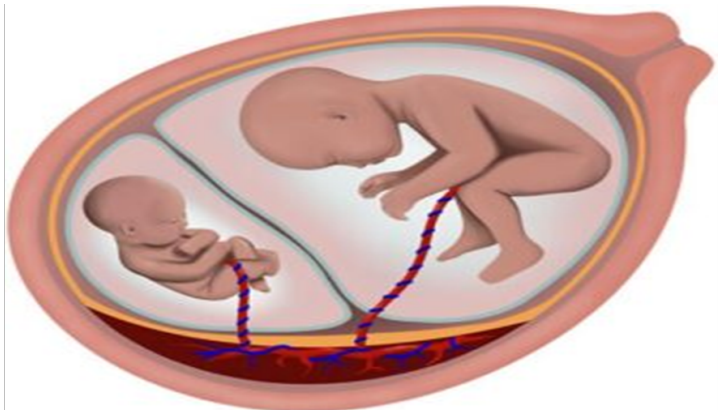


BỆNH VIỆN PHỤ SẢN TIỀN GIANG: NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ THAI CHẬM TĂNG TRƯỞNG TRONG TỬ CUNG

Trong suy nghĩ của hầu hết các mẹ bầu, con trai hay con gái không quan trọng, quan trọng là con có phát triển khỏe mạnh hay không. Tuy nhiên, không phải cứ uống thật nhiều sữa, ăn thật nhiều đồ bổ là thai nhi có thể lớn mạnh trong bụng mẹ. Một số trường hợp, *thai chậm tăng trưởng* trong tử cung khiến các mẹ bầu vô cùng lo lắng.

Hiểu được nỗi lo của các mẹ bầu, Bệnh viện Phụ sản Tiền Giang xin chia sẻ cùng các mẹ bầu một số thông tin liên quan đến sức khỏe thai nhi để các mẹ bầu cùng tham khảo.



Thai chậm tăng trưởng trong tử cung, nỗi lo lắng của các mẹ bầu

1. **Thai chậm tăng trưởng là gì?**

Thai chậm tăng trưởng là tình trạng thai nhi không đạt được sự tăng trưởng như bình thường. Hầu hết thai chậm tăng trưởng là nhỏ so với tuổi thai.

Theo cập nhật mới nhất của hiệp hội Sản phụ khoa mỹ 2021 (ACOG): Thai chậm tăng trưởng là thai có bách phân vị cân nặng hoặc chu vi vòng bụng *nhỏ hơn bách phân vị 10%*.

Có nghĩa là khi bạn đi siêu âm cân nặng thai và vòng bụng của thai sẽ được xếp vào một phần trăm cân nặng trên bảng bách phân vị, nếu bảng này $<10\%$ có nghĩa là con của bạn bị thai chậm tăng trưởng.

BỆNH VIỆN PHỤ SẢN TIỀN GIANG: NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ THAI CHẬM TĂNG TRƯỞNG TRONG TỬ CUNG



Siêu âm là xét nghiệm chính để kiểm tra sự phát triển của em bé trong tử cung

2. Nguyên nhân nào gây thai chậm tăng trưởng?

Có rất nhiều nguyên nhân có thể gây nên thai chậm tăng trưởng

• Nguyên nhân do mẹ :

- Mẹ mắc một số bệnh lý nội khoa (bệnh lý thận, tim mạch, tăng huyết áp, đái tháo đường, thiếu máu...)
- Tuổi mẹ nhỏ hơn 16 hoặc lớn hơn 35 tuổi,
- Tình trạng kinh tế - xã hội thấp,
- Khoảng cách giữa các lần mang thai ngắn
- Mẹ quá gầy, ăn uống thiếu thốn hoặc hút thuốc lá, nghiện rượu bia hay ma túy.

• Do thai :

- Đa thai: song thai hay tam thai.
- Nhiễm trùng bào thai: mẹ nhiễm có thể lây sang con gây nhiễm trùng bào thai như: rubella, toxoplasma, giang mai, cytomegalovirus.

BỆNH VIỆN PHỤ SẢN TIỀN GIANG: NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ THAI CHẬM TĂNG TRƯỞNG TRONG TỬ CUNG

- Dị tật thai, ví dụ dị tật tim.
- Bất thường về gen hay nhiễm sắc thể.

• Do phần phụ của thai :

Bánh nhau không cung cấp đầy đủ dinh dưỡng.

Ngoài ra, một số trường hợp thai chậm tăng trưởng do nhiều nguyên nhân nhưng cũng có khi không tìm được nguyên nhân cụ thể.

3. ***Vậy thai chậm tăng trưởng có nguy hiểm không?***

- Thai chậm tăng trưởng có thể hiểu là thai bị suy dinh dưỡng. Khi thai suy dinh dưỡng làm *tăng nguy cơ thai chết lưu* trong tử cung.
- Khi sinh ra trẻ *dễ mắc bệnh tật*
- *Tăng tỉ lệ trẻ tử vong* sau khi được sinh ra (tử vong chu sinh)
- Trẻ *chậm học tập, chậm tiếp thu*
- Khi trưởng thành bé *dễ béo phì, tiểu đường, bệnh tim*

BỆNH VIỆN PHỤ SẢN TIỀN GIANG: NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ THAI CHẬM TĂNG TRƯỞNG TRONG TỬ CUNG



Các bé chậm tăng trưởng trong tử cung có thể gặp nhiều vấn đề về sức khỏe sau khi sinh

4. Thai chậm tăng trưởng có phòng tránh được không?

Nguyên nhân gây ra thai chậm tăng trưởng có rất nhiều nguyên nhân. Có nguyên nhân có thể phòng tránh, có nguyên nhân không thể phòng tránh. Để có thể hạn chế tình trạng thai chậm phát triển, các mẹ bầu cần lưu ý:

- Đến gặp bác sĩ tư vấn về di truyền khi có kế hoạch mang thai
- Khi có kế hoạch sinh con, mẹ nên ngưng sử dụng rượu bia, thuốc lá và chất kích thích
- Không sử dụng các loại thực phẩm có chứa caffeine
- Chú ý bổ sung đầy đủ các chất dinh dưỡng và vitamin cần thiết cho mẹ trong thời gian mang thai. Mẹ có thể xem thêm [các món ăn tốt cho bà bầu](#) để lên kế hoạch ăn uống chuẩn chỉnh hơn.
- Nghỉ ngơi đầy đủ, tránh thức khuya
- [Tập thể dục](#) nhẹ nhàng mỗi ngày. Thời gian tập khoảng 30 phút là đủ
- Hỏi ý kiến bác sĩ trước khi sử dụng bất kỳ loại thuốc nào trước và trong thai kỳ

BỆNH VIỆN PHỤ SẢN TIỀN GIANG: NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ THAI CHẬM TĂNG TRƯỞNG TRONG TỬ CUNG



Mẹ cần duy trì chế độ ăn uống, sinh hoạt khoa học học, điều độ để phòng thai chậm tăng trưởng trong tử cung

5. Khi thai bị chậm tăng trưởng thì các mẹ bầu sẽ đi khám thai có khác gì không?

Khám thai định kỳ theo lịch của bác sĩ: Điều này giúp bác sĩ theo dõi và phát hiện sớm các vấn đề tiềm ẩn và đưa ra kế hoạch quản lý thai nghén thích hợp.

6. Khi thai bị chậm tăng trưởng thì mẹ phải sinh thường hay sinh mổ là tốt nhất?

Các bác sĩ sẽ khám và đánh giá mức độ suy thai giúp quyết định thời điểm và phương pháp xử trí đúng cho các mẹ bầu:

+ Theo dõi sinh thường nếu các mẹ bầu có dấu hiệu chuyển dạ tự nhiên hoặc không có chống chỉ định sinh đường âm đạo

+ Trường hợp suy thai, ối giảm, có thêm các yếu tố bất lợi khác như ngôi ngược, nhau bám thấp... thì mổ lấy thai và luôn phải có bác sĩ hồi sức sơ sinh tham gia vào thời điểm mổ lấy thai.

7. Vậy khi thai bị chậm tăng trưởng thì mẹ phải sinh con lúc thai bao nhiêu tuần?

BỆNH VIỆN PHỤ SẢN TIỀN GIANG: NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ THAI CHẬM TĂNG TRƯỞNG TRONG TỬ CUNG

Tùy vào mức độ suy dinh dưỡng của thai mà sẽ có chỉ định chấm dứt thai kỳ ở tuổi thai thích hợp; phải kết thúc thai kỳ đúng thời điểm, tránh can thiệp quá sớm, cụ thể như sau:

- + Tuổi thai ≤ 30 tuần: đảo ngược sóng tâm trương động mạch rốn.
- + Tuổi thai ≤ 34 tuần: mất sóng tâm trương động mạch rốn.
- + Tuổi thai 37 tuần: tăng trở kháng và còn sóng tâm trương động mạch rốn.
- + Tuổi thai từ 37 tuần và không quá 39: động mạch rốn bình thường.

Tóm lại, Thai chậm tăng trưởng luôn là nỗi lo lắng của hầu hết các mẹ bầu bởi vì vấn đề này sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe của bé sau khi con chào đời. Có rất nhiều nguyên nhân gây thai chậm tăng trưởng, có những nguyên nhân do bẩm sinh cơ thể người mẹ, có những nguyên nhân từ thoái quen người mẹ, có nguyên nhân có thể thay đổi được, có nguyên nhân không thay đổi được. Chính vì sự phức tạp của nó nên các mẹ bầu nên đi khám [khám thai](#) định kỳ đầy đủ, hãy nghỉ ngơi và ăn uống đầy đủ dinh dưỡng. Vì mục tiêu là sinh ra một bé khỏe mạnh chứ không phải chỉ là mang thai./.

KHOA KHÁM VÀ DINH DƯỠNG

*Tài liệu tham khảo:

- Hướng dẫn Điều trị sản phụ khoa , tập 1 - 2020, Bệnh viện Hùng Vương.
- Phác đồ điều trị sản phụ khoa 2022 - Bệnh viện Từ Dũ.
- Phác đồ điều trị năm 2023, Bệnh viện Phụ sản Tiền Giang.