

Chăm sóc mẹ và con trong thời gian hậu sản

Take home messages

Vấn đề thường gặp ở sản phụ những ngày đầu hậu sản

1. Trong những ngày hậu sản đầu tiên, bà mẹ thường trải nghiệm các hiện tượng: căng sữa, co hồi tử cung và tống xuất sản dịch
2. Căng sữa do sữa về là hiện tượng sinh lý
3. Thoát lưu vú không thoả đáng do cho con bú không đúng cách là nguyên nhân dẫn đến ứ đọng sữa, với các hệ quả xuất hiện theo trình tự là cương tức tuyến vú, tắc tia sữa, viêm vú vô trùng và cuối cùng là viêm vú nhiễm trùng, áp xe vú
4. Co hồi tử cung thể hiện sự lành mạnh của tử cung. Một tử cung bình thường, không nhiễm trùng, có lối thông thoát tốt sẽ có một tốc độ co hồi tử cung nhanh
5. Co hồi tử cung sẽ nhanh nếu mẹ cho con bú sớm và thường xuyên, vận động sớm và tử cung không bị nhiễm trùng. Co hồi tử cung chậm gợi ý có một tình trạng bệnh lí
6. Sản dịch không phải môi trường vô trùng. Ứ đọng sản dịch là điều kiện cần và đủ để dẫn đến nhiễm trùng hậu sản
7. Tập tiểu sớm sau sanh giúp dự phòng bí tiểu sanh sinh, nhất là khi có sanh khó
8. Nhiễm trùng vết may tầng sinh môn được xem như một nhiễm trùng ngoại khoa và phải được xử lí như một nhiễm trùng ngoại khoa

Vấn đề chăm sóc bé những ngày đầu hậu sản

1. Tôn trọng chuỗi ấu là nội dung quan trọng trong chăm sóc thiết yếu trẻ sau sinh
2. Rốn trẻ sơ sinh cần được giữ sạch và khô thoáng. Không khuyến cáo vệ sinh rốn bằng các hoá chất hay kháng sinh
3. Vàng da sơ sinh có thể là tình trạng sinh lí hoặc bệnh lí
4. Cần theo dõi, phát hiện sớm tình trạng vàng da nặng để can thiệp kịp thời, tránh diễn tiến xấu đi đến bệnh não do bilirubin
5. Cần phân biệt vàng da do sữa mẹ với vàng da do nuôi con bằng sữa mẹ. Vàng da do nuôi con bằng sữa mẹ là do con bú không đúng cách, trẻ không nhận đủ lượng sữa mẹ theo nhu cầu
6. Tắm nắng không cải thiện vàng da sơ sinh. Tắm nắng là cơ hội tốt nhất để người mẹ quan sát vàng da

Tránh thai trong thời kì hậu sản

1. Không khuyến cáo tránh thai bằng COCs trong thời gian hậu sản gần do liên quan đến tắc mạch do huyết khối
2. Vấn đề của sử dụng POCs trong thời gian hậu sản chủ yếu liên quan đến việc có hay không có sự ảnh hưởng ngắn và dài hạn của POCs trên trẻ sơ sinh
3. Tránh thai bằng IUD là an toàn nếu được thực hiện nếu được thực hiện ngay sau sanh hoặc sau khi hết 4 tuần hậu sản, và không có tình trạng nhiễm trùng khi thực hiện thủ thuật
4. Khi thực hiện tránh thai bằng cho con bú vô kinh (LAM) đúng cách, buồng trứng gần như không hoạt động. Tuy nhiên hiệu quả của LAM là thấp so với các biện pháp khác. Việc tránh thai bằng LAM nên được cân nhắc kĩ lưỡng

Sử dụng kháng sinh và thuốc trong thời kì hậu sản

Khi sử dụng kháng sinh hay bất kì dược chất nào trong thời gian hậu sản, cần xem xét các vấn đề sau theo trình tự

1. Dược chất đó có qua được sữa mẹ hay không?
2. Nếu qua được sữa mẹ, liệu dược chất đó có bị trẻ hấp thu qua đường tiêu hóa hay không?
3. Nếu dược chất được trẻ hấp thu qua đường tiêu hóa thì nó có khả năng gây hại cho trẻ hay không?

Nuôi con bằng sữa mẹ trong trường hợp mẹ nhiễm HIV hoặc HBV

Mẹ nhiễm HBV

1. Trong trường hợp nhiễm HBV, thực hiện nuôi con bằng sữa mẹ tiềm ẩn và tồn tại nguy cơ lây truyền dọc cho con.
2. Nguy cơ sẽ giảm thiểu tối đa khi tải lượng virus được kiểm soát tốt trong thai kỳ và lúc sinh, đồng thời với tiêm đủ vaccin và immunoglobulin cho trẻ ngay sau sinh

Mẹ nhiễm HIV

1. Bà mẹ nhiễm HIV thực hiện nuôi con bằng sữa mẹ có nguy cơ lây truyền dọc cho trẻ cao hơn rất nhiều so với bà mẹ nhiễm HBV
2. Khuyến cáo nên thực hiện AFASS khi mẹ nhiễm HIV
3. Trong trường hợp không thực hiện được AFASS, thì có thể chấp nhận nuôi con bằng sữa mẹ, nhưng phải nuôi con bằng sữa mẹ hoàn toàn, và phải là bú mẹ trực tiếp

Cảm ơn các em và hẹn gặp lại!

Bộ môn mong các em gửi phản hồi về bài học qua e-mail:
lethimytrinh@ump.edu.vn