

# Hỗ trợ và thông tin về việc cho con bú sữa mẹ



## Sau khi rời bệnh viện, có sẵn các dịch vụ hỗ trợ cho con bú sữa mẹ sau đây:

- Một nữ hộ sinh sẽ đến thăm bạn tại nhà 1-2 ngày sau khi bạn xuất viện.
- Nếu bạn đang được một nữ hộ sinh MGP chăm sóc, họ sẽ tiếp tục liên lạc với bạn cho tới 2 tuần.
- Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em thuộc hội đồng thành phố địa phương của bạn sẽ liên lạc với bạn trong vòng 1-2 tuần.
- Đường dây Hỗ trợ Bà mẹ và Trẻ em làm việc 24 tiếng (MIỄN PHÍ) số 132 229
- Đường dây Hỗ trợ cho con bú sữa mẹ làm việc 24 tiếng (MIỄN PHÍ) số 1800 686 268 (gọi 131 450 nếu cần thông dịch viên)
- Trang mạng của Hiệp hội cho con bú sữa mẹ Úc Châu (Australian Breastfeeding Association) [TRÒ CHUYÊN TRỰC TUYẾN](#) Thứ Hai – Thứ Sáu 8 – 10 giờ tối
- Chuyên viên tư vấn về việc cho con bú sữa mẹ tại [trang mạng LCA NZ](#)



## Dịch vụ Hỗ trợ việc cho con bú sữa mẹ của các hội đồng thành phố địa phương (MIỄN PHÍ) \*thông tin cập nhật vào Tháng Ba 2022

- [Brimbank City Council](#): Khoa hướng dẫn cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9249 4433.
- [City of Melbourne](#): Khoa hướng dẫn cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9340 1444.
- [Hobson's Bay Council](#): Khoa hướng dẫn cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9932 1300.
- [Hume Council](#): Khoa hướng dẫn cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9205 2844. Có nhiều địa điểm và giờ hẹn trong vùng Hume.
- [Macedon Ranges](#): Dịch vụ Hỗ trợ cho con bú sữa mẹ, theo hẹn – Thứ Tư 9 giờ sáng – 4 giờ chiều tại Woodend. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 5422 0281.

- [Maribyrnong Council](#): Hỗ trợ cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9688 0501.
- [City of Melton](#): Dịch vụ Hỗ trợ cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9747 5462.
- [City of Moonee Valley](#): Khoa Hỗ trợ cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9243 1895.
- [Moorabool Council](#): Khoa hướng dẫn cho con bú sữa mẹ tại trung tâm hay tư vấn tại nhà, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em hi của bạn hoặc gọi số (03) 5366 7100.
- [Moreland Council](#): Hỗ trợ cho con bú sữa mẹ, theo hẹn. Thứ Hai 9 giờ sáng – 3 giờ chiều tại Merlynston và Thứ Tư 9 giờ sáng – 3 giờ chiều tại Coburg. Hãy gọi số (03) 9240 1111.
- [Wyndham Council](#): Hướng dẫn cho con bú sữa mẹ qua điện thoại, theo hẹn. Hãy nói chuyện với Y tá Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ em của bạn hoặc gọi số (03) 9742 8148.

### Đường dây thông tin về việc cho con bú sữa mẹ

- Sách [Tư tin cho con bú sữa mẹ](#) của Hiệp hội cho con bú sữa mẹ Úc Châu
- Video [Những điều cần bản khi cho con bú sữa mẹ](#) của Hiệp hội cho con bú sữa mẹ Úc Châu
- Các bài viết tại trang mạng của Hiệp hội cho con bú sữa mẹ Úc Châu
  - [Cách vắt và bảo quản sữa mẹ](#)
  - [Căng sữa](#)
  - [Núm vú bị đau/nứt](#)
  - [Ông dẫn sữa bị tắc nghẽn](#)
  - [Viêm vú](#)
- [Trang mạng của Mạng lưới nuôi con](#) (Raising Children Network)
- Các video hướng dẫn cho con bú sữa mẹ của Truyền thông Y tế Toàn cầu (Global Health Media)
  - [Tư thế cho con bú](#)
  - [Cho con ngậm vú mẹ](#)
  - [Con bạn có bú đủ sữa không?](#)
  - [Nên làm gì khi bị đau núm vú](#)



**Hiến chương về Quyền chăm sóc sức khỏe của Úc** mô tả các quyền của tất cả những người sử dụng hệ thống chăm sóc sức khỏe của Úc. Các bản sao của hiến chương bằng ngôn ngữ cộng đồng có sẵn gần lối vào chính của tất cả các bệnh viện Western Health, hoặc bạn có thể hỏi nhân viên hoặc tình nguyện viên.

Muốn biết thêm thông tin, hãy xem [www.safetyandquality.gov.au/australian-charter-healthcare-rights](http://www.safetyandquality.gov.au/australian-charter-healthcare-rights)