

Koj paub txog koj lub cev zoo tshaj plaws

Yog hais tias koj muaj qee yam uas zoo ntxim li txawv txav tsis thooj li qub los sis ua rau koj muaj kev txhawj xeeb, tsis txhob cia li lam las mees tsis ua dab tsi.



Kawm kom paub ntau ntxiv hais txog cov yam ntxwv ceeb toom xwm txheej kub ceev thiab yuav tham nrog koj tus kws kho mob li cas

Nyob Rau Lub Sij Hawm Cev Xeeb Me Nyuam

Yog hais tias koj cev xeeb me nyuam, nws tseem ceeb uas yuav tau ua zoo saib xyuas koj lub cev kom zoo thiab tham nrog koj tus kws kho mob hais txog txhua yam uas zoo ntxim li txawv txav tsis thooj li qub lawm ntawd. Yog hais tias koj muaj ib qho twg ntawm cov yam ntxwv mob ceev ntawm ib leej niam uas yuav tau nrhiav kev pab kom sai, cia li mus cuag kev kho mob kiag tam sim ntawd.

Cov Lus Qhia:

- Nqa tej kev sib tham no ua qhov pib thiab txhua cov lus nug ntau ntxiv uas koj xav nug txog mus tham nrog koj tus kws kho mob.
- Nco ntsoov hais qhia rau nws paub tias koj cev xeeb me nyuam los sis tau xeeb me nyuam nyob rau hauv ib lub xyoos dhau los lawm.
- Qhia rau tus kws kho mob los sis tus kws tu neeg mob ntawd paub txog yam tshuaj uas koj tseem niaj hnuv noj los sis tau noj tsis ntev los no.
- Sau cov lus sib tham cia kom koj nco thiab nug cov lus nug ntau ntxiv hais txog txhua yam uas koj tsis tau nkag siab txog.

Kawm kom paub ntau ntxiv txog Lub Chaw Ua Hauj Lwm Tswj Xyuas thiab Tiv Thaiv Kab Mob qhov kev Txhawb Qhov Mloog Nws Hais (Centers for Disease Control and Prevention, CDC's Hear Her Campaign) nyob rau ntawm www.cdc.gov/HearHer

----- Muab daim kem ntawv no dua tawm thiab siv cov lus qhia no los mus pab koj pib qhov kev sib tham: -----

Cov Yam Ntxwv Mob Ceev Ntawm Ib Leej Niam Uas Yuav Tau Nrhiav Kev Pab Kom Sai

Yog hais tias koj muaj ib qho twg ntawm cov yam ntxwv mob ceev no, cia li mus cuag kev kho mob kiag tam sim ntawd.

- Mob taub hau hnyav uas pheej tsis txawj zoo li los sis mob loj zuj zus tuaj lub sij hawm ntev dhau mus
- Kiv taub hau los sis tsaus muag
- Cov kev xav hais txog kev ua phem rau koj tus kheej los sis koj tus me nyuam mos
- Cov kev hloov pauv txog ntawm koj lub qhov muag pom kev
- Kub taub hau txog 100.4° F los sis siab dua ntawd
- Phob vog loj heev rau ntawm koj ob txhais tes los sis lub ntsej muag
- Ua pa nyuaj
- Mob hauv siab los sis lub plawv dhia ceev
- Xeev siab heev thiab ntuav (tsis zoo li kev tsis xis nyob thaum yav sawv ntxov)
- Mob plab heev uas pheej tsis txawj zoo li
- Tus me nyuam mos hauv plab tsis nti lawm los sis nti qeeb nyob rau lub sij hawm cev xeeb me nyuam
- Chaw mos los ntshav los sis los kua nyob rau lub sij hawm cev xeeb me nyuam
- Chaw mos los ntshav los sis los kua loj heev uas ua rau tsw ntxhiab heev tom qab cev xeeb me nyuam
- Phob vog, liab los sis mob raws koj sab ceg
- Sab lim tsis muaj zog li

Cov tsos mob uas teev npe no tsis txhais hais tias yog tas nrho txhua tus tsos mob uas tej zaum koj muaj. Yog hais tias koj hnov zoo li muaj qee yam txawv txav tsis thooj li qub lawm, tham nrog koj tus kws kho mob

Tom Qab Lub Sij Hawm Cev Xeeb Me Nyuam

Nyob rau lub sij hawm uas koj tus me nyuam mos yug los tshiab xav tau kev pab thiab kev saib xyuas kom zoo, nws tseem ceeb uas yuav tau paub zoo txog koj tus kheej lub cev thiab saib xyuas koj tus kheej kom zoo, tib yam nkaus. Nws yog tej yam uas ib txwm yeej hnov tau tias sab heev thiab mob me ntsis, tshwj xeeb mas yog nyob rau hauv thawj ob peb lim piam tom qab yug me nyuam tag, tab sis mas muaj qee cov tsos mob uas tuaj yeem qhia tau tias yog ib cov teeb meem loj.

Siv Cov Lus Qhia No los mus Pab Pib Qhov Kev Sib Tham:

- Ua tsaug uas koj ntsib kuv. Kuv tseem/tau xeeb me nyuam tsis ntev los no. Hnuv uas kuv ncuu sij hawm tsis coj khaub ncaws zaum dhau los no/yug me nyuam zaum dhau los no yog _____ thiab kuv pheej muaj cov kev txhawj xeeb hais txog ntawm kuv txoj kev noj qab haus huv uas kuv xav tham nrog koj txog rau kis no.
- Kuv tau muaj _____ (cov tsos mob) uas hnov zoo ntxim li _____ (piav qhia kom meej tseeb) thiab tau mob ntev txog li _____ (cov xuab moos/cov hnuv)
- Kuv paub txog kuv lub cev thiab qhov no hnov tau tias tsis zoo li ib txwm lawm.

Cov lus nug ua qauv piv txwv txhawm rau los mus nug:

- Cov tsos mob no tuaj yeem txhais tau li cas?
- Puas muaj ib qho kev sim kuaj mob uas kuv muaj peev xwm ua tau kom thiaj li paub tias tsis yog ib qhov teeb meeb mob loj?
- Nyob rau lub sij hawm twg uas kuv yuav tsum tau txiav txim siab mus cuag chav kho mob xwm txheej kub ntxhov ceev los sis yuav tsum tau hu rau 911?

Cov Lus Cim Tseg:



Kawm kom paub ntau ntxiv txog Lub Chaw Ua Hauj Lwm Tswj Xyuas thiab Tiv Thaiv Kab Mob qhov kev Txhawb Qhov Mloog Nws Hais (Centers for Disease Control and Prevention, CDC's Hear Her Campaign) nyob rau ntawm www.cdc.gov/HearHer

