

## TƯ VẤN CHO SẢN PHỤ TRONG CHUYỂN DẠ VÀ NGAY SAU ĐỂ

### 1. Nguyên tắc chung về tư vấn trong chuyển dạ

- Động viên để sản phụ bớt lo âu.
- Lắng nghe những điều khiến bản thân sản phụ và gia đình lo lắng.
- Thông cảm và tôn trọng những truyền thống văn hóa và tôn giáo của sản phụ.
- Nói cho sản phụ và gia đình biết những điều có thể xảy ra, giúp cho sản phụ hiểu về tình trạng của sản phụ và cách xử trí để làm giảm sự lo âu và giúp họ chuẩn bị trước cho những tình huống có thể xảy ra.
- Giải thích cho sản phụ và gia đình về những tai biến có thể gặp khi chuyển dạ.
- Đối với thai kỳ nguy cơ cao, cần giải thích cho thai phụ và gia đình về tình trạng bệnh, cách xử trí, cũng như hướng xử trí khi có tai biến, biến chứng xảy ra.
- Các nội dung tư vấn cần phải ghi vào phiếu tư vấn và lưu giữ trong hồ sơ bệnh án

## TƯ VẤN CHO SẢN PHỤ TRONG CHUYỂN DẠ VÀ NGAY SAU ĐẸ



### 2. Tư vấn trước khi sinh

- Thông tin cho sản phụ về cuộc đẻ bình thường hay đẻ khó.
- Giúp đỡ, động viên sản phụ để giảm bớt lo lắng.
- Hướng dẫn sản phụ biết cách thở đều, thở sâu (khi không có cơn co), thở nhanh, mạnh kết hợp xoa vùng xương cùng-cụt (khi đau do cơn co), cách nín hơi, rặn đẻ và cách thở ra khi không được rặn nữa...
- Ở nơi có thể, khuyến khích người thân hoặc bạn bè chăm sóc sản phụ, đặc biệt về tinh thần.
- Tư vấn làm xét nghiệm HIV khi chuyển dạ nếu sản phụ chưa xét nghiệm HIV trong thời kỳ mang thai.



### 3. Tư vấn ngay sau khi sinh

- Cung cấp thông tin về cuộc đẻ và tình trạng sơ sinh, hỗ trợ tình cảm cho sản phụ nhất là những trường hợp có vấn đề bất thường. Thực hiện các bước trong chăm sóc thiết yếu
- Tôn trọng lòng tin truyền thống, phong tục tập quán, giúp đỡ những gì sản phụ và gia đình cần. Tuy nhiên cũng cần giải thích cho sản phụ và gia đình hiểu những việc làm không có lợi cho mẹ và con như không cho bé bú ngay sau sinh, vắt bỏ sữa non, cho bé uống mật ong hay nước cam thảo... nếu như sản phụ thực hiện.
- Tư vấn sản phụ vận động sớm sau khi sinh, đặc biệt là vệ sinh thân thể như tắm

## TƯ VẤN CHO SẢN PHỤ TRONG CHUYỂN DẠ VÀ NGAY SAU ĐẼ

gội, đánh răng mỗi ngày, nằm phòng thoáng mát, không nằm than, không uống thức uống có cồn, không ăn chế độ ăn nhiều muối.

- Tư vấn cho sản phụ và gia đình về theo dõi và chăm sóc sau sinh cho cả mẹ và con.

- Tư vấn cho con bú ngay sau đẻ và cách nuôi con bằng sữa mẹ.

- Giải thích mọi vấn đề giúp họ giảm nỗi lo âu, băn khoăn.

- Lắng nghe, hiểu cặn kẽ và tôn trọng nỗi xúc động của sản phụ.

*Nguồn: HƯỚNG DẪN QUỐC GIA về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản.*

**NGUYỄN  
TRUNG TÍN**