Kính gửi Phụ Huynh và Người Chăm Sóc,

Chúng tôi biết đại dịch COVID-19 đã gây khó khăn như thế nào cho các gia đình ở Massachusetts, và trong thời điểm nguy cấp này, việc bảo đảm tiêm phòng đầy đủ và thực hiện các biện pháp chăm sóc sức khoẻ định kỳ khác cho quý vị và con em quý vị càng quan trọng hơn bao giờ hết.

Chúng tôi viết thư này để khuyến khích quý vị tiếp tục các biện pháp chăm sóc sức khoẻ thường xuyên và [phòng ngừa](https://www.hhs.gov/healthcare/about-the-aca/preventive-care/index.html) cho bản thân quý vị và con em quý vị thông qua nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị và bác sĩ nhi khoa của trẻ. Việc đến các cuộc hẹn thăm khám định kỳ, thăm khám sức khoẻ trẻ em và chủng ngừa cho con em quý vị (như thủy đậu, cúm và sởi) là cực kỳ quan trọng.

Là một phụ huynh hay người chăm sóc, sức khoẻ của quý vị cũng cần được ưu tiên. Hãy đến gặp nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị để theo dõi các tình trạng mạn tính như tiểu đường và huyết áp cao, chăm sóc sức khỏe sinh sản và tình dục hoặc thảo luận về bất kỳ quan ngại nào, chẳng hạn như sức khỏe tâm thần hoặc sử dụng chất kích thích. Nếu quý vị dự định [mang thai](https://www.cdc.gov/pregnancy/index.html), hãy xin tư vấn và thực hiện tầm soát. Nếu quý vị đang mang thai, hãy khám thai định kỳ, uống vitamin tiền sản và tiêm phòng cúm.

Chúng tôi đánh giá cao sự giúp đỡ của quý vị trong việc bảo đảm rằng tất cả trẻ em và gia đình cũng như cộng đồng của chúng ta, luôn an toàn và khỏe mạnh vào mùa thu này và cả năm.

Trân trọng,

Text, letter

Description automatically generated

Elaine Fitzgerald Lewis, DrPH, MIA

Giám Đốc

Cục Dinh Dưỡng và Sức Khoẻ Gia Đình (Massachusetts Department of Public Health)

Sở Y Tế Công Cộng Massachusetts (Bureau of Family Health & Nutrition)