

# Hãy Tìm Sự Giúp Đỡ!

Chúng tôi có những nguồn hỗ trợ để giúp quý vị.

Muốn biết thêm chi tiết, hoặc được giúp đỡ để ngừng sử dụng meth, gọi:

**GATEWAY: Alcohol and Drug Adult  
Managed-Care Services**  
1 (800) 488-9919

**Crystal Meth Anonymous**  
Có thể tìm các buổi họp tại địa phương và các thông tin khác ở trang web  
[www.crystalmeth.org](http://www.crystalmeth.org)

**Narcotics Anonymous**  
Các buổi họp của nhóm hỗ trợ 12 bước được tổ chức tại nhiều địa điểm khác nhau.  
(408) 998-4200

Muốn biết thông tin về chăm sóc trước khi sinh và giấy giới thiệu khám thai, gọi:

**Santa Clara County Public Health Department  
Maternal, Child & Adolescent Health**  
1 (800) 310-2332

Phát hành bởi

**The Coalition for Alcohol & Drug Free Pregnancies**  
[www.cadfp.org](http://www.cadfp.org)

**Santa Clara County Public Health Department Maternal,  
Child & Adolescent Health**

Ngân khoản được cung cấp bởi

**Santa Clara County Department of Alcohol & Drug Services (DADS)**

## Nếu Quý Vị Mang Thai Hãy Nghĩ Đến Sức Khỏe Của Em Bé



## Đừng Xử Dụng Meth



# Nếu Quý Vị Mang Thai

Hãy Nghĩ Đến Sức Khỏe Của Em Bé

## Đừng Sử Dụng Meth

Methamphetamine là một loại ma túy bất hợp pháp, nguy hiểm và rất dễ gây nghiện.

Những tên thông thường của methamphetamine là meth, crystal, crank, và speed.

Nếu quý vị sử dụng meth trong thời gian mang thai, meth có thể làm hại sức khỏe của em bé. Em bé có thể có những vấn đề tồn tại suốt cuộc đời của em.

Nếu quý vị đã sử dụng meth trước khi biết mình có thai, hãy ngưng sử dụng meth ngay bây giờ. Quý vị sẽ cho em bé một cơ hội tốt hơn để ra đời khỏe mạnh và không có những bệnh tật bẩm sinh có thể tồn tại suốt đời.

Nếu quý vị dự định có thai, đừng sử dụng meth. Quý vị có thể không biết quý vị sẽ có thai ngay.

Quý vị bỏ meth càng sớm, con của quý vị sẽ càng được khỏe mạnh hơn.

Khi quý vị sử dụng meth trong thời gian mang thai, chất ma túy xâm nhập vào cơ thể em bé trong bụng mẹ và có thể gây hại nghiêm trọng cho sự phát triển của em bé. Chất này cũng có thể ảnh hưởng đến não bộ của em bé. Em bé có thể bị sinh ra quá sớm, hoặc quá nhỏ con, dẫn đến nhiều vấn đề về sức khỏe.

Các em bé do phụ nữ sử dụng meth trong thời gian mang thai sinh ra, được mô tả là “những em bé cấu kỉnh khó chịu” và có thể bị:

- Mút và nuốt khó
- Rất nhạy cảm với ánh sáng và sự đụng chạm của người khác
- Run rẩy
- Khó ngủ
- Nhịp tim nhanh
- Thở nhanh
- Bộ xương/xương không bình thường
- Có nguy cơ cao hơn bị tử vong vì Hội Chứng Trẻ Sơ Sinh Đột Tử (SIDS)
- Có nguy cơ cao hơn bị bệnh nhiễm siêu vi (như Viêm Gan B, C và HIV).

Một số ảnh hưởng của sử dụng meth trước khi sinh có thể được nhìn thấy trong nhiều năm sau.

Trẻ em ở lứa tuổi đi học có người mẹ sử dụng meth trong thời gian mang thai có thể có:

- Khó khăn về học vấn
- Chậm phát triển
- Có những thái độ và hành vi không tốt
- Cấu kỉnh khó chịu
- Quá hiếu động
- Thiếu Tập Trung (ADD)
- Dễ nổi giận