

Xin hãy chắc chắn nhớ mang theo...

- ☞ Hồ sơ tiền sản mà chuyên viên hộ sinh có thể đã đưa trước cho bạn
- ☞ Ghế ngồi trong xe dành cho em bé sơ sinh
- ☞ Quần áo phù hợp theo thời tiết mặc cho con bạn để về nhà, kể cả nón và mền cho em bé. Hãy nghĩ đến quần áo nào mặc được an toàn với dây nịt ghế an toàn của em bé.
- ☞ Quần áo thoải mái để bạn mặc khi sanh con và sau khi sanh, kể cả quần áo lót.
- ☞ Quần áo thoải mái để mặc về nhà. Hãy nghĩ đến việc mặc nịt vú cho con bú và/hay các miếng đắp ngực và giày dép loại không trơn trượt.
- ☞ Thẻ OHIP hay các giấy tờ tùy thân khác

Hãy hỏi chuyên viên hộ sản của bạn để được giúp đỡ lấy các món đồ vật này.



Các phương pháp thực hành văn hóa & Nguồn trợ giúp tại TBC

Chúng tôi có trữ sẵn một tủ các loại thuốc và đồ dùng thiêng liêng của Thổ dân ở khu gia đình phía đông. Các gia đình Thổ dân có thể sử dụng các đồ dùng này thông qua chuyên viên hộ sinh của họ hay người trợ giúp tại trung tâm hộ sản (Birth Centre Aide).

Chúng tôi khuyến khích tất cả gia đình mang theo những vật dụng hay đồ dùng có tính cách thiêng liêng mà họ có thể cần để kết hợp vào việc thực hành niềm tin văn hóa của họ khi sanh con.



Muốn tham quan?

Xin liên lạc chúng tôi!

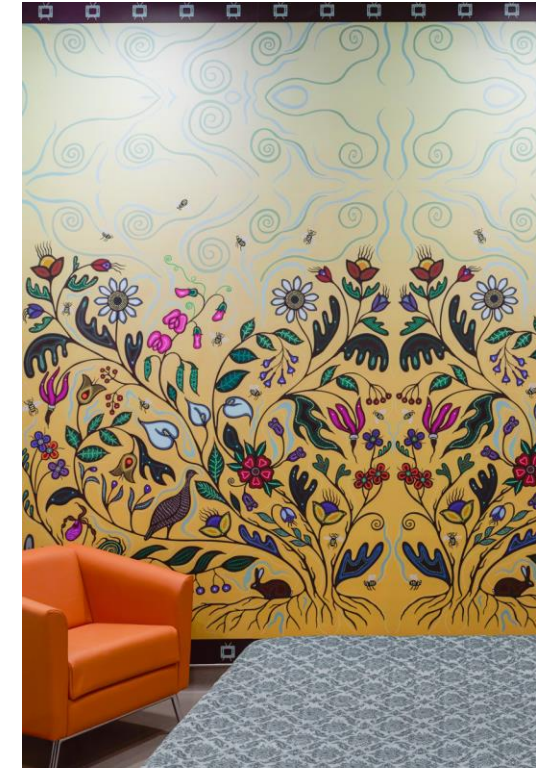
Điện thoại: 416-366-8080 x 101



525 Dundas Street East
Toronto, ON M5A 2B6
www.torontobirthcentre.ca

Nên mang theo những gì đến TBC để sinh con...

Chúng tôi đề nghị mang theo những đồ dùng này khi bạn đã đủ tháng để sanh con hay đã mang thai được 37 tuần.



Những thứ sau đây có sẵn tại TBC:

Hỗ trợ sanh con:

- Ổn định, hay trái banh “hộ sản” (“birth” ball) có ở mỗi phòng
- Các ghế đẩu cho người có thai
- Bồn tắm và vòi hoa sen
- Thảm sàn nhà
- Dây võng hộ sản (birth slings)
- Máy TENS (kích thích dây thần kinh)
- Nitrous oxide (khí tê)

Các đồ dùng và hỗ trợ tiện nghi khác:

- Mỗi thai phụ có quyền đậu miễn phí một xe dưới hầm đậu xe
- Dép nhựa dành cho người hỗ trợ đi kèm
- Loa Bluetooth loại có thể mang đi
- Máy làm nước đá
- Áo choàng ngoài cho khách mặc nếu cần
- Khi vực ngồi chờ thoải mái với Netflix, sách để đọc, mền, lò sưởi và đồ chơi trẻ em
- Gối đặt ở bụng để cho con bú
- Một vài tấm tã đầu tiên cho em bé

Hãy nghĩ đến việc mang theo những thứ này cùng với bạn:

- ⌚ Chậu nhỏ hay túi để dùng khi ói, mèn và/hay khăn lau để mang theo khi đi xe
- ⌚ Đồ dùng cho vệ sinh cá nhân (bàn chải/kem đánh răng, lược chải tóc, dầu gội đầu, thuốc xả gội đầu, xà phòng, vật kẹp tóc/dây thun)
- ⌚ Thiết bị sạc điện thoại
- ⌚ Máy quay phim hay điện thoại để chụp hình
- ⌚ Dầu hay thuốc xức xoa bóp không mùi
- ⌚ Kem hay dầu xức em bé khi thay tã
- ⌚ Sơn dưỡng môi
- ⌚ Kẹo cao su hay kẹo
- ⌚ Vớ và dép mang loại không trượt
- ⌚ Các túi đậu để làm ấm, hâm nóng được trong lò vi sóng
- ⌚ Thiết bị lưu trữ nhạc dùng với loa Bluetooth của chúng tôi (cũng có thể cắm vào ống tai nghe (headphone jack))
- ⌚ Gối nằm thoải mái có bao gối riêng nhận dạng được bằng các hình dạng khuôn mẫu hay màu sắc (để tránh nhầm lẫn các gối nằm của TBC)
- ⌚ Mắt kiếng và kính áp tròng (hộp đựng và dung dịch)
- ⌚ Đồ tắm cho những ai muốn vào bồn tắm hay để tắm chung với bạn
- ⌚ Bất cứ vật gì bạn cần nếu bạn phải vào bệnh viện



Thực ăn & nước uống trong thời gian bạn ở tại TBC:

TBC cung cấp thức ăn vặt và nước uống cho thai phụ. Xin mang theo đồ ăn vặt cho những người đi theo hỗ trợ cho bạn và/hay gia đình của bạn.

TBC cung cấp cà phê, trà, và đồ dùng đi kèm thức ăn cho tất cả những người đi theo để hỗ trợ và các chuyên viên hộ sinh. Chúng tôi khuyến khích bạn và/hay gia đình của bạn sử dụng nhà bếp được trang bị đầy đủ của chúng tôi để chế biến bất cứ thực phẩm nào bạn muốn mang về nhà, hay đặt để mang về.

Cho con bạn bú tại TBC:

Các em bé mới sanh cần được cho bú ngay sau khi sanh và cho bú thường xuyên trong những tháng đầu đời. Tại TBC, chúng tôi hỗ trợ cha mẹ thực hiện các quyết định có hiểu biết về việc cho em bé bú sữa.

Nếu bạn dự tính cho con của mình bú sữa hộp (sữa bột), xin thảo luận với các chuyên viên hộ sinh để biết vban cần phải mang theo loại sữa nào đến TBC.