

## Aprè tibebe w fin fèt:

Ou ta dwe mande manm pèsònèl oswa fanmsaj matènite a pou fè yon **Healthy Start Infant Risk Screen** (Tès *Healthy Start* pou Depistaj Risk sou Tibebe).

Tès depistaj sa a ap ede w konnen nenpòt sa ki ka afekte kwasans ak devlopman bebe ou pandan premye ane lavi li.

## Men kote w ka jwenn plis enfòmasyon ak sipò

Manm pèsònèl **Family Health Line** (Liy Telefòn pou Sante Fanmi) ka reponn kesyon sou swen anvan akouchman, swen medikal pou bebe, planin famiyal ak itilizasyon dwòg ak alkòl. Konseye yo pale anglè, panyòl ak kreyòl. Epi si yon moun pale yon lòt lang, y af fè w pran kontak ak moun ki ka ede w. Apèl yo gratis e y ap rete konfidansyèl.

**Rele nan 1-800-451-2229.**

**Yon fi ka sibi plis abi pandan li ansent.** Si yon moun malmennen w, ou ka jwenn refij, èd sikosyal ak èd legal ki disponib pou sa.

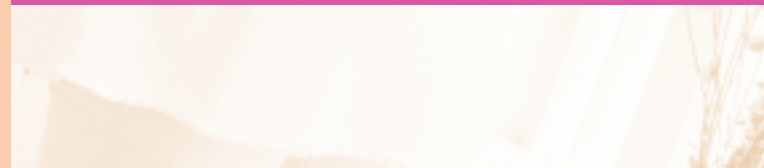
**Rele nan 1-800-500-1119.**

Pou fanm ansent ak fanm k ap bay bebe yo tete, tibebe ak timoun, **WIC** ofri konsèy sou nitrisyon ak manje ki bon pou lasante.

**Rele nan 1-800-342-3556.**



Si ou ta vle gen plis enfòmasyon sou pwogram *Healthy Start* la, pale sou sa avèk moun ki ba w swen medikal, doktè w oswa rele Pwogram *Healthy Start* nan zòn ou an:



Oswa rele Kowalisyon *Healthy Start* nan zòn ou an:



DH 150-324, 6/05 Stock #5730-324-0150-5

# Tès Healthy Start pou Depistaj Risk sou Fanm Ansent Anvan Akouchman



## Ou Ansent?

Wi

## W ap viv nan Eta Florid?

Wi

Mande doktè, enfimyè oswa fanmsaj ou pou fè yon *Healthy Start Prenatal Screen* (Tès *Healthy Start* pou Depistaj Risk sou Fanm Ansent Anvan Akouchman).

Ou pa gen pou peye ni pou tès depistaj la ni pou sèvis pwogram nan ofri.

Ou vle akouche yon tibebe ki ansante. *Healthy Start* ka ede w nan sans sa a.



## Kisa yon Tès *Healthy Start* pou Depistaj Risk sou Tibebe ye?

Tès Depistaj Risk sou Fanm Ansent Anvan Akouchman se yon seri kesyon ki ka ede w konnen si gen nenpòt bagay nan eta sante w, nan anvirònman kote w ap viv, oswa nan aktivite w fè chak jou ki ka koze pwoblèm pou ou oswa bebe w.

Repons pou tout kesyon yo ap rete **konfidansyèl**. Yo va sèvi sèlman pou ede w gen pi bon swen posib e pou gwosès la ka pase san tèt chaje.

## Pou kisa w ta dwe fè yon tès Depistaj Risk sou Fanm Ansent Anvan Akouchman?

Risk diran gwosès ki ka fè yon bebe fèt twò piti oswa avan lè l ka afekte nenpòt fanm.

Lè w di "Wi" w dakò pou tès la, sa ap ede ou ranmase enfòmasyon ki ka fè tout manman ak tibebe k ap viv nan Eta Florid vin jwenn pi bon swen medikal toujou.

Ya p ofri w sèvis yo selon rezilta tès depistaj ou a. Kit ou resevwa sèvis yo oswa ou pa resevwa yo, sa se chwa pa w.

Si w di "Wi" w dakò pou *Healthy Start* kontakte w, yon reprezantan pwogram nan ap pran kontak avèk ou. Y ap eksplike w rezilta tès depistaj la epi y ap reponn kesyon w yo.

Yo va ede w konnen ki sa w beswen ak ki kote ou ka jwenn sèvis nan zòn ou an pou ka gen yon gwosès san tèt chaje ak yon bebe an bòn sante.

## Men kèk sèvis ou ka jwenn nan pwogram *Healthy Start* la:

- Fòmasyon ak sipò pou edikasyon timoun
- Edikasyon ak preparasyon pou akouchman
- Klas pou aprann kòman pou bay timoun tete
- Èd pou diminye estrès
- Èd pou kite fimèn
- Kèk ide sou alimentasyon ki bon pou lasante
- Enfòmasyon sou fason pou planifye ak prevwa gwosès yo alavni pou ka gen pi bon sante
- Lyen avèk lòt sèvis nan kominote a

## Chwa ou fè kounye a enpòtan pou sante tibebe ou.

### Asire ou:

- Ale nan tout vizit anvan akouchman ou.
- Manje manje ki bon pou ou ak tibebe ou.
- Pa bwè alkòl, pa fimèn sigarèt, pa itilize dwòg oswa tabak.
- Pran swen dan ak jansiv ou.
- Fè aktivite ak kò w chak jou.
- Pa pran beny fi gen abitid pran.
- Rele doktè ou touswit si ou santi brili lè w ap pipi oswa si w panse ou gen nenpòt enfeksyon.
- Pale avèk doktè oswa fanmsaj ou sou fason pou konte lè tibebe ou ap fè mouvman.

### Rele doktè w oswa fanmsaj la lamenn si w wè tranche pran m avan lè. Men ki siy ou ka remake:

- Lakranp nan vant
- Yon ti maldo toupiti
- Ou santi tibebe ou ap pouse desann san rete
- W ap senyen oswa w ap bay dlo nan vajen ou
- Kontraksyon chak 10 minit oswa pi souvan

**Tout tibebe merite kòmanse lavi yo ansante!**