COV CIM CEEB TOOM TXOG TSOS MOB NTAWM ME NYUAM YUG TSHIAB

911

Hu rau 911

yog tias koj tus me nyuam mos:

- tsis ua pa
- tsis teb
- muaj qaug dab peg

NTSEEG KOJ COV KEV XAV

Mus rau chav kho mob xwm txheej ceev los sis kev saib xyuas kho mob maj rawm

yog tias koj tus me nyuam mos muaj:

- ua pa nyuaj
- ib ce cia li hloov xim
- ua qais cov kua mis ntsuab tawm los

Hu rau koj tus me nyuam mos

tus kws muab kev pab cuam saib xyuas kev noj qab haus huv

yog tias koj tus me nyuam mos:

- muaj qhov kub txias qis dua 97.7°F (36.5°C) los sis siab dua 100.4°F (38 °C)
- noj mis tsis zoo
- muaj kev hloov pauv rau cov pawm ntub zis los sis ntub quav
- qhia pom txog cov cim kev mob nkeeg los sis kev kis kab mob
- ob lub qhov muag los sis tawv nqaij daj
- yuav quaj ntau tshaj li ib txwm

Cov cim ceeb toom txog cov tsos mob ntawm me nyuam yug tshiab no tuaj yeem yuav ua rau muaj kev phom sij rau lub neej txoj sia yog tsis muaj kev saib xyuas kho mob.

- **Yog tias koj tus me nyuam mos tsis ua pa**, pib ua CPR kiag tam sim ntawd.
- **Tus me nyuam tsis xeev** yog qhov uas lub cev los sis tes taw tuag vias zoo ib yam li tus roj hmab ntaub thiab tsa kom sawv los tsis sawv li.
- **Mob qaug dab peg** yog cov kev txav mus los txawv txav uas koj tsis tuaj yeem nres tau.
- **Tej zaum koj tus me nyuam mos yuav ua pa nyuaj** yog tias:
  - lawv ua pa nres rhuj rhawv uas ua rau koj txhawj
  - lawv ua pa nrawm (ua pa ntau tshaj 60 lwm toj ib feeb)
  - ua pa muaj suab nrov (muaj suab hawb pob los sis zoo li xuav)
  - lawv lub plab thiab/los sis hauv caj dab hmlos kiag thaum ua pa txhua zaus
- **Ib ce cia li hloov xim** txhais tau tias koj tus me nyuam mos ib cev yuav xiav, txho, los sis daj, tshwj xeeb yog ib ncig ntawm lub qhov ncauj/ob daim di ncauj/tus nplaig.
- **Ua qais cov kua mis ntsuab tawm los** yuav yog ib qho cim ntawm xwm txheej ceev yuav tau muaj kev phais mob.

Tus Kws Muab Kev Pab Cuam Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Lub Npe/Tus Nab Npawb:

_____

Lub Tsev Kho Mob Uas Kho Me Nyuam Yaus Nyob Ze Tshaj Plaws:

_____

- **Yog tias koj tus me nyuam muaj qhov kub txias qis los sis siab**, koj tus kws muab kev pab cuam saib xyuas kev noj qab haus huv yuav qhia rau koj txog yam yuav tau ua tom ntej.
- **Cov cim uas koj tus me nyuam noj mis tsis zoo** suav nrog:
  - kev ntuav uas pom txawv txav
  - noj mis tsawg dua 8 zaus hauv 24 teev
  - yuav tsum tau tsa kom sawv los noj mis tas li
  - tsis kam noj mis ntau zaus
  - nqus tsis tau mis thiab nqos mis tsis tau zoo
  - noj mis rau ncua sij hawm luv zog los sis noj mis tsawg dua li ib txwm los ntawm lub raj mis
- **Hloov pauv rau cov pawm ntub zis los sis ntub quav** txhais tau tias:
  - hloov cov pawm tso zis tsawg dua qub toj ib hnub
  - lub plab kheej dua qub thiab tawv dua qub
  - muaj ntshav hauv daim pawm
- **Cov cim ntawm kev mob nkeeg los sis kev kis kab mob** yuav suav nrog o liab los sis muaj kua yig los ntawm txoj hlab ntaws, los ntshav los sis los dej los ntawm qhov chaw hlais ntawm chaw mos, suav nrog hnoos, los ntswg.
- **Qhov muag los sis tawv nqaij muaj xim daj** yog cov cim ntawm mob daj ntseg uas tsim nyog tau txais kev ntsuam xyuas los ntawm tus kws muab kev pab cuam saib xyuas kev noj qab haus huv.
- **Quaj ntau dua li ib txwm quaj** txhais tau tias koj tus me nyuam mos pheej tsis tshua kaj siab li ib txwm thiab ntxias tsis tshua ntsiag.

Txhua tus me nyuam mos yuav sib txawv. Ntseeg koj txoj kev paub txog koj tus me nyuam mos thiab hu rau koj tus me nyuam mos tus kws muab kev pab cuam yog tias koj pom cov cim uas ua rau koj txhawj xeeb.

AWHONN
PROMOTING THE HEALTH OF WOMEN AND NEWBORNS

Lub khoos kas pab cuam no tau txais kev txhawb nqa los ntawm Merck, los ntawm Merck for Mothers, lub tuam txhab lub khoos kas pib thoob plaws ntiaj teb los pab tsim lub ntiaj teb uas tsis cia poj niam yuav tsum tau tag sim neej los ntawm kev muab ib txoj sia rau ib tug neeg. Merck for Mothers yog tau hu ua MSD rau Cov Niam nyob sab nrauv Teb Chaws Mes Kas thiab Teb Chaws Kas Nas Das.

©2026 Association of Women's Health, Obstetric and Neonatal Nurses. Txwv tsis pub yuam txhua txoj cai. Tso cai cia luam tawm tau tsis txwv li muab siv rau kev kawm rau neeg mob nkaus xwb. Hais txog lwm yam kev thov rov tsim dua tshiab tag nrho, thov tiv tauj permissions@awhonn.org.