

**KUV TAB TOM MUS RAU TOM CHILDREN'S MINNESOTA
TXHAWM RAU MUS UA IB QHO KEV
TSHAWB FAWB TXOG KEV PW.**

Children's[®]
MINNESOTA

| The Kid Experts[®]

Txoj kev tshawb fawb txog kev pw yuav pab kuv tus kws kho mob kawm paub ntiv txog tias seb kuv lub cev ua hauj lwm li cas thaum kuv pw tsaug zog. Cov me nyuam tsis hais cov muaj hnuv nyoog li cas yeej ua qhov no tau. Thaum lub sij hawm ua txoj kev tshawb fawb txog kev pw, yuav tsis muaj dab tsi phom sij thiab ib tus neeg hauv kuv tsev neeg yuav nrog nraim kuv txhua lub sij hawm. Phau ntawv no yuav tham txog cov kauj ruam sib txawv uas yuav ua kom tiav kuv txoj kev tshawb fawb txog kev pw.



Nyob rau hmo uas yuav ua txoj kev tshawb fawb txog kev pw, kuv yuav mus rau ntawm Lub Chaw Pw Tsaug Zog hauv Children's Minnesota nrog ib tug neeg hauv kuv tsev neeg kom mus pw ib hmos. Thaum wb mus txog ntawm qhov chaw ntawd, wb yuav ntsib ib tug neeg uas yuav pab kuv txog txoj kev tshawb fawb txog kev pw uas hu ua tus kws tshaj lij txog fab kev pw. Tus kws tshaj lij txog fab kev pw yuav qhia rau kuv txog txoj kev tshawb fawb txog kev pw thiab kuv tuaj yeem nug cov lus nug tau.





Kuv yuav sawv rau saum
lub ntsuas hnyav kom paub
seb kuv hnyav npaum cas.

Kuv kuj tseem yuav sawv
ntsug puag tim phab ntsa
kom ntsuas seb kuv siab
npaum cas. Yuav maj mam
muab ib tug pas ntsuas
chwv kuv lub tiaj taub hau
thaum kuv sawv ntsug ntseg.





Tus kws tshaj lij txog fab kev pw yuav coj wb mus rau hauv ib chav uas kuv thiab ib tug neeg hauv kuv tsev neeg yuav pw. Tej zaum kuv chav yuav muaj ntsis zoo li no. Kuv tuaj yeem nqa tau kuv cov khoom tom tsev tuaj nrog kuv pw xws li kuv tus me nyuam ab roj hmab uas kuv nyiam tshaj plaws, daim pam los sis lub tog hauv ncoo.



Kuv yuav tau txais txoj hlua coj rau ntawm kuv txhais caj dab tes los sis caj dab taws. Yog tias kuv xav tau, kuv tuaj yeem lo daim ntaub nplaum rau ntawm kuv lub qhov rooj tau. Lub kauj toog npab no yuav pab kom tus kws tshaj lij txoj fab kev pw tsaug zog cov ntaub ntawv tseem ceeb txog kuv.

Txuas ntxiv tom ntej no, kuv
yuav ua tej yam uas kuv ib
txwm ua kom npaj txhij rau
lub txaj pws xws li txhuam
kuv cov hniav, mus rau hauv
chav dej thiab hnav cev
khaub ncaws pw.



Ntawm lub txaj hauv kuv chav, kuv yuav pom cov ntawv nplaum tshwj xeeb, daim ntaub nplaum, tus koob khawm thiab cov khawm txwv me-me uas muaj ntau xim hu ua electrodes uas kuv yuav hnav rau kuv qhov kev tshawb fawb txog kev pw. Kev hnav cov khoom tshwj xeeb no thaum hmo ntuj yuav ua rau kuv tus kws kho mob tau txais cov ntaub ntawv muaj txiaj ntsig zoo hais txog tias yuav ua li cas pab kom kuv pw tsaug zog zoo dua qub. Kuv tuaj yeem kov cov khoom no thiab nug cov lus nug tau.





Kuv yuav zaum saum lub rooj zaum thaum ib los sis ob tus kws tshaj lij hnav cev nkaub ncaws uas kuv yuav tsum tau rau kuv qhov kev tshawb fawb txog kev pw. Kuv txoj hauj lwm yog kom nyob twj ywm. Kuv tuaj yeem nqa ib qho khoom ua si tshwj xeeb hauv tsev tuaj ua si nrog thaum kuv zaum.



Tus kws tshaj lij txog fab
kev pw yuav tso ob daim
ntawv nplaum rau ntawm kuv
ob txhais ceg. Cov ntawv
nplaum no xyuas seb kuv ob
txhais ceg txav ntau npaum li
cas thaum hmo ntuj.

Dhau ntawv lawm tus kws tshaj
lij txog kev pw yuav muab cov
ntawv nplaum me-me lo rau
ntawm kuv lub hauv siab. Cov
ntawv nplaum no suav kuv lub
plawv dhia.





Kuv yuav tau txais ob txoj siv swb
tau yooj yim, los khi ib ncig ntawm
kuv lub plab thiab hauv siab. Cov
siv no ntsuas kuv lub hauv siab
thiab lub plab tias nws txav npaum
li cas thaum kuv ua pa.



Tus kws tshaj lij txog kev pw
yuav siv Q-tip cov xab npum
tshwj xeeb los maj mam
txhuam ntawm thaj chaw me-
me ntawm kuv lub ntsej muag
uas lo cov ntawv nplaum. Qee
cov me nyuam hais tias xab
npum zoo li xuab zeb.

Tus kws tshaj lij txog kev pw yuav muab plaub daim ntawv nplaum rau ntawm kuv lub ntsej muag, ib daim ntawv nplaum tom qab kuv lub pob ntseg thiab ob daim ntawv nplaum hauv qab kuv lub puab tsaig. Cov ntawv nplaum no pab kom cov kws kho mob pom tias kuv pw tsaug zog zoo npaum li cas. Tus kws tshaj lij txog kev pw yuav siv daim ntaub nplaum tshwj xeeb txhawm rau los pab lo cov ntawv nplaum kom ruaj thaum kuv pw tsaug zog. Kuv tuaj yeem luag thiab txav kuv lub pob tsaig tau txawm tias yuav lo cov ntawv nplaum no.





Tus kws tshaj lij txog kev pw yuav lo ib daim ntawv nplaum nyob ib ncig ntawm kuv tus ntiv tes los sis ntiv taw uas muaj lub teeb tsaus ntuj xim liab me-me hu ua lub tshuab ntsuas oximeter hauv cov ntshav. Lub tshuab ntsuas oximeter hauv cov ntshav yuav tshuaj ntsuas cov pa oxygen hauv kuv lub cev.

Tus kws tshaj lij txog fab
kev pw yuav ntsuas kuv
lub taub hau nrog ib daim
ntaub nplaum ntsuas.





Tus kws tshaj lij txog fab
kev pw yuav kos rau ntawm
kuv lub taub hau nrog tus
xaum los sis tus cwj mem
pom kaj-kaj kom qhia qhov
yuav lo lub pob uas muaj
cov xim kaj-kaj. Cov pob no
yuav sau cov ntaub ntawv
tseem ceeb hais txog kuv
qhov kev pw tsaug zog.

Dhau ntawv lawm tus kws tshaj
lij txog fab kev pw yuav siv
Q-ntsis xab npum tshwj xeeb
los maj mam ntxuav txhua qhov
chaw uas muaj cim.





Thaum ntxuav cov cim tag lawm,
tus kws tshaj lij txog fab kev pw
yuav siv cov kaus nplaum xim
dawb tshwj xeeb txhawm los ua
lub pob uas muaj cov kab xim
saum cov cim no kom maj mam.
Cov kaus nplaum yuav pab kom
cov pob nyob hauv qhov chaw
thaum kuv pw tsaug zog. Qee cov
me nyuam yaus hais tias cov kaus
nplaum zoo li nplaum-nplaum.

Tus kws tshaj lij txog kev pw yuav
tso ib tus thoj mus tso rau hauv qab
ntawm kuv lub qhov ntswg. Lawv
yuav siv ob daim ntaub nplaum me-
me txhawm rau los pab kom tus thoj
txhob thaum kuv pw tsaug zog. Tus
thoj tseem ceeb no yuav ntsuas cua
nkag thiab tawm thaum kuv ua pa.
Tus thoj tseem ceeb no yuav ntsuas
huab cua nkag thiab tawm thaum
kuv ua pa. Kuv tuaj yeem haus los
ntawm tus thoj no tau yooj yim yog
tias kuv nqhis dej thiab tseem tuaj
yeem hnia kuv tsev neeg kom pw
zoo thaum hmo ntuj tau.



Tus kws tshaj lij txog fab kev pw
yuav muab lub voj voog me-me
rau ntawm kuv lub caj dab hu ua
lub mais tiv thaiv kev cuam tshuam
(snore mic). Tus kws tshaj lij txog
fab kev pw yuav muab ib daim
ntaub nplaum tshwj xeeb tshaj los
lo lub voj voog no los kom nyob
twj ywm thaum kuv pw tsaug zog.
Lub voj voog roj hmab no yuav
ntsuas seb kuv puas ua qaj thaum
kuv pw tsaug zog.





Kuv yuav ntau lub kaus
mom xoob los pab
txhua yam kom nyob
zoo li qub thaum kuv
pw tsaug zog.

Txhua txoj hlua ntawm kuv lub pob txuas mus rau lub thawv tshwj xeeb. Lub thawv no yuav xa cov ntaub ntawv tseem ceeb txog kuv kev pw tsaug zog mus rau lub khos pis tawj.





Tom ntej no, kuv yuav mus
pw thiab tus kws tshaj lij
txog kev pw yuav muab ib
daim ntawv nplaum me-me
kawg rau ntawm kuv lub
hauv siab, caj npab los sis
nraub qaum uas ntsuas kuv
ua pa thaum kuv pw. Daim
ntawv nplaum tshwj xeeb
no muaj lub teeb liab me-
me uas ci zoo li daim ntawv
nplaum ntawm kuv tus ntiv
tes los sis ntiv taw.

Thaum kuv lo txhua yam tiav
lawm, kuv yuav npaj pw. Kuv
tuaj yeem ua tau txhua yam
uas kuv ib txwm ua-ua ntej pw,
xws li nyeem ntawv, hu nkauj
thiab sib puag nrog ib tug
neeg hauv tsev neeg.





Ib tus neeg hauv kuv tsev neeg yuav pw hauv tib chav nrog kuv thiab nrog kuv pw ib hmos. Tus kws tshaj lij txog fab kev pw tuaj yeem nkag mus thiab xyuas kuv cov ntawv nplaum thaum kuv pw. Qhov no tsis ua li cas. Kuv muaj kev nyab xeeb thiab rov qab mus pw tau. Yog tias kuv yuav mus chav dej thaum hmo ntuj, kuv thiab kuv tsev neeg yuav pab kuv tau.

Thaum sawv ntxov, tus kws tshaj
lij txog fab kev pw yuav siv cov
ntaub so tshwj xeeb los nqa cov
pob thiab cov ntawv nplaum
tawm ntawm kuv lub cev. Kuv
tuaj yeem pab tshem tawm cov
no tau yog tias xav tau.





Tom qab laws txhua yam
tawm mus, txoj kev tshawb
fawb qhov kev pw tsaug
zog yuav ua tiav thiab kuv
yuav mus tsev tau. Kuv zoo
siab tias kuv ua tiav!

**TXHAWM RAU TEEM CAIJ NTAWM TXOJ KEV TSHAWB
FAWB TXOG KEV PW TSAUG ZOG LOS SIS MUAJ LUS NUG,**

thov hu rau Lub Chaw Pw Tsaug Zog hauv
Children's Minnesota ntawm 651-220-6256.



The Kid Experts®