

Hướng dẫn cài dây an toàn khi mang bầu

Tôi có nên cài dây an toàn không?

- Có đấy. Cài dây an toàn đúng cách là một trong những việc quan trọng nhất cần làm để bảo đảm an toàn cho quý vị và em bé.

Tôi nên cài dây an toàn như thế nào cho vừa vặn?

- Kéo đai hông vòng qua bên dưới phần bụng bầu sao cho đai nằm ngang hông.
- Kéo đai vai chéo qua để tránh phần bụng bầu, sao cho đai nằm xéo giữa phần ngực và xương quai xanh.

Tôi nên điều chỉnh ghế ngồi như thế nào?

- Dựa lưng vào thành ghế để tạo khoảng trống giữa bụng và vô lăng, nhưng vẫn phải đảm bảo chân quý vị với được tới bàn đạp một cách an toàn.
- Cố gắng đừng ngả lưng ghế quá đà. Hãy ngồi thẳng lưng một cách thoải mái.

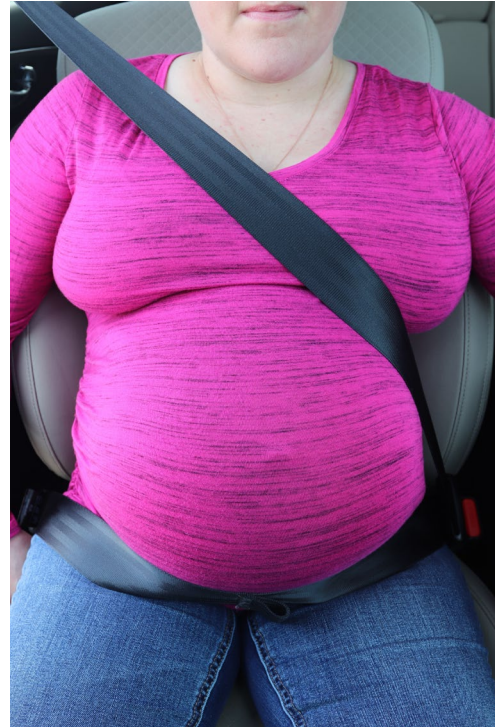
Tôi nên điều chỉnh túi khí an toàn thế nào?

- Điều chỉnh vị trí vô lăng để túi khí bung ra tại phần ngực của quý vị, chứ không phải phần bụng hay phần mặt.
- Điều chỉnh ghế ngồi để phần ngực và túi khí cách nhau ít nhất 10 inch.

Tôi nên làm gì khi xảy ra va chạm?

- Tìm hỗ trợ y tế ngay lập tức và thông báo với bác sĩ phụ sản của quý vị, ngay cả khi quý vị nhận thấy mình không bị tổn thương gì.

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập
www.hcpvs.org



Seat Belt Use During Pregnancy

Should I wear my seat belt?

- Yes. Wearing your seat belt properly is the most important thing you can do to keep you and your baby safe.

How should my seat belt fit?

- Place the lap belt under the curve of your belly so the belt rests on your hips.
- Wear the shoulder belt to the side of your belly and diagonally across the center of your chest and collar bone.

How should I adjust my seat?

- Sit back to provide space between your belly and the steering wheel, but be sure you can reach the pedals safely.
- Try not to recline the seat more than necessary. Sit in a comfortable upright position.

What should I do about my airbags?

- Tilt your steering wheel so the airbag is directed towards your chest, not your belly or your face.
- Adjust your seat to keep at least ten inches of space between the airbag and your chest.

What should I do if I am in a crash?

- Seek immediate medical attention and notify your prenatal care provider, even if you do not feel injured.

For more information, please visit www.hcpvs.org

