

Nụ Cười Tươi Sáng Cho Cả Hai



Chăm sóc nha khoa trong thời kỳ mang thai Có!

Tin tốt là chăm sóc nha khoa an toàn đối với những bà mẹ đang mang thai!

Và, quý vị được đài thọ cho nhiều dịch vụ nha khoa theo Chương trình Y tế Oregon (Oregon Health Plan, hoặc OHP).

Chúng tôi rất vui được giúp bạn tìm một nha sĩ và đặt lịch hẹn.

Chăm sóc nha khoa an toàn dành cho quý vị cũng như con của quý vị!



Mang thai và sức khỏe răng miệng của quý vị

Mang thai ảnh hưởng đến cơ thể của quý vị theo nhiều cách khác nhau, thậm chí cả miệng của bạn. Một số người có nướu nhạy cảm, sưng và chảy máu khi mang thai.

Nếu điều này xảy ra với quý vị, tình trạng sức khỏe nướu có thể khiến con quý vị có nguy cơ sinh non. Sinh non có thể gây ra nhiều vấn đề sức khỏe cho con quý vị.



Chăm sóc răng miệng khỏe mạnh tại nhà

Quý vị có thể thực hiện các bước mỗi ngày để bảo vệ sức khỏe răng miệng của mình:

- Chải buổi sáng và ban đêm.
- Dùng chỉ nha khoa mỗi ngày.
- Chọn thực phẩm lành mạnh và đồ ăn nhẹ.
- Rửa sạch bằng baking soda và nước sau khi nôn.
- Uống nước giữa các bữa ăn chính và ăn nhẹ.



Eating healthy of my favorite fruits. These are a few



The awesome Carrot!!!

Răng miệng khỏe mạnh, em bé cũng khỏe mạnh

Bây giờ quý vị đang mang thai, quý vị muốn chăm sóc bản thân thật tốt. Ngay cả bộ răng của quý vị.

Mang thai có thể ảnh hưởng đến sức khỏe răng miệng của quý vị. Và việc chăm sóc răng miệng lúc này có thể ảnh hưởng đến sức khỏe của con quý vị suốt đời.

Thăm khám với nha sĩ của quý vị

Chăm sóc nha khoa định kỳ mang đến sự an toàn vào bất kỳ thời điểm nào trong thai kỳ. Quý vị có thể được chụp X-quang nha khoa, làm sạch và trám răng.

Khi quý vị gọi điện đặt lịch hẹn, hãy cho văn phòng biết quý vị đang mang thai và ngày dự sinh.

Gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe nha khoa được liệt kê trên thẻ ID Thành viên Health Share of Oregon của quý vị. Chúng tôi cũng có thể giúp:

Gọi: 503-416-4100

Số miễn phí: 800-224-4840 TTY: 711

Quý vị có thể nhận tài liệu này bằng một ngôn ngữ khác, theo định dạng chữ in lớn, chữ nổi Braille hoặc một định dạng khác theo ý muốn. Quý vị cũng có thể yêu cầu một thông dịch viên giúp đỡ. Trợ giúp này là miễn phí. Hãy gọi 800-228-4840 hoặc TTY 711.



careoregon.org

health
share
Health Share of Oregon

CareOregon®