

7 ข้อ ที่คุณแม่ต้องรู้ เพื่อป้องกันการคลอดก่อนกำหนด



หลีกเลี่ยงการขับขี่
หรือซ้อนมอเตอร์ไซด์



ไม่ออกกำลังกาย



ไม่ทำงานหนัก
หรือกิจกรรมที่ออกแรงมาก



ไม่สูบบุหรี่



หลีกเลี่ยงการดื่มชา กาแฟ
เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์



งดการมีเพศสัมพันธ์



งดกระตุ้นหรือคลึงหัวนม



งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลท่าผา

