



BC WOMEN'S HOSPITAL  
& HEALTH CENTRE  
An agency of the Provincial  
Health Services Authority

# Kính chào quý vị:

## Chi Tiết cho Gia Đình Khi Quý Vị Lưu Lại Bệnh Viện

Các chi tiết sau đây sẽ có ích trong thời gian quý vị lưu lại đây. Nếu quý vị có bất cứ thắc mắc hoặc quan ngại gì, xin hỏi y tá.

### Giờ Viếng Thăm:

**12 giờ trưa đến 2:00 chiều và 6:00 chiều đến 9:00 tối**

- ▶ Xin tôn trọng các giờ thăm viếng này vì các gia đình mới có con cần có thì giờ yên lặng để tĩnh dưỡng sau khi sinh và bắt đầu tìm hiểu về con họ.
- ▶ Người bạn tình và anh chị em của trẻ sơ sinh có thể thăm viếng bất cứ giờ nào.

**Thời Gian Lưu Lại:** Nhiều bà mẹ và em bé về nhà trong vòng 24-36 giờ sau khi sinh qua âm đạo và 48 giờ sau khi sinh theo cách giải phẫu cesarean. Một số gia đình về nhà sớm hơn nữa là sáu tiếng sau khi sinh. Y Tá Sức Khỏe Cộng Đồng, Nhân Viên Hộ Sinh, hoặc Bác Sĩ tiếp tục chăm sóc cho quý vị ở nhà. Quý vị rời bệnh viện BC Women's để về nhà khi quý vị:

- ▶ bắt đầu biết cách chăm sóc cho trẻ sơ sinh
- ▶ bắt đầu biết cách chăm sóc cho bản thân
- ▶ biết khi nào nhờ giúp và nhờ ở đâu

### Ở chung phòng:

- ▶ Em bé sẽ ở trong phòng quý vị với quý vị hai mươi bốn giờ mỗi ngày trừ các trường hợp đặc biệt
- ▶ **Không bao giờ để mặc em bé một mình bất cứ lúc nào**

### Giấc ngủ và em bé

- ▶ Em bé nên luôn luôn nằm ngửa để ngủ
- ▶ Chính sách hiện nay của bệnh viện là khuyến khích quý vị không nên ngủ chung giường với em bé
- ▶ Hãy đọc sách chương “Ngủ An Toàn” trong phòng quý vị

### Người Hỗ Trợ:

- ▶ Chúng tôi khuyến khích quý vị nên có người nào quý vị cảm thấy thoải mái với họ, ở trong phòng quý vị để giúp đỡ trong thời gian quý vị lưu lại đây
- ▶ Người này có thể ngủ qua đêm
- ▶ Xin nói với họ đem theo khăn giường và chăn gối, khăn lông và quần áo ngủ. Chúng tôi có nệm cho họ dùng

### Baby's Best Chance (Cơ Hội Tốt Nhất của Em Bé) - Cẩm Nang của Cha Mẹ về Thai Nghén và Chăm Sóc cho Em Bé:

Tập sách này có nhiều chi tiết hữu ích về cách tự chăm sóc bản thân quý vị và chăm sóc cho em bé. Xin dùng sách này càng nhiều càng tốt. Quý vị có thể lấy một tập từ trạm y tế cộng đồng hoặc trên mạng tại <http://www.vch.ca/women/pregnancy/docs/babysbestchance.pdf>.

**Truyền Hình:** Chúng tôi có chương trình Giáo Dục Gia Đình miễn phí trên đài 68. Xin hỏi y tá hoặc xem T.V. Guide để biết chi tiết chương trình. Có T.V. Dây Cáp nếu đóng thêm một khoản lệ phí.

### An Toàn và An Ninh:

- ▶ Xin để tất cả vật quý giá ở nhà
- ▶ Cát tối đa là \$20.00 trong phòng quý vị

**Tiếp Liệu Cá Nhân:** Chúng tôi cung cấp cho quý vị một ít băng vệ sinh, quần lót lưới, tã và giấy chùi. Quý vị có thể mua thêm tiếp liệu từ tiệm bán quà tặng hoặc xe lưu động.

### Ăn Uống:

- ▶ Các bữa ăn được phục vụ vào khoảng những giờ sau đây:  
*Ăn Sáng:* 8:00 sáng - 9:00 sáng; *Ăn Trưa:* 11:30 sáng - 12:30 trưa và *Ăn Tối:* 4:45 chiều - 5:30 chiều
- ▶ Có nước trái cây, sữa, trà và cà phê dành riêng cho bệnh nhân và để tại trạm y tá. Các bữa ăn vặt do dịch vụ dinh dưỡng cung cấp mỗi ngày hai lần; chiều và tối. Có máy nước đá ở hành lang phía sau của mỗi khu Square. Xin tự lấy.

**Không hút thuốc và không mùi:** Bệnh Viện BC Women's và khuôn viên bệnh viện là nơi “**Không Hút Thuốc**”. Xin đừng bôi những loại có mùi nặng như nước hoa và nước thơm sau khi cạo để giúp người khác được dễ chịu.

### Các Phòng Thư Giãn Trong và Ngoài cho Bệnh Nhân:

Các khu vực này là dành cho quý vị sử dụng cho thoải mái. Có một phòng thư giãn trong nhà và một hoặc nhiều chỗ ngồi chơi ở ngoài trời bên cạnh một số khu vực.

**Các Mẫu Đơn của Chính Quyền:** (để trong tập tài liệu quý vị đã nhận khi đến khu này). Quý vị có trách nhiệm điền và gửi đi các mẫu sau đây:

- ▶ Mẫu Khai Sinh
- ▶ Mẫu Đơn Xin Trợ Cấp Gia Đình
- ▶ Mẫu Đơn Xin Giấy Khai Sinh
- ▶ Mẫu Đơn xin Bảo Hiểm Y Tế

Mẫu Khai Sinh phải được gửi cho Sở Hộ Tịch trong vòng 30 ngày.

**Điện Thoại:** Điện thoại trong phòng quý vị bị tính lệ phí hàng ngày. Xin cho y tá biết nếu quý vị không muốn sử dụng điện thoại đó. Muốn gọi ra ngoài từ phòng mình, hãy bấm số (9) rồi tới số muốn gọi. Muốn gọi viễn liên, hãy bấm số (0) để gọi cho tổng đài. Những lần gọi có thể được tính tiền người nhận điện thoại, hoặc số điện thoại nhà của quý vị hoặc thẻ điện thoại của BC Telephone.

Quý vị có thể dùng điện thoại di động của mình hoặc các khí cụ vô tuyến khác trong hầu hết các khu vực của bệnh viện. Số này gồm cả máy điện toán và điện thoại tinh khôn như Blackberry hoặc iPhone. Xin luôn luôn dùng điện thoại di động của mình một cách nhã nhặn để không làm phiền người khác.

Có một số chỗ quý vị không được dùng điện thoại di động hoặc khí cụ vô tuyến. Sở dĩ như vậy là vì có thể gây gián đoạn việc chăm sóc bệnh nhân hoặc cản trở thiết bị. Hãy để ý xem các dấu hiệu hoặc nhãn dán trên thiết bị để biết xem quý vị có đang trong một khu vực không được dùng điện thoại di động hoặc khí cụ vô tuyến hay không.

### Hình Chụp Em Bé:

- ▶ Có dịch vụ chụp hình cho em bé hàng ngày từ 9:00 sáng đến 12:00 trưa.
- ▶ Muốn biết thêm chi tiết, hãy để ý xem bảng hiệu tại trạm y tá.

**Chúng tôi hy vọng quý vị có kinh nghiệm thoải mái trước khi rời bệnh viện BC Women's**