĂN NGỪA TỬ VONG MẸ VÀ BÉ



ĐỂ NGĂN NGỪA TỬ VONG MẸ VÀ BÉ

Các bà mẹ mang thai cần khám thai định kỳ ít nhất 4 lần và sinh con tại cơ sở y tế

CHĂM SÓC BÀ MẸ KHI CHUYỂN DẠ

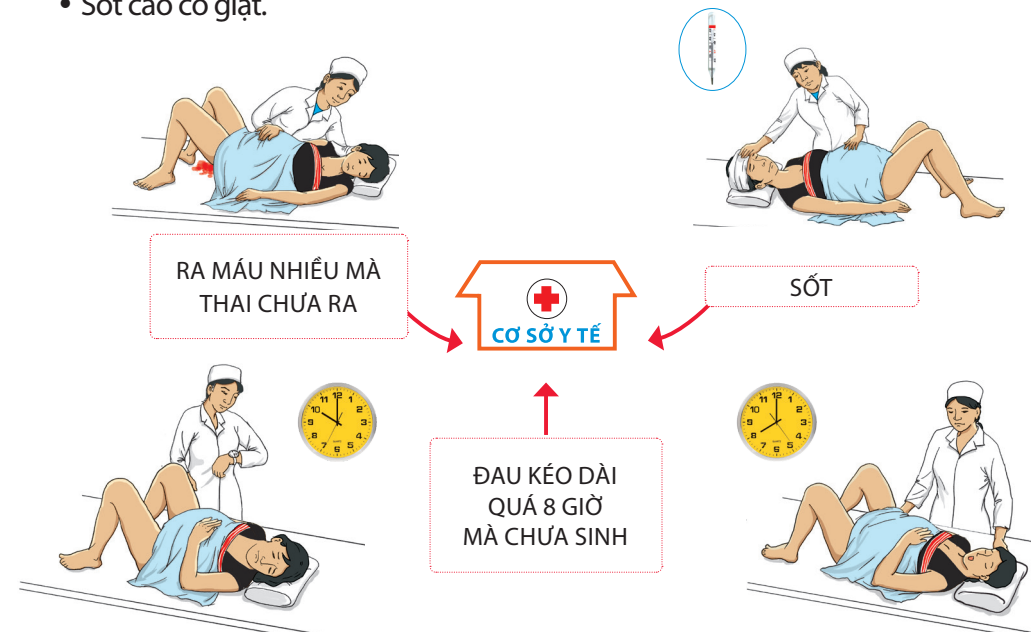
- Các dấu hiệu của cuộc chuyển dạ là: đau bụng từng cơn tăng dần, ra dịch hồng hoặc ra nước ở âm đạo.
- Khi bà mẹ mang thai có một trong các dấu hiệu chuyển dạ thì cần được đưa đến ngay cơ sở y tế để sinh đẻ.
- Nếu không thể đến đẻ tại cơ sở y tế thì cần mời cán bộ y tế hoặc cô đỡ thôn, bản đồng thời chuẩn bị nơi đẻ sạch, gói đỡ đẻ sạch, các dụng cụ cần thiết cho cuộc đẻ; chuẩn bị sẵn tiền và các phương tiện để chuyển bà mẹ và trẻ sơ sinh đến cơ sở y tế trong trường hợp cần thiết.
- Người chồng và gia đình cần theo dõi, phát hiện các dấu hiệu nguy hiểm ở bà mẹ lúc chuyển dạ và trong khi sinh.



ĐỂ NGĂN NGỪA TỬ VONG MẸ VÀ BÉ,
CÁC BÀ MẸ MANG THAI CẦN KHÁM THAI ĐỊNH KỲ
ÍT NHẤT 4 LẦN VÀ SINH CON TẠI CƠ SỞ Y TẾ

CÁC DẤU HIỆU NGUY HIỂM CỦA BÀ MẸ KHI CHUYỂN DẠ VÀ KHI SINH

- Đau bụng quá 8 giờ mà chưa đẻ.
- Đau bụng quá mức chịu đựng của bà mẹ.
- Khi đẻ đầu thai nhi không ra trước mà tay hoặc chân lại ra trước.
- Dây rau (dây rốn) ra mà thai nhi chưa ra.
- Ra máu trên 50 ml (khoảng 1 ly trà).
- Nước ối màu xanh, nâu bẩn hoặc vàng.
- Sau khi sinh 30 phút mà rau thai chưa ra.
- Khi rau thai chưa ra mà chảy máu nhiều.
- Đau đầu, mắt mờ hoặc ngất xỉu.
- Sốt cao co giật.



ĐỂ TẠI NHÀ CÓ NGUY CƠ TỬ VONG CHO MẸ VÀ BÉ
NẾU GẶP CÁC DẤU HIỆU NGUY HIỂM KHI SINH
MÀ KHÔNG ĐƯỢC XỬ TRÍ KỊP THỜI