



### 1 การตั้งครรภ์

#### 1-3 ตรวจสอบสุขภาพผู้ตั้งครรภ์และการแนะนำประกันสุขภาพ

##### (1) ตรวจสอบสุขภาพผู้ตั้งครรภ์

ในระหว่างตั้งครรภ์ควรรับประทานอาหารและพักผ่อนให้เพียงพอและไม่ลืมไปรับการตรวจสอบสุขภาพตามระยะเวลาที่กำหนด สถานพยาบาลในเขตเทศบาลที่อาศัยมีบริการตรวจสอบสุขภาพฟรีสองถึงสามครั้งหรือมีส่วนลดให้ตอนรับสมุดบันทึกสุขภาพประจำตัวแม่และลูกจะได้รับตารางรับการตรวจสอบสุขภาพด้วย

##### (2) การรับการชี้แนะจากพยาบาลประกันสุขภาพหรือพยาบาลผดุงครรภ์

ที่เทศบาลแต่ละเขตมีพยาบาลประกันสุขภาพหรือพยาบาลผดุงครรภ์ประจำอยู่ซึ่งจะให้คำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตนระหว่างตั้งครรภ์, การเตรียมคลอดของแต่ละบุคคล สอบถามรายละเอียดได้ที่เทศบาลในเขตที่ตนพักอาศัย

การไปให้คำปรึกษาที่บ้านไม่เสียค่าใช้จ่าย ถ้าผู้มีความประสงค์ที่จะรับบริการยื่นคำร้องจะได้รับการแนะนำจากแพทย์

##### (3) สถาบันผดุงครรภ์

กรณีประสบปัญหาด้านค่าใช้จ่ายในการคลอดบุตรเนื่องจากเหตุผลทางการเงิน สามารถเข้าในสถาบันผดุงครรภ์ที่กำหนดโดยรัฐจ่ายเงินให้ ในกรณีนี้อย่างช้าที่สุดจะต้องยื่นคำร้องก่อนคลอด

##### (4) ห้องเรียนสำหรับแม่, พ่อแม่

ที่เทศบาลแต่ละแห่ง มีการเปิดห้องเรียนสำหรับสอนเทคนิคความรู้ประจำวันเกี่ยวกับการตั้งครรภ์, การคลอด, การเลี้ยงดูบุตร

ผู้ตั้งครรภ์และครอบครัวสามารถเข้าร่วมได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย