

# Chăm Sóc Trước Khi Sinh – Những Điều Sẽ Diễn Ra

Chăm sóc sức khỏe thường xuyên trong thời gian mang thai là cách tốt nhất để bảo đảm là cả mẹ lẫn con đều an toàn và mạnh khỏe.

Bạn có thể chọn một cô đỡ, chuyên viên điều dưỡng, bác sĩ gia đình hoặc bác sĩ sản khoa để chăm sóc cho bạn trong thời gian mang thai.

## Một trong những lần đầu tiên mà bạn đi khám thai, nhân viên chăm sóc sức khỏe cho bạn thông thường sẽ:

- nói về vấn đề thai nghén của bạn và lúc nào đứa bé sẽ chào đời
- đặt các câu hỏi và bắt đầu điền vào những mẫu đơn đặc biệt về giai đoạn trước khi sinh, mẫu đó sẽ lưu trong hồ sơ mang thai của bạn
- hỏi xem bạn có bị bất cứ sự khó chịu nào hay không như buồn nôn và ói mửa, và đề nghị chữa trị nếu cần thiết
- đo huyết áp của bạn
- khám toàn bộ cơ thể của bạn
- làm các cuộc thử máu để biết loại máu nào, có bị một số loại nhiễm trùng chẳng, và các thử nghiệm khác nếu cần thiết
- làm thử nghiệm pap (pap test) và khám âm đạo để kiểm tra kích thước của tử cung
- nói về các lớp chỉ dẫn cho bà mẹ trước khi sinh và về các dịch vụ cộng đồng
- sắp xếp các ngày hẹn cho những lần đi thăm khám thai của bạn

## Mỗi lần đi khám thai, người chăm sóc cho bạn sẽ làm các việc sau đây:

- đo huyết áp của bạn
- cân sức nặng của bạn
- kiểm tra nước tiểu của bạn xem có bất cứ chất đường hoặc chất đạm nào hay không
- nghe nhịp tim của thai nhi
- kiểm tra sự phát triển của đứa bé bằng cách đo vòng bụng của bạn
- trả lời bất cứ câu hỏi nào của bạn

## Các lần đi khám thai thường là:

- một lần mỗi tháng cho đến tháng thứ 7 (28 tuần)
- hai lần mỗi tháng cho đến tháng thứ 9 (36 tuần)
- mỗi tuần một lần vào tháng cuối

2007...May be photocopied with acknowledgement to the Multicultural Perinatal Network  
c/o 416-338-7600 Toronto Public Health  
Vietnamese translation of "Prenatal Care - What to Expect"

