



centrum
pro integraci
cizinců

MÁMA VÍ

aneb INFORMOVANÁ MATKA

Các bà mẹ thân mến!

Chúng tôi nồng nhiệt chào đón các bạn tại phòng trẻ sơ sinh và chúc mừng các bạn mới sinh con!

Chúng tôi mong muốn để những điều chia sẻ dưới đây phần nào sẽ giúp các bạn trong việc sống và sinh hoạt với trẻ sơ sinh những ngày đầu tiên tại nơi này, tại khu trẻ sơ sinh.

Cuốn hướng dẫn chăm sóc trẻ sơ sinh cơ bản này do Hiệp hội công dân - TRUNG TÂM HỘI NHẬP NGƯỜI NƯỚC NGOÀI, soạn thảo. Chúng tôi sẽ giới thiệu về những điều sẽ chờ đón các bạn trong vài ngày tới, giải thích cho các bạn các quy tắc cơ bản khi cho con bú, thông báo cho các bạn đến những khó khăn (có thể xảy ra) khi cho con bú và cùng một số thông tin cần thiết về trẻ sơ sinh. Ở phần cuối, các bạn cũng được biết về các công đoạn bắt buộc mà pháp luật qui định, cái mà các bạn phải chấp hành trên lãnh thổ cộng hòa Séc. Chúng tôi tin rằng, cuốn hướng dẫn này sẽ giúp các bạn định hướng được trong những điều kiện thông thường ở cộng hòa Séc.

Các vấn đề nảy sinh cấp thời hoặc các thắc mắc, đề đạt sẽ được các cô y tá hộ sinh hoặc bác sĩ, những người có mặt liên tục 24/24 tiếng một ngày tại khu vực này, sẵn lòng giải quyết, giúp đỡ.

Các câu hỏi liên quan đến vấn đề người nước ngoài đề nghị các bạn đưa thẳng đến TRUNG TÂM HỘI NHẬP NGƯỜI NƯỚC NGOÀI (Centrum pro integraci cizinců) mà địa chỉ liên hệ được nêu ở phần cuối trang.

Chúc các bạn có thời gian tạm trú bình an tại nhà hộ sinh và hoàn thành trọn vẹn tất cả các nghĩa vụ, trách nhiệm mới!

Tập thể cán bộ nhân viên TRUNG TÂM HỘI NHẬP NGƯỜI NƯỚC NGOÀI.

Ở CÙNG PHÒNG VỚI TRẺ SƠ SINH (rooming in)

Cố gắng của nhà hộ sinh là để sao cho trong suốt thời gian nằm tại đây bạn có thể ở cùng phòng với con (mới sinh) của mình khi tình trạng sức khỏe của bạn và con bạn cho phép. Phương pháp chăm sóc này nhằm đảm bảo cho việc bạn sẽ sớm nhận biết rõ con của bạn thể hiện (sử sự) thế nào khi nó không hài lòng (khó chịu) hay đang đói và bạn học cách chăm sóc nó (thay tã, tắm, xem xét và chăm sóc da cho trẻ, lau mắt, rốn vv...)

CHO BÚ

Cho con bú (tự nhiên) ngày hôm nay được coi là phương pháp nuôi dưỡng trẻ sơ sinh tốt nhất cho đến tháng thứ sáu. Sau đó bạn có thể tiếp tục cho con bú đến khi chúng được hai tuổi hoặc hơn thế nữa đồng thời với việc cho trẻ ăn thêm dần dần các đồ khác. Thời gian cho trẻ bú dài bao nhiêu, trẻ chắc có lẽ càng khỏe hơn có sức đề kháng cao bấy nhiêu. Chính vì thế, ngay từ đầu, bạn phải nắm chắc một số nguyên tắc đơn giản cơ bản và học cách cho trẻ bú đúng phương pháp kỹ thuật để bạn có thể cho trẻ bú được lâu dài nhất và không có vấn đề gì.

Khi trẻ muốn bú, bao giờ bạn cũng áp (miệng) nó vào vú. Bạn đừng chờ đến khi trẻ khóc (mới cho bú) vì khi đó nó sẽ khó khăn hơn. Trẻ sơ sinh thể hiện điều này từ trước, chẳng hạn mọi chớp chớp, lưỡi thè ra, đưa ngón tay lên mồm vv... Trong hai ba ngày đầu tiên (sau khi sinh) hầu hết trẻ

đều không uống gì cả – điều này là bình thường. Ngay cả trong một lượng nhỏ sữa non (sữa được cơ thể người mẹ sản ra đầu tiên) cũng có chứa nhiều chất kháng thể, cái mà trẻ sơ sinh cần nhất trong những ngày đầu cuộc sống.

Các chất dinh dưỡng được người mẹ tích lũy cho trẻ trong những tháng cuối cũng thời kỳ mang thai và vì thế những ngày đầu tiên, trẻ sơ sinh chỉ cần lấy nguồn năng lượng từ chỗ đã dự trữ đó. Sau khi sinh ra, trẻ bị sụt cân (cái này được gọi là : sụt cân sau khi sinh). Điều này có ý nghĩa và mục đích của nó chứ hoàn toàn không phải là trẻ bị đói. Sở dĩ có hiện tượng này vì hàm lượng nước trong các cơ quan nội tạng và da của trẻ phải thay đổi cho phù hợp và có sức đề kháng cao hơn trong môi trường khô bên ngoài tử cung người mẹ. Sự sụt cân sau khi sinh này thường đạt khoảng 10% trọng lượng trẻ khi mới ra đời, có lúc nhiều hơn, lúc ít hơn.

Việc áp miệng trẻ vào vú (mẹ) ngay trong phòng đẻ và việc thường xuyên làm điều này trong những ngày đầu tiên là rất quan trọng cho việc kịp thời tạo ra sữa (của người mẹ). Thời gian giữa hai lần cho con bú trong những ngày đầu không nên dài quá 4 giờ. Mỗi khi cho con bú nên áp miệng trẻ lần lượt vào cả hai bầu vú.

Về sau (từ ngày thứ hai hoặc thứ ba) chúng ta cần định hướng lượng sữa trẻ đã bú. Điều này chỉ cho chúng ta biết rằng sữa đã bắt đầu được tạo ra và trẻ có khả năng bú được. Con số sữa đã bú ở đây không phải là yếu tố quyết định và cần phải đánh giá cả những điều khác chứ không riêng gì những con số. Lượng sữa do từng đứa trẻ bú (được) trong những ngày đầu rất khác nhau. Trong khi bú đứa trẻ cũng nghỉ, thời gian bú và nghỉ là như nhau, tất nhiên nó không ngủ! Khi nó đã bú đủ rồi và thiếp đi, tự nó rời (núm vú) ra. Một số trẻ sơ sinh muốn ngậm vú gần như liên tục, không rời ra – bạn cứ để chúng được hưởng điều này.

Sau khi cho trẻ bú no ne, bạn hãy đặt trẻ ở vị trí cao (phần đầu trẻ cao hơn) để chúng ợ, tốt nhất là trong cũi nằm (gối đầu cao) (việc đặt trẻ không đúng tư thế ngay sau khi trẻ bú có thể gây ra chớ hoặc làm tăng thêm việc này).

Ban đầu bạn cho con bú ở vị trí nằm, về sau nên thay đổi tư thế thì tốt hơn. Cô y tá sẽ hướng dẫn bạn các vị trí và cùng bạn lựa chọn tư thế cho bú nào thích hợp nhất.

Hãy nhớ: việc cho con bú không được gây ra đau đớn! Trẻ sơ sinh phải ngậm được vào mồn toàn bộ núm vú và sao cho cả phần xung quanh, càng rộng càng tốt. Nếu khi cho bú bị đau, rõ ràng là đã có điều gì đó làm sai (vị trí, cửa con hay cửa mẹ, khi cho bú sai, kỹ thuật cho bú sai) và cần thiết phải dừng việc cho bú lại, và đặt lại trẻ cho đúng vị trí để không xảy ra việc đau núm vú bị nhay (cắn).

Trong những ngày đầu bạn cho trẻ áp miệng vào vú với sự giúp đỡ của y tá hộ sinh. Nếu cho bú bị đau, đứa trẻ buồn ngủ (ngủ gật) và không muốn mút sữa, cô y tá sẽ giúp đỡ bạn giải quyết vấn đề.

Sau khi cho bú sẽ cảm thấy nhẹ nhõm ở ngực (vú). Nếu không thấy điều này, cần thiết phải nặn cho sữa còn trong vú phun ra.

Nặn sữa bỏ đi

Khi nào cần nặn sữa bỏ đi :

- Khi thời gian giữa hai lần cho bú hơi dài
- Khi sữa bị đọng lại trong bầu vú
- Khi lượng sữa bị thừa (quá nhiều, trẻ bú không hết)
- Để tạo hình núm vú cùng phần phụ cận

Việc phun bỏ sữa này có thể làm bằng tay (nặn ra), hay bằng máy hút cơ khí hoặc điện.

Chuẩn bị :

- bình đựng sữa đã được luộc trước (tẩy trùng)
- rửa sạch tay
- áp khăn vải ấm vào ngực (quanh bầu vú) hoặc dùng nước ấm (sây ngực ấm)
- dùng tay vừa bóp nặn (mát xa vú) vừa xoay từ chân bầu bú hướng ra núm vú để kích thích phản xạ tiết sữa
- kết thúc mát xa vú bằng cách đập rung nhẹ nhàng vào vú ở tư thế nghiêng

Công đoạn :

1. Đầu ngón cái đặt lên phần trên viền núm vú và đầu ngón trỏ đặt ở vị trí phía dưới viền núm vú sao cho các ngón tay tạo hình chữ C. Các ngón tay và đường viền núm vú phải nằm trên cùng mặt.
2. Dùng các ngón tay còn lại cùng lòng bàn tay nhàn bầu vú vào ngực.
3. Bóp đều đặn toàn phần núm vú cho đến khi sữa bắt đầu nhỏ ra.
4. Lập lại chuyển động ba thời kỳ này và thay đổi vị trí ngón tay trên phần viền núm vú.
5. Các ngón tay không được kéo núm vú về đằng trước (kéo ra) và không được tách rời khỏi da để không bị bong da.
6. Nếu bầu vú to quá (cơ) hoặc quá căng thì dùng lòng bàn tay kia đỡ dưới.
7. Thời gian nặn sữa ra khoảng 20 – 30 phút, nhiều lần thay phiên nặn hai bầu vú.

Các vấn đề của bầu vú

- **Bầu vú đau và căng cứng quá**
 - Trước khi cho bú: xấy ấm ngực (bầu vú) bằng khăn ấm hoặc dùng nước ấm từ vòi sen, sau đó mát xa nhẹ bầu vú và làm mềm (khu vực) chân núm vú bằng cách nặn bớt sữa ra, nhờ vậy trẻ sẽ bú (mút sữa) tốt hơn.
 - Sau khi cho bú: mát xa nhẹ bầu vú và nặn nốt sữa ra đến khi thấy cảm giác thoải mái
 - Trong khi cho bú: dùng khăn lạnh áp quanh (bầu vú), hoặc dùng Paralen tbl
- **Núm vú bị đau và nứt nẻ – do kỹ thuật cho bú sai gây ra, do đặt vị trí cho bú sai hay bú (mút sữa của trẻ) sai. Cần làm:**
 - sửa lại kỹ thuật cho bú
 - Chỉnh lại vị trí của trẻ để toàn bộ núm vú nằm trong miệng trẻ
 - thay đổi vị trí
 - hãy kích thích tiết sữa dễ dàng bằng cách chườm ấm
 - cho trẻ bú bên ít bị đau trước
 - không hạn chế cường độ và thời gian cho trẻ bú
 - ở đoạn kết thúc cho bú, đưa ngón tay út vào miệng trẻ, đưa trẻ sau đó sẽ tự nhả
 - sau mỗi lần cho bú hãy để vài giọt sữa đọng lại tự khô trên đầu núm vú
 - sau mỗi lần cho bú dùng loại dầu Bepanthen bôi vào
 - núm vú nên để thường xuyên tự do (hở, tiếp xúc với không khí)

KỸ THUẬT CHO BÚ

Cách giữ bầu vú đứng

- Các ngón tay không chạm vào khu vực chân núm vú (xem hình)
- Bốn ngón tay đỡ bầu vú từ phía dưới (trừ ngón cái)
- Ngón cái đặt cao phía trên cách xa khu vực chân núm vú
- Dùng áp lực ngón cái lên phần thịt của bầu vú để chỉnh cho núm vú thẳng ra
- Các ngón tay điều chỉnh sao cho trẻ không những ngậm được núm vú mà còn cắn một phần của chân núm vú, càng lớn càng tốt



CÁC VỊ TRÍ KHI CHO BÚ

Các nguyên tắc chính

- Chọn vị trí thoải mái cho cả hai mẹ con
- Trẻ nằm nghiêng, mặt, ngực, bụng và chân hướng vào người mẹ
- Tai, vai và hông của trẻ nằm trên một đường
- Hai trục chạy qua tai, vai và hông của mẹ cũng như của con phải song song với nhau
- Người mẹ dùng hai tay (đặt vào vai và lưng chứ không đặt vào đầu) kéo trẻ áp vào mình
- Người mẹ tránh đụng vào đầu hay vào mặt của trẻ một cách vô ích để không làm ảnh hưởng đến phản xạ mút sữa (của trẻ)
- Nếu phải động vào đầu (đưa trẻ) các ngón tay không vượt quá danh giới đường vạch chạy qua tai (chỉ động phần gáy)
- Giữ người mẹ và người đưa trẻ không có chướng ngại vật (tay phía dưới của trẻ, khăn quấn trẻ...)
- Người mẹ không được rút vú ra từ phía mũi
- Người mẹ áp (miệng trẻ) vào bầu vú chứ không đưa vú vào miệng trẻ
- Cằm, mặt và mũi đưa trẻ cùng chạm vào vú
- Cầm đưa trẻ ấn sâu vào bầu vú
- Trẻ không được gào khóc
- Việc cho bú không được gây đau đớn cho người mẹ

Những biểu hiện đúng đắn của vị trí mẹ và con khi cho bú

Mẹ:

- Thoải mái
- Không bị đau đớn gì – đầu núm vú, vai, lưng, tay
- Các cơ vú chỗ trước miệng trẻ không bị căng
- Phản xạ đẩy (tiết sữa ra) hoạt động
- Núm vú không bị ảnh hưởng, hư hại cũng như bị bẹt đi
- Sau khi cho bú bầu vú được thoát hết (sữa)

Trẻ sơ sinh:

- Không nhăn (nhúm) môi, không xệ mặt
- Mút sữa (bú) từng hơi dài
- Khi mút sữa không nuốt „ừng ực“
- Thở tự do, bằng chòm mũi đẩy phần cơ bầu vú ra (để thở)
- Hài lòng

Tư thế nằm



- Mẹ và trẻ sơ sinh cùng nằm nghiêng (xem hình bên)
- Người mẹ chỉ đệm gối cao dưới đầu sao cho vị trí của đầu nằm ngang bằng với độ cao của vai
- Lưng hơi khom về phía sau
- Đưa trẻ nằm trong vòng tay người mẹ
- Người mẹ không được tỳ bằng khuỷu tay, các tay cũng không được nhấc lên cao quá độ so với bả vai.

Tư thế ngồi



- Đầu đứa trẻ nằm trong vòng tay mẹ (xem hình bên)
- Bàn tay và phần cánh tay (trên) đỡ lưng trẻ
- Các ngón tay (của cánh tay này) chạm (đặt) lên mông hoặc đùi trên của trẻ.
- Bàn tay thứ hai dùng để giữ bầu vú
- Tay dưới của trẻ đặt vòng quanh eo người mẹ
- Chân người mẹ đặt trên bàn (nhỏ – để chân)

Giữ theo kiểu đá bóng, ngang hông



- Thích hợp cho người phụ nữ vú to hoặc núm vú bẹt hoặc phải mổ đẻ.
- Trẻ nằm trên cánh tay người mẹ (phần trên), bàn tay người mẹ đỡ vai trẻ (xem hình bên)
- Các ngón tay đỡ đầu đứa trẻ.
- Hai chân đứa trẻ nằm theo vòng eo của người mẹ
- Bàn chân của trẻ không được chạm bất cứ vật gì
- Phần cánh tay trên của người mẹ tỳ lên gối

Cho hai con sinh đôi bú



- Thích hợp đặc biệt cho người mẹ phải mổ đẻ
- Đứa trẻ nằm trong vòng ôm của mẹ hay nằm trên cánh tay mẹ (xem hình bên)
- Gối trên bụng (người mẹ) ngăn áp lực của đứa trẻ lên chỗ mổ
- Gối đặt dưới vùng đầu gối đỡ hai chân người mẹ

Cho hai con sinh đôi bú



- Cho cả hai con bú một lúc
- Có thể lựa chọn phương pháp nào cũng được : kiểu bóng tạt ngang, kiểu nằm hay, kiểu bắt chéo hay kiểu song song
- Mỗi con có thể có một bầu vú riêng.

Cách nút sữa đung kiểu

- Nút vú bao giờ cũng nằm ngang với miệng trẻ
- Dùng nút vú để kích thích trẻ tìm chỗ nút (phản xạ ngậm vú và nút sữa)
- Miệng trẻ mở to như khi nó ngáp chính là thể hiện sự đáp lại kích thích (cho bú) này
- Bầu vú phải được đưa ra để trẻ không những chỉ ngậm được nút vú không thôi mà còn ngậm được cả phần chân của nút vú, càng rộng càng tốt
- Tất cả các ngón tay của người mẹ (trừ ngón cái) phải nằm ở phần dưới của bầu vú
- **!! CHÚ Ý !!** Người mẹ không được dùng các ngón tay của mình để kéo bầu vú ra!

Cho trẻ ngái ngủ bú

- Hãy nói chuyện với trẻ và dùng mắt để duy trì mối liên hệ với chúng.
- Giữ đứa trẻ ở tư thế thẳng.
- Lắc lư trẻ
- Hãy nói khăn bó người trẻ sơ sinh ra.
- Lột quần áo trẻ ra (phản xạ nút sữa bị giảm khi nhiệt độ trên 27°C)
- Hãy xoa người trẻ
- Hãy thay tã cho trẻ
- Hãy dùng khăn mặt lạnh lau mặt cho trẻ
- Dùng ngón tay day vòng tròn quanh miệng trẻ
- Trẻ trong tư thế thích hợp có thể hít thở dễ dàng
- Đừng đưa vú vào miệng trẻ đang kêu gào. Lúc này lưỡi đứa trẻ, khi đang gào thét, đang nằm áp hàm trên và vì thế ở vị trí này nó không thể ngậm nút vú được.

Trong trường hợp dù áp dụng các hướng dẫn trên và có sự giúp đỡ của y tá của phòng hộ sinh bạn vẫn không cho con bú được, bạn có thể hỏi ý kiến của các chuyên gia về trẻ sơ sinh, làm việc tại „Laktační liga“ hoặc „Národní linka kojení“.

Liên hệ :

www.kojeni.cz

Hoặc telefon:

Laktační liga: 261 082 424 (485)

Národní linka kojení: 261 082 424 (trong các ngày làm việc từ 9–13 giờ.)

CHO ĂN THÊM

- Nếu trẻ, vì một lý do nào đó, cần ăn thêm, thì tất cả những người chăm sóc người mẹ và trẻ sơ sinh phải biết cách cho ăn thêm này. (các thông tin cụ thể sẽ được y tá hộ sinh cung cấp)
- Để việc cho bú có kết quả, trong trường hợp cho trẻ ăn thêm không được cho trẻ ăn – bú từ chai lọ (bình sữa).
- Việc mút sữa từ bình sữa và từ vú mẹ khác nhau, đứa trẻ phải học cách mút sữa bằng hai phương cách khác nhau và khiến chúng bị bối rối. Chúng sẽ sớm ưu tiên bú từ bình sữa (vì mút dễ hơn)

THAY TĂ CHO TRẺ

- Cần thiết phải thay tã cho trẻ trước mỗi lần cho bú (khoảng 2 đến 4 giờ/lần)
- Thay tã, tắm và các thông tin cơ bản về chăm sóc trẻ sơ sinh sẽ được cô y tá hộ sinh chỉ dẫn.

NHIỆT ĐỘ VÀ CÁC YẾU TỐ QUAN TRỌNG KHÁC

- Nhiệt độ của trẻ thường được đo 2 lần/1 ngày (sáng và chiều) hoặc tùy theo tình huống có thể nhiều lần hơn
- Nhiệt độ bình thường của trẻ sơ sinh là 36,5 – 37,5°C
- Các dữ liệu quan trọng khác cho việc đánh giá tình trạng của trẻ trong những ngày đầu là: tiểu, phân, nhiệt độ, thời gian đặt ngủ và về sau còn theo lượng sữa uống hết là bao nhiêu – bạn hãy ghi nó vào trong bảng đặt ở giường nằm theo chỉ dẫn của cô y tá.

BỆNH VÀNG DA Ở TRẺ SƠ SINH

- Bệnh vàng da ở trẻ sơ sinh chủ yếu được chữa bằng biện pháp cho trẻ tiếp xúc với ánh sáng ban ngày. Chính vì thế Không được kéo rèm để che ánh sáng và cũi cho trẻ nằm hãy đặt cạnh cửa sổ (Chú ý: không được đưa trẻ tránh xa cửa sổ và cũng không để ánh nắng mặt trời chiếu thẳng vào người trẻ!). Chỉ khi trẻ bị „vàng da nặng“ ta mới dùng tia sáng màu xanh biển để chữa (gọi là: fototerapie)

VỀ NHÀ

- Người mẹ cùng trẻ về nhà độ 4 ngày sau khi đẻ bình thường hoặc 6 ngày sau khi phải mổ đẻ với điều kiện là trẻ bú (uống) tốt, tăng cân, không bị „vàng da nặng“ hoặc các vấn đề khác.
- Khi rời khỏi bệnh viện về nhà, bạn nhận được cuốn Sổ (thẻ) sức khỏe và tiêm chủng và bản tin về tình trạng trẻ khi rời viện.

NHỮNG GÌ TRẺ ĐÃ KỊP NHẬN ĐƯỢC KHI Ở VIỆN

- Sự thăm khám – hàng ngày vào buổi sáng bác sĩ nhi sẽ khám cho trẻ
- Xét nghiệm xương hông (háng)
- Xét nghiệm các bệnh bẩm sinh (di truyền) qua xét nghiệm máu
- Tiêm chủng phòng Lao vào vai trái
- Khám tổng quát trước khi trẻ rời viện về nhà

!!! KHÔNG ĐƯỢC QUÊN !!!

- Ngay sau khi về nhà đến đăng ký ở bác sĩ khu vực (Praktický lékař) chuyên về nhi đồng và thiếu niên, do bạn tự chọn và thông báo việc bạn vừa ra viện về nhà. Bác sĩ nhi (Dětský lékař) sẽ thông báo cho biết kế hoạch tiêm chủng bắt buộc cho trẻ.
- Bạn trực tiếp đến làm và nhận giấy khai sinh cho trẻ tại phòng hành chính (Matrika) của ủy ban khu vực cùng với nhà hộ sinh nơi bạn đã đẻ ở đó. (GKS thường có sau 1 đến 2 tuần sau khi đẻ)
- Giấy khai sinh hãy đem dịch sang tiếng mẹ đẻ (có dấu phiên dịch quốc gia) và đem lên nộp cho sứ quán nước bạn để họ cấp cho trẻ Hộ chiếu (hoặc ghi tên con vào giấy tờ của bạn).
- Trong vòng 60 ngày bạn phải đệ đơn xin giấy phép cư trú cho trẻ mới sinh, đưa trẻ có quyền có cư trú theo mẹ hoặc bố (bạn có quyền lựa chọn cho trẻ loại cư trú nào có lợi hơn).Đơn xin được gửi đến sở Di Trú (viết tắt là: OAMP) Bộ nội vụ, thuộc địa phương nơi ông/bà cư trú.
- Hãy ký hợp đồng bảo hiểm y tế cho trẻ trong vòng 8 ngày sau khi sinh ở công ty bảo hiểm, tốt nhất và đơn giản nhất là ở cùng công ty bảo hiểm SK với bạn (mà khi bạn rời khỏi viện bạn là khách hàng của công ty ấy (Bạn cần phải có: giấy khai sinh của trẻ và giấy tờ tùy thân). Nếu đưa trẻ sẽ có quốc tịch Séc, có cư trú định cư hoặc qui chế tị nạn, chỉ cần thông báo điều này cho công ty bảo hiểm và như vậy trẻ được bảo hiểm y tế ngay từ lúc mới ra đời và các phí tổn do nhà nước Séc chịu!. Nếu đưa trẻ không (được) tham dự vào loại hình bảo hiểm công (bắt buộc) (chẳng hạn bạn chỉ có thể xin cho con dạng cư trú lâu dài – dlouhodobý pobyt), bạn bắt buộc phải ký bảo hiểm y tế cho trẻ với loại hình thương mại!. CHÚ Ý! BHYT thương mại có thể có hình thức toàn phần (komplexní) hoặc chỉ cho những chăm sóc cấp thời. Vì vậy tốt nhất các bạn nên hỏi trước những chăm sóc nào được BH trả tiền! Xem thêm thông tin về BHYT tại trang WEB: www.cicpraha.org.
- Hãy chú ý đến tình huống là người mẹ khi đẻ không có BHYT. Trong trường hợp này toàn bộ chi phí (cho việc đẻ và các chăm sóc mẹ-con kèm theo) sẽ bị tính và phải trả.



centrum
pro integraci
cizinců

TRUNG TÂM HỘI NHẬP NGƯỜI NƯỚC NGOÀI, o.p.s.

Pernerova 32

186 00 Praha 8

tel.: 222 360 452

e-mail: info@cicpraha.org

www.cicpraha.org



Tài liệu này được hoàn thành trên cơ sở „trợ giúp“ của bộ lao động và xã hội CH Séc.