

**Việc điều trị tắc tia sữa có nhiều phương pháp. Tuy nhiên, điều trị tắc sữa bằng máy siêu âm đa tần đang ngày càng được lựa chọn, bởi không gây tổn thương các tuyến sữa, hệ thống ống dẫn sữa và không gây đau đớn... đối với bà mẹ cho con bú.**

## 1. Nguyên nhân gây tắc tia sữa

Tắc tia sữa là tình trạng sữa mẹ bị giữ lại trong ống dẫn sữa ở bầu vú, khiến việc cho con bú đau và không ra sữa. Khi bị tắc tia sữa bà mẹ sẽ cảm thấy: Bầu vú căng sữa có cảm giác cương tức, cứng, đau, sờ thấy nóng khi chạm vào. Tình trạng tắc tia sữa nếu để kéo dài sẽ gây viêm vú, áp xe vú, ngừng tiết sữa.

Nguyên nhân gây tắc tia sữa ở bà mẹ cho con bú có rất nhiều như:

- Mới sinh con: Nguyên nhân là do sữa có nhiều trong bầu vú nhưng vẫn không chảy ra ngoài khi bé bú, lâu dần việc ứ đọng sữa sẽ khiến vú căng cứng và có thể khiến bạn bị sốt nhẹ.
- Sữa mẹ dư thừa: Vì lượng sữa mẹ còn thừa ở trong bầu vú khi em bé bú không hết hoặc bạn hút không hết phần sữa thừa nên dẫn đến sữa còn đọng lại.
- Ngực chịu áp lực: Nếu bạn mặc áo ngực quá chật, đi bộ trước ngực, nằm sấp... cũng có thể khiến các tia sữa bị tắc.
- Bé ngậm bắt vú mẹ không đúng cách: Nếu bé ngậm vú mẹ không đúng cách, bé sẽ không thể bú đủ lượng sữa khiến sữa còn tồn đọng lại trong bầu vú.
- Stress, áp lực: Căng thẳng có thể khiến bạn tắc tia sữa hoặc mất sữa. Vì vậy, hãy để bản thân được thư giãn, tinh thần thoải mái.



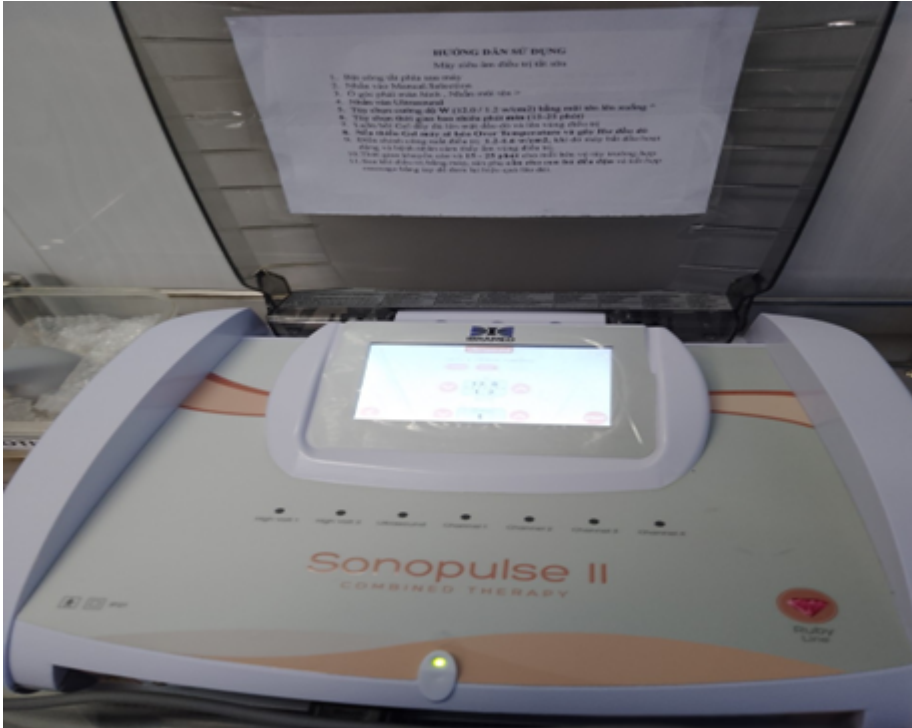
Tắc tuyến sữa sau sanh mổ ngày 4

## 2. Điều trị tắc sữa bằng máy siêu âm đa tần

Điều trị tắc sữa bằng máy siêu âm đa tần, đang ngày càng được lựa chọn tại Bệnh viện Phụ sản Tiền giang bởi có nhiều ưu điểm, như:

- Sóng siêu âm đa tần nhanh chóng đi vào hệ thống dẫn sữa và các nang sữa để đánh tan các cục sữa vón tại vị trí tuyến sữa bị đông kết.
- Phương pháp này sẽ không gây tổn thương các tuyến sữa và hệ thống ống dẫn sữa và không gây đau; không làm tổn thương đầu vú và tuyến sữa; không sử dụng thuốc và không có tác dụng phụ.
- Ngay lần điều trị đầu tiên bằng máy siêu âm đa tần, bạn sẽ giảm cương tức và đau, tuyến vú cũng mềm ra và sữa bắt đầu tiết khi trẻ bú hay hút.
- Liệu trình điều trị nhanh, 1 đến 2 lần sẽ có hiệu quả 90%, các tuyến sữa bị tắc sẽ được khai thông nhanh chóng.

## Điều trị tắc sữa bằng máy siêu âm đa tần



Điều trị tắc sữa bằng máy siêu âm đa tần



Sản phụ đang điều trị tắc tia bằng sóng siêu âm

### 3. Phòng ngừa tắc tia sữa ở bà mẹ cho con bú

Để ngăn ngừa tình trạng tắc tia sữa, người mẹ cho con bú nên thực hiện các phương pháp sau:

- Cho con bú thường xuyên cả 2 bầu vú. Sau khi bé bú không hết sữa, nên sử dụng máy hút để hút hết sữa ra ngoài.
- Sử dụng áo ngực hoặc quần áo rộng rãi, thoải mái
- Uống nhiều nước và nghỉ ngơi đầy đủ, tập một số bài tập thiền hoặc thể thao
- Xoa bóp vùng ngực nhẹ nhàng thường xuyên và đều đặn. Bắt đầu xoa bóp từ bầu vú hướng dẫn vào trong núm vú để giúp khai thông các tia sữa.

**KHOA HẬU SẢN-HẬU PHẪU**

*Nguồn tham khảo: Bệnh viện Từ Dũ*