



THỰC HIỆN HÀNH ĐỘNG

Lên kế hoạch sinh nở.

Trong khi diễn biến của đại dịch COVID-19 không ngừng thay đổi, March of Dimes biết rằng hàng ngày vẫn đang có nhiều em bé được sinh ra. Tài liệu này được thiết kế để quý vị đánh giá các lựa chọn ưu tiên mà mình muốn căn cứ vào chính sách áp dụng tại nơi sinh nở mà quý vị đã chọn. Ở phần cuối của tài liệu này, quý vị sẽ thấy một loạt câu hỏi mà quý vị nên hỏi nhà cung cấp dịch vụ của mình trong quá trình quý vị chuẩn bị sinh em bé.

Họ tên của quý vị

Tên và thông tin liên hệ của nhà cung cấp dịch vụ cho quý vị

Ngày dự sinh của em bé quý vị

Tên và thông tin liên hệ của nhà cung cấp dịch vụ cho em bé quý vị

1 Quý vị có kế hoạch sinh em bé ở đâu?

2 Một người hỗ trợ có thể có mặt trong quá trình lâm bồn và sinh nở không? Nếu có thì ai là người hỗ trợ chính của quý vị?

Tên _____

Điện thoại _____

Người này là:

Bạn đời của quý vị

Cha của em bé quý vị

Một thành viên trong gia đình

Bạn của quý vị

Tu sĩ

Bà đỡ của quý vị

3 Có phương án hỗ trợ trực tuyến trong quá trình lâm bồn và sinh nở không?

Có các lựa chọn sau:

Điện thoại

Skype

FaceTime

Facebook

Zoom

WhatsApp

4 Quý vị có thể mang thiết cá nhân của mình (điện thoại/iPad) không?

Có Không

Bệnh viện có hỗ trợ truy cập WIFI không?

Có Không

Bệnh viện sẽ cung cấp thiết bị phục vụ hỗ trợ trực tuyến chứ?

Có Không

5 Quý vị muốn được hỗ trợ thế nào khi lâm bồn?

Giúp hô hấp

Giúp vượt qua các cơn co thắt

Xoa bóp

Giúp đi qua đi lại

Sử dụng các dụng cụ hỗ trợ lâm bồn (bóng tập cho bà bầu hình tròn, hình hạt đậu)

Cảm quan (ánh sáng, âm nhạc)

Khác _____

6 Quý vị có muốn đi qua đi lại khi lâm bồn không?

Có Không

Quý vị muốn ở (các) tư thế nào khi lâm bồn?

Nằm

Ngồi

Đứng

Khác _____

7 Nếu có thì quý vị muốn dùng loại thuốc nào để giúp giảm cơn đau khi lâm bồn?

8 Quý vị có muốn ôm tiếp xúc da với em bé trong giờ đầu tiên sau khi sinh không?

Có Không

9 Quý vị có muốn kẹp dây rốn muộn không?

Có Không

10 Quý vị muốn ai là người cắt dây rốn?

11 Quý vị có kế hoạch lưu trữ/quyên tặng máu dây rốn của em bé không?

Có Không

12 Quý vị có muốn để em bé luôn ở cạnh mình sau khi sinh không? Hay là có thể để em bé trong phòng trẻ sơ sinh?

Luôn ở cạnh quý vị

Được, để em bé trong phòng trẻ sơ sinh

13 Quý vị có kế hoạch cho em bé bú sữa mẹ không?

Có Không

14 Quý vị có muốn gặp chuyên gia tư vấn về tiết sữa trong khi ở bệnh viện không?

Có Không

15 Quý vị có muốn được thông báo trước khi em bé được cho dùng ti giả hay sữa công thức không?

Có Không

16 Nếu là bé trai, quý vị có muốn em bé được cắt bao quy đầu không?

Có Không

17 Có truyền thống đặc biệt nào mà quý vị muốn tiến hành khi em bé được sinh ra không?

Có Không

Hãy mô tả _____

18 Ai là người liên hệ khẩn cấp của quý vị?

Tên _____

Mối quan hệ với quý vị _____

Điện thoại _____

19 Có điều gì khác mà nhân viên của bệnh viện hay trung tâm sinh nở nên biết về quý vị hay việc sinh em bé của quý vị không?

Có Không

Hãy mô tả _____

20 Có từ ngữ hay thành ngữ nào mà quý vị muốn nhóm chăm sóc sức khỏe KHÔNG sử dụng không?

Có Không

Hãy mô tả _____

21 Quý vị có muốn giới hạn số nhân viên chăm sóc sức khỏe được vào phòng của mình không?

Có Không

Khi chuẩn bị sinh, hãy gọi cho cơ sở của quý vị để hỏi:

1 Tôi có thể đưa bạn đời hay một người hỗ trợ đi cùng không?

2 Nếu tôi không được phép đưa một người hỗ trợ đi cùng, vậy thì cơ sở có chính sách gì về việc bố trí người hỗ trợ trực tuyến không?

3 Nếu tôi không được phép đưa một người hỗ trợ đi cùng, vậy thì nhân viên của cơ sở sẽ hỗ trợ tôi và giúp tôi kiểm soát nhu cầu tâm sinh lý của mình trong quá trình lâm bồn và sinh nở như thế nào?

4 Tôi và em bé của tôi sẽ được bảo vệ trước COVID-19 như thế nào trong quá trình lâm bồn và sinh nở, chính sách đeo khẩu trang áp dụng cho phụ nữ mang thai và sau khi sinh thì thế nào?

5 Cơ sở có cho tham quan bệnh viện ảo để giúp tôi chuẩn bị cho quá trình lâm bồn và sinh nở không?

6 Tôi được phép mang theo những gì khi vào cơ sở?

7 Tôi sẽ được xét nghiệm COVID-19 chứ?

8 Chuyện gì sẽ xảy ra nếu tôi có xét nghiệm dương tính với COVID-19?

9 Chuyện gì sẽ xảy ra nếu em bé của tôi có xét nghiệm dương tính với COVID-19?

10 Khoảng thời gian trung bình để người mẹ và em bé được xuất viện sau khi sinh là bao lâu?

11 Cơ sở có chính sách như thế nào về khách tới thăm sau khi tôi sinh em bé?

12 Cơ sở có áp dụng chính sách đặc biệt nào khác về lâm bồn và sinh nở mà tôi cần phải lưu ý không?

Khi quý vị đến, hãy hỏi:

1 Đã có thay đổi gì trong chính sách lâm bồn và sinh nở của cơ sở không?

2 Trong khi lâm bồn, tôi được phép đi qua đi lại ở đâu?

3 Chính sách về việc ăn uống trong thời gian lâm bồn là gì?
