

OU ANSENT?

PWOTEJE TÈT OU KONT ALKÒL AK DWÒG



Se yon verite.

Lè w bwè alkòl ak abize dwòg pandan w ansent, sa afekte tibebe w la. Li kapab lakoz malfòmasyon konjenital!

Si w ansent, ou petèt ansent, oswa si w ap eseye tonbe ansent SISPANN konsome alkòl ak dwòg.



Tibebe ki nan Vant Ou an Bwè Tout Sa W Bwè

Elve timoun se kòmansman yon long pakou... epi li mande anpil travay! Lè w pran swen tèt ou epi w rete an sante, sa pèmèt ou pran swen pitit ou.

♥ **Sonje**, ou pa pou kont ou. Pran yon jounen alafwa. Li pa janm twò ta pou kòmanse retablisman w.

Sendwòm Alkoolizasyon Fetis

Se Sèl Maladi Ou Ka Prevni a 100%

Li pa parèt tankou yon vè pa ka lakoz okenn domaj kounye a la. Poutan, alkòl la kapab lakoz ou pèdi tibebe w la nan yon fos kouch.

Lè w bwè, sa ka lakoz ou gen Twoub Espèk Alkòl Fetis (Fetal Alcohol Spectrum Disorder, FASD).

Tibebe w la ka fèt ekspoze ak sibstans epi sa ki vin lakoz ou dwe sevre l. Tibebe w la pral kriye, souke kòl, epi l ap gen doulè. Li kapab lakoz tibebe w la gen:

- ♥ **Kwasans ki lan**
- ♥ **Ti sèvo**
- ♥ **Twoub aprantisaj tout pandan ane lekòl yo**
- ♥ **Yon move jijman ki ta ka lakoz pwoblèm kote w vyole lalwa antanke yon adilt**
- ♥ **Pwoblèm atansyon**
- ♥ **Difikilte pou antann li avèk ou ak lòt moun**



Pote Yon Chanjman Kounye

Gen kèk bagay ou kapab fè si w ansent oswa si li posib pou ta ka tonbe ansent, bagay sa yo se:



Pran Preskripsyon W yo

Itilize pwòp medikaman sou preskripsyon ou. Pa janm prete oswa itilize preskripsyon yon lòt moun.



Chèche Èd

Pa gen yon kantite alkòl ki nòmal pandan peryòd gwosès. Alkòl la kapab lakoz twoub konpòtmantal ak twoub aprantisaj ki dire pandan tout lavi w. Tanpri, pale avèk yon moun si w gen difikilte pou kanpe sou alkòl pandan peryòd gwosès ou a oswa ale sou: www.helpisherede.com.



Swiv Enstriksyon yo

Pran medikaman sou preskripsyon w yo egzakteman jan doktè w la preskri yo a. Li tout enstriksyon yo avèk anpil atansyon avan w kòmanse pran kèlkeswa medikaman sou preskripsyon an.



Alkòl ak Dwòg

Elve timoun se yon travay ki difisil sitou si w ap eseye kenbe tibebe ak timoun piti an sekirite.

Konsomasyon dwòg oswa alkòl ka rann li difisil pou yon paran pran swen pitit li. Asire sekirite yon timoun vle di prete atansyon ak anviwònman kote y ap viv, jwe ak domi.

Sou enfluyans dwòg ak/oswa alkòl, yon paran ka petèt pa kapab fè chwa ki pi asire a. Pa egzanp, dòmi ka pran yon paran epi paran dòmi plis pase tan l konn abitye dòmi. Si y ap dòmi ansanm avèk tibebe ak timoun piti, sa ka fè timoun yo gen risk pou yo toufe.



Tabak

Tabak moun k ap bay swen yo ap konsome toupre tibebe ak timoun piti yo kapab afekte sante timoun yo.

Lafimen segondè se lè yon moun ap fimen nan yon espas ki fèmen tankou yon kay oswa nan yon machin. Egzanp fimen tèsyè a se lè yon tibebe enspire toksin ki nan rad, cheve, ak po moun k ap fimen an.

Ekspozisyon a lafimen segondè ak lafimen tèsyè a mete timoun piti yo arisk pou yo gen enfeksyon nan zòrèy, opresyon oswa pwoblèm respiratwa ki pi danjere lè yo trape yon grip oswa yon viris.



Dwòg Lari

Natirèlman, timoun piti yo kirye epi yo ka gen aksè ak nenpòt dwòg oswa medikaman yo preskri ke w pa konsève nan yon espas ki asire. Yo ka, san fè eksprè, vale oswa manje yon bagay ki pa bon pou yo.

Toujou kenbe preskripsyon ak nenpòt dwòg oswa medikaman kote timoun yo pa ka jwenn yo. Li t ap pi bon pou mete yo nan yon bifèt medikaman ki fèmen ak kle.

Konsèy: Mande doktè w la avan w kòmanse pran nenpòt medikaman an. Medikaman w te konn pran avan w te tonbe ansent lan ka pa bon pou pran kounye a. Menm medikaman yo vann nan yon famasi oswa nan yon makèt andomaje tibebe w la.

Chèche Èd ak Sipò

Li kapab difisil pou kite dwòg ak alkòl.

Si w bezwen èd, ale sou:

www.helpisherede.com

Si w vle aprann plis sou alkòl ak fason li gen enpak negatif sou tibebe w la, ale sou: cdc.gov/ncbddd/fasd/

Pou jwenn èd sou kijan pou pran swen yon timoun ki gen FASD, ale sou:

nofas.org/living-with-fasd

Pou jwenn swen medikal pandan w ansent oswa si ou ka petèt vin ansent, ale sou Healthy Women/Healthy Babies program (pwogram Fanm Ansante/Tibebe Ansante) a nan:

moms.healthywomende.com/services

Ou bezwen èd sou kijan pou chwazi?

Konpoze 2-1-1 apati telefòn ou pou rele Help Me Grow pou yo kapab konekte w ak yon konseye ki kapab fè w jwenn sèvis yo.



DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health
WIC Program

