

## DỊCH VỤ PHỤ SẢN EASTERN HEALTH



Nếu quý vị không nói thạo tiếng Anh, hãy nhờ nhân viên bệnh viện xin một thông dịch viên.  
Nếu đang ở nhà xin gọi cho Dịch vụ Thông ngôn qua Điện thoại qua số 13 1450.  
Dịch vụ này miễn phí. Xin hỏi nhân viên xem thông tin này có bằng ngôn ngữ quý vị muốn hay không.

### CHUẨN BỊ CHO VIỆC SINH EM BÉ CỦA QUÝ VỊ

Chúng tôi thừa nhận rằng việc quý vị đến bệnh viện để sinh em bé là một thời điểm hết sức đặc biệt. Để trợ giúp quý vị trong thời gian ở bệnh viện, chúng tôi cung cấp nhiều loại dịch vụ khác nhau bao gồm vật lý trị liệu, công tác xã hội, dinh dưỡng, sức khỏe tâm lý và các dịch vụ chuyên môn như hướng dẫn về bệnh tiểu đường và các dịch vụ dành cho phụ nữ trẻ để bảo đảm tất cả mọi người đều có được những trải nghiệm tích cực tại Eastern Health.

Chúng tôi cung cấp những thông tin dưới đây để giúp quý vị chuẩn bị cho thời gian vào nằm tại các bệnh viện Angliss hay Box Hill và mong chờ được chào đón quý vị và những khách đến thăm quý vị. Nếu muốn chúng tôi giúp đỡ thêm điều gì khác nữa, xin liên lạc với bệnh viện quý vị đến sinh em bé qua những số điện thoại dưới đây:

### CÁC SỐ ĐIỆN THOẠI CỦA BỆNH VIỆN

#### DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN ANGLISS

ĐT: 9764 6111

Xin được nối đường dây với Phòng Sinh [Birth Suite] để nói chuyện với nhân viên hộ sinh về những lo lắng liên quan đến việc mang thai hay chuyển dạ của quý vị. Cũng dùng số điện thoại này để gọi lấy hẹn sản khoa và phòng khám.

#### DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN BOX HILL

ĐT: 9975 6300

Gọi số này để nói chuyện với một nhân viên hộ sinh về những lo lắng liên quan đến việc mang thai hay chuyển dạ của quý vị, lấy hẹn phụ sản, phòng khám hay các lớp hướng dẫn về sinh nở.

### ĐẾN CHỖ NÀO

#### DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN ANGLISS

Talaskia Road, Upper Ferntree Gully

Nếu quý vị chuyển dạ hay đến sau 9 giờ tối, vào bệnh viện qua Khu Cấp Cứu bên trong đường Albert Street. Dùng thang máy đi lên Phòng Sinh [Birth Suite] ở Tầng 3. Nếu cần có xe lăn xin hỏi tại phòng tiếp tân.

Đối với các cuộc hẹn với phòng khám, vào bệnh viện bằng cổng chính trên đường Talaskia Road. Dùng thang bộ hay thang máy lên Tầng 3.  
Cổng chính bệnh viện mở cửa từ 7 giờ sáng đến 9 giờ tối bảy ngày trong tuần.

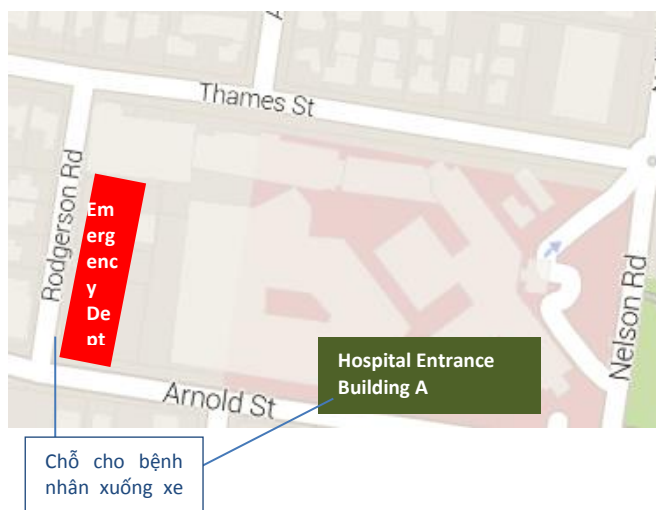


## DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN BOX HILL

8 Arnold Street, Box Hill

Nếu quý vị chuyển dạ, vào Dịch vụ Phụ sản [Maternity Services] (Lầu 3) qua Khu Cấp Cứu bên trong đường Rodgerson Road.

Đối với các cuộc hẹn với phòng khám hay theo dõi thai nhi, vào bằng cổng chính của Tòa nhà A, 8 Arnold Street và đi thang máy lên Lầu 3.



## ĐẬU XE

DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN ANGLISS	DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN BOX HILL
<p>Có chỗ đậu xe ngắn hạn/cho người nhà xuống khẩn cấp ở phía trước bệnh viện (bên trong đường Talaskia Road) và phía trước Khu Cấp Cứu (bên trong đường Albert Street).</p> <p>Đậu xe trả tiền trong bãi đậu xe dành cho công chúng trên đường Talaskia Road.</p> <p>Giới hạn thời gian đậu xe do Hội đồng Thành phố ấn định được áp dụng đối với các chỗ đậu xe trên đường chung quanh bệnh viện.</p>	<p>Có chỗ đậu xe ngắn hạn/cho người nhà xuống khẩn cấp ở phía trước Khu Cấp Cứu (bên trong đường Rodgerson Road) và khu vực chỉ cho người nhà xuống xe ở cổng Tòa nhà A.</p> <p>Đậu xe trả tiền tại bãi đậu xe ở tầng hầm Tòa nhà A (lối vào bên trong đường Rodgerson Road) với thang máy đi lên Lầu 3.</p> <p>Các chỗ đậu xe trong hai giờ có đồng hồ trên các con đường chung quanh bệnh viện. Những đồng hồ này chỉ nhận tiền xu hay thẻ tín dụng.</p>

## KHI NÀO NÊN LIÊN LẠC VỚI BỆNH VIỆN

Điều rất quan trọng là quý vị liên lạc với bệnh viện và nhờ nhân viên hộ sinh cố vấn nếu có bất kỳ điều nào dưới đây:

- Ra huyết ở âm hộ
- Có những cơn gò hay co thắt vùng bụng trên ba tuần trước ngày dự kiến sinh (trước 37 tuần lễ mang thai), vì điều này có thể là chuyển dạ sớm
- Nếu em bé trong bụng quý vị ít chuyển động hơn hình thường
- Khi vỡ nước ối hay quý vị nghĩ là nước ối đã vỡ. Quý vị sẽ để ý thấy việc này như một dòng nước trào ra bất ngờ hay chảy chậm từ âm đạo
- Nếu quý vị bị nhức đầu dai dẳng hay thị lực có vấn đề như nhìn bị mờ hay có những điểm đen trước mắt. Điều này có thể do huyết áp của quý vị quá cao
- Tay, bàn chân, chân hay mặt bị sưng bất ngờ hoặc tăng dần, những điều này đôi khi cũng có nghĩa là huyết áp của quý vị quá cao
- Đau dữ dội hay dai dẳng
- Nôn mửa

- Khi quý vị chuyển dạ và có những cơn gò đầu đón đều đặn (đau ở vùng bụng hay lưng dưới) và quý vị không còn cảm thấy thoải mái ở nhà
- Nếu quý vị có điều gì lo lắng về bản thân mình hay em bé của quý vị.

### **NÊN MANG THEO NHỮNG GÌ KHI ĐI SINH**

- Xin bảo đảm là quý vị mang theo Hồ sơ Phụ sản Chăm tay của Eastern Health, thẻ Medicare và/hay Thẻ Bảo hiểm Y tế

#### **Cho quý vị**

- Quần áo mặc trong ngày thoải mái để mặc trong lúc sinh và trong khu phụ sản
- Quần áo ngủ
- Đồ lót (quần lót và áo ngực phụ sản)
- Áo choàng
- Dép xỏ đi trong nhà/giày/dép Nhật
- Băng vệ sinh (phụ sản)
- Miếng che ngực (giặt lại được hay dùng một lần rồi bỏ, loại không có viền bằng chất dẻo)
- Đồ dùng vệ sinh cá nhân (xà bông, dầu gội đầu, bàn chải đánh răng, kem đánh răng, chất khử mùi)
- Hộp khăn giấy
- Viết
- Chiếc gối riêng của quý vị (tùy chọn)
- Bình chườm nóng/lạnh. (Xin lưu ý là không được sử dụng các túi lúa mì; tốt nhất là các túi chất keo)
- Điện thoại di động/đồ sạc điện thoại

Tốt hơn hết là quý vị nên để sẵn những thứ cần trong lúc sinh hay ngay sau khi sinh con để lấy trong va-li hay túi xách. Những thứ này có thể gồm một áo choàng ngủ thoải mái hay một áo sơ mi dài để mặc trong lúc sinh, một áo choàng khác hay bộ đồ ngủ, quần áo lót, đồ dùng vệ sinh cá nhân, băng vệ sinh, kẹo dẻo, một bộ quần áo em bé (áo thun, áo liền quần và tã bọc em bé).

#### **Cho người phối ngẫu (chỉ tại Bệnh viện Box Hill)**

Chúng tôi khuyến khích người phối ngẫu ở lại qua đêm (nếu quý vị được phân một phòng riêng) để giúp chăm sóc cho bà mẹ và em bé. Xin mang theo quần áo ngủ, áo choàng, dép xỏ ngón, đồ dùng vệ sinh cá nhân và một khăn tắm.

#### **Cho em bé của quý vị**

Xin bảo đảm tất cả mọi thứ đều đã được giặt sạch.

- Nón và giày em bé
- 4 bộ áo liền quần
- 4 áo thun
- 2 tã quấn em bé
- Bịch các cục bông gòn
- Dung dịch hay xà bông tắm em bé
- Tã dùng một lần rồi bỏ
- Quần áo và tã cho em bé mặc ở nhà.

#### **Các thứ phụ thêm có thể mang theo**

- Máy chụp hình (tùy ý). Xin lưu ý là quý vị không được sử dụng máy thu hình trong lúc sinh

Xin đừng mang theo các nữ trang đắt giá hay những món tiền lớn với quý vị. Bệnh viện không chịu bất kỳ trách nhiệm nào đối với các mất mát hay hư hại tài sản do bệnh nhân tự cất giữ.

#### **Cho con quý vị bú**

Các nhân viên hộ sinh sẽ hỗ trợ và giúp đỡ quý vị cho con bú bất kể quý vị chọn cho con bú mẹ hay bú bình. Tổ chức Y tế Thế giới đề nghị quý vị nên cho em bé bú hoàn toàn bằng sữa mẹ trong 6 tháng đầu. Trường hợp quý vị cần được trợ giúp thêm, các nhân viên cố vấn về cho bú sữa mẹ luôn có mặt để giúp quý vị.

Cho con bú sữa mẹ có rất nhiều ích lợi bao gồm giảm bớt nguy cơ bị nhiễm trùng và dị ứng và em bé của quý vị ít bị các bệnh như suyễn và tiểu đường. Nếu chọn cho con bú sữa bột, xin bảo đảm là quý vị mang theo hộp sữa bột dành cho trẻ sơ sinh với quý vị.

Nếu quý vị dự định chỉ cho con bú sữa bột không thôi, xin lưu ý những điều dưới đây:

DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN ANGLISS	DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN BOX HILL
Xin mang theo một hộp sữa bột cho trẻ sơ sinh chưa khai	Hai bình sữa, núm vú, một hộp sữa bột cho trẻ sơ sinh chưa khai
Xin bảo đảm tất cả mọi thứ đều được ghi nhãn rõ ràng	

### Chăm sóc cho quý vị trong bệnh viện

Các bác sĩ chuyên khoa (Bác sĩ sản khoa, nhi khoa và gây mê) cung cấp dịch vụ “trực” 24 giờ trợ giúp cho các bác sĩ trong bệnh viện. Eastern Health với tư cách là dịch vụ giáo dục công cộng, trợ giúp các sinh viên hộ sinh và y khoa là những người có thể tham gia vào việc chăm sóc cho quý vị.

### Chính sách về hút thuốc lá

Tất cả các cơ sở của Eastern Health đều cấm hút thuốc lá. Thuốc lá cũng bị cấm hút trong sân bệnh viện.

### GIỜ THĂM VIẾNG

DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN ANGLISS	DỊCH VỤ PHỤ SẢN BỆNH VIỆN BOX HILL
8 giờ sáng – 8 giờ tối	8 giờ sáng – 8 giờ tối

### XUẤT VIỆN

#### Ghế giữ em bé

Luật pháp quy định tất cả mọi em bé đều phải được đặt trong ghế ngồi hay nôi xách tay đúng theo độ tuổi. Chúng tôi cực lực đề nghị quý vị bảo đảm rằng ghế giữ em bé được lắp đặt đúng cách vào trong xe quý vị đang sử dụng trước khi rời bệnh viện.

#### Chăm sóc hộ sinh tại nhà (Chăm sóc tại Cư sở)

Sau khi quý vị rời bệnh viện, một trong các nữ hộ sinh của chúng tôi sẽ liên lạc với quý vị để làm cuộc hẹn đến thăm quý vị tại nhà để kiểm tra là cả quý vị lẫn em bé đều khỏe mạnh. Một khi các nữ hộ sinh của chúng tôi ngưng không đến thăm quý vị nữa, lúc ấy quý vị sẽ được một Y tá thuộc Dịch vụ Y tế Mẫu nhi gần nhà quý vị nhất chăm sóc tiếp.

#### Những gợi ý hữu ích

Những gợi ý dưới đây có thể giúp ích khi quý vị cùng em bé từ bệnh viện về nhà:

- Sắp xếp để được giúp đỡ trong từ 1 đến 4 tuần lễ đầu nếu có thể được thí dụ như từ người phối ngẫu, họ hàng, bạn bè
- Có quần áo/tã lót cho em bé sẵn sàng để sử dụng tại bệnh viện và ở nhà
- Nếu quý vị dự định cho con bú sữa bột, nên có sẵn các dụng cụ khử trùng ở nhà
- Sắp xếp một nơi chốn an toàn cho em bé ngủ. Nếu nhà có các thú cưng, chúng phải ở phòng riêng cách xa phòng của em bé. Nếu quý vị hay người phối ngẫu hút thuốc lá, tốt nhất là hút bên ngoài nhà hay cách xa chỗ ngủ của em bé

Trên trang mạng của Eastern Health tại địa chỉ [www.easternhealth.org.au/services/maternity-services](http://www.easternhealth.org.au/services/maternity-services).

Có nhiều thông tin về phụ sản

Các tài liệu hữu ích khác có tại các trang mạng

Better Health Channel

[www.betterhealth.vic.gov.au](http://www.betterhealth.vic.gov.au)

Raising Children Network

[www.raisingchildren.net.au](http://www.raisingchildren.net.au)

SIDS and Kids

[www.sidsandkids.org/safe-sleeping/](http://www.sidsandkids.org/safe-sleeping/)

Australian Breastfeeding Association

[www.breastfeeding.asn.au/](http://www.breastfeeding.asn.au/)

### **Bảo vệ sự riêng tư của quý vị**

Eastern Health cam kết bảo vệ sự riêng tư của quý vị. Chúng tôi sẽ lưu giữ các thông tin cá nhân của quý vị một cách an toàn và sẽ chỉ tiết lộ các thông tin về quý vị khi luật pháp yêu cầu. Chúng tôi tuân thủ các luật lệ bảo vệ sự riêng tư và các thông tin liên quan. Nếu quý vị cần biết thêm thông tin, xin hỏi một nhân viên bệnh viện hay vào trang mạng của chúng tôi

[www.easternhealth.org.au](http://www.easternhealth.org.au)

Eastern Health được Australian Council on Healthcare Standards chuẩn nhận.

5 Arnold Street, Box Hill, Victoria 3128

1300 342 255