

Làm thế nào để giảm nguy cơ phải sinh mổ

Một phần ba các ca sinh nở tại Hoa Kỳ là ca sinh mổ. Nhiều trường hợp trong số các ca sinh mổ này là cần thiết về mặt y tế để bảo vệ tính mạng của mẹ và bé. Nhưng nhiều trường hợp khác thì các ca sinh mổ này có thể tránh được.

Bạn có thể làm gì để giảm nguy cơ của mình?

- **Hãy lên tiếng.** Hãy nói với bác sĩ hoặc y tá - hộ sinh của bạn. Hãy cho họ biết rằng bạn chỉ sinh mổ nếu điều đó thật sự cần thiết. Và phối hợp với họ để giảm thiểu nguy cơ.
- **Hãy cân nhắc việc thuê một doula.** Doula là một người được đào tạo để có thể hỗ trợ bạn trước, trong và sau khi sinh. Nghiên cứu chứng minh rằng thai phụ thường sẽ có kết quả sinh nở tốt hơn khi có được sự hỗ trợ thường xuyên từ một người khác. Molina bao trả dịch vụ hỗ trợ doula.
- **Hãy hỏi bác sĩ của bạn** về dấu hiệu chuyển dạ nào báo hiệu thời điểm nên đến bệnh viện.
- **Hãy cân nhắc việc đăng ký lớp học tiền sản cộng đồng** tại bệnh viện nơi bạn sẽ sinh con.

Tạo đội ngũ chăm sóc sinh nở của bạn

- Hỏi bác sĩ hoặc y tá-nữ hộ sinh của bạn về cách họ chuẩn bị cho chuyển dạ và sinh con và làm sao để bạn có thể tránh sinh mổ.
- Bạn đang cân nhắc có nên sử dụng dịch vụ hỗ trợ của doula. Hãy gọi cho Chương trình **Motherhood Matters** của chúng tôi theo số **(866) 891-2320** hoặc gửi email cho chúng tôi qua địa chỉ MHCDoulaSupport@MolinaHealthcare.com.



Bạn có thắc mắc? Hãy gọi cho Đường dây Y tá Tư vấn 24 giờ của chúng tôi. Chúng tôi luôn sẵn sàng trợ giúp bạn.

Tiếng Anh: (888) 275-8750 | Tiếng Tây Ban Nha: (866) 648-3537 | TTY/TDD: 711

Để nhận thông tin này bằng các ngôn ngữ và định dạng dễ sử dụng khác, vui lòng gọi cho Dịch vụ Thành viên. Số điện thoại này có ở mặt sau thẻ ID Thành viên của chúng tôi.

Phân phối bởi Molina Healthcare. Tất cả các tài liệu trong tờ rơi này chỉ nhằm cung cấp thông tin. Nó không thay thế lời tư vấn của bác sĩ.

