

Kev Saib Xyuas Kaus Hniav rau Cov Me Nyuam Mos

Lub qhov ncauj uas muaj kev noj qab haus huv zoo pib thaum tseem yau. Txawm tias ua ntej kiag thaum koj tus me nyuam tuaj hniav, nws yog qhov tseem ceeb yuav pib kev saib xyuas qhov ncauj ib yam li txhua zaus rau koj tus me nyuam. Thaum uas cov hniav pib tshwm li thaum muaj 6 lub hlis, koj yuav tsum tau ntxiv mus rau qhov kev kuaj li txhua zaus. Cov hniav tsis tau plhis ntawm me nyuam mos tuaj yeem ua rau muaj teeb meem tsis paub kawg.

Vim li cas kev saib xyuas qhov ncauj rau me nyuam mos thiaj li tseem ceeb

Khoom noj khoom haus sib txuam nrog kab mob npev taws lias kom tsim muaj cov quav hniav nplaum rau cov hniav uas hu ua cov zeb taub txuab. Kab mob npev taws lias hauv cov zeb taub txuab ua rau muaj kua qaub uas noj cov txheej ploom tawv sab nraud ntawm tus hniav (cov txheej hniav sab nraud). Qhov no hu ua mob hniav lwj. Kev saib xyuas qhov ncauj zoo pab kom cov zeb tau txuab tsis pub sib sau kom tuab tuaj rau ntawm cov hniav thiab ua rau muaj hniav lwj.

Vim li cas nws thiaj li yog qhov tseem ceeb yuav pab kom koj tus me nyuam cov kaus hniav muaj zog?

- Cov hniav tsis tau plhis yuav tswj lub qhov rau cov hniav laus. Yog tias tus hniav tsis tau plhis lwj los sis raug rho tawm ntxhov dhau, qhov chaw uas nws tuav cia rau tus hniav laus yuav kaw cia. Tej zaum koj tus me nyuam yuav tau txais kev kho hniav uas siv kev zawm hniav tom qab ntawd.
- Tus hniav tsis tau plhis uas kis kab mob tuaj yeem ua rau tus hniav laus uas nyob hauv qab ntawd tuaj tsis zoo. Qhov no tuaj yeem ua rau muaj cov quav, cov qhov, thiab cov hniav laus tsis muaj zog.
- Cov hniav tsis tau plhis yog cov tseem ceeb rau kev txhim kho kev hais lus. Lawv kuj tseem yog qhov tseem ceeb hauv kev pab koj tus me nyuam zom tej khoom noj khoom haus kom raug thiab muaj tej khoom noj khoom haus zoo.

Kev tiv thaiv cov hniav lwj



Txij thaum yug los mus txog 6 lub hlis:

- Ntxuav koj tus me nyuam mos lub qhov ncauj thiab cov pos hniav tom qab noj mov tag thiab thaum yuav mus pw. Siv dej thiab daim ntaub nyias los sis daim ntaub to qhov, los sis tus pas txhuam hniav rau me nyuam mos uas zooj.
- Nrog koj tus me nyuam tus muab kev pab cuam saib xyuas kev noj qab haus huv tham hais txog tshuaj fluoride. Tshuaj fluoride pab tiv thaiv tsis pub muaj hniav po. Ntau lub nroog tau muab tshuaj fluoride ntxiv mus rau cov dej siv. Yog tias koj cheeb tsam zej zog tsis muaj, koj tus me nyuam mos yuav tsum tau muaj kev ntxiv cov tshuaj fluoride rau.

6 txog 12 lub hlis:

- Tus me nyuam mos thawj cov hniav tshwm los thaum muaj hnuv nyoog 6 lub hlis. Coj koj tus me nyuam mos mus rau tus kws kho hniav rau me nyuam yaus rau lub sij hawm no thiab koj tus me nyuam thawj lub hnuv yug.
- Txhuam cov hniav tom qab kev noj mov txhua zaub thiab thaum yuav mus pw nrog tus pas txhuam hniav me, uas muaj plaub mos thiab cov tshuaj txhuam hniav uas muaj tshuaj fluoride. Qhov ntau ntawm cov tshuaj txhuam hniav yuav tsum tsis pub ntau tshaj qhov loj me ntawm lub txhuv.
- Nug koj tus kws kho hniav hais txog kev plooj hniav uas siv tshuaj fluoride, uas tuaj yeem muab siv tau rau cov kaus hniav hauv txhua 3 txog 6 lub hlis.
- Siv txoj xov dig hniav rau koj tus me nyuam cov hniav txhua hnuv. Qhov no yuav tshem tau tus kab mob npev taws lias thiab cov zeb taub txuab tawm ntawm kis hniav thiab hauv cov pos hniav.
- Tsis txhob cia koj tus me nyuam mus pw nrog lub taub mis, mis hmoov, los sis kua txiv ntoo. Qhov no yuav ua rau muaj hniav lwj.
- Hloov koj tus me nyuam ntawm cov taub mis mus siv khob rau thaum lawv thawj lub hnuv yug.

Thaum twg yuav hu rau tus kws kho hniav

Hu rau koj tus me nyuam tus kws kho mob yog tias:

- Cov hniav tsis tau phlis ruam los sis tuaj tsis txhij
- Koj pom muaj ib qhov teev xim daj los sis xim dub hauv koj tus me nyuam mos cov hniav
- Tus kaus hniav hle tawm los

Health Net of California, Inc. yog ib lub tuam txhab ncau ntawm Health Net, LLC thiab Centene Corporation. Health Net yog lub cim kev pab cuam uas tau rau npe los ntawm Health Net, LLC. Tag nrho lwm cov cim tso npe ua lag luam/cov cim kev saib xyuas mas yeej tseem yog lawv cov tuam txhab li ntiag tug li qub. Ceev tseg txhua txoj cai.

© 2000-2025 The StayWell Company, LLC. Ceev tseg txhua txoj cai. Cov ntaub ntawv ntawm no tsis yog npaj los hloov kev saib xyuas mob nkeeg los ntawm kws kho mob. Ua raws nraim li koj tus kws tshaj lij txog kev saib xyuas kev noj qab haus huv cov lus qhia tas li.