

Yên tâm mang thai
Sinh nở bình an

Sổ tay sức khỏe phụ nữ mang thai



Chăm sóc dịu dàng Chăm sóc đám mây

Giáo dục y
tế thai sản

Nuôi con
bằng sữa mẹ

Chăm sóc
trẻ nhỏ

Tài nguyên
thai sản

Website chăm sóc thai sản phụ và nhóm fan

<http://mammy.hpa.gov.tw>
<https://www.facebook.com/mammy.hpa>

- ☒ Kiến thức giáo dục y tế thai sản
- ☒ Quản lý lịch trình mang thai
- ☒ Tra tìm tài nguyên thai sản
- ☒ Phụ giúp y tế tốt



Đường dây chăm sóc thai phụ

☎ 0800-870870

- ☒ Chuyên trách phục vụ thông tin
- ☒ Hướng dẫn nuôi con bằng sữa mẹ
- ☒ Tài nguyên thai sản và chuyển giới thiệu
- ☒ Điều chỉnh tâm lý và ứng hộ



Bảo vệ sức khỏe

Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi Y tế

Health Promotion Administration,
Ministry of Health and Welfare



Sổ tay sức khỏe phụ nữ mang thai

- Hướng dẫn sử dụng sổ tay -

Hãy nhớ mang theo **Sổ tay sức khỏe phụ nữ mang thai** và **thẻ bảo hiểm y tế** mỗi khi đi khám thai nhé!

Ký tên vào bảng ghi chép khi mỗi lần kiểm tra (hãy tham khảo trang 4-6) và ghi kết quả kiểm tra vào sổ tay. Nếu có thắc mắc gì, bạn có thể ghi lại vấn đề vào sổ tay, hỏi nhân viên y tế trong quá trình kiểm tra. Hướng dẫn giáo dục y tế có thể kết hợp với khám thai trong thai kỳ, theo hạng mục nhu cầu sức khỏe thường gặp của thai phụ trong các giai đoạn (Hãy scan nội dung QR code của các lần khám thai từ trang 4 đến trang 6), tải về và đọc trước. Nếu có thắc mắc thì hỏi nhân viên y tế trong lúc khám thai. Ngoài ra, sau khi đánh giá tình trạng của bạn, nhân viên y tế cũng sẽ giải thích và hướng dẫn bạn theo nhu cầu của bạn.

Nội dung của sổ tay hướng dẫn này do Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Y tế và Phúc lợi, Hiệp hội Sản phụ khoa Đài Loan, Hiệp hội Y về chu kỳ thai Đài Loan, Hiệp hội Y khoa bà mẹ thai nhi Đài loan, Hiệp hội y học gia đình Đài Loan, Hiệp hội điều dưỡng Đài loan, Hiệp hội trợ sản Đài Loan và Hội liên hiệp toàn quốc thuộc Công hội nhà dinh dưỡng Trung Hoa Dân Quốc cùng nghiên cứu biên soạn.

Khi thời điểm mang thai được xác nhận, chúng tôi tin rằng trong khi những người sắp làm bố mẹ hạnh phúc thì nội tâm của họ cũng sẽ kéo theo những căng thẳng và áp lực. Ngoài việc hỗ trợ lẫn nhau và cùng nhau học hỏi là rất quan trọng đối với người sắp làm bố mẹ, sự chăm sóc sức khỏe và hướng dẫn của các nhân viên y tế chuyên nghiệp (bác sĩ / nhân viên hộ sinh / nhân viên điều dưỡng) cũng là nguồn lực quan trọng để đảm bảo sức khỏe và sự an toàn của mẹ bầu (thai nhi) trải qua thuận lợi quá trình mang thai và sinh nở!

Đôi lời với bà mẹ tương lai

Các thai phụ thân mến, xin chúc mừng! Chúng tôi cũng hạnh phúc như bạn và mong chờ sự ra đời của một em bé khỏe mạnh.

Mấu chốt của việc mang thai thuận lợi, ngoài những chăm sóc y tế của nhân viên y tế, thì điều quan trọng hơn là thai phụ cần phải tự chăm sóc mình thỏa đáng. Vì vậy, Chúng tôi đã thiết kế riêng cho bạn- Sổ tay sức khỏe phụ nữ mang thai, kết hợp lịch trình khám thai, cung cấp bảng ghi chép sức khỏe (ghi chép về y tế) và bảng ghi chép tự kiểm tra sức khỏe, để hỗ trợ bạn và người nhà được quan tâm và ghi chép tình trạng sức khỏe thai sản.

Ngoài ra, còn có một số thông tin bảo vệ sức khỏe bạn cần biết trong thời kỳ mang thai, hi vọng bạn có thể đọc tỉ mỉ. Với sự phối hợp của nhân viên y tế chuyên nghiệp và sự hướng dẫn của chăm sóc, để việc mang thai trở nên nhẹ nhàng vui vẻ!



Lời dành cho người sắp làm bố

Thai kỳ của con người dài hơn 10 tháng, bắt đầu từ mang thai, gánh nặng cơ thể và tâm lý của người mẹ dần dần tăng lên, cùng với sự gia tăng của số tuần mang thai. Vì vậy, lúc này vô cùng cần sự chăm sóc và quan tâm của người sắp làm bố và người nhà. Trong thời kỳ này nếu người sắp làm bố có đủ thời gian, cơ hội thông qua các phương pháp, tìm ra kỹ năng làm cha mẹ, thì tin rằng trải nghiệm đón chào sinh mạng mới, sẽ mãi mãi không thể nào quên.

I. Thể hiện sự quan tâm bằng những hành động thực tế

Ví dụ: đưa thai phụ đi khám thai; cùng thai phụ tham gia các khóa học và các bài thể dục cho mẹ bầu; lắng nghe, và chia sẻ những niềm vui và nỗi lo của mẹ bầu. Những hành động này không chỉ ủng hộ trực tiếp nhất trong thai kỳ của thai phụ, người sắp làm bố cũng có thể hiểu được tình trạng phát triển của thai nhi, thúc đẩy tình cảm vợ chồng và xây dựng cơ sở tốt cho mối quan hệ bố mẹ con cái.

II. Tích cực tham gia học tập trước sinh về cách bú sữa mẹ.

Sự hỗ trợ của người sắp làm bố và người nhà có vai trò rất quan trọng trong việc quyết định phương thức cho trẻ ăn. Nội dung cần học tập trước sinh bao gồm: (1) Kiến thức cho bú hợp lý, (2) Tham gia kỹ năng bú sữa mẹ, (3) Kỹ năng xử lý các vấn đề về sữa mẹ, (4) Kỹ năng chăm sóc trẻ sơ sinh.

III. Sắp xếp cơ sở sinh đẻ

Từ giai đoạn sau của thai kỳ cho đến thời gian chuẩn bị sinh, đề nghị người sắp làm bố và người nhà chọn sẵn một cơ sở sinh đẻ; nhận biết triệu chứng sinh, hiểu quá trình sinh đẻ, học tập việc hỗ trợ giảm những khó chịu của người mẹ do mang thai; thảo luận và quyết định phương thức sinh đẻ với bác sỹ/y tá hộ sinh và thai phụ.

IV. Cùng tham gia giáo dục sinh sản với vợ (mẹ bầu)

Đối với người sắp làm bố mẹ, quá trình sinh đẻ mang đầy tâm trạng chưa biết, bất an, kỳ vọng xen lẫn sợ hãi. Người sắp làm bố mẹ cùng tham gia giáo dục sinh sản trước khi sinh là cách tốt để giảm nhẹ nỗi sợ hãi sinh nở. Người sắp làm bố có thể trở thành người tiếp tục ủng hộ bên cạnh rất tốt. Người sắp làm bố cũng cần tham gia khóa học giáo dục sinh sản.

V. Đóng vai trò người bên cạnh hộ sinh thích hợp

Đến giai đoạn chờ sinh, người sắp làm bố đóng vai trò người bên cạnh hộ sinh ngày càng quan trọng. hướng dẫn thai phụ buông lỏng cơ thể, mát xa, chườm nóng và chườm lạnh, vệ sinh cơ thể, thay đổi tư thế (ví dụ: đứng lên, đi lại, giữ tư thế ngồi thẳng, nằm nghiêng, tư thế quỳ, ngồi xổm...), đưa đồ ăn và đồ uống, hỗ trợ thai phụ cứ 2 tiếng đi tiểu một lần. Thai phụ trong khi chờ sinh có lúc sẽ có biểu hiện hành vi lo lắng, vô cùng không yên và sợ hãi, thậm chí mất kiểm soát hoặc gào khóc. Lúc này, việc nhận biết, sự ủng hộ và sự khích lệ bằng ngôn ngữ của người sắp làm bố là vô cùng quan trọng. Đến giai đoạn sinh thứ 2, hỗ trợ thai phụ gắng sức đúng và thực hiện cổ vũ khích lệ. Đón nhận trẻ sơ sinh mới chào đời thực hiện tiếp xúc da thớ kỳ đầu và cho bú sữa mẹ, đều ảnh hưởng tốt cho toàn bộ gia đình.

VI. Trở thành sức mạnh hỗ trợ gia đình

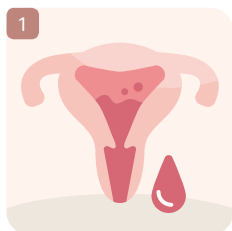
Người bố có thể tham gia chăm sóc em, dễ dàng tạo mối quan hệ gắn bó với trẻ, thông qua kinh nghiệm tương tác hai bên, đối với người bố đó là một kinh nghiệm vui vẻ, là thành tựu làm cha, đồng thời cũng có thể khẳng định hơn chức năng vai trò làm bố của mình.

Sau khi sinh nở, người bố có thể chủ động quan sát lúc cho con bú sữa, trước khi bú sữa giúp đỡ mát xa phần lưng của người mẹ để người mẹ thư giãn tăng bài tiết sữa, chủ động hỗ trợ điều chỉnh tư thế cho bú của người mẹ, điều hòa những can thiệp của người lớn tuổi đối với phương thức cho bú, chia sẻ việc nhà. Khi em bé khóc vô cớ, có thể chủ động tìm hiểu nguyên nhân khóc và vỗ về em bé, thay tã cho trẻ, v.v. Đồng thời, cũng nên chăm sóc trẻ nhỏ và trẻ lớn, để mẹ có thời gian nghỉ ngơi.

Đèn vàng sáng lên !Chú ý dấu hiệu nguy hiểm



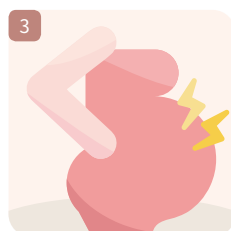
Trong thời gian mang thai, nếu xuất hiện bất cứ triệu chứng nào dưới đây, cần lập tức đi khám bác sỹ!



1
Xuất huyết (ra máu) âm
đạo(bất kể số lượng)



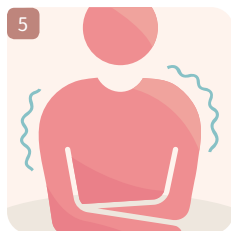
2
Đau đầu kéo dài hoặc
dữ dội



3
Đau bụng kéo dài hoặc
dữ dội



4
Buồn nôn, nôn ói kéo dài
hoặc trầm trọng



5
Đột nhiên thấy
nóng, lạnh



6
Mờ mắt



Mặt và tay phù nề



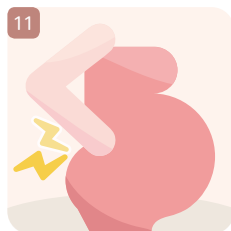
Lượng nước tiểu ít đi trông thấy



Thai nhi ngừng dịch chuyển



Âm đạo liên tục chảy ra dịch lỏng như nước (nghe ngờ là vỡ ối)



Nhức mỏi lưng kéo dài và bụng cứng.

Bộ sưu tập sức khỏe dành cho mẹ bầu



YES

- ✓ Nên định kỳ kiểm tra sức khỏe trước khi sinh
- ✓ Cần biết trước ngày dự sinh
- ✓ Cần soạn rõ kế hoạch chăm sóc sức khỏe trong thai kỳ
- ✓ Cần nhận biết thai nghén nguy hiểm
- ✓ Cần biết dấu hiệu sắp sinh

NO

- ✗ Không được hút thuốc và uống rượu
- ✗ Không được hút thuốc thụ động
- ✗ Không lạm dụng thuốc
- ✗ Không sử dụng ma túy
- ✗ Không chọn thời điểm đẻ mổ

Mục lục

Tổng biểu ghi chép khám thai

Lịch trình trợ cấp và hạng mục phục vụ khám thai	02
Hồ sơ xét nghiệm tiền sản	04
Tiền sử mang thai của tôi	07
Hồ sơ khám thai	08

Bảng ghi chép siêu âm

Hồ sơ kiểm tra siêu âm trước sinh	12
Sàng lọc siêu âm trước sinh	15

Hướng dẫn giáo dục y tế

Biểu ghi chép hướng dẫn chăm sóc sức khỏe trước sinh dành cho thai phụ lần thứ 1	16
Biểu ghi chép hướng dẫn chăm sóc sức khỏe trước sinh dành cho thai phụ lần thứ 2	34

Ghi chép về khám thai

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai đầu tiên	20
Ghi chép của lần khám thai đầu tiên	22
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 2	24
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 3	26
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 4	28
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 5	30
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 6	32
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 7	38

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 8	40
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 9	42
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 10	44
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 11	46
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 12	48
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 13	50
Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 14	52

Thông tin liên quan khác

Bản kế hoạch sinh	58
Hồ sơ sinh	60
Nhắc nhở khi xuất viện	60
Nhận biết về tác hại thuốc lá	61
Bảng ghi chép theo dõi kiểm tra viêm gan B dành cho thai phụ	63

Lịch trình trợ cấp và hạng mục phục vụ khám thai



Lịch trình trợ cấp		Số tuần kiến nghị	Hạng mục phục vụ
Lần thứ nhất	Giai đoạn thứ 1 của thai kỳ (dưới 13 tuần)	Tuần 8	- Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1) - Dấu hiệu xảy thai, mang thai nguy hiểm cao và hướng dẫn giáo dục sức khỏe dinh dưỡng thai kỳ - Kiểm tra siêu âm lần 1 (khuyến nghị thực hiện tuần thứ 8 - tuần thứ 16 : đánh giá số thai nhi, nhịp tim thai, đo kích thước thai, vị trí nằm và ngày dự sinh)
Lần thứ hai		Tuần 12	- Sau tuần thai thứ 8 hoặc kiểm tra lần hai cần bao gồm những hạng mục kiểm tra sau : - Hỏi chẩn đoán: Tiền sử bệnh tật của gia đình, tiền sử bệnh tật của bản thân thai phụ, tiền sử thai nghén và sinh sản, triệu chứng khó chịu trong lần mang thai hiện tại, thói quen gây nghiện. - Khám cơ thể: Cân nặng, chiều cao, huyết áp, tuyến giáp, bầu vú, kiểm tra khung xương chậu, kiểm tra vùng ngực và bụng. - Xét nghiệm: Xét nghiệm máu thường quy (WBC, RBC, Plt, Hct, Hb, MCV), nhóm máu, yếu tố Rh, VDRL hoặc RPR (giang mai), Rubella IgG và HBsAg - HBeA (vì nguyên nhân đặc biệt mà không thể kiểm tra, thì có thể kiểm tra vào khám thai lần thứ 5), xét nghiệm HIV (Khuyến nghị xét nghiệm tổng thể kháng nguyên/kháng thể), và xét nghiệm nước tiểu thường quy. (Ghi chú 2) - Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1) Ghi chú: Đối với thai phụ có kết quả xét nghiệm kháng thể Rubella là âm tính, thì sau khi sinh nên tiêm 1 mũi vắc xin tổng hợp sởi quai bị và rubella (MMR), tiêm vắc này cung cấp do chi phí công. (Ghi chú 4)
Lần thứ ba	Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ (từ 13 đến 29 tuần)	Tuần 16	- Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1) - Hướng dẫn giáo dục y tế phòng chống sinh non.
Lần thứ tư		Tuần 20	- Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1) - Kiểm tra siêu âm lần 2° (Khuyến nghị thực hiện trước hoặc sau tuần thai thứ 20 : đánh giá số lượng thai , nhịp tim thai, đo kích thước thai, vị trí nhau thai và lượng nước ối) - Hướng dẫn giáo dục y tế phòng chống sinh non.

Lịch trình trợ cấp		Số tuần kiến nghị	Hạng mục phục vụ
Lần thứ 5	Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ (từ 13 đến 29 tuần)	Tuần 24	1. Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1) 2. Dấu hiệu sinh non và hướng dẫn giáo dục sức khỏe dinh dưỡng thai kỳ 3. Xét nghiệm: Xét nghiệm máu thường quy (WBC, RBC, Plt, Hct, Hb, MCV) và kiểm tra sàng lọc tiểu đường thai kỳ (Ghi chú 2)
Lần thứ 6		Tuần 28	Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1)
Lần thứ 7	Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)	Tuần 30	Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1)
Lần thứ 8		Tuần 32	1. Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1) 2. Cung cấp xét nghiệm VDRL hoặc RPR (xét nghiệm giang mai) cho phụ nữ mang thai trên 32 tuần. 3. Đối với thai phụ có nguy cơ lây nhiễm HIV, nên làm thêm xét nghiệm HIV. (khuyến nghị xét nghiệm tổng hợp kháng nguyên / kháng thể) 4. Kiểm tra siêu âm lần 3.(Khuyến nghị thực hiện sau tuần 32 : đánh giá nhịp tim thai nhi, đo kích thước thai nhi, vị trí thai, vị trí nhau thai và lượng nước ối).
Lần thứ 9		Tuần 34	Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1)
Lần thứ 10		Tuần 36	1. Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1) 2. Trợ cấp xét nghiệm liên cầu khuẩn B dành cho thai phụ. (Ghi chú 3)
Lần thứ 11		Tuần 37	Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1)
Lần thứ 12		Tuần 38	Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1)
Lần thứ 13		Tuần 39	Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1)
Lần thứ 14		Tuần 40	Hạng mục kiểm tra định kỳ. (Ghi chú 1)

*Thai phụ sau khi khám thai trên 14 lần và siêu âm từ 3 lần trở lên, được tự phí kiểm tra. Nếu bác sỹ chẩn đoán cần phải điều trị, do Bảo hiểm Y tế chi trả.

*Trường hợp nếu mang thai hơn 40 tuần vẫn có nhu cầu khám thai và không phù hợp với phạm vi chi trả của bảo hiểm, thì do Tổ chức dịch vụ y tế địa lý do và xin hỗ trợ khám thai chuyên biệt với Sở Sức khỏe quốc dân Bộ Phúc Lợi Y tế trước.

Ghi chú 1: Hạng mục kiểm tra định kỳ

- (1) Nội dung hỏi chẩn đoán: Các triệu chứng khác thường như ra huyết, đau bụng, đau đầu, co thắt, v.v.
- (2) Khám cơ thể: Cân nặng, huyết áp, nhịp tim thai, ngôi thai, phù nề, suy tĩnh mạch v.v.
- (3) Xét nghiệm: Đạm (protein) trong nước tiểu, đường trong nước tiểu.

Ghi chú 2: Hạng mục xét nghiệm máu thường quy, bao gồm: huyết sắc tố (Hb), dung tích hồng cầu (Hct), hồng cầu (RBC), thể tích trung bình hồng cầu (MCV), bạch cầu (WBC), tiểu cầu (Plt). Ngoài ra, liên quan đến kiểm tra HIV, nếu trong thời gian mang thai bác sỹ đánh giá có nguy cơ lây nhiễm, thì bất kể thai kỳ nào, đều được cung cấp dịch vụ kiểm tra HIV.

Ghi chú 3: Kiểm tra sàng lọc liên cầu khuẩn nhóm B dành cho phụ nữ mang thai, khuyến nghị thực hiện 1 lần khi kiểm tra trước sinh tuần thứ 35-37 ; trừ những thai phụ có dấu hiệu sinh non cần xử lý theo phán đoán chuyên nghiệp của bác sỹ.

Ghi chú 4: Thông tin liên quan như địa điểm tiêm chủng, hãy gọi đường dây tiêm phòng các huyện thị.

Bảng ghi chép khám thai

40(5A) Lần khám thai đầu tiên

Lịch trình trở cấp	Giai đoạn thứ 1 của thai kỳ (dưới 13 tuần)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 8	

Cơ sở y tế khám thai _____

Bác sỹ khám ký tên _____

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

41(5B) Lần khám thai thứ 2

Lịch trình trở cấp	Giai đoạn thứ 1 của thai kỳ (dưới 13 tuần)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 12	

Cơ sở y tế khám thai _____

Bác sỹ khám ký tên _____

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

42(5C) Lần khám thai thứ 3

Lịch trình trở cấp	Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ (từ 13 đến 29 tuần)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 16	

Cơ sở y tế khám thai _____

Bác sỹ khám ký tên _____

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

43(5D) Lần khám thai thứ 4

Lịch trình trở cấp	Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ (từ 13 đến 29 tuần)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 20	

Cơ sở y tế khám thai _____

Bác sỹ khám ký tên _____

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

44(5E) Lần khám thai thứ 5

Lịch trình trở cấp	Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ (từ 13 đến 29 tuần)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 24	

Cơ sở y tế khám thai _____

Bác sỹ khám ký tên _____

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

45(5F) Lần khám thai thứ 6

Lịch trình trở cấp	Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ (từ 13 đến 29 tuần)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 28	

Cơ sở y tế khám thai _____

Bác sỹ khám ký tên _____

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

46(5G)

Lần khám thai thứ 7

Lịch trình trợ cấp	Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 30	

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày tháng năm

47(5H)

Lần khám thai thứ 8

Lịch trình trợ cấp	Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 32	

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày tháng năm

48(5I)

Lần khám thai thứ 9

Lịch trình trợ cấp	Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 34	

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày tháng năm

49(5J)

Lần khám thai thứ 10

Lịch trình trợ cấp	Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 36	

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày tháng năm

50(5K)

Lần khám thai thứ 11

Lịch trình trợ cấp	Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 37	

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày tháng năm

51(5L)

Lần khám thai thứ 12

Lịch trình trợ cấp	Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)	
Số tuần kiến nghị	Tuần 38	

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày tháng năm

Ghi chú: Mã lệnh y tế của các bệnh viện điều trị (Phòng hộ sinh)

52(5M)

Lần khám thai thứ 13

Lịch trình trợ cấp

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)



Số tuần kiến nghị

Tuần 39

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

53(5N)

Lần khám thai thứ 14

Lịch trình trợ cấp

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ (từ 29 tuần trở lên)



Số tuần kiến nghị

Tuần 40

Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

54

Khám sản khác

Số tuần kiến nghị

Tuần 40 trở lên



Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

54

Khám sản khác

Số tuần kiến nghị

Tuần 40 trở lên



Cơ sở y tế khám thai

Bác sỹ khám ký tên

Ngày kiểm tra: Ngày _____ tháng _____ năm _____

Ghi chú: Nếu bạn muốn biết thông tin giáo dục y tế liên quan của từng lần khám thai, vui lòng quét mã QRcode của lần khám bằng thiết bị di động.

Hạng mục kiểm tra	Ngày tháng kiểm tra	Tên bệnh viện kiểm tra
☐ 60 : Kiểm tra siêu âm lần 1 (6A)		
☐ 61 : Kiểm tra siêu âm lần 2 (6B)		
☐ 62 : Kiểm tra siêu âm lần 3 (6C)		

Hạng mục kiểm tra	Ngày tháng kiểm tra	Tên bệnh viện kiểm tra
☐ 55 : Xét nghiệm thiếu máu (6D)		
☐ 56 : Kiểm tra sàng lọc tiểu đường thai kỳ (6E)		
☐ 66 : Kiểm tra sàng lọc liên cầu khuẩn nhóm B trước sinh (67)		

Ghi chú: Mã lệnh y tế của các bệnh viện điều trị (Phòng hộ sinh)

Tiền sử thai nghén và sinh sản của tôi

※ Ghi chép hồi chẩn đoán khi khám thai lần đầu tiên, các mẹ bầu hãy điền trước khi khám.

Tình hình sinh sản		Số lần mang thai	Lần thứ 1	Lần thứ 2	Lần thứ 3	Lần thứ 4
Ngày kết thúc thai kỳ (ngày/ tháng/ năm)						
Sinh trực tiếp	Số tuần mang thai					
	Phương pháp sinh	Sinh thường				
		Hút chân không				
		Sinh hỗ trợ bằng kẹp				
		Sinh mổ				
	Giới tính con					
	Cân nặng sơ sinh (gam)					
	Tình hình sinh sống hiện tại	Sinh tồn				
		Chết (độ tuổi, nguyên nhân)				
Thai nhi bất thường						
Sảy thai	Sảy thai tự nhiên Sảy thai					
	Phá thai					
Thai chết lưu	Tuần					
	Phương thức sinh					

Ghi chú: Nếu số thai hơn bốn thai, hãy tự ghi chép thêm.

Tổng biểu ghi chép
về khám thai



Thông tin cơ bản			
Mang thai lần thứ		Chiều cao	cm
Ngày dự sinh	(Ngày/tháng/năm)	Cân nặng trước khi mang thai	kg
Ngày bắt đầu kinh nguyệt lần cuối cùng	(Ngày/tháng/năm)	Chỉ số BMI Cân nặng (kg) / chiều cao ² (m ²)	

Ghi chép kiểm tra hạng mục thường quy				
Hạng mục	Kết quả		Hạng mục	Kết quả
Yếu tố Rh	+ ☐ - ☐		Kháng nguyên bề mặt viêm gan B	+ ☐ - ☐
Nhóm máu	☐ A ☐ B ☐ O ☐ AB		Kháng nguyên e viêm gan B	+ ☐ - ☐
Bạch cầu (WBC)	Lần 1 x10 ³ /uL	Lần 2 x10 ³ /uL	Phản ứng huyết thanh giang mai lần đầu tiên (VDRL hoặc RPR)	+ ☐ - ☐
Hồng cầu (RBC)	x10 ⁶ /uL	x10 ⁶ /uL	Phản ứng huyết thanh giang mai lần hai (VDRL hoặc RPR)	+ ☐ - ☐
Tiểu cầu (Plt)	x10 ³ /uL	x10 ³ /uL	Phản ứng kháng thể sởi Đức	+ ☐ - ☐
Tỷ lệ dung tích hồng cầu (Hct)	%	%	Kiểm tra liên cầu khuẩn B	+ ☐ - ☐
Thể tích trung bình một hồng cầu (MCV)	fL	fL	Kiểm tra khung xương chậu	
Huyết sắc tố (Hb)	g/dL ☐ Bình thường ☐ Bất thường	g/dL ☐ Bình thường ☐ Bất thường	Khác _____	
Tiểu đường thai kỳ	GLU AC : _____ mg/dL GLU 1hr : _____ mg/dL GLU 2hr : _____ mg/dL ☐ Bình thường ☐ Bất thường		Khác _____	

※ Dữ liệu trong bảng này sẽ sử dụng khi đơn vị Y tế đánh giá chính sách hoặc theo dõi quản lý sức khỏe ca bệnh cụ thể .

- ※ Nếu mẹ bầu có kết quả xét nghiệm dương tính với kháng nguyên bề mặt viêm gan B, thì trẻ của họ sau khi sinh cần nhanh chóng tiêm ngay 1 mũi globulin miễn dịch viêm gan B và vắc xin viêm gan B, càng sớm càng tốt, đồng thời không được muộn hơn 24 tiếng. và cần sau khi hoàn thành vắc xin viêm gan B mũi 3 và khi trẻ tròn 12 tháng tuổi, cần thực hiện kiểm tra kháng nguyên bề mặt viêm gan B (HBsAg) và kháng thể bề mặt viêm gan B (anti-HBs), nếu kết quả xét nghiệm kháng nguyên bề mặt viêm gan B và kháng thể đều là âm tính, được tiêm thêm vắc xin viêm gan B miễn phí.
- ※ Thai phụ nếu dương tính với kháng nguyên bề mặt viêm gan B, hãy nhờ bác sỹ hỗ trợ đăng ký kết quả khám thai lần này vào "Bảng theo dõi kiểm tra viêm gan B của thai phụ(Trang 63)" và đối với những mẹ bầu có nguy cơ cao về lây truyền trực tiếp từ mẹ sang con qua kiểm tra có nồng độ virus viêm gan B $\geq 10^6$ IU/mL, hãy hỗ trợ chuyển giới thiệu đến chuyên khoa tiêu hóa để được đánh giá và sử dụng thuốc điều trị kháng virus nhằm giảm nguy cơ trẻ sơ sinh bị lây nhiễm viêm gan B. Ngoài ra, hãy giáo dục y tế cho thai phụ phải theo đề nghị của bác sỹ thực hiện theo dõi các kiểm tra liên quan.
- ※ Nếu kết quả kiểm tra kháng thể sởi Đức của thai phụ là âm tính(-), trong thời kỳ mang thai hãy đặc biệt chú ý, phòng tránh nhiễm sởi Đức để bảo vệ thai nhi, và sau khi sinh nở, nhanh chóng cầm chứng nhận âm tính (-) kiểm tra kháng thể sởi Đức, tới các Sở Y tế hoặc bệnh viện tiêm chủng dự phòng, tiêm 1 mũi vắc xin tổng hợp sởi quai bị và rubella (MMR). (Trong vòng 4 tuần tiêm chủng cần tránh mang thai, nhưng có thai trong vòng 4 tuần sau khi tiêm chủng, không được coi là triệu chứng thích ứng của sảy thai.)
- ※ Đối với những mẹ bầu dương tính với bệnh giang mai, hãy nhờ bác sỹ hỗ trợ kiểm tra xác nhận, nếu mẹ bầu xác nhận bị lây nhiễm cần phải điều trị sớm, dự phòng trẻ sơ sinh bị nhiễm giang mai bẩm sinh.
- ※ Đối với những mẹ bầu dương tính với HIV, hãy điều trị sớm và được biện pháp dự phòng và chăm sóc y tế trong quá trình sinh đẻ để dự phòng trẻ sơ sinh bị nhiễm HIV.
- ※ Trường hợp người mẹ tương lai khi thực hiện kiểm tra thường quy phát hiện thiếu máu, cần kiểm tra sâu hơn nguyên nhân thiếu máu và điều chỉnh, để giảm thiểu rủi ro sinh non và cân nặng thai nhi quá nhẹ. Nếu người mẹ tương lai thiếu máu hình cầu (MCV<80fl), cần kiểm tra sàng lọc chồng có thiếu máu hình cầu hay không, để đánh giá rủi ro và mức độ nghiêm trọng thiếu máu địa trung hải ở thai nhi.
- ※ Đối với các bà mẹ tương lai khi xét nghiệm máu định kỳ có số lượng tiểu cầu thấp (Plt <150x10³ / uL), hầu hết là do giảm tiểu cầu tạm thời khi mang thai gây ra và một số ít liên quan đến tiền sản giật, thuốc, nhiễm virus, phản ứng miễn dịch, v.v.. Hầu hết bệnh nhân giảm tiểu cầu nhẹ (Plt 100~149x10³/uL) và bệnh nhân không có triệu chứng không cần điều trị, nhưng khuyến nghị cần theo dõi thường xuyên. Mong các bà mẹ tương lai hãy nhanh chóng đến gặp bác sỹ nếu có các triệu chứng như chảy máu âm đạo, chảy máu nướu răng nhiều lần, các nốt ban và các vết bầm tím trên da.
- ※ Nếu bà mẹ tương lai bị chẩn đoán là tiểu đường thai kỳ, sẽ tăng rủi ro sinh con khổng lồ, đẻ mắc vai, thai chết lưu, tiền sản giật, tiểu đường mãn tính, có thể thông qua kiểm soát ăn uống, vận động hoặc thuốc để kiểm soát đường huyết, đường huyết trước khi ăn cần thấp hơn 95mg/dL, đường huyết hai tiếng sau ăn cần thấp hơn 120mg/dL, có thể giảm bớt hội chứng do tiểu đường thai kỳ gây ra.

Lịch trình khám thai	Lần thứ 1	Lần thứ 2	Lần thứ 3	Lần thứ 4	Lần thứ 5	Lần thứ 6
Số tuần kiến nghị	Tuần 8	Tuần 12	Tuần 16	Tuần 20	Tuần 24	Tuần 28
Ngày kiểm tra						
Số tuần mang thai						
Cân nặng (kg)						
Huyết áp (mmHg)						
Nhịp tim thai (lần/phút) ※ Miền diện trong vòng 2 tháng mang thai						
Đường trong nước tiểu						
Đạm trong nước tiểu						
Phù nề						
Giãn tĩnh mạch						
Ghi chú: Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt
Ngày khám thai lần sau						

Lần thứ 7	Lần thứ 8	Lần thứ 9	Lần thứ 10	Lần thứ 11	Lần thứ 12	Lần thứ 13	Lần thứ 14
Tuần 30	Tuần 32	Tuần 34	Tuần 36	Tuần 37	Tuần 38	Tuần 39	Tuần 40
☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt	☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ☐ Hàng mục cần chú ý hoặc bất thường _____ ☐ Không có phát hiện đặc biệt

Bảng ghi chép kiểm tra siêu âm thai sản lần thứ 1
(Khuyến nghị kiểm tra từ tuần 8 đến tuần 16)

Thông tin cơ bản của thai phụ

Họ tên _____ Tuổi _____ Hồ sơ bệnh án _____ Số Tuần mang thai _____
Ngày dự sinh _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)
Ngày bắt đầu kinh nguyệt lần cuối cùng _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)

Dán ảnh

'Kết quả sàng lọc'

Số thai ☐ Sinh đơn ☐ Sinh đôi ☐ Đa thai _____ thai
Nhịp tim thai ☐ Có ☐ Không
Vị trí nằm giường ☐ Bình thường ☐ Không bình thường

Chiều dài đầu mông _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần
Đường kính lưỡng đỉnh của thai nhi _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần

Kỳ dự sinh _____
Kết quả kiểm tra ☐ Kiểm tra thường quy ☐ Cần theo dõi

Người báo cáo _____ Ngày kiểm tra _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)

Bảng ghi chép kiểm tra siêu âm thai sản lần 2
(Khuyến nghị kiểm tra trước sau tuần 20)

Thông tin cơ bản của thai phụ

Họ tên _____ Tuổi _____ Hồ sơ bệnh án _____ Số Tuần mang thai _____
Ngày dự sinh _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)
Ngày bắt đầu kinh nguyệt lần cuối cùng _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)

Dán ảnh

'Kết quả sàng lọc'

Số thai ☐ Sinh đơn ☐ Sinh đôi ☐ Đa thai _____ thai
Nhịp tim thai ☐ Có ☐ Không
Vị trí nhau thai thành ☐ Phía trước thành ☐ Nhau tiền đạo
☐ Nhau bám thấp ☐ Phía trước thành

Đường kính lưỡng đỉnh của thai nhi _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần
Vòng bụng của thai nhi _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần
Chiều dài đùi của thai nhi _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần
Ước đoán cân nặng _____ gam, Tuổi thai siêu âm _____ tuần

Nước ối Lượng ☐ Bình thường ☐ Quá nhiều ☐ Quá ít
Kết quả kiểm tra ☐ Kiểm tra thường quy ☐ Cần theo dõi

Người báo cáo _____ Ngày kiểm tra _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)

Bảng ghi chép kiểm tra siêu âm thai sản lần thứ 3
(Khuyến nghị kiểm tra sau tuần 32)

Thông tin cơ bản của thai phụ

Họ tên _____ Tuổi _____ Hồ sơ bệnh án _____ Số Tuần mang thai _____
Ngày dự sinh _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)
Ngày bắt đầu kinh nguyệt lần cuối cùng _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)

Dán ảnh

'Kết quả sàng lọc'

Số thai	☐ Sinh đơn	☐ Sinh đôi	☐ Đa thai _____ thai
Nhịp tim thai	☐ Có	☐ Không	
Vị trí thai	☐ Phần đầu	☐ Vị trí thai bất thường	
Vị trí nhau thai thành	☐ Phía trước thành	☐ Nhau tiền đạo	
	☐ Nhau bám thấp	☐ Phía trước thành	

Đường kính lưỡng đỉnh của thai nhi _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần
Vòng bụng của thai nhi _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần
Chiều dài đùi của thai nhi _____ cm, Tuổi thai siêu âm _____ tuần
Ước đoán cân nặng _____ gam, Tuổi thai siêu âm _____ tuần

Nước ối Lượng ☐ Bình thường ☐ Quá nhiều ☐ Quá ít
Kết quả kiểm tra ☐ Kiểm tra thường quy ☐ Cần theo dõi
Người báo cáo _____ Ngày kiểm tra _____ / _____ / _____ (Ngày/tháng/năm)

Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản

Mục đích

Kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản là một cách kiểm tra không xâm nhập, tức là sử dụng máy đo siêu âm giám sát nhịp tim thai, đo lượng đường kính lưỡng đỉnh, vòng bụng và chiều dài đùi của thai nhi v.v., để biết tuổi thai và đánh giá sự phát triển của thai nhi, còn quan sát vị trí nhau thai và lượng nước ối. Trong quá trình khám thai khuyến nghị tối thiểu 3 lần kiểm tra siêu âm, lần 1 từ tuần thứ 8 đến tuần thứ 16, lần 2 trước sau tuần thứ 20, lần thứ 3 từ 32 tuần đến trước khi sinh, người được bác sỹ đánh giá là trường hợp đặc biệt có thể quan sát hoặc theo dõi thêm.

Hạn mức

Siêu âm kiểm tra bị giới hạn bởi độ phân giải của thiết bị máy móc và bị hạn chế về nhiều yếu tố, bao gồm: Sóng siêu âm không thể xuyên qua xương, tổ chức mỡ bụng của thai phụ quá dày, thai nhi nằm sấp v.v.. Nếu nước ối quá nhiều, thai nhi sẽ cách xa quá khiến hình ảnh không rõ ràng; Nếu nước ối quá ít, thiếu mô mềm làm chất truyền dẫn, còn lại tử chỉ của thai nhi xếp chồng lên nhau, dẫn tới hình ảnh không chuẩn, vì thế độ chuẩn xác của kiểm tra siêu âm bị hạn chế do điều kiện quét.

Kết quả kiểm tra

Siêu âm kiểm tra thai sản là một cách kiểm tra sàng lọc, không phải là chẩn đoán cuối cùng, đối với y tế hiện nay, không phải tất cả tình trạng của thai nhi bất thường đều có thể phát hiện thông qua siêu âm sàng lọc. Nội dung báo cáo bao gồm:

- Chiều dài đầu mông (CRL):** đo chiều dài từ đỉnh đầu thai nhi đến mông, thường là để tìm mặt nằm ngang của thai nhi, và đo khoảng cách xa nhất từ đỉnh đầu đến mông của thai nhi. Đây là chỉ số quan trọng nhất để đo các tuần thai trong tam cá nguyệt đầu tiên, cũng có thể được dùng làm tiêu chuẩn để xem có cần sửa ngày dự sinh hay không.
- Đường kính lưỡng đỉnh (BPD):** Đo chu vi lớn nhất hộp sọ của thai nhi. Chỉ số này sẽ được đo kích thước của thai và đánh giá tuổi thai; nếu đường kính lưỡng đỉnh không hợp với số tuần, cần chẩn đoán sâu hơn, bao gồm đánh giá tuần thai hoặc các tình trạng bất thường khác.
- Chiều dài xương đùi (FL):** Đo chiều dài xương đùi của thai nhi, giống như đường kính lưỡng đỉnh, có thể được sử dụng để đánh giá kích thước, tuổi thai của thai nhi và sự phát triển xương chi.
- Chu vi vòng bụng (AC):** Đo kích thước chu vi vòng bụng của thai nhi có thể đánh giá kích thước và sự phát triển của thai nhi. Chu vi vòng bụng có thể được tính với các phép đo khác để ước tính cân nặng của thai nhi.
- Vị trí nhau thai:** Nếu vị trí nhau thai quá gần hoặc che phủ cổ tử cung, tức là nhau bám thấp hoặc nhau (rau) tiền đạo sẽ ngăn cản thai nhi vào ống sinh khi sinh, là một trong những nguyên nhân gây ra máu trước sinh và sau sinh và sinh mổ.
- Xác định đa thai:** Đa thai thường phát sinh biến chứng sinh, kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản có thể đo lường tình hình phát triển của đa thai, để sắp xếp và xử lý thích đáng.
- Đánh giá lượng nước ối:** Lượng nước ối là một trong những chỉ số quan trọng để đánh giá các bất thường hoặc phát triển không tốt của thai nhi, quá nhiều hay quá ít đều liên quan đến thai nhi.

1

Biểu ghi chép hướng dẫn chăm sóc sức khỏe trước sinh dành cho thai phụ

Được bác sỹ chẩn đoán, xác định thai dưới 17 tuần, Số tuần mang thai , tuần thứ _____
(Dịch vụ này do Quỹ phúc lợi sức khỏe trước sản phẩm thuốc lá quyền góp hỗ trợ)

Thông tin cơ bản (do thai phụ điền)

Chiều cao _____ cm Cân nặng trước khi mang thai _____ kg Cân nặng hiện tại _____ kg Huyết sắc tố _____ g/dL

- ☒ Hiện tại có nhận hỗ trợ phúc lợi xã hội hay không:(có thể chọn nhiều mục)
- ☐ 0. Không
 - ☐ 1. Hỗ trợ hộ thu nhập thấp và trung bình
 - ☐ 2. Hỗ trợ hộ thu nhập thấp
 - ☐ 3. Hỗ trợ gia đình có hoàn cảnh đặc biệt
 - ☐ 4. Hỗ trợ sinh hoạt trẻ em (Hạng mục: _____ ; Số người: _____)
 - ☐ 5. Khác _____
- ☒ Thai phụ có hoàn cảnh dưới đây:
- ☐ 1. Thai phụ chưa kết hôn
 - ☐ 2. Thai phụ có khuyết tật
 - ☐ 3. Khác _____

Hành vi lành mạnh (Do thai phụ điền)

- ☒ 1 Hiện nay bạn có hút thuốc không?
- ☐ 0. Không ☐ 1.Thình thoảng hoặc tiếp khách mới hút ☐ 2. Thường xuyên hoặc mỗi ngày hút
- ☒ 2 Bạn có đặc biệt chú ý cách xa môi trường khói thuốc không?
- ☐ 0. Không ☐ 1. Có ☐ 2. Môi trường xung quanh không có khói thuốc
- ☒ 3 Hiện nay bạn có uống rượu không?
- ☐ 0. Không ☐ 1. Thình thoảng hoặc tiếp khách mới uống ☐ 2. Thường xuyên uống
- ☒ 4 Bạn có ăn trầu không?
- ☐ 0. Không ☐ 1. Thình thoảng hoặc tiếp khách mới ăn ☐ 2. Thường xuyên ăn
- ☒ 5 Hiện nay bạn có sử dụng ma túy hay không hoặc lạm dụng thuốc không?
- ☐ 0. Không ☐ 1. Thình thoảng ☐ 2. Sử dụng thường xuyên, thậm chí mỗi ngày sử dụng
- ☒ 6 Gần đây bạn có bị ho không?
- ☐ 0. Không ☐ 1. Thình thoảng ☐ 2. Ho hơn 2 tuần



Sức khỏe tâm lý (do thai phụ điền)

● Đánh giá tâm trạng

Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?

☐ Có ☐ Không

Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không?

☐ Có ☐ Không

※ Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.

Tiền sử điều trị thai sản

● Từng có tiền sử điều trị thai sản liên quan không?

☐ 0. Không

☐ 1. Có (Vui lòng đánh dấu vào ☐ bên dưới)

☐ (1) Cắt u xơ tử cung hoặc phẫu thuật tử cung

☐ (2) Mổ tim

☐ (3) Bệnh cao huyết áp

☐ (4) Mang thai Bệnh đái đường

☐ (5) Sinh non

☐ (6) Dị tật bẩm sinh

☐ (7) Thai chết lưu

☐ (8) Trẻ sơ sinh tử vong

☐ (9) Âm đạo khó sinh

☐ (10) Xuất huyết sau sinh

☐ (11) Thai nhi trước bị nhiễm liên cầu khuẩn

☐ (12) Sẩy thai

☐ (13) Tiền sử bệnh tim mạch

☐ (14) Khác

※ Nếu có tiền sử điều trị thai sản như trên, kính mong cơ sở khám điều trị phục vụ điều trị hoặc chuyển giới thiệu tới bệnh viện chuyên cấp cứu mức độ trung bình, nghiêm trọng.

※ Cột tự đánh giá, nhân viên y tế hãy giúp các mẹ bầu đánh dấu trước khi hướng dẫn giáo dục y tế, để nhân viên y tế tham khảo.

Giáo dục Y tế Chủ đề	Trọng điểm	Thai phụ tự đánh giá		Trọng điểm chỉ đạo của nhân viên Y tế
		Rõ ràng	Không rõ ràng	
(Số tay tham khảo: Để trẻ nhỏ phát triển an toàn, tờ rơi giáo dục y tế bệnh lây nhiễm virus Zika)	Dấu hiệu sẩy thai và mang thai nguy cơ cao	☐	☐	☐ Biết thai phụ thời kỳ đầu cần nghỉ nhiều và ngủ đủ, không được mang vật nặng. Nếu xuất hiện triệu chứng sẩy thai (xuất huyết âm đạo, đau âm ran bụng dưới, tử cung liên tục co thắt) cần lập tức đi khám bác sỹ.
		☐	☐	☐ Biết thông tin sức khỏe của bản thân, tiền sử bệnh tật và tiền sử điều trị thai sản. Tương lai khi khám thai nếu có bác sỹ thông báo: Xuất hiện một trong số các mục từ 1-14 trong tiền sử điều trị thai sản, hãy chọn tới bệnh viện chuyên cấp cứu mức độ trung bình, nghiêm trọng tiếp nhận điều trị hoặc an thai.
		☐	☐	☐ Biết mục đích, lịch trình và tầm quan trọng kiểm tra trước sinh định kỳ.
	Chất nguy hiểm	☐	☐	☐ Biết tác hại của thuốc lá (bao gồm khói thuốc) đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (sẩy thai, sinh non, sinh nhẹ cân).
		☐	☐	☐ Biết tác hại của rượu đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (sẩy thai, sinh non, chết lưu, sinh nhẹ cân, hệ thần kinh trung ương bất thường).
		☐	☐	☐ Biết tác hại của trà ôi đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (sẩy thai, sinh non, chết lưu, sinh nhẹ cân)
		☐	☐	☐ Biết tác hại của ma túy đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (động kinh, cân nặng quá nhẹ, các vấn đề về đường hô hấp, và thậm chí tử vong v.v.) và có thể tìm kiếm các nơi điều trị.
		☐	☐	☐ Trường hợp hút thuốc lá mang thai lần này, hỗ trợ chuyển tới phòng khám cai thuốc lá hoặc đường dây điện thoại cai thuốc lá.
	Kiểm tra đi truyền trước sinh	☐	☐	☐ Biết thai phụ gặp một trong những trường hợp dưới đây, chính phủ có hỗ trợ chi phí kiểm tra chọc nước ối trước sinh. (1) Trên 34 tuổi (2) Từng sinh con dị tật bẩm sinh (3) Bản thân hoặc chồng có bệnh di truyền (4) Gia đình có bệnh di truyền và kiểm tra siêu âm mang thai lần này có bất thường
	Nhiễm virus Zika	☐	☐	☐ Biết trong thời kỳ mang thai, nếu không cần thiết, nên hoãn việc đi du lịch đến những vùng lưu hành virus Zika.
		☐	☐	☐ Biết cách phòng tránh lây nhiễm virus Zika.
		☐	☐	☐ Biết thai phụ bị chẩn đoán nhiễm virus Zika, nên kiểm tra siêu âm thai định kỳ 4 tuần một lần để theo dõi sự phát triển của thai nhi.

Giáo dục Y tế Chủ đề	Trọng điểm	Thai phụ tự đánh giá		Trọng điểm chỉ đạo của nhân viên Y tế
		Rõ ràng	Không rõ ràng	
Bình đẳng giới (Số tay tham khảo: Con trai con gái đều tốt)	Trần trọng những đứa bé của chúng ta	☐	☐	☐ Con trai con gái đều tốt, đã sinh ra đều quý, thành tựu trong tương lai của đứa trẻ không liên quan tới giới tính, nếu biết rằng sàng lọc giới tính oặc phá thai vì lựa chọn giới tính là phi pháp.
Dinh dưỡng khi mang thai (Số tay tham khảo: Ăn uống lành mạnh)	Bổ sung chất dinh dưỡng	☐	☐	☐ Biết tầm quan trọng của việc đảm bảo cung cấp đủ axit folic, vitamin D và iốt từ một tháng trước khi thụ thai đến khi mang thai.
		☐	☐	☐ Biết hấp thụ đủ canxi khi mang thai và tăng cường hấp thụ sắt. Tầm quan trọng của việc bổ sung vitamin B12 đối với người ăn chay.
		☐	☐	☐ Biết hỏi ý kiến bác sĩ, chuyên gia dinh dưỡng và lựa chọn và sử dụng các thực phẩm bổ sung dinh dưỡng đúng đắn.
	Ăn uống cân bằng	☐	☐	☐ Khi biết bị ốm nghén trong giai đoạn đầu của thai kỳ, nên ăn thành nhiều bữa nhỏ, ưu tiên 6 loại thực phẩm chính có độ dinh dưỡng cao, tránh thực phẩm chế biến tinh chế nhiều đường, dầu mỡ và muối.

Bạn có đồng ý để nhân viên Y tế và Xã hội tới thăm nhà bạn hay không?

☐ Đồng ý ☐ Không đồng ý

- Nội dung hướng dẫn giáo dục y tế do Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Y tế và Phúc lợi, Sở quản chế nguồn dịch bệnh, Hiệp hội Sản phụ khoa Đài Loan, Hiệp hội Y khoa bà mẹ thai nhi Đài loan, Hiệp hội Y về chu kỳ thai Đài Loan, Hiệp hội y học gia đình Đài Loan, Hiệp hội điều dưỡng Đài loan, Hiệp hội trợ sản Đài Loan và Hội liên hiệp toàn quốc thuộc Công hội nhà dinh dưỡng Trung Hoa Dân Quốc cùng nghiên cứu biên soạn.
- Hướng dẫn giáo dục sức khỏe lần này thực hiện theo nhu cầu sức khỏe của thai phụ, có thể kết hợp hướng dẫn thực hiện khi kiểm tra trước sinh lần 1 đến lần 3(tuần thai thứ 8 đến trước tuần thai thứ 17), hãy tham khảo Sổ tay sức khỏe thai phụ để tiến hành giáo dục sức khỏe. Dữ liệu này sẽ được sử dụng để đánh giá chính sách đơn vị y tế hoặc quản lý sức khỏe theo dõi ca bệnh.
- Thai phụ dưới 20 tuổi và chưa kết hôn phải được sự đồng ý của bản thân và người đại diện hợp pháp của họ.

Tên và mã của cơ sở y tế / hộ sinh:	Chữ ký của Bác sĩ / Nhân viên hộ sinh: Ngày hướng dẫn : ____ / ____ / ____ (Ngày/tháng/năm)
Chữ ký của thai phụ:	※Sau khi về nhà, nếu có nhu cầu tư vấn thai sản, hãy sử dụng: (1) Đường dây chăm sóc thai phụ miễn phí toàn quốc: 0800-870870 (2) Website chăm sóc thai sản phụ http://mammy.hpa.gov.tw ※Người muốn cai thuốc lá, hãy gọi đến điện thoại cai thuốc lá miễn phí 0800-636363

1

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai lần đầu

Giai đoạn thứ 1 của thai kỳ: Mang thai dưới 13 tuần

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 8

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____ / tháng ____ / năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☒ Ngày bắt đầu kinh nguyệt lần cuối cùng : ____ / ____ / ____ (Ngày/tháng/năm)
- ☒ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
☐ Cảm giác khác _____

☒ Tiền sử sức khỏe của thai phụ là dữ liệu tham khảo quan trọng để bác sỹ lấy làm căn cứ chẩn đoán, nên mong các mẹ bầu hãy điền đầy đủ. Nếu bạn từng có tình trạng dưới đây, hãy đánh dấu vào ☐ .

Tiền sử bệnh tật

- ☐ 1. Cao huyết áp mãn tính
- ☐ 13. Thiếu máu
- ☐ 2. Bệnh tiểu đường
- ☐ 14. Lupus đỏ và các bệnh hệ thống miễn dịch
- ☐ 3. Bệnh tim
- ☐ 15. Hen phế quản và bệnh phổi
- ☐ 4. Bệnh ngoại khoa
- ☐ 16. Động kinh
- ☐ 5. Bệnh thận
- ☐ 17. Gia đình có bệnh di truyền và các bệnh bẩm sinh khác
- ☐ 6. Bệnh về tuyến giáp trạng
- ☐ 18. Tiếp xúc với nguy hiểm (hút thuốc, người ở cùng có hút thuốc, uống rượu)
- ☐ 7. Bệnh về chức năng đông máu
- ☐ 19. Tiền sử bệnh tim mạch
- ☐ 8. Bệnh truyền nhiễm theo luật định
- ☐ 20. Sử dụng ma túy
- ☐ 9. U bướu và ung thư phụ khoa
- ☐ 21. Khác
- ☐ 10. Bệnh hệ thống thần kinh trung ương
- ☐ 11. Bệnh hệ thống tiết niệu
- ☐ 12. Bệnh đường tiêu hóa và gan

Tiền sử điều trị thai sản

- ☐ 1. Cắt u xơ tử cung hoặc phẫu thuật tử cung
- ☐ 14. Vỡ bờ sớm
- ☐ 2. Mổ tim
- ☐ 15. Nhau tiền đạo và bong nhau thai
- ☐ 3. Bệnh cao huyết áp
- ☐ 16. Nhau cài răng lược
- ☐ 4. Mang thai Bệnh đái đường
- ☐ 17. Thai nhi bất thường hoặc thai nhi trong tử cung tử vong; thai chết lưu
- ☐ 5. Sinh non (sinh khi mang thai dưới 37 tuần)
- ☐ 18. Thai nhi bất thường cần được điều trị bằng phẫu thuật
- ☐ 6. Dị tật bẩm sinh
- ☐ 19. Chẩn đoán di truyền trước sinh bất thường (kiểm tra nhiễm sắc thể hoặc gen)
- ☐ 7. Trẻ sơ sinh tử vong
- ☐ 20. Suy thai
- ☐ 8. Âm đạo khó sinh
- ☐ 21. Tiền sản giật
- ☐ 9. Xuất huyết sau sinh
- ☐ 22. Sản giật
- ☐ 10. Thai nhi trước bị nhiễm liên cầu khuẩn
- ☐ 23. Tiền sử bệnh tim mạch
- ☐ 11. Truyền tắc ối
- ☐ 24. Khác
- ☐ 12. Viêm màng ối
- ☐ 13. Nước ối quá nhiều hoặc quá ít

☒ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■.

- | | |
|--|--|
| ☐ 1. Hạng mục kiểm tra khám thai (Trang 2) | ☐ 6. Những điều thai phụ cần biết trong đời sống |
| ☐ 2. Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15) | ☐ 7. Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu |
| ☐ 3. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 8. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ |
| ☐ 4. Dịch vụ kiểm tra sàng lọc HIV miễn phí cho thai phụ | ☐ 9. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng |
| ☐ 5. Chẩn đoán di truyền và hỗ trợ trước sinh | ☐ 10. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |

☒ **Nhiệt độ kể tâm trạng**

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

- Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
- Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không?
☐ Có ☐ Không

☒ **Tình hình tác hại thuốc lá Vui lòng đánh dấu vào ■.**

- Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
- Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☒ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (Như về: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

1

Ghi chép của lần khám thai đầu tiên

Giai đoạn thứ 1 của thai kỳ (dưới 13 tuần)

- Số tuần kiến nghị: tuần thứ 8

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____ /tháng ____ /năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Nếu chảy máu âm đạo trong thời kỳ đầu mang thai, hãy lập tức đi khám bác sỹ
- ☐ Kiểm tra siêu âm lần đầu (Bảo cáo kiểm tra dán vào trang 12)

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 6 ~ 8

Có thể siêu âm nhìn thấy tim thai nhi đập.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15)
- ☐ Bệnh bẩm sinh
- ☐ Chẩn đoán di truyền và hỗ trợ trước sinh



Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- ☐ Cơ chế phòng chống tác hại của rượu và thuốc lá
- ☐ Con trai con gái đều tốt
- ☐ Phòng chống sinh non
- ☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu
- ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thời gian mang thai
- ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô

※ Vui lòng quét mã QR
ở bên phải để biết thông
tin hạng mục hướng dẫn
và giáo dục y tế



Cơ sở y tế khám thai:	Bác sỹ khám ký tên:	Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)



2

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai lần thứ 2

Giai đoạn thứ 1 của thai kỳ: Mang thai dưới 13 tuần

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 12

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

☐ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ☐

- | | |
|---|---|
| ☐ 1. Hạng mục kiểm tra khám thai (Trang 2) | ☐ 6. Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu |
| ☐ 2. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 7. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ |
| ☐ 3. Dịch vụ kiểm tra sàng lọc HIV miễn phí cho thai phụ | ☐ 8. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng |
| ☐ 4. Chẩn đoán di truyền và hỗ trợ trước sinh | ☐ 9. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sĩ |
| ☐ 5. Những điều thai phụ cần biết trong đời sống | |

☐ Nhiệt độ kế tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sĩ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không? ☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☐ Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không? ☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không? ☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☐ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sĩ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai lần thứ 2

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
- ※ Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu do TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Tuần 11-14 có thể thực hiện kiểm tra sàng lọc hội chứng down thai kỳ thứ 1.(là tự phí, ghi kết quả kiểm tra vào trang 57)
- ☐ Xét nghiệm máu kiểm tra kháng thể sởi Đức, kiểm tra bệnh giang mai.(Ghi kết quả kiểm tra vào trang 8)
- ☐ Xét nghiệm máu kiểm tra kháng nguyên bề mặt viêm gan siêu vi B (HBsAg), kháng nguyên e viêm gan B (HBeAg) , hãy tham khảo trang 2 để biết lịch trình kiểm tra. (Ghi kết quả kiểm tra vào trang 8)
- ☐ Thể tích trung bình hồng cầu(MCV)là căn cứ quan trọng sàng lọc kiểm tra bệnh thiếu máu vùng biển(Thalassemia), hãy nhớ hỏi bác sỹ kết quả kiểm tra. Nếu giá trị kiểm tra MCV bình quân nhỏ hơn 80, thì người chồng cũng cần kiểm tra.
- ☐ Đối với thai phụ thuộc nhóm nguy cơ bệnh tiểu đường cao đề nghị trao đổi với bác sỹ, cần thực hiện kiểm tra đường huyết (Fasting plasma glucose, FPG) và glycated hemoglobin (HbA1C) trước khi ăn trong lúc khám thai lần đầu tiên.(là tự phí, ghi kết quả kiểm tra vào trang 8)
- ☐ Đề nghị thực hiện dịch vụ kiểm tra sàng lọc HIV miễn phí cho thai phụ.

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 9-12

ngũ quan, tứ chi và cơ quan quan trọng.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|--|---|
| ☐ Hạng mục kiểm tra khám thai (Trang 2) | ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thời gian mang thai |
| ☐ Kết quả kiểm tra máu viêm gan B (Trang 8) | ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng |
| ☐ Kết quả kiểm tra kháng thể bệnh sởi Đức (Trang 8) | ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |
| ☐ Thông tin về cai thuốc lá | ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ, hoạt động thân thiện với bà mẹ và bé |
| ☐ Dịch vụ kiểm tra sàng lọc HIV miễn phí cho thai phụ | ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô |
| ☐ Chẩn đoán di truyền và hỗ trợ trước sinh | |
| ☐ Con trai con gái đều tốt | |
| ☐ Những điều thai phụ cần biết trong đời sống | |
| ☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu | |



※ Vui lòng quét mã QR ở bên trên để biết thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

3

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 3

Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ: Mang thai từ 13 tuần đến 29 tuần

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 16

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☒ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

☒ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- ☐ 1. Hạng mục kiểm tra khám thai (Trang 2)
- ☐ 2. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ 3. Bệnh bẩm sinh
- ☐ 4. Dịch vụ kiểm tra sàng lọc HIV miễn phí cho thai phụ
- ☐ 5. Chẩn đoán di truyền và hỗ trợ trước sinh
- ☐ 6. Cơ chế phòng chống tác hại của rượu và thuốc lá
- ☐ 7. Phòng chống sinh non
- ☐ 8. Những điều thai phụ cần biết trong đời sống
- ☐ 9. Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu
- ☐ 10. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ 11. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ 12. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ

☒ **Nhiệt độ kể tâm trạng**
(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☒ **Tình hình tác hại thuốc lá**

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☒ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 3

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※ Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan. (Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Từ tuần thứ 15-20 có thể tiến hành kiểm tra sàng lọc hội chứng down thai kỳ thứ 2 hoặc chọc ối. (Ghi kết quả kiểm tra vào trang 57)
- (là tự phí, chẩn đoán di truyền và hỗ trợ trước sinh do Bộ Phúc lợi y tế cung cấp, được tham khảo thông qua mã QR bên dưới.)

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 13-16

thai nhi đã hoàn toàn thành hình, da có màu hồng phấn trong suốt, thai nhi bắt đầu hoạt động.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|--|--|
| ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng |
| ☐ Bệnh bẩm sinh | ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |
| ☐ Chẩn đoán di truyền và hỗ trợ trước sinh | ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô |
| ☐ Cơ chế phòng chống tác hại của rượu và thuốc lá | |
| ☐ Con trai con gái đều tốt | |
| ☐ Phòng chống sinh non | |
| ☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu | |
| ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thời gian mang thai | |

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

4

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 4

Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ: Mang thai từ 13 tuần đến dưới 29 tuần

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 20

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

• Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- | | |
|--|---|
| ☐ 1. Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15) | ☐ 5. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ |
| ☐ 2. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 6. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng |
| ☐ 3. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai | ☐ 7. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |
| ☐ 4. Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu | ☐ 8. Nuôi con bằng sữa mẹ |

• Nhiệt độ kế tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không? ☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

• Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không? ☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không? ☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 4

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Khám tra siêu âm (Báo cáo kiểm tra dán vào trang 13)

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 17~20

Bắt đầu có cảm giác thai vận động, đầu chiếm khoảng 1/3 chiều dài tổng thể, xương phát triển nhanh, cánh tay theo tỷ lệ với chân, thai nhi bắt đầu có phân su. Chiều dài thai nhi khoảng 25cm, nặng khoảng 250-500 gram.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|--|---|
| <p>☐ Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15)</p> <p>☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)</p> <p>☐ Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao</p> <p>☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu</p> <p>☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ</p> <p>☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng</p> <p>☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ</p> <p>☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô</p> | <p>☐ Nuôi con bằng sữa mẹ</p> <p>☐ Sẽ cho bú sữa mẹ</p> <p>☐ Cần sự tư vấn về nuôi con bằng sữa mẹ</p> <p>☐ Đã cung cấp sổ tay kiến thức nuôi con bằng sữa mẹ</p> <p>(Tra tìm Website sức khỏe 99 của Sở Sức khỏe Quốc dân http://health99.hpa.gov.tw)</p> <p>☐ Không cho bú sữa mẹ</p> <p>☐ Cần sự hướng dẫn về sữa công thức</p> |
|--|---|

※Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



5

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 5

Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ: Mang thai từ 13 tuần đến 29 tuần

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 24

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☒ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

• Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- ☐ 1. Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15)
- ☐ 2. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ 3. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai
- ☐ 4. Những điều thai phụ cần biết trong đời sống
- ☐ 5. Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu
- ☐ 6. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ 7. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ 8. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ 9. Thể dục khi mang thai
- ☐ 10. Nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ 11. Nhận biết về bệnh tiểu đường thai kỳ
- ☐ 12. Nhận biết thiếu máu thai kỳ

• Nhiệt độ kể tâm trạng
(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

• Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☒ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 5

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Tuần 24 đến 28 có kiểm tra sàng lọc tiểu đường thai kỳ hay không (Kết quả kiểm tra ghi vào trang 8)
- ☐ Tuần 24 đến 28 thực hiện xét nghiệm thiếu máu dành cho phụ nữ mang thai hay không (Kết quả kiểm tra ghi vào trang 8)
- ☐ Khóa giáo dục trước sinh

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 21~24

Lỗ mũi của thai nhi sẽ mở ra, bắt đầu luyện tập thở. Có thể nghe được âm thanh, có thể cảm nhận âm thanh bên ngoài.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|--|--|
| <p>☐ Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15)</p> <p>☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)</p> <p>☐ Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao</p> <p>☐ Những điều thai phụ cần biết trong đời sống</p> <p>☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu</p> <p>☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ</p> | <p>☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng</p> <p>☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ</p> <p>☐ Thể dục khi mang thai</p> <p>☐ Nuôi con bằng sữa mẹ</p> <p>☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô</p> <p>☐ Nhận biết bệnh tiểu đường thai kỳ</p> <p>☐ Nhận biết thiếu máu thai kỳ</p> |
|--|--|
- ※Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

6

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 6

Giai đoạn thứ 2 của thai kỳ: Mang thai từ 13 tuần đến dưới 29 tuần

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 28

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
☐ Cảm giác khác _____

• Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- | | |
|--|---|
| ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 5. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ |
| ☐ 2. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai | ☐ 6. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng |
| ☐ 3. Những điều thai phụ cần biết trong đời sống | ☐ 7. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |
| ☐ 4. Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu | ☐ 8. Thể dục khi mang thai |
| | ☐ 9. Nuôi con bằng sữa mẹ |

• Nhiệt độ kế tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

• Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 6

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Tuần mang thai 24-28 khi cần thiết có thể kiểm tra sàng lọc mang thai bệnh đái đường.(là tự phí, ghi kết quả kiểm tra vào trang 8)
- ☐ Khóa học giáo dục trước sinh
- ☐ Tuần thứ 28-36 được tự phí tiêm vắc xin Ho gà Tdap, để truyền kháng thể của mẹ sang thai nhi, giảm nguy cơ nhiễm trùng sau khi sinh.

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 25~28

Da đỏ và nhẵn nheo, lớp mỡ dưới da bắt đầu lắng đọng, có hiện tượng ngủ và hoạt động xen kẽ, đúng không Da có nếp nhăn màu hồng, bắt đầu tích mỡ dưới da, có hiện tượng đan xen ngủ và hoạt động, có phản ứng với âm thanh bên ngoài.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao
- ☐ Những điều thai phụ cần biết trong đời sống
- ☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu
- ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ Thể dục khi mang thai
- ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

2

Biểu ghi chép hướng dẫn chăm sóc sức khỏe trước sinh dành cho thai phụ

Tuần thứ 29 ~ 40 của thai kỳ
Số tuần mang thai , tuần thứ _____ [Dịch vụ này do Quỹ phúc lợi sức khỏe từ sản phẩm thuốc lá quyên góp hỗ trợ]

Thông tin cơ bản (do thai phụ điền)

Chiều cao _____ cm	Cân nặng trước khi mang thai _____ kg	Cân nặng hiện tại _____ kg	Huyết sắc tố _____ g/dL (Hãy điền số trị kiểm tra của lần khám thai đầu tiên)
--------------------	---------------------------------------	----------------------------	--

- Hiện tại có nhận hỗ trợ phúc lợi xã hội hay không:(có thể chọn nhiều mục)

☐ 0. Không

☐ 1. Hỗ trợ hộ thu nhập thấp và trung bình

☐ 2. Hỗ trợ hộ thu nhập thấp

☐ 3. Hỗ trợ gia đình có hoàn cảnh đặc biệt

☐ 4. Hỗ trợ sinh hoạt trẻ em (Hạng mục: _____ ; Số người: _____)

☐ 5. Khác _____
- Thai phụ có hoàn cảnh dưới đây:

☐ 1. Thai phụ chưa kết hôn

☐ 2. Thai phụ có khuyết tật

☐ 3. Khác _____

Hành vi lành mạnh (Do thai phụ điền)

- 1

Hiện nay bạn có hút thuốc không?

☐ 0. Không

☐ 1. Thỉnh thoảng hoặc tiếp khách mới hút

☐ 2. Thường xuyên hoặc mỗi ngày hút
- 2

Bạn có đặc biệt chú ý cách xa môi trường khói thuốc không?

☐ 0. Không

☐ 1. Có

☐ 2. Môi trường xung quanh không có khói thuốc
- 3

Hiện nay bạn có uống rượu không?

☐ 0. Không

☐ 1. Thỉnh thoảng hoặc tiếp khách mới uống

☐ 2. Thường xuyên uống
- 4

Bạn có ăn trầu không?

☐ 0. Không

☐ 1. Thỉnh thoảng hoặc tiếp khách mới ăn

☐ 2. Thường xuyên ăn
- 5

Hiện nay bạn có sử dụng ma túy hay không hoặc lạm dụng thuốc không?

☐ 0. Không

☐ 1. Thỉnh thoảng

☐ 2. Sử dụng thường xuyên, thậm chí mỗi ngày sử dụng
- 6

Gần đây bạn có bị ho không?

☐ 0. Không

☐ 1. Thỉnh thoảng

☐ 2. Ho hơn 2 tuần

Sức khỏe tâm lý (Do thai phụ điền)

● Đánh giá tâm trạng

Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?

☐ Có ☐ Không

Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không?

☐ Có ☐ Không

※ Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.

Tiền sử điều trị thai sản

● Từng có tiền sử điều trị thai sản liên quan không ?

☐ 0. Không

☐ 1. Có (vui lòng đánh dấu vào dưới ☐)

☐ (1) Bệnh cao huyết áp thời kỳ mang thai

☐ (2) Tiền đạo nhau thai

☐ (3) Quá nhiều hoặc quá ít nước ối

☐ (4) Thai nhi phát triển hạn chế

☐ (5) Rối loạn chức năng nhau thai

☐ (6) Thai nhi thừa cân (lớn hơn 4200gm)

☐ (7) Bản thân phụ nữ mang thai và người ruột thịt đời thứ nhất mắc bệnh di truyền

☐ (8) Biện chứng nghiêm trọng sau

☐ Bệnh tim

☐ Bệnh tâm thần hay thần kinh

☐ Bệnh thận

☐ Bệnh biến chứng hệ miễn dịch ở thai phụ

☐ Bệnh hệ thống máu

☐ Ung thư buồng trứng hoặc tử cung

☐ Bệnh gan

☐ Bệnh truyền nhiễm trong khi mang thai

☐ Bệnh lao phổi

☐ Bệnh lây truyền qua đường tình dục (bao gồm cả AIDS)

☐ Mang thai Bệnh đái đường

☐ Bệnh nội ngoại khoa nghiêm trọng khác

☐ Cường giáp

☐ (9) Bất thường vùng chậu

☐ (10) Tử cung, đường sinh bất thường

☐ (11) Tiền sử bệnh tim mạch

☐ (12) Khác

※ Nếu có tiền sử điều trị thai sản như trên, kính mong cơ sở khám điều trị phục vụ điều trị hoặc chuyển giới thiệu tới bệnh viện chuyên cấp cứu mức độ trung bình, nghiêm trọng. Nếu kết quả sàng lọc dương tính với HIV, vui lòng chuyển đến cơ sở y tế được chỉ định.

Giáo dục Y tế Chủ đề	Trọng điểm	Thai phụ tự đánh giá		Trọng điểm chỉ đạo của nhân viên Y tế
		Rõ ràng	Không rõ ràng	
Duy trì an toàn mẹ và thai nhi (Số tay tham khảo: Để trẻ nhỏ phát triển an toàn, tử rơi giáo dục y tế về bệnh lây nhiễm virus Zika)	Dấu hiệu sinh non	☐	☐	☐ Biết khi xuất hiện dấu hiệu sinh non (xuất huyết âm đạo, đau âm ran bụng, tử cung liên tục co thắt, vỡ ối) thời kỳ cuối mang thai, cần lập tức đi khám bác sỹ. Lựa chọn bệnh viện có phòng cấp cứu trẻ sơ sinh để chờ sinh hoặc sinh nở.
		☐	☐	☐ Biết thông tin sức khỏe của bản thân, tiền sử bệnh tật và tiền sử điều trị thai sản. Tương lai khi khám thai nếu có bác sỹ thông báo: xuất hiện một trong số các mục từ 1-12 trong tiền sử điều trị thai sản, hãy chọn tới bệnh viện chuyên cấp cứu mức độ trung bình, nghiêm trọng tiếp nhận điều trị hoặc an thai.
	Chất nguy hiểm	☐	☐	☐ Tránh xa tác hại của thuốc lá (bao gồm khói thuốc) đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (sẩy thai, sinh non, sinh nhẹ cân).
		☐	☐	☐ Biết tác hại của rượu đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (sẩy thai, sinh non, chết lưu, sinh nhẹ cân, hệ thần kinh trung ương bất thường).
		☐	☐	☐ Biết tác hại của trà uống đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (sẩy thai, sinh non, chết lưu, sinh nhẹ cân)
		☐	☐	☐ Biết tác hại của ma túy đối với sức khỏe bà mẹ và trẻ em (động kinh, cân nặng quá nhẹ, các vấn đề về đường hô hấp, và thậm chí tử vong v.v.) và có thể tìm kiếm các nơi điều trị.
		☐	☐	☐ Trường hợp hút thuốc lá mang thai lần này, hỗ trợ chuyển tới phòng khám cai thuốc lá hoặc đường dây điện thoại cai thuốc lá.
	Nhiễm virus Zika	☐	☐	☐ Biết trong thời kỳ mang thai, nếu không cần thiết, nên hoãn việc đi du lịch đến những vùng lưu hành virus Zika.
		☐	☐	☐ Biết cách phòng tránh lây nhiễm virus Zika.
		☐	☐	☐ Biết thai phụ bị chẩn đoán nhiễm virus Zika, nên kiểm tra siêu âm thai định kỳ 4 tuần một lần để theo dõi sự phát triển của thai nhi.
	Kiểm soát cân nặng	☐	☐	☐ Biết tăng cân thời kỳ mang thai cần điều chỉnh thích ứng theo cân nặng trước khi mang thai, tăng hợp lý nhất là 10-14 kg, đồng thời chú ý tốc độ tăng cân.
	Ăn uống cân bằng	☐	☐	☐ Ưu tiên hấp thụ 6 loại thực phẩm thiên nhiên chính , tránh thực phẩm chế biến tinh chế nhiều dầu mỡ, nhiều đường, hàm lượng muối cao và thực phẩm giá trị dinh dưỡng không cao như đồ uống có đường, khoai tây sấy giòn.
Kế hoạch chuẩn bị sinh nở (Số tay tham khảo: Sự ra đời của trẻ)	Sinh nở thân thiện đa nguyên	☐	☐	☐ Đánh giá và quy hoạch phương thức sinh sản hợp lý theo tình trạng sức khỏe của thai phụ.
		☐	☐	☐ Không chọn lựa sinh mổ mà không có chỉ định y khoa.
		☐	☐	☐ Biết mang thai sinh nở là quá trình sinh lý bình thường, thông qua tham gia giáo dục trước sinh có thể hỗ trợ chuẩn bị sinh sản và ứng phó với cơn đau của quá trình sinh.
		☐	☐	☐ Biết những dấu hiệu gần với kỳ sinh, như: cảm giác nhẹ nhõm, ra chút máu hồng hoặc máu tươi, đau từng cơn hoặc mỗi lưng, vỡ nước ối (tử âm đạo chảy ra nhiều chất dịch), cảm giác muốn rặn mạnh và thích ứng với cơn đau từng đợt.

Giáo dục Y tế Chủ đề	Trọng điểm	Thai phụ tự đánh giá		Trọng điểm chỉ đạo của nhân viên Y tế
		Rõ ràng	Không rõ ràng	
Nuôi con bằng sữa mẹ (Số tay tham khảo: Phương thức nuôi con ăn cần nhất)	Hướng dẫn nuôi con bằng sữa mẹ	☐	☐	☐ Biết sữa mẹ cung cấp dinh dưỡng tốt nhất cho trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ. Nuôi con bằng sữa mẹ có lợi cho sức khỏe bà mẹ và trẻ nhỏ: (1) Lợi ích đối với mẹ: Xuất huyết sau sinh ít, duy trì dáng vóc, giảm ung thư buồng trứng và ung thư vú, tác dụng tránh thai tự nhiên tốt. (2) Đối với trẻ nhỏ: dinh dưỡng hoàn chỉnh, dễ hấp thụ, tăng cường hệ miễn dịch, giảm viêm đường ruột, trẻ không bị béo phì.
		☐	☐	☐ Biết sau khi sinh nhanh chóng tiếp xúc da giữa mẹ con và cha mẹ cùng bú với trẻ, có thể thúc đẩy bài tiết sữa và co thắt tử cung, giảm xuất huyết sau sinh và lây nhiễm mẹ và con, tăng cường thiết lập quan hệ cha mẹ con cái thời kỳ đầu, để ổn định nhiệt độ cơ thể và tâm trạng của trẻ, có lợi cho sự phát triển của não.
		☐	☐	☐ Người mẹ không thể nuôi con bằng sữa mẹ, không nên gây áp lực quá lớn cho bản thân, tất cả người mẹ đều muốn hy sinh cho con, tình yêu có nhiều cách, nuôi con bằng sữa mẹ là một cách trong đó, chỉ cần dành đầy đủ tình yêu thương thì đều là người mẹ tốt.
Hướng dẫn thích ứng tâm lý thời kỳ mang thai (Số tay tham khảo: Tìm hiểu về tâm cam sau sinh và phòng chống)	Hướng dẫn thích ứng tâm lý thời kỳ mang thai	☐	☐	☐ Có thể bàn bạc với người nhà khác hỗ trợ chia sẻ công việc chân tay như dọn dẹp nhà cửa,
		☐	☐	☐ và trong điều kiện cho phép mỗi ngày ra ngoài đi dạo một lúc, tạo cơ hội cho mình nghỉ ngơi.
		☐	☐	☐ Giải bày hợp lý những cảm nhận của mình với người nhà hoặc bạn thân, tìm sự trợ giúp hoặc chia sẻ kinh nghiệm và tâm trạng với những bà mẹ sau sinh khác.

Bạn có đồng ý để nhân viên Y tế và Xã hội tới thăm nhà bạn hay không?

☐ Đồng ý ☐ Không đồng ý

- Nội dung hướng dẫn giáo dục y tế do Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Y tế và Phúc lợi, Sở quản chế nguồn dịch bệnh, Hiệp hội Sản phụ khoa Đài Loan, Hiệp hội Y khoa bà mẹ thai nhi Đài loan, Hiệp hội Y về chu kỳ thai Đài Loan, Hiệp hội y học gia đình Đài Loan, Hiệp hội điều dưỡng Đài loan, Hiệp hội trợ sản Đài Loan và Hội liên hiệp toàn quốc thuộc Công hội nhà dinh dưỡng Trung Hoa Dân Quốc cùng nghiên cứu biên soạn.
- Hướng dẫn giáo dục sức khỏe này được thực hiện tùy theo nhu cầu sức khỏe của thai phụ, có thể kết hợp cùng với các lần khám thai thứ 7 đến ngày 14 (số tuần mang thai là 29 tuần trở lên). Dữ liệu này sẽ được sử dụng để đánh giá chính sách đơn vị y tế hoặc quản lý sức khỏe theo dõi ca bệnh.
- Thai phụ dưới 20 tuổi và chưa kết hôn phải được sự đồng ý của bản thân và người đại diện hợp pháp của họ.

Tên và mã của cơ sở y tế / hộ sinh:	Chữ ký của Bác sĩ / Nhân viên hộ sinh: Ngày hướng dẫn : ____ / ____ / ____ (Ngày/tháng/năm)
Chữ ký của thai phụ:	※Sau khi về nhà, nếu có nhu cầu tư vấn thai sản, hãy sử dụng: (1) Đường dây chăm sóc thai phụ miễn phí toàn quốc: 0800-870870 (2) Website chăm sóc thai sản phụ http://mammy.hpa.gov.tw ※Người muốn cai thuốc lá, hãy gọi đến điện thoại cai thuốc lá miễn phí 0800-636363

7

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 7

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 30

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
☐ Cảm giác khác _____

☐ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- | | |
|--|---|
| ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 5. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |
| ☐ 2. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai | ☐ 6. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh |
| ☐ 3. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ 7. Thể dục khi mang thai |
| ☐ 4. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ 8. Nuôi con bằng sữa mẹ |
| | ☐ 9. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh |

☐ Nhiệt độ kể tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nurse bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☐ Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☐ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 7

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※ Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan. (Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Lúc này xác nhận đầu thai nhi có hướng xuống hay không
- ☐ Bạn đã từng kiểm tra sàng lọc HIV dành cho phụ nữ mang thai hay chưa? Nếu chưa, có thể tìm hiểu dịch vụ kiểm tra sàng lọc miễn phí tại cơ sở y tế của bạn.
- ☐ Khuyến nghị sau tuần thứ 32, thực hiện kiểm tra siêu âm lần thứ 3 (Báo cáo kiểm tra dán vào trang 14)

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 29~32

da ít nhẵn hơn, móng tay mọc lên, mí mắt có thể mở ra và thai nhi hoạt động hiệu hơn.
Chân tay thai nhi đã có lực, thường đấm đá chân tay trong bụng của mẹ.
Ngoài ra, thai nhi có tư thế đầu hướng xuống dưới.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|---|--|
| ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh |
| ☐ Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai | ☐ Thể dục khi mang thai |
| ☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu | ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ |
| ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh |
| ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô |
| ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ | ☐ Mua ghế ngồi ô tô cho em bé an toàn |

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



8

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 8

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 32

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☒ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

☒ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- ☐ 1. Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15)
- ☐ 2. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai
- ☐ 3. Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu
- ☐ 4. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ 5. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ 6. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ 7. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh
- ☐ 8. Thể dục khi mang thai
- ☐ 9. Nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ 10. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh

☒ **Nhiệt độ kể tâm trạng**
(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☒ **Tình hình tác hại thuốc lá**

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☒ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 8

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Kiểm tra siêu âm (Báo cáo kiểm tra dán vào trang 14)
- ☐ Xét nghiệm máu kiểm tra bệnh giang mai.(Ghi kết quả kiểm tra ghi vào trang 8)
- ☐ Nếu chưa xét nghiệm máu kiểm tra kháng nguyên bề mặt viêm gan siêu vi B (HBsAg), kháng nguyên e viêm gan B (HBeAg) , hãy tham khảo trang 2 để biết lịch trình kiểm tra. (Ghi kết quả kiểm tra vào trang 8)
- ☐ Nếu chưa xét nghiệm máu kiểm tra HIV trong thai kỳ thứ 1, hoặc những thai phụ có nguy cơ nhiễm HIV có thể được xét nghiệm HIV lần này.

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 29~32

da ít nhăn hơn, móng tay mọc lên, mí mắt có thể mở ra và thai nhi hoạt động hiệu hơn.
Chân tay thai nhi đã có lực, thường sẽ đấm đá trong bụng mẹ.
Ngoài ra, thai nhi đại thể đã có tư thế đầu hướng xuống phía dưới.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|--|--|
| <p>☐ Nội dung kiểm tra sàng lọc siêu âm thai sản (Trang 15)</p> <p>☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)</p> <p>☐ Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai</p> <p>☐ Phương pháp xử trí khi thai phụ thấy khó chịu</p> <p>☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ</p> <p>☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng</p> <p>☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ</p> | <p>☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh</p> <p>☐ Thể dục khi mang thai</p> <p>☐ Nuôi con bằng sữa mẹ</p> <p>☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh</p> <p>☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô</p> <p>☐ Mua ghế ngồi ô tô cho em bé an toàn</p> |
|--|--|

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

9

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 9

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 34

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
☐ Cảm giác khác _____

☐ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ☐

- | | |
|--|---|
| ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 5. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |
| ☐ 2. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai | ☐ 6. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh |
| ☐ 3. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ 7. Thể dục khi mang thai |
| ☐ 4. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ 8. Nuôi con bằng sữa mẹ |
| | ☐ 9. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh |

☐ **Nhiệt độ kể tâm trạng**

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☐ **Tình hình tác hại thuốc lá**

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

☐ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 9

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Bạn đã từng kiểm tra siêu âm chưa? (Báo cáo kiểm tra dán vào trang 14)
- ☐ Bạn đã từng kiểm tra sàng lọc HIV miễn phí cho thai phụ chưa? Nếu chưa, có thể sàng lọc kiểm tra miễn phí.

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 34

Chân tay thai nhi đã có lực, thường sẽ đâm đá trong bụng mẹ. Ngoài ra, thai nhi đại thể đã có tư thế đầu hướng xuống phía dưới.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao Thể dục khi mang thai
- ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh
- ☐ Thể dục khi mang thai
- ☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh
- ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô
- ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ Sẽ cho bú sữa mẹ
- ☐ Cần sự tư vấn về nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ Đã cung cấp sổ tay kiến thức nuôi con bằng sữa mẹ
- (Tra tìm Website sức khỏe 99 của Sở Sức khỏe Quốc dân <http://health99.hpa.gov.tw>)
- ☐ Không cho bú sữa mẹ
- ☐ Cần sự hướng dẫn về sữa công thức

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

10

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 10

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 36

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
☐ Cảm giác khác _____

☐ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- | | |
|---|---|
| ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 6. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ |
| ☐ 2. Giải thích về xét nghiệm liên cầu khuẩn B dành cho thai phụ | ☐ 7. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh |
| ☐ 3. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao | ☐ 8. Thể dục khi mang thai |
| ☐ 4. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ 9. Sàng lọc trẻ sơ sinh |
| ☐ 5. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ 10. Nuôi con bằng sữa mẹ |
| | ☐ 11. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh |
| | ☐ 12. Tìm hiểu phương thức sinh |

☐ Nhiệt độ kế tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☐ Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☐ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 10

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Tuần thứ 35~37 Có thể xét nghiệm liên cầu khuẩn B dành cho thai phụ (Ghi kết quả kiểm tra vào trang 8)
- ☐ Bạn có biết tác hại vi rút đường ruột đối với trẻ sơ sinh và cách dự phòng không?

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 33~36

Tốc độ tăng cân lớn hơn chiều dài thân, lông thai dần dần mất đi, cơ quan tuần hoàn, hô hấp tiêu hóa dần dần phát triển hoàn thiện

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|--|--|
| ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ Thể dục khi mang thai |
| ☐ Giải thích về xét nghiệm liên cầu khuẩn B dành cho thai phụ | ☐ Sàng lọc trẻ sơ sinh |
| ☐ Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao | ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ |
| ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh |
| ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ Tìm hiểu phương thức sinh |
| ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ | ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô |
| ☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh | |

※Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

11

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 11

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 37

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

• Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- | | |
|---|--|
| ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 7. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh |
| ☐ 2. Giải thích về xét nghiệm liên cầu khuẩn B dành cho thai phụ | ☐ 8. Thể dục khi mang thai |
| ☐ 3. Phòng chống sinh non Mang thai nguy cơ cao | ☐ 9. Sàng lọc trẻ sơ sinh |
| ☐ 4. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ 10. Nuôi con bằng sữa mẹ |
| ☐ 5. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ 11. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh |
| ☐ 6. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ | ☐ 12. Tìm hiểu phương thức sinh |

• Nhiệt độ kế tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không? ☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

• Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không? ☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không? ☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 11

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Tuần thứ 35~37 Có thể xét nghiệm liên cầu khuẩn B dành cho thai phụ (Ghi kết quả kiểm tra vào trang 8)
- ☐ Bạn có biết tác hại vi rút đường ruột đối với trẻ sơ sinh và cách dự phòng không?
- ☐ Bạn đã chuẩn bị sẵn sàng để đi sinh chưa?

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần 37

Đầu thai nhi đã mọc tương đối nhiều tóc, móng tay cũng mọc tới đầu ngón tay, da dần dần mịn màng êm dịu.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|--|---|
| ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ |
| ☐ Giải thích về xét nghiệm liên cầu khuẩn B dành cho thai phụ | ☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh |
| ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ Tìm hiểu phương thức sinh |
| ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ Chuẩn bị và ứng phó với các cơn đau trước sinh |
| ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ | ☐ Cơ sở y tế chăm sóc bà mẹ và trẻ sơ sinh |
| ☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh | ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô |
| ☐ Thể dục khi mang thai | |
| ☐ Sàng lọc trẻ sơ sinh | |

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:

12

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 12

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 38

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☒ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

☒ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ☒

- ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ 2. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ 3. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ 4. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ 5. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh
- ☐ 6. Thể dục khi mang thai
- ☐ 7. Sàng lọc trẻ sơ sinh
- ☐ 8. Nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ 9. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh
- ☐ 10. Tìm hiểu phương thức sinh
- ☐ 11. Chuẩn bị và ứng phó với các cơn đau trước sinh
- ☐ 12. Cơ sở y tế chăm sóc bà mẹ và trẻ sơ sinh

☒ Nhiệt độ kế tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☒ Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☒ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 12

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Bạn có biết tác hại vi rút đường ruột đối với trẻ sơ sinh và cách dự phòng không?
- ☐ Bạn đã chuẩn bị sẵn sàng để đi sinh chưa?

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 37-40

Da mịn màng, xương sọ cứng, ngón tay ngón chân đã phát triển móng hoàn chỉnh.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh
- ☐ Thể dục khi mang thai
- ☐ Sàng lọc trẻ sơ sinh
- ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ

- ☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh
- ☐ Tìm hiểu phương thức sinh
- ☐ Chuẩn bị và ứng phó với các cơn đau trước sinh
- ☐ Cơ sở y tế chăm sóc bà mẹ và trẻ sơ sinh
- ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:

13

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 13

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 39

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

• Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
☐ Cảm giác khác _____

• Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- | | |
|---|--|
| ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 8. Chuẩn bị và ứng phó với các cơn đau trước sinh |
| ☐ 2. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ 9. Tìm hiểu phương thức sinh |
| ☐ 3. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ 10. Sàng lọc trẻ sơ sinh |
| ☐ 4. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ | ☐ 11. Nuôi con bằng sữa mẹ |
| ☐ 5. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh | ☐ 12. Chăm sóc sức khỏe sau sinh |
| ☐ 6. Thể dục khi mang thai | ☐ 13. Cơ sở y tế chăm sóc bà mẹ và trẻ sơ sinh |
| ☐ 7. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh | ☐ 14. Gửi trẻ tại nhà |

• **Nhiệt độ kế tâm trạng**
(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

• **Tình hình tác hại thuốc lá**

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

• Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 13

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan.(Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Khi sinh hãy mang theo Sổ tay sức khỏe phụ nữ mang thai và “Biểu đăng ký kiểm tra viêm gan B trước sinh dành cho thai phụ” mà Sở quản chế nguồn dịch bệnh biên soạn.

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 37-40

Da mịn màng, xương sọ cứng, ngón tay ngón chân đã phát triển móng hoàn chỉnh.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61)
- ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ
- ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng
- ☐ Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ
- ☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh
- ☐ Thể dục khi mang thai
- ☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh
- ☐ Chuẩn bị và ứng phó với các cơn đau trước sinh
- ☐ Tìm hiểu phương thức sinh
- ☐ Sàng lọc trẻ sơ sinh
- ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô

- ☐ Chăm sóc sức khỏe sau sinh
- ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ Sẽ cho bú sữa mẹ
- ☐ Cần sự tư vấn về nuôi con bằng sữa mẹ
- ☐ Đã cung cấp sổ tay kiến thức nuôi con bằng sữa mẹ

(Tra tìm Website sức khỏe 99 của Sở Sức khỏe Quốc dân <http://health99.hpa.gov.tw>)

- ☐ Không cho bú sữa mẹ
- ☐ Cần sự hướng dẫn về sữa công thức

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

14

Ghi chép tự kiểm tra trước lần khám thai thứ 14

Giai đoạn thứ 3 của thai kỳ: Mang thai từ 29 tuần trở lên

• Số tuần kiến nghị: tuần thứ 40

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____/tháng ____/năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

☐ Tôi đã đọc kỹ các thông tin giáo dục y tế, hãy đánh dấu vào ■

- | | |
|---|--|
| ☐ 1. Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ 8. Chuẩn bị và ứng phó với các cơn đau trước sinh |
| ☐ 2. Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ 9. Tìm hiểu phương thức sinh |
| ☐ 3. Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ 10. Sàng lọc trẻ sơ sinh |
| ☐ 4. Dấu hiệu nguy hiểm cần nhanh chóng đi khám bác sỹ | ☐ 11. Nuôi con bằng sữa mẹ |
| ☐ 5. Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh | ☐ 12. Chăm sóc sức khỏe sau sinh |
| ☐ 6. Thể dục khi mang thai | ☐ 13. Cơ sở y tế chăm sóc bà mẹ và trẻ sơ sinh |
| ☐ 7. Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh | ☐ 14. Gửi trẻ tại nhà |

☐ Nhiệt độ kế tâm trạng

(Ghi chú: Nếu hai vấn đề trên thực sự xảy ra đối với bạn, khuyến nghị mạnh mẽ rằng bạn cần phải thông báo cho người nhà hoặc nhờ bác sỹ hỗ trợ.)

1. Trước đây 1 tháng, thường bị tâm trạng buồn bã, trầm cảm hoặc cảm giác tương lai không có hy vọng hay không?
☐ Có ☐ Không
2. Trước đây 1 tháng, thường cảm thấy mất hứng thú với sự vật hoặc chán nản làm việc hay không? ☐ Có ☐ Không

☐ Tình hình tác hại thuốc lá

1. Tôi có hút thuốc không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và xin hãy cai thuốc) ☐ Không
2. Trong 1 tuần trước đây, khi tôi ở nhà, có ai hút thuốc trước mặt tôi không?
☐ Có (hãy tham khảo trang 61, và mong người nhà cai thuốc) ☐ Không

- ☐ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ như: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Thai phụ ký tên: _____

Người nhà ký tên: _____

Ghi chép của lần khám thai thứ 14

Ngày khám thai lần này Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

Kết quả khám thai

- ☐ Không có phát hiện đặc biệt
- ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu

※ Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan. (Biểu đo TIPVDA)

Nhắc nhở đặc biệt về chăm sóc y tế

- ☐ Khi sinh hãy mang theo Sổ tay sức khỏe phụ nữ mang thai và “Biểu đăng ký kiểm tra viêm gan B trước sinh dành cho thai phụ” mà Sở quản chế nguồn dịch bệnh biên soạn.

Nhận biết về phát triển thai nhi

Tuần thứ 40

Thai nhi lớn lên, không gian trong tử cung ngày càng nhỏ, thai nhi sẽ ít hoạt động hơn. Đầu của thai nhi hướng xuống dưới, đầu gối tựa chặt vào mũi, đùi áp vào thân.

Hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế

- | | |
|---|--|
| ☐ Thông tin về cai thuốc lá (Trang 61) | ☐ Sàng lọc trẻ sơ sinh |
| ☐ Kiểm soát cân nặng và ăn uống trong thai kỳ | ☐ Nuôi con bằng sữa mẹ |
| ☐ Nhiễm bệnh ở thai phụ và các biến chứng | ☐ Chăm sóc sức khỏe sau sinh |
| ☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh | ☐ Phương pháp tránh thai |
| ☐ Thể dục khi mang thai | ☐ Hãy thắt dây an toàn khi đi xe ô tô |
| ☐ Chuẩn bị đồ dùng trước khi sinh | |
| ☐ Chuẩn bị và ứng phó với các cơn đau trước sinh | |
| ☐ Tìm hiểu phương thức sinh | |

※ Thông tin hạng mục hướng dẫn và giáo dục y tế Vui lòng quét mã QR ở bên phải



Cơ sở y tế khám thai:

Bác sỹ khám ký tên:

Thai phụ ký tên:



Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870-870

Ngày khám thai lần sau: ____ / ____ / ____ (ngày/tháng/năm)

Các ghi chép khác về khám thai

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☒ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

☒ Ghi chép khám thai	☒ Kết quả khám thai
Cân nặng (kg)	☐ Không có phát hiện đặc biệt
Huyết áp (mmHg)	☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường
Nhịp tim thai (lần/phút)	1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
Ngôi thai	2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
Đường trong nước tiểu	3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
Đạm trong nước tiểu	4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu
Phù nề	※ Cần chuyển giới thiệu. Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan. (Biểu đo TIPVDA)
Giãn tĩnh mạch	Cơ sở y tế khám thai:
	Ngày khám thai lần sau: ____ ngày ____ tháng ____ năm ____

- ☒ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Các ghi chép khác về khám thai

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☐ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
☐ Cảm giác khác _____

Ghi chép khám thai	Kết quả khám thai
Cân nặng (kg)	☐ Không có phát hiện đặc biệt ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường 1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu 2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu 3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu 4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ※ Cần chuyển giới thiệu. Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan. (Biểu do TIPVDA) Cơ sở y tế khám thai: Ngày khám thai lần sau: ____ ngày ____ tháng ____ năm
Huyết áp (mmHg)	
Nhịp tim thai (lần/phút)	
Ngôi thai	
Đường trong nước tiểu	
Đạm trong nước tiểu	
Phù nề	
Giãn tĩnh mạch	

- ☐ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):

Các ghi chép khác về khám thai

Dưới đây được ghi chép vào Ngày ____ tháng ____ năm ____ (Số tuần mang thai tuần thứ ____)

※ Trước khi đi khám thai, đề nghị các mẹ bầu hãy điền đầy đủ vào các hạng mục tự kiểm tra dưới đây.

- ☒ Ghi chép cảm giác của thai phụ: ☐ Ra huyết ☐ Đau bụng ☐ Đau đầu ☐ Co thắt
- ☐ Cảm giác khác _____

☒ Ghi chép khám thai	☒ Kết quả khám thai
Cân nặng (kg)	☐ Không có phát hiện đặc biệt ☐ Hạng mục cần chú ý hoặc bất thường 1. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu 2. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu 3. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu 4. _____ ☐ Cần theo dõi ☐ Cần chuyển giới thiệu ※ Cần chuyển giới thiệu. Nếu gặp tình trạng như vết thương không rõ nguyên nhân hoặc nghi ngờ có bạo lực gia đình hãy thông báo theo quy định, đồng thời điền Bảng đánh giá nguy hiểm bạo lực quan hệ thân mật của Đài Loan. (Biểu đo TIPVDA) Cơ sở y tế khám thai: Ngày khám thai lần sau: _____ ngày _____ tháng _____ năm _____
Huyết áp (mmHg)	
Nhịp tim thai (lần/phút)	
Ngôi thai	
Đường trong nước tiểu	
Đạm trong nước tiểu	
Phù nề	
Giãn tĩnh mạch	

- ☒ Nếu bạn có các câu hỏi hay vấn đề muốn hỏi bác sỹ, thì có thể ghi vào đây (ví dụ: ăn uống, vận động, sinh hoạt hàng ngày, thuốc lá, rượu, dinh dưỡng):



• Bảng ghi chép kiểm tra hạng mục tự phí

Hạng mục	Kết quả
Kiểm tra sàng lọc hội chứng down thai kỳ thứ 1	
Kiểm tra sàng lọc hội chứng down thai kỳ thứ 2	
Xét nghiệm nhiễm sắc thể thai nhi không xâm lấn (NIPT)	
Chọc ối	
Tình trạng tiêm chủng vắc xin ho gà Tdap trước sinh	☐ Không tiêm chủng ☐ Có tiêm chủng Ngày tiêm chủng: / / (Ngày/tháng/năm)

Kế hoạch sinh nở

Tổ chức y tế, Kế hoạch sinh nở

Xin chào các người sắp làm bố mẹ: Mong muốn chung của chúng tôi là có được trải nghiệm sản xuất an toàn, thoải mái và vui vẻ. Hiện tại, chúng tôi khuyến khích quan điểm “Sinh nở thân thiện” và hy vọng được cho người sắp làm bố mẹ có quyền tự chủ tham gia khám chữa bệnh. Để hiểu rõ nhu cầu của bạn và dành những giải thích kịp thời, mong các người sắp làm bố mẹ đóng góp ý kiến của bạn và gia đình để tham khảo khi chăm sóc. Cảm ơn bạn!

Kế hoạch sinh nở của _____ và _____

Đây là thai thứ _____ của chúng tôi, ngày dự sinh là Ngày _____ tháng _____ năm _____

Họ và tên của thai phụ _____

Họ và tên của bác sĩ _____

Hạng mục lựa chọn

I. Chuyển dạ

☐ Đúng ☐ Không

Tôi không có ý kiến về các vấn đề chuyển dạ đây và tôi hoàn toàn tôn trọng lời khuyên của chuyên gia y tế
(Nếu "Đúng", vui lòng chuyển sang mục thứ 2: Lựa chọn gây mê)

1. Tôi muốn tự do đi lại khi chờ sinh.	☐ Đúng ☐ Không
2. Tôi muốn ăn trong khi chuyển dạ	☐ Đúng ☐ Không
3. Tôi đồng ý đặt kim tiêm tĩnh mạch khi chuyển dạ	☐ Đúng ☐ Không
4. Tôi đồng ý phải truyền dịch tĩnh mạch khi chuyển dạ	☐ Đúng ☐ Không

II. Lựa chọn gây mê

☐ Đúng ☐ Không

Không nhất thiết phải giảm đau khi chuyển dạ, tôi có quyền tự lựa chọn.

III. Về sinh qua đường âm đạo (sinh tự nhiên)

☐ Đúng ☐ Không

Tôi không có ý kiến về các vấn đề chuyển dạ đây và tôi hoàn toàn tôn trọng lời khuyên của chuyên gia y tế (Nếu "Đúng", vui lòng chuyển sang mục thứ 4: Sau khi sinh nở)

1. "Có thể cạo lông" vùng kín khi sinh

☐ Đúng ☐ Không

2. "Có thể cấm ăn" khi sinh

☐ Đúng ☐ Không

3. "Có thể cắt tầng sinh môn" khi sinh

☐ Đúng ☐ Không

4. "Có thể truyền dịch tĩnh mạch" khi sinh

☐ Đúng ☐ Không

5. "Có thể sử dụng thuốc kích đẻ" khi sinh

☐ Đúng ☐ Không

6. "Muốn chồng bên cạnh" khi sinh

☐ Đúng ☐ Không

IV. Sau khi sinh

☐ Đúng ☐ Không

Tôi hy vọng có thể tiếp xúc với con càng sớm càng tốt, trừ khi không được phép vì y tế.

V. Kế hoạch chăm sóc cha mẹ con cái

☐ Đúng ☐ Không

Tôi hy vọng được cho bú sữa mẹ

- ※ Ghi chú 1. Kế hoạch này không có hiệu lực pháp luật, nếu cần sửa đổi vì y tế vẫn nên trao đổi với nhân viên y tế và thực hiện, để đảm bảo sinh nở an toàn.
2. Mẫu này do Hiệp hội Sản phụ khoa Đài Loan cung cấp, chỉ mang tính chất tham khảo, các cơ sở y tế cá nhân có thể thêm hoặc xóa nội dung tùy theo nhu cầu khám chữa bệnh.

(Nguồn: Hiệp hội Sản phụ khoa Đài Loan)

Thai phụ ký tên: _____

Ngày tháng: ____/____/____ (Ngày/tháng/năm)



Ghi chép về sinh nở

Thời gian chuyển dạ	năm _____ tháng _____ ngày _____ giờ _____ phút _____		
Số tuần mang thai	Tuần _____ (tháng: _____)		
Phương pháp sinh	☐ Sinh qua đường âm đạo ☐ Sinh hỗ trợ bằng kẹp ☐ Hút chân không		
	☐ Sinh mổ ☐ Khác		
	Ghi chép nội dung đặc biệt		
Tình trạng sinh nở	Giới tính		Số thai
	Cân nặng	g	Chiều cao
	Chu vi vòng đầu	cm	cm
	Ghi chép tình hình đặc biệt		
Địa điểm sinh	Tên:		
	Địa chỉ:		

Dặn dò khi xuất viện

Các bà bầu nhớ tiếp nhận tư vấn về sức khỏe nhé!

Đã hướng dẫn	☐ Phương pháp tránh thai	☐ Dự phòng bệnh ho gà ở trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ
	☐ Nuôi con bằng sữa mẹ	☐ Phòng ngừa và Kiểm soát Tai nạn ở trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ
Nội dung nhắc nhở khác	☐ Sau khi sinh từ 4-6 tuần, tiến hành khám sức khỏe sau sinh	☐ Hướng dẫn sử dụng thẻ phân
	☐ Sau khi sinh 3 tháng, xét nghiệm phết tế bào cổ tử cung	☐ Cha mẹ cùng đọc với con
	☐ Tìm hiểu về trầm cảm sau sinh	☐ Đặt hẹn khám ngoại trú và hoàn thành tiêm phòng
	☐ 1. Nghiệp vụ một cửa về bảo hiểm y tế dành cho trẻ sơ sinh	
	Sở Hộ chính địa phương sẽ xử lý đăng ký ra đời của trẻ sơ sinh, sẽ hỏi ý kiến cha mẹ về việc đóng bảo hiểm phụ thuộc và làm thẻ bảo hiểm y tế cho trẻ sơ sinh. Sau khi ký tên xác định vào "Giấy đăng ký dịch vụ về Sở Hộ chính thông báo cho Sở Bảo hiểm Y tế", sở Bảo hiểm Y tế sẽ chủ động hoàn thành thủ tục đóng bảo hiểm cho trẻ sơ sinh và thông báo cho đơn vị đóng bảo hiểm, đồng thời gửi thẻ bảo hiểm y tế tới người được bảo hiểm. Muốn tìm hiểu nhiều hơn, hãy tới website của Sở Bảo hiểm Y tế: https://www.nhi.gov.tw.	
	☐ 2. Trẻ sơ sinh quốc tịch nước ngoài được sinh ra và nhận thẻ cư trú tại Đài Loan, thì cần tham gia bảo hiểm y tế toàn dân kể từ ngày sinh.	

Nhận biết về tác hại thuốc lá

Trong thuốc có hơn 7000 loại hóa chất, trong đó có 93 loại là chất độc hại và gây ung thư, có ảnh hưởng nghiêm trọng đối với cơ thể và sức khỏe.

Cứ 2 người hút thuốc lá thì có 1 người chết bởi bệnh liên quan đến hút thuốc, ở nhiều quốc gia, thuốc lá là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến tử vong, thuốc lá thụ động đã được Trung tâm nghiên cứu bệnh ung thư quốc tế (International Agency for Research on Cancer, IARC), coi là chất gây ung thư cấp 1, nghiên cứu đã chỉ ra thuốc lá có liên quan đến 6 nguyên nhân gây tử vong chính của u bướu, bệnh tiểu đường, bệnh tim mạch, bệnh đường hô hấp, bệnh đường tiêu hóa, bệnh thận...; sẽ tăng nguy cơ xảy thai tự nhiên, dị tật bẩm sinh, sinh non và nhẹ cân trẻ sơ sinh.

Người sống chung với người hút thuốc lá, ngoài việc gánh chịu nguy hại của thuốc lá thụ động, còn phải đối mặt với sự uy hiếp của "hút thuốc gián tiếp". Nghiên cứu chứng thực, người hút thuốc cho dù không hút thuốc trước mặt trẻ nhỏ, nhưng hút thuốc gián tiếp sẽ lưu lại lên quần áo, xe, trong nhà cũng gây ra suy giảm nhận thức ở trẻ em, tăng nguy cơ mắc bệnh hen suyễn, viêm tai giữa và ung thư máu.

Cơ thể hiểu rõ lợi ích của việc cai thuốc nhất

Chỉ cần bắt đầu dừng thuốc lá, nicotine trong cơ thể , Carbon monoxide và khối hắc ín bắt đầu được thải ra ngoài và không còn tích tụ nữa.

20 phút	Nhịp tim và huyết áp khôi phục bình thường	2-12 tuần	Tuần hoàn máu cải thiện đáng kể
8 tiếng	Nồng độ nicotine trong máu và carbon monoxide giảm một nửa và nồng độ oxy trở lại bình thường	3-9 tháng	Giảm thiểu vấn đề hô hấp như ho, hen suyễn, chức năng phổi tăng 10%
24 tiếng	Loại bỏ carbon monoxide , phần phổi bắt đầu sạch dịch đờm và bã trà	1 Năm	Giảm 50% khả năng mắc bệnh tim mạch
48 tiếng	Trong cơ thể không còn nicotine, cải thiện vị giác và khứu giác Có thể cải thiện chức năng phổi, thở dễ dàng hơn.	10 Năm	Giảm 50% khả năng mắc bệnh ung thư phổi
		15 Năm	Xác suất mắc bệnh tim ngang với người không hút thuốc

Có nhiều kênh cai thuốc lá

Không có phạm vi an toàn khi tiếp xúc với tác hại của thuốc lá. Bạn có thể tận dụng các nguồn cung cấp dịch vụ cai thuốc lá do Sở sức khỏe quốc dân cung cấp. Cả nước có gần 3500 cơ sở y tế cung cấp dịch vụ cai thuốc lá và đường dây điện thoại tư vấn cai thuốc lá miễn phí 0800636363, trong đó đường dây điện thoại cai thuốc lá mang đến cho người hút thuốc dịch vụ cai thuốc lá tiện lợi, kết hợp quyền riêng tư với tư vấn tâm lý chuyên nghiệp; tùy theo vấn đề và khó khăn của người cai thuốc lá mà cung cấp sách lược và phương pháp phù hợp từng đối tượng, cho dù bạn ở đâu, đường dây nóng hỗ trợ cai thuốc lá vẫn sẽ luôn bên bạn.

MEMO

[illegible]

Bảng theo dõi kiểm tra viêm gan B của thai phụ

Họ tên		Ngày sinh		Số chứng minh thư				
Ngày tháng	Kết quả	Hạng mục	Kiểm tra trước sinh	Kiểm tra theo dõi sau sinh				
			_____ (Ngày)	_____ (Ngày)	_____ (Ngày)	_____ (Ngày)	_____ (Ngày)	
			_____ (tháng)	_____ (tháng)	_____ (tháng)	_____ (tháng)	_____ (tháng)	
			_____ (năm)	_____ (năm)	_____ (năm)	_____ (năm)	_____ (năm)	
Kháng nguyên bề mặt viêm gan B (HBsAg) (- Âm tính; + Dương tính)								
Kháng nguyên e viêm gan B (HBeAg) (- Âm tính; + Dương tính)								
Kiểm tra chức năng gan	AST (GOT)							
	ALT (GPT)							
Siêu âm gan (kiến nghị ghi rõ các thông tin có hay không bị xơ gan, v.v...)								
Khác								
Cơ sở y tế khám								
1. Đối với các trường hợp thai phụ có kết quả xét nghiệm dương tính với kháng nguyên bề mặt viêm gan B [HBsAg(+)], cơ sở khám thai hãy điền biểu trên, để kiểm tra theo dõi định kỳ giáo dục y tế sau sinh. 2. Hạng mục kiểm tra sẽ do bác sỹ chuyên khoa đánh giá quyết định.								

Bạn hãy xé trang này ra và đưa cho nhân viên y tế dán vào hồ sơ bệnh án.

Ⓢ **Đối với những mẹ bầu có kết quả xét nghiệm dương tính với Kháng nguyên bề mặt viêm gan B (HBsAg), hãy nhớ những điều sau!**

- Trẻ sau khi sinh cần nhanh chóng tiêm ngay 1 mũi globulin miễn dịch viêm gan B (HBIG) và vắc xin viêm gan B càng sớm càng tốt, không muộn hơn 24 giờ và cần sau khi hoàn thành vắc xin viêm gan B mũi 3, khi trẻ tròn 12 tháng tuổi cần thực hiện kiểm tra kháng nguyên bề mặt viêm gan B (HBsAg) và kháng thể bề mặt viêm gan B (anti-HBs) .
- Hãy nhớ bác sỹ hỗ trợ đánh giá, nếu có nguy cơ cao lây truyền từ mẹ sang con (nồng độ vi rút viêm gan B trong máu $\geq 10^5$ IU / mL), vui lòng chuyển đến bác sĩ chuyên khoa tiêu hóa để được đánh giá và điều trị kháng vi rút nhằm giảm nhiễm trùng cơ hội trẻ sơ sinh bị viêm gan B.
- Ⓢ Người mẹ là người mang mầm bệnh viêm gan B, trẻ sơ sinh đã được tiêm vắc xin theo đúng lịch quy định vẫn có thể bú sữa mẹ bình thường.
- Ⓢ Người mang mầm bệnh viêm gan B, nếu chức năng gan bình thường thì trên nguyên tắc, kiến nghị cứ 6 tháng đến 1 năm tiến hành kiểm tra theo dõi 1 lần; nếu chức năng gan có bất thường thì bác sỹ sẽ quyết định thời gian kiểm tra lại chức năng gan và tiến hành siêu âm.

Ⓢ **Thuốc chính điều trị viêm gan B hiện nay**

Bao gồm Interferon và thuốc chống vi rút; để giảm nguy cơ phát triển thành xơ gan và ung thư gan, Sở Y tế đã bắt đầu thực hiện “Kế hoạch thí điểm tăng cường trị liệu viêm gan B và viêm gan C mãn tính bằng Bảo hiểm Y tế”, vì vậy, người mắc viêm gan B hãy tích cực tìm kiếm phương án điều trị và chăm sóc sức khỏe. Sở bảo hiểm sức khỏe cũng thực hiện “Phương án cải thiện chi trả điều trị cho người nhiễm viêm gan B và viêm gan C của bảo hiểm Y tế toàn dân”, thực hiện chăm sóc quản lý theo dõi 6 tháng 1 lần. Để biết thêm chi tiết về các thông tin liên quan đến quy định trợ cấp chi phí thuốc và các bệnh viện được chỉ định điều trị , hãy tham khảo trang web liên quan trong mục “Dịch vụ bảo hiểm Y tế” trên website Cục Bảo hiểm Y tế Trung ương: <http://www.nhi.gov.tw>.

MEMO

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

MEMO



Tên sách: Sổ tay sức khỏe phụ nữ mang thai

Tác giả (biên tập, biên dịch): Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi Y tế (Ủy quyền cho Hội y học khoa sản Đài Loan biên soạn)

Cơ quan xuất bản: Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi Y tế

Địa chỉ: No. 36, Tacheng Street, Datong District, Taipei City, 103 (Văn phòng Đài Bắc)

Trang web: <http://www.hpa.gov.tw/>

Điện thoại: (02) 2522-0888

Tháng, năm xuất bản: Tháng 07 năm 2022

Phiên bản số: Phiên bản thứ 5

Số lượng phát hành: 10,000 cuốn

Thuyết minh về các loại hình phiên bản khác:

Cuốn sách này được đăng đồng thời trên website của Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi y tế website: (<http://www.hpa.gov.tw/>) và website sức khỏe 99: (<http://health99.hpa.gov.tw/>)

Giá: 18 Đài tệ

Nơi trưng bày và bán

Đài Bắc: Hiệu sách quốc gia

Địa chỉ: (10485) Lầu 1 - 2, số 209, đường Tùng Giang, thành phố Đài Bắc

Điện thoại: (02) 2518-0207

Đài Trung: Quảng trường Văn hóa Ngũ Nam

Địa chỉ: (40042) Số 6, đường Trung Sơn, khu Trung, thành phố Đài Trung

Điện thoại: (04) 2437-8010

GPN: 1011101064

ISBN: 978-626-7137-41-3

Tác quyền thuộc về: Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi Y tế

©Cuốn sách này bảo lưu tất cả các quyền liên quan. Những người muốn sử dụng toàn bộ hoặc một phần nội dung của cuốn sách này phải được sự đồng ý hoặc ủy quyền bằng văn bản của Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi Y tế là chủ sở hữu bản quyền. Vui lòng liên hệ với Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi y tế (ĐT: 02-25220888)

©All rights reserved. Any forms of using or quotation, part or all should be authorized by copyright holder Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare, R.O.C.. Please contact with Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare, R.O.C.. (TEL : 886-2-25220888)

Kinh phí xuất bản do Quỹ bảo hiểm y tế và phòng chống tác hại thuốc lá thuộc Sở sức khỏe quốc dân chịu

This publication is funded by the Tobacco Hazards Prevention and Health Protection Funds of Health Promotion Administration.



**Tôn trọng và ủng hộ
quyền của bà mẹ cho
con bú sữa mẹ.**



"Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Y tế và Phúc lợi Nhắc nhở bạn"

"Điều lệ quy định về cho con bú bằng sữa mẹ ở nơi công cộng", quy định rõ ràng khi phụ nữ cho con bú bằng sữa mẹ ở nơi công cộng, không ai được ngăn cấm, xua đuổi, hoặc cản trở. Người vi phạm sẽ bị xử phạt từ 6.000 tiền Đài tệ đến 30.000 tiền Đài tệ.



Sở sức khỏe quốc dân Bộ Phúc lợi y tế

Kính phí này do Quỹ phúc lợi sức khỏe từ sản phẩm thuốc lá quyền góp hỗ trợ

Đường dây chăm sóc thai phụ 0800-870870



Website chăm sóc
thai sản phụ

3 Độc hại tránh xa

Hút thuốc lá thụ động

Chất độc dính lên các đồ vật như quần áo, đồ nội thất, búp bê...sau khi hút thuốc, có thể tồn tại ít nhất nửa năm, không chỉ gây hại cho sức khỏe của người hút, người nhà, đặc biệt là trẻ sơ sinh..

Thậm chí còn không tha cho con gấu bông yêu thích của con.



Dường dây điện thoại hỗ trợ cai thuốc 0800-636363

Cơ sở cai thuốc lá các huyện thị



Yêu thì không hút thuốc Bỏ thuốc ngay vì yêu

Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Y tế và Phúc lợi

Quảng cáo Kinh phí này do Quỹ phúc lợi sức khỏe từ sản phẩm thuốc lá quyên góp hỗ trợ



Hạnh phúc bạn đáng có Ấm áp biết ơn cả đời

Hãy cùng nhau bảo vệ bé gái, đừng sàng lọc giới tính



Sở sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi Y tế xuất bản
<http://www.hpa.gov.tw>

Chi phí này do Quỹ phúc lợi sức khỏe của Sở sức khỏe Quốc
Dân từ sản phẩm thuốc là quyền góp hỗ trợ Quảng cáo





🌿 **Họ tên thai phụ** 🌿

👉 **Hãy nhớ mang theo Sổ tay sức khỏe thai phụ khi đi khám thai** 👈

Nếu ai nhặt được cuốn Sổ tay này, hãy liên hệ với người đánh mất (điện thoại:)
hoặc giao cho Cục (Trạm) Y tế nơi gần nhất, hay bệnh viện nơi tiến hành kiểm tra,
để các đơn vị này hỗ trợ trả lại cho người đánh mất. Cảm ơn bạn !



Sở Sức khỏe Quốc dân Bộ Phúc lợi Y tế xuất bản

Kinh phí này do Quỹ phúc lợi sức khỏe của Sở sức khỏe
quốc dân từ sản phẩm thuốc lá quyền góp hỗ trợ

No. 36, Tacheng Street, Datong District, Taipei City, 103 (Văn phòng Đài Bắc)

Điện thoại: (02)2522-0888

Fax: (02)2522-0629

Đường dây chăm sóc thai phụ: 0800-870870

Năm xuất bản: năm 2022

ISBN 978-626-7137-41-3



9 786267 137413

GPN : 1011101064

Giá: 18 Đài tệ