



## 1 Có thai

### 1-3 Khám thai/Hướng dẫn bảo vệ sức khỏe

#### (1) Khám thai

Trong thời gian mang thai, hãy nhớ ăn uống nghỉ ngơi đầy đủ và đừng quên đi khám thai định kỳ. Tùy theo địa phương bạn sinh sống, trong thời gian mang thai, bạn được khám thai miễn phí hoặc giảm bớt chi phí vài lần. Khi nhận sổ tay sức khỏe mẹ và con, đồng thời bạn cũng nhận được phiếu khám sức khỏe này.

#### (2) Về việc các trợ sản viên, điều dưỡng viên đến thăm nhà

Tại các làng xã quận huyện thành phố, các trợ sản viên và điều dưỡng viên được cử đến nhà bạn để hướng dẫn bạn phương pháp ứng phó trong từng tình huống như cách sinh hoạt khi mang thai, chuẩn bị cho việc sinh con... Xin hãy hỏi chi tiết tại phòng hành chính khu vực nơi bạn sinh sống.

Việc đến thăm nhà được tiến hành cho chính đương sự yêu cầu hoặc do bác sĩ giới thiệu.

#### (3) Các cơ sở trợ sản

Trong trường hợp bạn gặp khó khăn về kinh tế khi sinh con, bạn có thể vào sinh ở các cơ sở trợ sản được chỉ định trả bằng công phí. Cần phải nộp đơn xin trước khi sinh con.

#### (4) Lớp học dành cho người mẹ /cho cha mẹ

Tại các làng xã quận huyện thành phố có mở lớp học dạy kỹ thuật và kiến thức thường nhật liên quan đến việc mang thai, sinh con và nuôi con.

Người mang thai và gia đình đều có thể tham gia. Tham gia miễn phí.