ເປັນຫຍັງຕ້ອງໄປພົບໝໍປົວແຂ້ວ?

- ເດັກນ້ອຍທຸກຄົນສົມຄວນໄດ້ຮັບການເລີ່ມຕົ້ນຊີວິດຢ່າງມີສຸຂະພາບດີ!
- ສຸຂະພາບແຂ້ວແມ່ນສ່ວນໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນຂອງສຸຂະພາບລວມ!
- ບັນຫາແຂ້ວສາມາດເລີ່ມຕົ້ງແຕ່ຕອນຕົ້ນໆໃນຊີວິດ - ໃນທັນທີທີ່ແຂ້ວເຫຼັ້ມທຳອິດປົ່ງ. ການປ້ອງກັນພະຍາດແຂ້ວແມ່ນງ່າຍກວ່າການປິ່ນປົວມັນຫຼາຍ!
- 1 ໃນ 4 ຂອງເດັກນ້ອຍອາຍຸເຂົ້າຮຽນປະຖົມມີບັນຫາແຂ້ວຜຸເນົ່າ!

ຊື່ໝໍປົວແຂ້ວຂອງຂ້ອຍ: _____

ເບີໂທລະສັບໝໍປົວແຂ້ວ
ຂອງຂ້ອຍ: _____

ທີ່ຢູ່ໝໍປົວແຂ້ວຂອງຂ້ອຍ: _____

ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ ເລື່ອງການຊອກຫາໝໍປົວແຂ້ວຜູ້ທີ່ຍອມຮັບ Denti-Cal, ຈົ່ງໂທຫາ Denti-Cal Beneficiary Customer Service ທີ່ເບີ:

1-800-322-6384

ຖ້າທ່ານອາໄສຢູ່ໃນ Los Angeles ຫຼື Sacramento County ແລະທ່ານກຳລັງມີບັນຫາກັບແຜນປະກັນແຂ້ວຂອງທ່ານ ກະລຸນາໂທຫາ The Department of Managed Health Care ທີ່:

1-888-466-2219

ຖ້າທ່ານອາໄສຢູ່ໃນ Los Angeles ຫຼື Sacramento County ແລະທ່ານບໍ່ຮູ້ວ່າທ່ານຢູ່ໃນແຜນປະກັນແຂ້ວໃດ ຫຼືຕ້ອງການປ່ຽນແຜນປະກັນແຂ້ວ ກະລຸນາໂທຫາ Health Care Options ທີ່ເບີ:

1-800-430-4263

ວັນທີປັບປຸງແກ້ໄຂ 11/2014

ສຸຂະພາບແຂ້ວເລີ່ມ ດ້ວຍແຂ້ວເຫຼັ້ມທຳ ອິດຂອງລູກຂອງທ່ານ

Department of Health Care Services

ລູກຂອງທ່ານຄວນໄປພົບໝໍ ປົວແຂ້ວເວລາໃດ?

ອາຍຸ 0–1 ປີ

ເວລາໃດ?

ທ່ານຄວນເຮັດການນັດພົບສຳລັບການກວດ ແຂ້ວຄັ້ງທຳອິດຂອງລູກທ່ານໃນທັນທີທີ່ແຂ້ວເຫຼັ້ມທຳອິດຂອງ ເຂົາເຈົ້າປົ່ງ ຫຼືພາຍໃນວັນເກີດຄັ້ງທຳອິດຂອງເຂົາເຈົ້າ, ເອົາ ອັນທີ່ຮອດກ່ອນ. ເບິ່ງດ້ານຫຼັງຂອງແຜ່ນໂຄສະນານີ້ສຳລັບ ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນການຊອກຫາໝໍປົວແຂ້ວໃນແຜນປະກັນ ຂອງທ່ານ.

ຍ້ອນຫຍັງ?

ແຂ້ວແມງສາມາດເລີ່ມເປັນໃນທັນທີທີ່ແຂ້ວເຫຼັ້ມທຳອິດປົ່ງ, ສະນັ້ນ ມັນສຳຄັນໃນການເຮັດການກວດແຂ້ວຄັ້ງທຳອິດຂອງ ລູກທ່ານໄວເທົ່າໃດຍິ່ງດີ. ໃນການກວດຄັ້ງທຳອິດ ຖາມວິທີຖູ ແຂ້ວລູກຂອງທ່ານ, ແລະໂອ້ລົມກັບໝໍປົວແຂ້ວກ່ຽວກັບສານ ຟລູອໍລາຍ ແລະວິທີທີ່ທ່ານສາມາດຊ່ວຍປ້ອງກັນແຂ້ວແມງ.

ອາຍຸ 2 ປີຂຶ້ນໄປ

ເວລາໃດ?

ທຸກໆຫົກເດືອນ ຫຼືຕາມຄຳແນະນຳໂດຍໝໍປົວແຂ້ວຂອງ ລູກທ່ານ.

ຍ້ອນຫຍັງ?

ພາຍໃນເວລາທີ່ເດັກຢູ່ໂຮງຮຽນອະນຸບານ, 50% ແມ່ນມີ ບັນຫາແຂ້ວແລ້ວ. ການກວດແຂ້ວ ຢ່າງເປັນປົກກະຕິ ສາມາດຊ່ວຍກວດ ພົບສັນຍານແຕ່ ຕົ້ນໆຂອງການເປັນ ແຂ້ວແມງ ແລະຢຸດ ບໍ່ໃຫ້ເກີດແຂ້ວ ແມງໃໝ່.

ພໍ່ແມ່ສາມາດຊ່ວຍໄດ້ແນວໃດ?

ອາຍຸ 0–1 ປີ

ທ່ານສາມາດຊ່ວຍໄດ້ແນວໃດ?

ຖ້າທ່ານເອົາຂວດໃຫ້ລູກດູດໃນຕອນເຂົ້ານອນ, ຈົ່ງເອົາໃຫ້ແຕ່ ນ້ຳໃນຂວດນັ້ນ - ບໍ່ມີນ້ຳນົມ, ນົມຜົງ, ນ້ຳໝາກໄມ້ ຫຼືເຄື່ອງດື່ມ ທີ່ຫວານ. ເຊັດເຫືອກລູກຂອງທ່ານເບົາໆດ້ວຍຜ້າເຊັດຈົນກວ່າ ແຂ້ວເຫຼັ້ມທຳອິດປົ່ງ - ຈາກນັ້ນ ປ່ຽນມາໃຊ້ແປງຖູແຂ້ວນຸ້ມໆ.

ອາຍຸ 1–2 ປີ

ທ່ານສາມາດຊ່ວຍໄດ້ແນວໃດ?

ຖູແຂ້ວລູກຂອງທ່ານໃນຕອນເຊົ້າ ແລະກ່ອນເຂົ້ານອນດ້ວຍ ຢາຖູແຂວທີ່ມີຟລູອໍລາຍໃນປະລິມານນ້ອຍໆ. ກວດເບິ່ງ ສັນຍານຂອງແຂ້ວແມງແຕ່ຕົ້ນໆ (ບໍລິເວນຫີນປູນຂາວ-ນ້ຳຕານເທິງແຂ້ວໃກ້ກັບເຫືອກ). ຮ້ອງຂໍໃຫ້ທ່ານໝໍຂອງທ່ານ ໃຊ້ນ້ຳຢາຟລູອໍລາຍລ້າງແຂ້ວລູກຂອງທ່ານໃນເວລາການກວດ ເດັກສຸຂະພາບດີ. ດຽວນີ້ ລູກຂອງທ່ານຄວນດື່ມຈາກຈອກ, ບໍ່ແມ່ນຈາກຂວດ. ເອົານົມ ຫຼືນ້ຳໝາກໄມ້ໃຫ້ພຽງແຕ່ໃນເວລາ ກິນອາຫານເທົ່ານັ້ນ ແລະເອົານ້ຳໃຫ້ດື່ມໃນຊ່ວງລະຫວ່າງ ເວລານັ້ນ.

ອາຍຸ 3–4 ປີ

ທ່ານສາມາດຊ່ວຍໄດ້ແນວໃດ?

ສືບຕໍ່ຖູແຂ້ວລູກຂອງທ່ານໃນທຸກໆເຊົ້າ ແລະກ່ອນເຂົ້ານອນ ດ້ວຍຢາຖູແຂວທີ່ມີຟລູອໍລາຍໃນປະລິມານເທົ່າກັບເມັດຖົ່ວ. ເດັກນ້ອຍອາຍຸຕ່ຳກວ່າ 7-8 ປີ ບໍ່ສາມາດຖູແຂ້ວໄດ້ດີໂດຍບໍ່ມີ ການຊ່ວຍເຫຼືອຂອງທ່ານ, ແຕ່ປ່ອຍໃຫ້ພວກເຂົາແອັບເຮັດເອງ ຫຼັງຈາກທ່ານໄດ້ເຮັດສ່ວນຂອງທ່ານແລ້ວ. ຈຳກັດເຄື່ອງດື່ມທີ່ ມີນ້ຳຕານ (ໂຊດາ, ນົມປຸງລົດ ແລະເຄື່ອງດື່ມປະສົມນ້ຳໝາກ ໄມ້) ແລະອາຫານທີ່ມີນ້ຳຕານໃນທຸກໆມື້.

ໃນທຸກອາຍຸ

ທ່ານສາມາດຊ່ວຍໄດ້ແນວໃດ?

ທ່ານ, ພໍ່ແມ່ ສາມາດຊ່ວຍປ້ອງກັນແຂ້ວແມງໄດ້. ຮ້ອງຂໍໃຫ້ ທ່ານໝໍຂອງທ່ານໃຊ້ນ້ຳຢາຟລູອໍລາຍລ້າງແຂ້ວລູກຂອງທ່ານ ໃນເວລາການກວດເດັກສຸຂະພາບດີ. ຢ່າໃຊ້ແປງຖູແຂ້ວຮ່ວມ ກັບຄົນອື່ນ. ບໍ່ຕ້ອງຢ້ານທີ່ຈະຖາມຄຳຖາມຕ່າງໆ. ທ່ານໝໍ ແລະໝໍປົວແຂ້ວຂອງທ່ານຢູ່ທີ່ນັ້ນເພື່ອຊ່ວຍທ່ານ.

ເຄັດລັບທີ່ເປັນປະໂຫຍດ ເພີ່ມເຕີມ

- ☑ ເລືອກອາຫານທີ່ເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ສຸຂະ ພາບຫຼາຍກວ່າ. ຫຼີກລ່ຽງການໃຫ້ລູກຂອງ ທ່ານອາຫານທີ່ສົ້ມ (ມີກົດສູງ ເຊິ່ງຈະກັດເຊາະສານ ເຄືອບແຂ້ວ), ອາຫານທີ່ໜຽວ ຫຼື ເຂົ້າໜົມຄົບຄ້ຽວ (ປະນ້ຳຕານໂດຍກົງຕິດຢູ່ແຂ້ວເປັນເວລາດົນນານ).
- ☑ ປ້ອງກັນນິໄສທີ່ບໍ່ດີ. ການດູດໂປ້ມື ແລະຫົວນົມຢາງ ຫຼັງຈາກອາຍຸສອງປີ ສາມາດເຮັດໃຫ້ແຂ້ວປົ່ງບຽດ ສຽດ ບິດງໍໄດ້ ຫຼືມີບັນຫາເລື່ອງການກັດ.
- ☑ ຊ່ວຍເດັກນ້ອຍຖູແຂ້ວຕອນກາງຄືນ. ນີ້ແມ່ນເວລາທີ່ ສຳຄັນທີ່ສຸດໃນການຖູແຂ້ວເນື່ອງຈາກຄວາມສ່ຽງທີ່ ສູງກວ່າໃນການເກີດແຂ້ວແມງ ແລະເຊື້ອໂຣກທີ່ຕິດ ໃນແຂ້ວ.
- ☑ ວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດໃນການສອນເດັກນ້ອຍກ່ຽວກັບຄວາມ ສຳຄັນຂອງການດູແລຊ່ອງປາກແມ່ນການເປັນ ຕົວຢ່າງທີ່ດີໃຫ້ແກ່ພວກເຂົາ. ຂັດແຂ້ວດ້ວຍເສັ້ນດ້າຍ ໜຶ່ງຄັ້ງຕໍ່ມື້.