**ĐỊNH TUỔI THAI**

1. Nếu thai phụ có kinh chót 26-30 ngày, đều, và thai phụ nhớ rõ ngày đầu kinh chót là khi nào => sử dụng để tạm tính tuổi thai.

Các điều kiện cần để thỏa điều kiện tính kinh chót:

* Chu kỳ kinh đều
* Chu kỳ kinh <31 ngày
* Không có chu kỳ không phóng noãn
* Không sử dụng tránh thai nội tiết trong vòng 2 tháng
* Không có kỳ kinh cuối có tính chất khác lạ

**Tính ngày dự sinh theo tuổi thai - công thức Naegle**

Ngày + 7/ Tháng -3/ Năm +1

Nhưng theo công thức là ngày rụng trứng và thụ tinh là ngày thứ 14 của chu kỳ => ví dụ chu kỳ kinh 30 ngày => tính lại ngày kinh cuối lý thuyết rồi sử dụng công thức

1. Tuổi thai sẽ được kiểm định bằng siêu âm, nếu không có gì bất thường thì thực hiện siêu âm lúc 11 tuần - 13 tuần 6 ngày để định tuổi thai + siêu âm hình thái học.

Nếu có bất thường thì sẽ thực hiện siêu âm sớm hơn lúc 8 tuần 0/7

1. **Tuổi thai chính xác nhất là IVF**

Nếu có thụ tinh trong ống nghiệm, tuổi thai phải tính theo IVF, những bất thường trên siêu âm thì khẳng định là thai phát triển bất thường

**Tính ngày dự sinh theo tuổi IVF:**

Ngày-7/Tháng-3/Năm +1

Nếu chuyển phôi ngảy 3 thì tính lại ngày phóng noãn rồi áp dụng công thức

1. **Tuổi thai của canh ngày rụng trứng - nhật ký vợ chồng - bơm tinh trùng**

Lúc này xem như là trường hợp 1 - kinh cuối đáng tin cậy, đều, tính ngày kinh cuối lý thuyết rồi tạm tính tuổi thai, xác định lại bằng siêu âm

**SIÊU ÂM**

Nếu 1 thai phụ đến chưa có siêu âm nào, dựa vào lâm sàng ước đoán tuổi thai và hẹn ngày siêu âm để xác định tuổi thai (thường hẹn lúc 8 tuần nếu tiền sử, bệnh sử có bất thường, nếu không có gì thì hẹn 10 tuần - 13 tuần 6 ngày)

Nếu thai phụ đến đã có nhiều siêu âm, dùng siêu âm nào chính xác nhất để định tuổi thai (lấy cái 7-8 tuần)

Tuổi thai tính theo siêu âm từ 7 tuần -13 tuần 6 ngày, do sinh trắc thai ở TCN 1 ít bị ảnh hưởng so với TCN2 và 3.

**CRL thích hợp là từ 10mm <= CRL <= 84mm**

**Từ 7 tuần tới 9 tuần 6 ngày: 10mm <= CRL <= 30mm**. Sử dụng công thức **CRL +42 = ngày tuổi thai**

(CRL cm +6,5 = tuần tuổi thai)

**Từ 10 tuần - 13 tuần 6 ngày: 84mm>=** CRL>=**30mm** => dùng FMF

**Với 1 thai phụ có nhiều kết quả CRL, dùng cái sớm nhất thỏa điều kiện CRL có thể định tuổi thai**

**So sánh với siêu âm**

Nếu thai <9 tuần 0/7, nếu <=5 ngày, tính theo kinh chót

Nếu thai <13 tuần 6 ngày, nếu <=7 ngày, tính theo kinh chót

**Trước 13 tuần 6 ngày, phải định được tuổi thai của thai phụ**

**Nếu không thể nào xác định tuổi thai => phải định tuổi thai trước 22 tuần nhờ HC và BPD**

HC và BPD đo được trên siêu âm **từ 11 tuần do lúc đó hoàn tất tạo xương sọ**

* Không khuyến cáo sử dụng HC và BPD thay cho CRL nếu CRL vẫn thỏa điều kiện xét tuổi thai => chỉ sử dụng BPD và HC từ tuần 14 trờ đi
* HC: ưu tiên hơn BPD, tính theo FMF
* BPD tính được từ 13 tuần tới 26 tuần**: Tuần tuổi thai= 1/3x(BPD-17)+11** (do từ tuần 11, BPD là 17mm, 1 tuần tăng 3 mm)

**Một số cách khác để tính tuổi thai:**

1. **Túi thai (GS) (Chu vi túi thai MSD) và Túi noãn hoàng Yolksac**

Từ tuần thứ 5, có thể nhìn thấy hình ảnh túi thai là **hình ảnh vòng đôi (do phản âm chênh lệch của nguyên bào nuôi và màng rụng), nằm lệch hẳn 1 bên so với đường giữa nội mạc tử cung.**

|  |
| --- |
| ***Công thức GS: MSD+30= ngày tuổi thai.***  ***MSD không xài khi >14mm hoặc khi phôi thai xuất hiện*** |

Từ giữa tuần 5 (5,5 tuần) thấy được hình ảnh túi noãn hoàng nằm ở mặt bụng phôi thai. **Yolk sac dãn rộng là dự báo của thai nghén thất bại sớm**

|  |
| --- |
| *Yolksac có kích thước 2-3mm, di chuyển ra ngoại vi xoang ối ở tuần 10,* ***lúc đó là 6mm*** |

**Bề cao tử cung**

**BCTC+4= tuần tuổi thai**

Khoảng tuần 20, TC cao ngang rốn

**OSCE**

Thai phụ đến khám tam cá nguyệt 1

**1. Xác định tuổi thai chính xác và tính ngày dự sinh**

**2. Xác định những giấy tờ khám thai**

**3.** **Đưa ra quyết định làm những gì trong lần khám này, giải thích**

HỎI BỆNH

Chào chị tôi là ...., phụ trách phòng khám.

Chị có thể tự giới thiệu về mình không? (Tên, tuổi, nghề nghiệp, địa chỉ)

Hôm nay vì sao chị đến khám?

Vậy hôm nay tôi sẽ hỏi một số thông tin, sau đó tư vấn cho mình hiểu rõ những vấn đề trong thai kỳ. Nếu có thắc mắc chị có thể hỏi lại bác sĩ

1. **Tiền căn gia đình**

Gia đình mình có ai bị các bệnh lý:

1. Thiếu máu, thalassemia
2. Di truyền, chậm phát triển tâm thần, dị tật bẩm sinh
3. Lao phổi, cúm, ung thư
4. Có ai trong nhà (mẹ, chị gái) bị ung thư buồng trứng, tử cung
5. Nhà mình có ai sinh đôi, sinh ba không?
6. Tiền căn nội-ngoại khoa

**Nội khoa:**

1. Chị có bệnh lý tim mạch (huyết áp), phổi (hen suyễn), gan mật (viêm gan B,C), thận niệu (nhiễm trùng tiểu, sỏi thận)
2. Chị có bị ĐTĐ, cường giáp suy giáp không? Chị có bị bệnh tự miễn (lupus) hay HIV không?
3. Chị có bệnh lý thần kinh (trầm cảm, động kinh) không?
4. Gần đây có truyền máu không? Tại sao?
5. Có sử dụng thuốc, hay hút thuốc lá, rượu bia gì không?

**Ngoại khoa:**

1. Từng chấn thương vùng cột sống, chậu không?

**Sản khoa:**

1. Chị lập gia đình cách đây bao lâu?
2. PARA:

+ Chị có mấy bé rồi?

+ Bé sinh năm nào? Thai tự nhiên hay thụ tinh nhân tạo? Đơn thai hay đa thai? Sinh thường, giúp sanh hay mổ? Mổ lúc bao nhiêu tuần? Sinh xong em bé bao nhiêu kg, có biến chứng gì không? Chị nằm viện bao lâu? Bé sinh có phát triển đầy đủ về tâm thần vận động không?

* Vậy hiện tại PARA của chị là

+ Có lần nào chị có sảy thai, thai lưu, thai ngòai tử cung, phá thai không?

* Thai ngoài tử cung: Năm nào? Lần đó làm sao chị biết thai ngoài? Thai ngoài bên phải hay bên trái? Mình điều trị nội khoa hay mổ hay không điều trị? Lúc đó có biến chứng gì không?
* Thai trứng: Năm nào? Lần sao biết thai trứng? Chị điều trị như thế nào, bao lâu? Có biến chứng gì không?
* Sảy thai, phá thai: Năm nào? Lúc đó thai bao nhiêu tuần? Lúc đó tại sao sảy thai? Lúc đó bác sĩ điều trị như thế nào?

P: Số lần sinh em bé >37 tuần

A: Số lần sinh em bé =>22 tuần

R: Số lần sinh em bé <=21 tuần 6 ngày (sảy, phá, chỉ trừ thai trứng, thai ngoài ra thôi)

A: Số con hiện tại còn sống

+ Thai kỳ lần trước có lần nào chị bị ĐTĐ, TSG, sinh non không?

Phụ khoa:

Kinh nguyệt:

Chị có kinh lần đầu năm nào? Chu kỳ kinh mình đều không? 1 chu kỳ bao lâu? 1 lần hành kinh bao lâu? Mình ra máu nhiều không, 1 ngày mấy băng vệ sinh? Máu ra đỏ tươi hay huyết cục? Có đau bụng, buồn nôn không?

Kinh cuối của mình khi nào? Lúc đó có kinh mấy ngày. Ra máu giống bình thường không?

Kinh kế cuối của mình khi nào? Lúc đó có kinh bao lâu? Ra máu giống bình thường không?

Phụ khoa:

* Chị có bệnh phụ khoa (giang mai, loạn khuẩn âm đạo, nhiễm nấm, sùi mào gà) không?
* Chị có bị: viêm lộ tuyến, u tiền đạo, u xơ tử cung, nang buồng trứng, có khoét chóp tử cung, cắt buồng trứng không?

KHHGD:

* Từ lần trước đến lần này chị có tránh thai không? Phương pháp gì? Thai này trong/ ngoài kế hoạch? Có hỗ trợ sinh sản không?

Chủng ngừa:

* Trước khi đến khám chị có khám ở đâu chưa? Chị được làm xét nghiệm hay siêu âm gì chưa?
* Chị có chích ngừa viêm gan B, Rubella chưa? Lần trước chích mấy mũi uốn ván?

Lần này:

* Làm sao chị biết mình có thai?
* Chị có đau bụng, ra huyết, buồn nôn không?

**Hiện tại, kinh của chị đều, chu kỳ ... ngày, gần đây chị không sừ dụng tránh thai nội tiết, nên ước tính tuổi thai theo kinh chót của chị là.... Chúng ta sẽ dựa vào kết quả siêu âm để xác định lại 1 lần nữa.**

**Theo kết quả siêu âm thì siêu âm của chị (5-6-7) tuần là không đủ điều kiện để tính tuồi thai. Chị có còn kết quả siêu âm nào khác không? Nếu không, bây giờ chúng ta sẽ phải làm siêu âm để xác định.**

À tôi làm rồi...

**Hiện tại theo siêu âm này thì thai của mình là ...., do chênh lệch giữa siêu âm và kinh cuối là.... nên ta sẽ sử dụng để tính tuổi thai**

**Vậy tuổi thai hiện tại của chị là.....**

VD thai 8 tuần

**Bây giờ, chúng ta sẽ tiến hành khám tổng quát để đánh giá sức khỏe của chị, sau đó sẽ thực hiện 1 số xét nghiệm.**

* Chúng ta sẽ đánh giá tổng quan của chị: chiều cao, cân nặng, đo sinh hiệu mạch, huyết áp, nhịp thở, tình trạng phù
* Khám da niêm xem chị có thiếu máu không?
* Khám các cơ quan: tuyến giáp, tim, phổi, bụng
* Khám ngoài: Có vết mổ cũ: vị trí, ngang/ dọc, lành, đau không?
* Khám mỏ vịt: Âm hộ, âm dạo, cổ tử cung, có sang thương, tiết dịch hay không? Chiều cao từ cung có tương xứng với tuổi thai không? Khám phần phụ, cùng đồ có tiết dịch không?

Sau khi khám, chúng ta sẽ làm xét nghiệm:

Máu:

1. CTM xem chị có thiếu máu không
2. Đường huyết đói (OGTT) xem mình có tình trạng đường cao không?
3. Xét nghiệm miễn dịch: viêm gan HbsAg, Rubella IgG, IgM, Anti HIV, giang mai VDRL
4. Nhóm máu ABO, Rh
5. Chức năng gan, chức năng thận

Nước tiểu: TPTNT xem có nhiễm trùng tiểu không

Đây là các xét nghiệm tổng quát để đảm bảo chị đú sức khỏe để có 1 thai kỳ bình thường. Chị có đồng ý làm không?

Cảm ơn chị. Vậy tôi hẹn chị quay lại tái khám vào 4 tuần sau, thời điểm đó, chị sẽ được làm xét nghiệm tên là Combined test và siêu âm hình thái học để xem tình trạng lệch bội của em bé.

**Lịch khám thai**

|  |  |
| --- | --- |
| **11w-13w6d:**   1. **MÁU:**  * **CTM** * **Miễn dịch** * **CN gan, thận** * **Đường huyết đói** * **ABO, Rh**  1. **TPTNT** 2. **Combined test**   **Nếu bệnh nhân tiền sản giật thì dự phòng siêu âm kháng trở động mạch tử cung và đo PlGF, đo huyết áp trung bình để đánh giá** | **Hẹn tái khám 4 tuần để:**   * **Siêu âm sinh trắc** |
| **16 tuần**   * **Cân nặng, mạch, HA, TPTNT, đo bề cao tử cung** * **Siêu âm sinh trắc** | **Hẹn tái khám 4 tuần để**   * **Siêu âm hình thái học TCN2** * **Siêu âm chiều dài kênh CTC**   **Hướng dẫn thai phụ chú ý thai máy** |
| **20 tuần**   * **Cân nặng, mạch, HA, TPTNT, đo bề cao tử cung** * **Tiêm VAT** * **Siêu âm hình thái học** * **Siêu âm chiều dài kênh CTC** | **Hẹn tái khám 4 tuần để**   * **Siêu âm sinh trắc** * **OGTT** * **Tiêm VAT** |
| **24 tuần**   * **Cân nặng, mạch, HA, TPTNT, đo bề cao tử cung** * **VAT** |  |
| **32 tuần**   * **Siêu âm sinh trắc TCN3, đánh giá bánh nhau. Thể tích ối** * **NST** | **Tái khám sau 2 tuần để**  **Siêu âm sinh trắc, đánh giá thể tích ối**  **NST** |
| **34** | **36** |
| **36-39**  **Hẹn tái khám mỗi tuần** | **40w: tái khám mỗi 3 ngày**  **41w: nhập viện** |