

# KEV HAUS LUAM YEED THIAB KEV CEV XEEB



Kev haus luam yeeb ib txwm muaj teeb meem rau koj txoj kev noj qab haus huv, tab sis yog tias koj haus luam yeeb thaum koj cev xeeb me nyuam, nws kuj tsis zoo rau koj tus me nyuam li kev noj qab haus huv. Kev haus luam yeeb thaum cev xeeb me nyuam yeej muaj feem ntau yam teeb meem rau kev noj qab haus huv, suav nrog<sup>1</sup>:

- Qhov hnyav ntawm tus me nyuam yug los poob qis
- Yug ua ntej txog hnuv nyoog
- Muaj mob qee yam thaum yug los
- Me nyuam poob

Kev haus luam yeeb kuj muaj feem ua rau mob pos hniav. Kev tshawb fawb qhia tau hais tias tus poj niam cev xeeb me nyuam uas muaj kab mob pos hniav muaj pheej hmoo ua rau tus me nyuam yug ua ntej thaum ntshov los sis yug los me heev. Vim tias kev hloov pauv cov roj ntsha hormone thaum cev xeeb me nyuam, cov poj niam uas xav tias twb muaj kev pheej hmoo ntau ntshov cov pos hniav. Yog li yog tias koj haus luam yeeb thiab cev xeeb me nyuam, koj qhov muaj pheej hmoo muaj mob pos hniav yog ntau dua.<sup>2,3</sup>

Kev txiav luam yeeb, txawm tias koj twb xeeb me nyuam lawm los xij, tuaj yeem pab koj kom tsis txhob muaj teeb meem kev noj qab haus huv los ntawm kev haus luam yeeb. Qhov ntawd tuaj yeem pab tau zoo heev rau koj thiab koj tus me nyuam. Tham nrog koj tus kws kho mob txog qhov koj yuav txiav luam yeeb li cas thiab qhov yuav ua kom koj tus me nyuam noj qab nyob zoo thaum pib muaj txoj sia.

**Yog tias koj xav tau kev  
pab nrhiav tus kws kho  
hniav los sis muaj lus  
nug txog koj cov kev pab  
kho hniav, mus saib hauv  
DentaQuest.com los sis  
hu rau 1-833-479-1984,  
TTY/TDD 711.**



<sup>1</sup> "Kev Haus Luam Yeeb thiab Kev Cev Xeeb. Nkag siab txog tej uas muaj pheej hmoo tsis zoo." Mayoclinic.org. Hnuv Tim 19 Lub Peb Hlis, 2015. <http://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/indepth/smoking-and-pregnancy/art-20047021>. Siv tau hauv Hnuv Tim 26 Lub Xya Hli 2017

<sup>2</sup> "Kab Mob Pos Hniav Me Nyuam Mos (Pos Hniav): Cov Hauv Paus Ua Rau Muaj Mob, Cov Tsos Mob, thiab Kev Kho." Lub Chaw Kho Hniav thiab Kev Tshawb Fawb Txog Kab Mob Ntawm Taub Hau thiab Ntsej Muag Hauv Teb Chaws. NIH Daim Ntawv Luam Tawm Tus Nab Npawb. 13-1142. Cuaj Hlis 2013

<sup>3</sup> Heather Jared, BSDH, MS thiab Kim A. Boggess, MD, "Kab Mob Hniav Ua Ntej Yug Me Nyuam thiab Cov Tshwm Sim Ntawm Kev Xeeb Me Nyuam Tsis Zoo: Kev Tshuaj Xyuas Pov Thawj thiab Cov Teeb Meem Cov Nyom txog Kev Coj Ua Fab Kev Kho Mob." 2008 Daim Ntawv Xov Xwm hais txog Kev Tu Huv Rau Kaus Hniav. [https://www.adha.org/resources-docs/7838\\_Periodontal\\_Diseases\\_and\\_Adverse\\_Pregnancy\\_Outcomes.pdf](https://www.adha.org/resources-docs/7838_Periodontal_Diseases_and_Adverse_Pregnancy_Outcomes.pdf). Siv tau hauv Hnuv Tim 26 Lub Xya Hli 2017

*Cov txiaj ntsig pab rau kev kho hniav yog muab los ntawm California Dental Network. California Dental Network ua lag luam raws li lub npe DentaQuest. Thoob plaws hauv daim ntawv no, California Dental Network yuav raug hu ua DentaQuest.*

# Language Assistance

English: ATTENTION: If you need help in your language, call 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 or 711). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 or 711). These services are free of charge.

Arabic:

تنبيه: إذا كنت تحتاج إلى المساعدة بلغتك، اتصل على الرقم 1-833-479-1984 (للهاتف النصي: 1-800-466-7566 أو 711). وتتوفر أيضًا مساعدات وخدمات لذوي الإعاقات، مثل توفير الوثائق بلغة برايل وبخط كبير. اتصل على الرقم 1-833-479-1984 (للهاتف النصي: 1-800-466-7566 أو 711). وهذه الخدمات مجانية.

Chinese: 注意: 如果您需要使用您的语言获得帮助, 请拨打 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 或 711)。我们还提供为残障人士准备的辅助工具和服务, 例如盲文文件和大字版文件。请拨打 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 或 711)。这些服务是免费的。

Farsi توجه: اگر به زبان مادری خود به راهنمایی احتیاج دارید، با شماره 1-833-479-1984 تماس بگیرید (کاربران TTY با شماره 1-800-466-7566 یا 711 تماس بگیرند). برای افراد دچار ناتوانی، کمک و خدماتی مثل اسناد در قالب خط بریل و چاپ با حروف درشت نیز امکان پذیر است. با شماره 1-833-479-1984 تماس بگیرید (کاربران TTY با شماره 1-800-466-7566 یا 711 تماس بگیرند). این خدمات رایگان هستند.

Hmong: UA TWB ZOO NYEEM: Yog koj xav tau kev pab ua koj hom lus, hu rau 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 los sis 711). Tsis tas li ntawd, tseem muaj cov kev pab thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li ua tus ntawv sur au neeg dig muag thiab luam ua ntawv loj. Hu rau 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 los sis 711). Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

Russian: ВНИМАНИЕ! Если Вам нужна помощь на Вашем языке, позвоните по телефону 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 или 711). Также доступны средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например, документы, напечатанные шрифтом Брайля или крупным шрифтом. Позвоните по телефону 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 или 711). Эти услуги предоставляются бесплатно.

Spanish: ATENCIÓN: Si necesita ayuda en su idioma, llame al 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 o 711). También hay disponibilidad de ayudas y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y en letra grande. Llame al 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 o 711). Estos servicios son gratuitos.

Vietnamese: LƯU Ý: Nếu cần giúp đỡ bằng ngôn ngữ của quý vị, xin gọi số 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 hoặc 711). Chúng tôi cũng có các dịch vụ và hỗ trợ người khuyết tật, như các tài liệu bằng chữ Braille và in cỡ lớn. Gọi số 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 hoặc 711). Các dịch vụ này miễn phí.