

Tiêu đề: Dấu hiệu nhiễm HPV ở phụ nữ: Nguyên nhân và cách phòng ngừa

Nội dung:

Virus HPV là nguyên nhân của hơn 90% trường hợp ung thư cổ tử cung ở nữ giới và các bệnh ung thư âm hộ, âm đạo. Việc nhận diện và hiểu rõ về dấu hiệu nhiễm HPV là vô cùng quan trọng để phòng ngừa và điều trị kịp thời. Bài viết này sẽ đi sâu vào nguyên nhân, dấu hiệu nhiễm HPV ở phụ nữ cũng như các biện pháp phòng ngừa hiệu quả, nhằm đẩy lùi tác động của virus này đối với sức khỏe cộng đồng và đặc biệt là sức khỏe sinh sản của phụ nữ.

Bài viết có sự tư vấn y khoa của ThS.BS Ngô Thị Kim Phượng, Quản lý Y khoa Vùng 2 – miền Trung – Tây Nguyên, Hệ thống tiêm chủng VNVC

Virus HPV (Human Papilloma Virus) là một loại virus gây u nhú ở con người, với hơn 200 loại ảnh hưởng đến nhiều bộ phận khác nhau của cơ thể. Trong số này, khoảng 40 loại HPV có thể gây ra các bệnh liên quan đến các bộ phận sinh dục như âm hộ, âm đạo, cổ tử cung, dương vật, bìu, trực tràng và hậu môn. HPV chủ yếu lây truyền qua đường tình dục, tiếp xúc da kề da hoặc ít gặp hơn là lây truyền từ mẹ sang con. HPV là nguyên nhân của hơn 90% trường hợp nhiễm ung thư cổ tử cung ở nữ giới và các bệnh ung thư âm hộ, âm đạo.

Virus HPV được chia thành 2 phân nhóm là HPV nguy cơ cao và HPV nguy cơ thấp. Trong đó, HPV nguy cơ thấp gồm các tuýp 6, 11, 40, 42, 43, 44, 54, 55, 61, 70, 72, 81, CP6108,...gây các bệnh u nhú sinh dục, sùi mào gà, các tổn thương mô vảy. Virus HPV nguy cơ cao gồm các tuýp 16, 18, 31, 33, 35, 39, 45, 51, 52, 56, 58, 59, 66 và 68,... gây ra các bệnh u nhú sinh dục và các loại ung thư nguy hiểm ở cả nam và nữ giới như ung thư cổ tử cung, ung thư hậu môn, ung thư vòm họng, ung thư dương vật, ung thư âm hộ, mụn cóc sinh dục,...

Theo thống kê, có khoảng 11-12% dân số trên thế giới (tương đương với khoảng 700-800 triệu người) đang nhiễm HPV ở cả nam và nữ. Tỷ lệ hiện nhiễm HPV ở phụ nữ trên toàn thế giới vào khoảng 10%. Phụ nữ Đông Phi có tỷ lệ mắc cao nhất (31,6%). Tại Việt Nam, tỷ lệ nhiễm HPV ở phụ nữ vào khoảng 8-11% tùy thuộc vào từng khu vực địa lý và nhóm dân cư khác nhau. Có ít nhất 50% phụ nữ đã từng nhiễm HPV ít nhất một lần tại một thời điểm nào đó trong cuộc đời.

HPV là một loại virus lây truyền qua đường tình dục phổ biến. Hầu hết phụ nữ và nam giới sẽ bị nhiễm bệnh vào một thời điểm nào đó trong đời và thời điểm cao nhất nhiễm bệnh là ngay sau khi quan hệ tình dục. Trong hầu hết các trường hợp nhiễm HPV ở phụ nữ, hệ miễn dịch sẽ tạo ra kháng thể để chống lại virus và đào thải ra ngoài cơ thể. Tuy nhiên, trong một số trường hợp HPV không thể tự đào thải và tiến triển gây ra các bệnh lý nguy hiểm. Khi xuất hiện bệnh, các dấu hiệu nhiễm HPV ở phụ nữ sẽ khác nhau, tùy thuộc vào từng tuýp HPV và từng giai đoạn của bệnh. Một số dấu hiệu và triệu chứng nhiễm HPV ở nữ giới như:

Đối với dấu hiệu nhiễm HPV ở nữ giới tiến triển thành bệnh ung thư cổ tử cung, trong giai đoạn sớm của ung thư, cổ tử cung sẽ có biểu hiện chảy máu bất thường, tiết dịch âm đạo bất thường, cảm thấy đau rát khi quan hệ. Khi chuyển sang giai đoạn trễ hơn, người bệnh sẽ gặp các triệu chứng nghiêm trọng hơn như: đi tiêu, đi tiểu khó khăn, có máu trong nước tiểu, đau xương, phù chân, mệt mỏi, chán ăn, giảm cân.

HPV rất khó để kiểm soát bởi con đường lây nhiễm đa dạng và có thể ủ bệnh trong thời gian dài, có thể lên đến vài chục năm. Trong đó, đường lây virus HPV thường gặp là qua quan hệ tình dục bao gồm quan hệ qua âm đạo, đường hậu môn và các tiếp xúc da kề da khác ở vùng sinh dục. Những yếu tố nguy cơ khiến tỷ lệ lây nhiễm HPV ở nữ giới cao hơn bao gồm:

HPV là một mối đe dọa tiềm ẩn đối với sức khỏe sinh sản của phụ nữ. Virus này có thể tồn tại và phát triển trong nhiều năm mà không gây ra triệu chứng rõ ràng. Nếu không được phát hiện và điều trị kịp thời, HPV có thể gây ra các bệnh lý nghiêm trọng như:

Mụn cóc sinh dục là một trong những bệnh lây truyền qua đường tình dục phổ biến nhất ở nữ giới. Nguyên nhân chính gây ra bệnh là do một vài chủng virus HPV gây u nhú ở người (chủng 6, 11 chiếm 90% trường hợp). Mụn cóc sinh dục có thể xuất hiện ở bộ phận sinh dục, hậu môn, các khu vực xung quanh và có thể lây từ người này sang người khác thông qua quan hệ tình dục không an toàn. Mụn cóc sinh dục thường xuất hiện dưới dạng các nốt mụn, sưng, u nhú nhỏ màu da hoặc màu hồng xung quanh vùng cơ quan sinh dục.

Nếu không được điều trị kịp thời, mụn cóc sinh dục có thể gây ảnh hưởng xấu đến chất lượng cuộc sống, khiến người bệnh không thoải mái, có cảm giác ngứa ngáy, bị sưng và viêm nhiễm ở

vùng sinh dục. Thậm chí, tình trạng nặng có thể ảnh hưởng đến khả năng sinh sản, diễn tiến thành ung thư. Theo thống kê của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), có khoảng 290 triệu phụ nữ trên toàn thế giới bị nhiễm HPV và có khoảng 14 triệu người bị mụn cóc sinh dục. 90% ca bệnh mụn cóc sinh dục được xác định do 2 chủng HPV 6 và 11 gây ra. Ước tính mỗi năm trên thế giới có khoảng 400.000 người ở độ tuổi thanh thiếu niên và người ngoài 20 tuổi mắc mụn cóc sinh dục.

(1)

Ung thư cổ tử cung là bệnh lý ác tính của tế bào biểu mô lát (tế bào biểu mô vảy) hoặc tế bào biểu mô tuyến cổ tử cung phát triển bất thường dẫn đến hình thành các khối u trong cổ tử cung. Các khối u này phát triển một cách mất kiểm soát, xâm lấn và tác động đến các cơ quan xung quanh, thường gặp nhất là di căn đến phổi, gan, bàng quang, âm đạo và trực tràng.

Ung thư cổ tử cung là loại ung thư nguy hiểm đứng thứ 2 chỉ sau ung thư vú. Có khoảng 99.7% trường hợp ung thư cổ tử cung đều có sự hiện diện của HPV, phổ biến nhất là 2 tuýp virus HPV 16, 18, kế tiếp là các tuýp HPV 31, 33, 45. Theo thống kê của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), mỗi năm thế giới ghi nhận hơn 604.000 trường hợp mắc mới ung thư cổ tử cung và khoảng 342.000 ca tử vong. Ở Việt Nam, mỗi năm có trên 5.000 ca mắc mới ung thư cổ tử cung và có khoảng 2.400 phụ nữ tử vong. (2)

Ung thư âm hộ là bệnh ung thư xảy ra ở bề mặt ngoài của cơ quan sinh dục nữ. Âm hộ là vùng da bao quanh niệu đạo và âm đạo, bao gồm cả môi nhỏ và âm vật. Các hình thái ung thư âm hộ là khối u hoặc loét âm hộ gây đau và ngứa. Đây là một loại ung thư hiếm gặp, chỉ chiếm 0.6% trong tất cả các bệnh ung thư phụ khoa. Ung thư âm hộ thường do hai tuýp HPV là 16, 18 gây ra.

Theo thống kê, vào năm 2020 ước tính có khoảng 45.240 người được chẩn đoán mắc bệnh ung thư âm hộ, trong đó có khoảng 17.427 người chết vì căn bệnh này. Theo kết quả thống kê của Viện Ung thư Quốc gia Hoa Kỳ (SEER Hoa Kỳ), tỷ lệ sống sót sau 5 năm đối với ung thư âm hộ chưa lan ra ngoài âm hộ là gần 87%. Đối với ung thư đã lan đến các mô hoặc cơ quan xung quanh hoặc đến các hạch bạch huyết khu vực, tỷ lệ sống sót sau 5 năm là 49%. Nếu ung thư đã di căn đến các bộ phận khác của cơ thể, tỷ lệ sống sót chỉ gần 22%. (3)

Ung thư hậu môn là các loại ung thư biểu mô tế bào vảy, ung thư tuyến, ung thư hạch, khối u ác tính hoặc ung thư biểu mô basaloid. Bệnh do hai tuýp HPV gây ra là 16 và 18. Theo thống kê, vào năm 2020 trên toàn thế giới có khoảng 50.685 người được chẩn đoán mắc bệnh ung thư hậu môn và có đến 19.293 ca tử vong do căn bệnh này. Theo ước tính của Hiệp hội Ung thư Lâm sàng Hoa Kỳ vào năm 2022, Mỹ có khoảng 9.440 trường hợp ung thư hậu môn và khoảng 1.670 ca tử vong do căn bệnh này.

Ung thư vòm họng là căn bệnh do tăng sinh tế bào vảy lót ở vòm họng, bao gồm ung thư hầu họng (phần giữa của họng), ung thư mũi hầu (phần trên của họng, ngay sau mũi) và ung thư hạ hầu (ung thư hạ họng – phần dưới cùng của họng). Các loại HPV như HPV 16 và 18 được xác định là nguyên nhân chính gây ra ung thư vòm họng. Ở Việt Nam, tỷ lệ mắc ung thư vòm họng là 12%, đây là một tỷ lệ khá cao so với các loại ung thư khác và so với các khu vực lãnh thổ khác trên toàn thế giới.

HPV – loại virus cực kỳ nguy hiểm có thể gây ra nhiều biến chứng nghiêm trọng nếu không được phát hiện và điều trị kịp thời. Việc biết được các dấu hiệu nhiễm HPV ở phụ nữ và chẩn đoán sớm bằng các xét nghiệm HPV là chìa khóa để ngăn ngừa ung thư cổ tử cung và các bệnh lý liên quan. Hiện nay, có 3 cách chẩn đoán xét nghiệm HPV được áp dụng là:

Đây là phương pháp xét nghiệm tế bào học nhằm thu thập và phân tích các tế bào ở cổ tử cung, phát hiện ra các bất thường cấu trúc và hình thái như loạn sản, dị sản... là mầm mống của tế bào ung thư, từ đó giúp phát hiện bệnh sớm. Đây là xét nghiệm quan trọng giúp bác sĩ phát hiện có bất thường tế bào hay không để có thể tiến hành các xét nghiệm chuyên sâu và khẳng định bệnh.

Thinprep là phương pháp xét nghiệm phết tế bào cổ tử cung tiên tiến hơn so với phương pháp Pap Smear truyền thống. Để lấy mẫu, bác sĩ sử dụng chổi tế bào để thu thập các tế bào từ khu vực cổ tử cung. Mẫu tế bào sau đó được đặt trong một dung dịch bảo quản và chuyển vào lọ chứa chất bảo quản Thinprep trước khi được mang đến phòng thí nghiệm. Tại đó, mẫu được xử lý tự động để tách chiết và phết đều lên mặt lam kính. Sau đó, các mẫu sẽ được phân tích bởi bác sĩ giải phẫu bệnh để đưa ra kết quả chẩn đoán.

Xét nghiệm HPV DNA sử dụng hệ thống máy tách chiết DNA tự động và công nghệ hiện đại nhằm phân tích, xác định chính xác sự hiện diện HPV. Mặc dù phương pháp này không khẳng định 100% phụ nữ có mắc ung thư cổ tử cung, nhưng dựa vào kết quả thu được có thể phát hiện được virus gây bệnh đang tồn tại trong cơ thể. Từ đó, bác sĩ đánh giá nguy cơ mắc bệnh trong tương lai và có những biện pháp phòng ngừa hữu hiệu. Thông thường, xét nghiệm HPV DNA sẽ được thực hiện đồng thời với xét nghiệm Pap Smear hoặc xét nghiệm Thinprep để phát hiện và đánh giá những tế bào bất thường có nguy cơ gây ung thư từ sớm.

Hiện nay, chưa có phương pháp điều trị triệt để virus HPV ở nữ giới nếu không có triệu chứng cụ thể. Thực tế, trong nhiều trường hợp, tình trạng nhiễm HPV sẽ tự khỏi mà không cần điều trị gì. Thông thường, khoảng 70-90% người nhiễm HPV được hệ thống miễn dịch loại bỏ virus ra khỏi cơ thể. Với những loại HPV nguy cơ cao, gây ra các bệnh nguy hiểm, khi cần điều trị, mục tiêu sẽ là làm giảm các triệu chứng.

Với những người mắc bệnh sùi mào gà, có thể sử dụng thủ thuật loại bỏ các tổn thương do HPV gây ra, kết hợp với dùng thuốc. Tuy nhiên, cần lưu ý không phải tất cả các tổn thương do HPV gây ra đều xuất hiện vào cùng một thời điểm. Do đó, dù đã được điều trị ngay sau khi phát hiện những tổn thương đầu tiên thì nguy cơ tái nhiễm vẫn có thể xảy ra. Vì vậy, người bệnh cần chủ động theo dõi sức khỏe, tuân thủ các chỉ định, hướng dẫn của bác sĩ để có kết quả điều trị tốt nhất.

Đối với những trường hợp mụn cóc sinh dục và các tế bào bất thường ở cổ tử cung, khi mới phát hiện cần phải được điều trị sớm bởi trong giai đoạn này, chúng sẽ dễ dàng được loại bỏ nhanh chóng. Một số phương pháp thường được áp dụng để loại bỏ mụn cóc sinh dục và các tế bào bất thường ở cổ tử cung như:

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) và Bộ Y tế, tiêm vắc xin HPV được xem là biện pháp bảo vệ tốt và an toàn nhất để phòng tránh các bệnh do virus HPV gây ra. Tại Việt Nam có hai loại vắc xin phòng HPV được cấp phép sử dụng là Gardasil và Gardasil 9. Hai loại vắc xin này đều được nghiên cứu và phát triển bởi tập đoàn hàng đầu thế giới về dược phẩm và chế phẩm sinh học – Merck Sharp & Dohme (MSD – Mỹ). Vắc xin Gardasil và Gardasil 9 đã được chứng minh an toàn

và mang lại hiệu quả cao trong việc phòng ngừa HPV ở cả nam và nữ giới.

Vắc xin Gardasil (Mỹ) có tác dụng phòng 4 tuýp HPV là 6, 11, 16, 18, giúp phòng bệnh ung thư cổ tử cung, âm hộ, âm đạo, các tổn thương tiền ung thư và loạn sản, mụn cóc sinh dục, các bệnh lý do nhiễm virus HPV. Vắc xin Gardasil được chỉ định tiêm cho

em gái và phụ nữ trong độ

tuổi

từ 9-26 tuổi với lịch tiêm như sau:

Vắc xin Gardasil 9 được xem là vắc xin bình đẳng giới vì

rô

ng cả

đô

ng

va

pha

m

vi

pho

ng

bê

nh rộng hơn ở nam và nữ giới. Vắc xin Gardasil 9 giúp bảo vệ khỏi 9 tuýp HPV phổ biến 6, 11, 16, 18, 31, 33, 45, 52 và 58 gây bệnh ung thư cổ

tư

cung, ung thư âm hộ, ung thư âm đạo, ung thư há

u môn, ung thư hầu họng, mu

n

co

c

sinh

du

c, các tổn thương tiền ung thư hoặc loạn sản,... với  
hiê

u

qua

ba

o

vê

lên đến trên 90%. Vắc xin Gardasil 9 được chỉ tiêm định cho cả nam và nữ từ 9-45 tuổi, với lịch  
tiêm như sau:

Người từ tròn 9 tuổi đến dưới 15 tuổi tại thời điểm tiêm lần đầu tiên:

Phác đồ 2 mũi:

Phác đồ 3 mũi (0-2-6):

Người từ tròn 15 tuổi đến 45 tuổi tại thời điểm tiêm lần đầu tiên:

Phác đồ 3 mũi (0-2-6):

Phác đồ tiêm nhanh:

Ngoài việc tiêm vắc xin HPV đầy đủ, để phòng ngừa virus tấn công và gây bệnh, bạn cần xây  
dựng và duy trì sinh hoạt hợp lý, ăn uống khoa học, không hút thuốc lá và hạn chế sử dụng các  
loại nước uống có cồn. Bên cạnh đó, nên duy trì thói quen tình dục an toàn, sử dụng bao cao su  
để hạn chế nguy cơ lây nhiễm. Đối với phụ nữ, nên đi khám và tầm soát ung thư cổ tử cung  
định kỳ để phát hiện ra những dấu hiệu bất thường để có phương pháp xử lý và điều trị kịp thời.



Bài viết trên vừa cung cấp đến bạn những thông tin chi tiết về dấu hiệu nhiễm HPV ở phụ nữ. Việc nhận biết và hiểu rõ về nguyên nhân, dấu hiệu cũng như các biện pháp phòng ngừa có thể giúp giảm thiểu nguy cơ mắc bệnh và bảo vệ sức khỏe sinh sản của phụ nữ. Tiêm vắc xin HPV được xem là biện pháp an toàn, hiệu quả và tiết kiệm nhất để phòng ngừa HPV. Vì vậy, ngoài thói quen tình dục an toàn, duy trì chế độ sinh hoạt hợp lý, nữ giới từ 9-45 tuổi nên tiêm vắc xin phòng HPV đầy đủ, đúng lịch theo hướng dẫn của bác sĩ.

---

Tiêu đề: Không tìm thấy tiêu đề

Nội dung:

Không tìm thấy nội dung

---

Tiêu đề: Không tìm thấy tiêu đề

Nội dung:

Không tìm thấy nội dung

---

Tiêu đề: Tại sao khí hư ra nhiều khi mang thai? Có bình thường không?

Nội dung:

Mang thai là giai đoạn nhạy cảm và mọi thay đổi nhỏ trong cơ thể như ra khí hư nhiều trong thai kỳ cũng khiến mẹ bầu lo lắng. Vậy khí hư ra nhiều khi mang thai có bình thường không? Các vấn đề trên sẽ được BS Hoàng Tiến Lên Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh chia sẻ cùng quý độc giả qua bài viết bên dưới.

Khí hư âm đạo có màu trong suốt, trắng hoặc trắng đục, có sự kết dính, sền sệt như lòng trắng trứng và có mùi hơi nhẹ hoặc không mùi. Trong thời kỳ mang thai, khí hư được âm đạo tiết ra với số lượng nhiều và có sự thay đổi về độ đặc, tần suất.

Khí hư là yếu tố có sự thay đổi sớm nhất từ một đến hai tuần sau khi thụ thai, khí hư có thể xuất hiện trước khi nữ giới bị trễ kinh. Trong quá trình thai kỳ phát triển khí hư cũng sẽ thay đổi liên

tục qua từng thời kỳ, xuất hiện với tần suất nhiều hơn và nhiều nhất vào cuối giai đoạn thai kỳ. Trong những tuần cuối của thai kỳ, nữ giới dễ dàng nhận thấy âm đạo có sự xuất hiện của khí hư có lẫn máu thường được gọi là xuất huyết âm đạo. Đây được xem là dấu hiệu chuyển dạ sớm và không đáng lo ngại. (1)

Khí hư ra nhiều khi mang thai cho thấy chị em có nhiều sự thay đổi từ tâm sinh lý đến cơ thể. Điều này bắt nguồn từ các nguyên nhân sau: (2)

Hai nội tiết tố chính trong cơ thể nữ giới là Estrogen và Progesterone đóng vai trò quan trọng trong quá trình điều hòa, duy trì sự ổn định của chu kỳ kinh nguyệt và tạo những điều kiện thuận lợi cho hành trình mang thai. Khi mang thai, nội tiết tố trong cơ thể sẽ có những xáo trộn, thay đổi để phù hợp với cơ thể của mẹ bầu và sự phát triển của thai nhi. Lúc này, cơ thể chưa kịp tiếp nhận và thích ứng dẫn đến tình trạng khí hư được âm đạo tiết ra nhiều hơn so với bình thường.

Bên cạnh đó, trong thai kỳ nồng độ hormone Estrogen và Progesterone có những thay đổi lên xuống nhất định vào từng thời điểm. Mức độ dao động của 2 loại hormone này có thể dẫn đến tình trạng thay đổi ham muốn tình dục (có thể tăng cao hoặc giảm thấp xuống hơn bình thường). Khí hư được tiết ra nhiều trong giai đoạn này có tác dụng điều hòa cơ thể, giải quyết các vấn đề sinh lý của chị em.

Trong thai kỳ, cơ thể mẹ bầu sẽ biến đổi liên tục theo từng thời kỳ phát triển của thai nhi. Tiêu biểu nhất là tử cung, cổ tử cung và các bộ phận sinh dục nữ sẽ thay đổi khá nhiều nhằm thích nghi và tạo điều kiện tốt nhất cho thai nhi phát triển trong bụng mẹ. Do có hiện tượng tăng lớp tế bào biểu mô âm đạo nên sẽ bắt đầu có hiện tượng tăng tiết khí hư nhiều hơn bình thường.

Vào giai đoạn cuối thai kỳ, em bé sẽ dần dần di chuyển về khu vực xương chậu, đầu quay về phía âm đạo của người mẹ để chuẩn bị chào đời. Lúc này đầu của trẻ thường chèn ép lên vùng xương chậu tạo nên những cơn đau nhức tăng mạnh cho mẹ, gây nên tình trạng khí hư được tiết ra nhiều hơn. Nếu mẹ thấy khí hư có lẫn máu, đó chính là dấu hiệu chuyển dạ và mẹ cần nhập viện ngay.

Khí hư ra nhiều khi mang thai là hiện tượng bình thường, chị em không nên băn khoăn hay lo

lắng. Việc tiết nhiều dịch âm đạo trong giai đoạn mang thai không chỉ giúp ngăn chặn các vi khuẩn, tác nhân có hại di chuyển từ âm đạo lên tử cung gây ra các tình trạng nhiễm trùng mà còn giúp cơ thể có thể điều tiết, cân bằng các loại hormone nhằm tạo điều kiện tốt nhất cho thai nhi phát triển khỏe mạnh.

Bên cạnh đó, vào những tuần cuối thai kỳ, khí hư thường được tiết ra với số lượng nhiều hơn. Đồng thời, lúc này khi quan sát chị em sẽ thấy khí hư xuất hiện kèm các dịch nhầy và có xen lẫn máu. Đây chính là hiện tượng bong nút nhầy, báo hiệu nữ giới sắp chuyển dạ và em bé chuẩn bị chào đời.

Nữ giới nên gặp bác sĩ để thăm khám khi thấy cơ thể ra khí hư khi mang thai xuất hiện có các dấu hiệu sau: (3)

Hiện nay, Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh có các gói chăm sóc thai sản trọn gói, chăm sóc thai sản theo yêu cầu, sinh con trọn gói,... được thiết kế lồng ghép các lần thăm khám, xét nghiệm đầy đủ trong thai kỳ. Các gói thăm khám này giúp kiểm soát tốt sức khỏe cho mẹ và tầm soát các nguy cơ có thể gây dị tật bẩm sinh cho bé. Từ đó có thể sớm phát hiện được những điểm bất thường, có những phương án can thiệp kịp thời và hiệu quả, bảo vệ bé yêu an toàn, khỏe mạnh chào đời.

Trong quá trình mang thai mẹ bầu lưu ý chăm sóc kỹ sức khỏe thai kỳ đồng thời chăm sóc tốt vùng kín trong những ngày khí hư tiết ra nhiều bằng các cách sau: (4)

Nếu có nhu cầu đặt lịch khám và tư vấn tại Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh, Quý khách xin vui lòng liên hệ đến:

Tóm lại, khí hư ra nhiều khi mang thai là tình trạng bình thường mà bất kỳ mẹ bầu nào cũng sẽ gặp phải, vì thế chị em không nên lo lắng. Chăm sóc tốt sức khỏe thai kỳ và sức khỏe phụ khoa là điều chị em cần lưu tâm để có một “hành trình vượt cạn” suôn sẻ và thành công.

---

Tiêu đề: Khí hư khi mang thai tuần đầu có màu gì? Dấu hiệu và hình ảnh

Nội dung:

Khí hư là dấu hiệu đầu tiên xuất hiện báo hiệu quá trình thụ thai thành công và tồn tại xuyên

suốt trong thai kỳ của phụ nữ. Vậy khí hư khi mang thai tuần đầu có màu gì? Có những dấu hiệu ra sao? Hình ảnh như thế nào?

Với chị em thường xuyên quan tâm đến kinh nguyệt và sự tiết dịch âm đạo có thể sớm nhận thấy những thay đổi về khí hư trong giai đoạn đầu của thai kỳ. Việc ra khí hư âm đạo, thậm chí tăng tiết khí hư có thể diễn ở tuần đầu của thai kỳ. Đặc điểm của khí hư trước và trong khi mang thai không có nhiều khác biệt. Khí hư thường có màu trắng trong, dày, dính, ướt, trơn và không mùi hôi.

Ở những tuần đầu của thai kỳ, lượng khí hư có thể tăng lên để ngăn ngừa nhiễm trùng từ âm đạo đến tử cung. Lúc này, nồng độ các hormone trong cơ thể mẹ bầu có những biến đổi nhất định, tác động trực tiếp đến sự biến đổi về số lượng khí hư được âm đạo tiết ra. Chính vì thế, khi mang thai ở những tuần đầu, chị em thấy khí hư được tiết ra có nhiều hơn hay ít hơn so với bình thường cũng đừng quá lo lắng, đây là hiện tượng bình thường. (1)

Khi mang thai, khí hư sẽ có những thay đổi nhất định, nhất là ở giai đoạn đầu và cuối thai kỳ. Khí hư khi mang thai ở những tuần đầu thường có những đặc điểm sau:

Khí hư khi mang thai tuần đầu thường có màu trắng sữa, trắng trong, trắng đục hoặc có màu hơi ngả vàng. Số lượng và màu sắc của khí hư cũng thay đổi theo từng giai đoạn của thai kỳ. Điều này không chỉ giúp giữ ẩm tốt cho âm đạo mà còn giúp quá trình thụ tinh diễn ra thành công, tạo điều kiện cho thai nhi được hình thành và phát triển thuận lợi trong bụng mẹ.

Giống như khí hư xuất hiện ở những thời điểm bình thường, ra khí hư khi mang thai ở tuần đầu thường không có mùi hoặc có mùi rất nhẹ. Những trường hợp có mùi nồng nặc hay hôi tanh, khó chịu có thể là dấu hiệu của một vấn đề sức khỏe và cần được thăm khám ngay. (2)

Trong tam cá nguyệt đầu tiên của thai kỳ, lượng khí hư được tăng lên để loại bỏ các tế bào bong tróc và vi khuẩn có hại ra khỏi tử cung và âm đạo giúp ngăn ngừa tình trạng nhiễm trùng. Lượng khí hư này sẽ tăng dần theo thời kỳ phát triển của thai nhi.

Theo thời gian, khí hư sẽ được kết hợp cùng các thành phần khác như protein có tính kháng khuẩn, các hormon như Estrogen và Progesterone,... tạo thành nút nhầy cổ tử cung. Nút nhầy

này có vai trò chặn lỗ mở cổ tử cung để ngăn ngừa tình trạng nhiễm trùng tử cung và các tác nhân có hại khác tổn thương thai nhi. Khi đến giai đoạn cuối thai kỳ, nút nhầy này sẽ được bong ra kèm theo một ít máu, đây là dấu hiệu chuyển dạ và em bé sắp chào đời.

Một số hình ảnh khí hư khi mang thai tuần đầu:

Để phân biệt tình trạng khí hư bình thường và khí hư bất thường ở tuần đầu thai kỳ, nữ giới có thể dựa vào các đặc điểm về màu sắc, mùi và các đặc tính khác để nhận biết. Cụ thể:

Khi mang thai, mẹ bầu phải trải qua nhiều thay đổi về cơ thể và tâm sinh lý. Một số các yếu tố khiến khí hư thay đổi khi mang thai ở tuần đầu tiên có thể kể đến như: (3)

Khí hư có thể xuất hiện sớm sau thụ thai khoảng 1-2 tuần, vì vậy đây cũng là một dấu hiệu mang thai sớm chị em có thể dễ dàng nhận biết. Trong suốt thai kỳ, mẹ bầu vẫn tiếp tục thấy sự hiện diện của khí hư mang thai trên quần lót. Bước vào tam cá nguyệt thứ 3 (3 tháng cuối thai kỳ), mẹ bầu ra khí hư nhiều là do có hiện tượng tăng lớp tế bào biểu mô âm đạo.

Khi mang thai nội tiết tố trong cơ thể bị xáo trộn, thay đổi đột ngột dẫn đến tình trạng khí hư được tiết ra nhiều khi mang thai hơn so với bình thường làm cho âm đạo luôn ở trạng thái ẩm ướt. Khí hư ở giai đoạn mang thai thường loãng, có độ kết dính nên có thể gây ra cảm giác khó chịu cho phụ nữ. Hầu hết khí hư được tiết ra khi mang thai thường không có mùi nhưng trong một số trường hợp nhất định, khí hư sẽ có mùi nhẹ nhàng.

Mặc dù khí hư âm đạo có thể là dấu hiệu sớm của thai kỳ, nhưng nó thường đi kèm với các triệu chứng mang thai khác trong tam cá nguyệt đầu tiên, chẳng hạn như: Buồn nôn, nôn nghén, tâm trạng mệt mỏi, thèm ăn hoặc chán ăn, đầy hơi, khó tiêu, đi tiểu nhiều, chuột rút, ngực mềm mại,... Khi thấy các dấu hiệu này, chị em nên thử que hoặc đến gặp bác sĩ để kiểm tra kết quả chính xác.

Một số thay đổi về khí hư âm đạo trong tuần đầu mang thai có thể là dấu hiệu nhiễm trùng cần được điều trị kịp thời. Mẹ bầu nên đến gặp bác sĩ khi thấy vùng kín bị đỏ, ngứa hoặc sưng hoặc

khí hư có những thay đổi bao gồm:

Bên cạnh đó, những thay đổi trong khí hư âm đạo cũng có thể báo hiệu tình trạng viêm âm đạo. Một số nguyên nhân chính gây viêm âm đạo bao gồm sử dụng kháng sinh, quan hệ tình dục và thay đổi nồng độ hormone trong thai kỳ. Các loại viêm âm đạo phổ biến bao gồm: Viêm âm đạo do vi khuẩn, nhiễm trùng nấm men, bệnh Trichomonas, viêm teo âm đạo. Đối với những người đang mang thai, viêm âm đạo do vi khuẩn làm tăng nguy cơ sinh non.

Vì thế, chị em cần chăm sóc tốt sức khỏe và gặp bác sĩ để được thăm khám kịp thời khi khí hư xuất hiện đi kèm với những dấu hiệu bất thường từ cơ thể.

Khi mang thai cơ thể nữ giới có nhiều thay đổi, chăm sóc sức khỏe thai kỳ nhất là trong giai đoạn cơ thể ra nhiều khí hư đóng vai trò quan trọng, là tiền đề giúp bảo vệ tốt sức khỏe cho mẹ và sự ổn định của thai nhi (4). Chị em có thể áp dụng các cách sau:

Nếu có nhu cầu đặt lịch khám và tư vấn tại Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh, Quý khách xin vui lòng liên hệ đến:

Hy vọng những chia sẻ vừa rồi đã giúp chị em có thêm nhiều thông tin hữu ích về tình trạng ra khí hư khi mang thai tuần đầu và có cách phòng ngừa, chăm sóc sức khỏe hiệu quả khi gặp tình trạng này. Nếu có bất kỳ thắc mắc hoặc băn khoăn nào, chị em có thể liên hệ đến hotline Hệ thống Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh để được các chuyên gia Sản Phụ khoa hỗ trợ giải đáp.

---

Tiêu đề: Ra khí hư màu trắng đục không mùi không ngứa có bình thường không?

Nội dung:

Khí hư là tình trạng sinh lý bình thường ở nữ giới, xuất hiện từ lúc dậy thì đến giai đoạn mãn kinh. Những bất thường của khí hư về màu sắc, mùi, thời điểm xuất hiện,... cũng cảnh báo những bất thường của cơ thể, khiến chị em hoang mang, lo lắng. Vậy ra khí hư màu trắng đục không mùi không ngứa có phải là hiện tượng bình thường? Vấn đề trên sẽ được BS.CKI Nguyễn Hoàng Tùng, Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh chia sẻ thông qua bài viết bên dưới.

Khí hư (còn được gọi là huyết trắng) là một chất được tiết ra từ âm đạo của nữ giới, có vai trò làm sạch, giữ ẩm giúp âm đạo luôn khỏe mạnh và chống lại các tác nhân gây hại từ bên ngoài xâm nhập vào. Ngoài ra, khí hư còn được xem là chất bôi trơn giúp quá trình quan hệ tình dục diễn ra dễ dàng, tạo khoái cảm cho nữ giới đồng thời tạo điều kiện thuận lợi cho tinh trùng gặp trứng diễn ra quá trình thụ thai. (1)

Khí hư có 2 loại là khí hư sinh lý và khí hư bệnh lý. Khí hư bình thường chính là khí hư sinh lý, là một dạng chất lỏng trong suốt, có màu trắng, trắng đục hoặc đôi khi ngả sang màu hơi vàng, có độ kết dính và sền sệt như lòng trắng trứng, không mùi hoặc có mùi hơi tanh nhẹ. Khí hư sinh lý thường được tiết ra khi nồng độ progesterone tăng cao, lượng khí hư này nhiều hay ít còn tùy thuộc vào cơ thể từng người và thời điểm khí hư xuất hiện.

Khí hư màu trắng đục không mùi không ngứa là hiện tượng khá phổ biến, được âm đạo tiết ra khi nữ giới gặp phải các nguyên nhân sau:

Trước ngày “rụng dâu” một vài ngày, hormone estrogen trong cơ thể nữ giới có xu hướng tăng lên với số lượng nhiều, tác động trực tiếp lên các tuyến tử cung của cơ thể tạo ra chất nhầy. Các chất nhầy này sẽ được âm đạo tiết ra dưới dạng khí hư có màu trắng đục, thường không có mùi và cũng không gây ngứa rát. Đây là hiện tượng sinh lý bình thường, vì thế chị em không nên lo lắng mà hãy giữ vệ sinh sạch sẽ vùng kín trong giai đoạn này.

Mang thai là giai đoạn nữ giới phải trải qua những biến đổi về mặt thể chất lẫn tinh thần, nhất là những biến đổi về cơ thể, tiêu biểu là sự thay đổi của các nội tiết tố. Lúc này cơ thể sản xuất nhiều hormone estrogen, hormone này tác động trực tiếp lên tử cung và cổ tử cung tạo ra các dịch nhầy để bảo vệ sự phát triển của thai nhi. Vì thế nữ giới thường thấy âm đạo tiết ra khí hư khi mang thai có màu trắng đục không mùi không ngứa. (2)

Tìm hiểu thêm: Ra khí hư khi mang thai có bình thường không?

Khí hư là một chất bôi trơn giúp cho âm đạo ẩm ướt làm quá trình quan hệ tình dục diễn ra dễ dàng, không gây nên cảm giác đau rát khi dương vật xâm nhập vào. Chính vì thế, sau khi quan hệ xong, âm đạo của nữ giới thường tiết ra khí hư có màu trắng đục không mùi không ngứa. Chất dịch này là quá trình đào thải những tinh dịch còn sót lại trong âm đạo của nữ giới khi xảy

ra quan hệ và đây là tình trạng bình thường, không đáng lo ngại.

Tham khảo: Khi quan hệ xong phụ nữ tiết ra chất gì?

Khí hư bình thường thường có màu trắng trong, có độ kết dính và sền sệt như lòng trắng trứng, không có mùi hoặc có mùi rất nhẹ. Trong trường hợp, chị em thấy âm đạo tiết ra khí hư có màu trắng đục, đặc sệt như phô mai và có mùi khó chịu, rất có thể chị em đã mắc phải các bệnh lý về phụ khoa hoặc bị viêm nhiễm. Một số bệnh lý phụ khoa làm xuất hiện hiện tượng này có thể kể đến như: (3)

Nội tiết tố trong cơ thể sẽ bị rối loạn và chịu ảnh hưởng bởi các yếu tố tâm lý. Vì thế, khi nữ giới có trạng thái căng thẳng, hoang mang, lo lắng hay stress kéo dài,... sẽ làm âm đạo tiết ra khí hư có màu trắng đục với số lượng nhiều. Để cải thiện tình trạng này, nữ giới nên suy nghĩ tích cực, giữ tâm trạng thoải mái, vui vẻ,...

Khí hư màu trắng đục không mùi là tình trạng thường xuyên xuất hiện ở nữ giới. Đây có thể là dấu hiệu báo hiệu nữ giới đã mang thai, tình trạng sức khỏe sinh lý nữ vẫn bình thường (dấu hiệu trước giai đoạn hành kinh, sau khi quan hệ tình dục) nhưng cũng có thể là dấu hiệu cảnh báo các bệnh lý phụ khoa nguy hiểm (viêm lộ tuyến cổ tử cung, viêm nội mạc tử cung,...).

Vì thế, khi thấy cơ thể có sự xuất hiện của khí hư màu trắng đục không mùi, chị em nên quan sát kỹ tính chất, màu sắc, các dấu hiệu đi kèm,... để xác định được tình trạng sức khỏe và các vấn đề bản thân có thể gặp phải.

Bên cạnh đó, âm đạo tiết ra quá nhiều khí hư màu trắng sẽ khiến cho vùng kín luôn trong tình trạng ẩm ướt làm chị em mất tự tin, đây cũng là môi trường thuận lợi cho vi khuẩn phát triển gây nên tình trạng viêm nhiễm nếu chị em không biết cách vệ sinh vùng kín sạch sẽ. Chính vì thế, nữ giới nên thăm khám để được bác sĩ theo dõi, chẩn đoán và hướng dẫn cách chăm sóc vùng kín tốt hơn, hạn chế tình trạng khí hư bất thường xuất hiện.

Để tìm nguyên nhân khiến âm đạo tiết khí hư màu trắng đục, bác sĩ sẽ thăm khám sức khỏe phụ khoa ban đầu, thăm hỏi các triệu chứng mà chị em gặp phải cũng như thói quen vệ sinh vùng kín và quan hệ tình dục của người phụ nữ. Trong một số trường hợp cần thiết, bác sĩ có thể lấy mẫu khí hư hoặc phết tế bào ở cổ tử cung để tăng kết quả chẩn đoán. (4)



Tùy thuộc vào nguyên nhân gây nên bệnh và mức độ cụ thể của bệnh lý, bác sĩ sẽ tham vấn và chỉ dẫn chị em một số cách điều trị mang lại hiệu quả, có thể là điều trị nội khoa hoặc điều trị ngoại khoa.

Trong suốt quá trình điều trị, chị em nên tuân thủ đúng và thực hiện đầy đủ những hướng dẫn điều trị của bác sĩ để mang lại hiệu quả nhanh chóng. Không tự ý sử dụng thuốc uống, thuốc bôi hoặc viên thuốc đặt âm đạo hay thay đổi liều lượng thuốc khi chưa có chỉ định của bác sĩ để tránh làm tình trạng ngày càng nghiêm trọng hơn. Ngoài ra, chị em nên kiêng quan hệ tình dục để đảm bảo an toàn và nâng cao hiệu quả điều trị trong khoảng thời gian điều trị bệnh.

Hiện nay, Trung tâm Sản Phụ khoa, Hệ thống Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh là địa chỉ thăm khám có uy tín, điều trị hiệu quả các bệnh lý về phụ khoa như: U xơ tử cung, lạc nội mạc tử cung, u nang buồng trứng, các viêm nhiễm phụ khoa,... Tại đây, các bác sĩ sẽ áp dụng những công nghệ mới, kỹ thuật hiện đại tân tiến giúp chữa trị nhanh các vấn đề “thâm kín” mà chị em đang gặp phải một cách an toàn, hiệu quả đem lại sức khỏe và sự hài lòng cho người bệnh.

Một số biện pháp chị em có thể áp dụng để phòng ngừa tình trạng ra khí hư màu trắng đục không mùi không ngứa như:

Nếu có nhu cầu đặt lịch khám và tư vấn thêm hay điều trị tại Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh, Quý khách xin vui lòng liên hệ đến:

Hy vọng những thông tin trên đã giúp chị em hiểu rõ được nguyên nhân ra khí hư màu trắng đục không mùi không ngứa, nhờ đó có thể phát hiện sớm những trường hợp đáng lo ngại đối với sức khỏe để thăm khám và thực hiện tốt các biện pháp phòng ngừa để đảm bảo sức khỏe sinh sản và sức khỏe phụ khoa của mình.

---

Tiêu đề: Ra khí hư màu nâu có phải mang thai không? Bác sĩ trả lời

Nội dung:

Khí hư hay còn được gọi là dịch tiết âm đạo đóng vai trò quan trọng trong việc làm sạch và bảo vệ vùng kín nữ giới khỏi nguy cơ nhiễm trùng. Tuy nhiên, sau khi quan hệ tình dục không có biện pháp bảo vệ, nhiều chị em cảm thấy hoang mang và lo lắng khi nhận thấy khí hư của mình

có màu nâu. Liệu rằng ra khí hư màu nâu có phải mang thai không hay là dấu hiệu của các vấn đề liên quan đến sức khỏe vùng kín?

Ra khí hư màu nâu rất có thể là máu báo thai – dấu hiệu cho thấy bạn đang mang thai. Có rất nhiều dấu hiệu khác nhau giúp chị em xác định được tình trạng mang thai của mình, trong đó chảy máu báo thai là một trong những dấu hiệu xuất hiện sớm nhất. Đây là hiện tượng khi trứng đã thụ tinh thành công và bám vào niêm mạc tử cung để làm tổ. Quá trình này khiến một phần nhỏ lớp niêm mạc tử cung bị bong tróc và gây chảy máu tại vùng kín.

Về cơ bản máu báo thai rất khác so với máu kinh nguyệt nên chị em có thể dễ dàng phân biệt được. Theo đó, máu báo thai thực chất chỉ là những đốm nhẹ, chỉ vài giọt dính trên quần lót có màu nâu hoặc hơi hồng phớt, không kèm theo máu đông và không có dịch nhầy. (1)

Tham khảo: Hướng dẫn cách phân biệt máu báo thai và máu kinh

Hiện tượng này thường xuất hiện vào khoảng 8-12 ngày sau khi thụ tinh, tức vào ngày thứ 2-7 trước khi chu kỳ kinh nguyệt bắt đầu. Do đó, nếu trong thời gian này bạn nhận thấy có xuất hiện khí hư màu nâu, không mùi và kèm theo dấu hiệu trễ kinh thì có thể đây chính là máu báo thai báo hiệu chị em đã có “tin vui”. Để chắc chắn hơn, chị em có thể dùng các biện pháp thử thai tại nhà hoặc đến bệnh viện để được kiểm tra và xét nghiệm để có kết quả chính xác nhất về tình trạng mang thai của mình.

Theo các chuyên gia về Sản Phụ khoa, khí hư màu nâu xuất hiện khi mang thai là hiện tượng sinh lý bình thường của cơ thể và không có gì đáng lo ngại. Tuy nhiên, bên cạnh nguyên nhân xuất hiện của dịch tiết màu nâu là do máu báo thai thì trường hợp ra máu âm đạo bất thường có thể do một số nguyên nhân khác (2), cụ thể như:

Thai ngoài tử cung là tình trạng phôi làm tổ và phát triển bên ngoài tử cung, có thể ở ống dẫn trứng dẫn đến các triệu chứng như đau bụng dữ dội, nặng nề âm đạo, chảy máu đột ngột và âm đạo tiết dịch màu nâu.

Khí hư màu nâu cũng có thể là dấu hiệu báo sảy thai, đặc biệt nếu nó xuất hiện trong vòng 1 tuần đầu sau khi phôi thai đã hình thành kèm theo các triệu chứng khác như sốt, ớn lạnh, đau

bụng dữ dội, mệt mỏi, chuột rút,... Khi nhận thấy cơ thể có những dấu hiệu bất thường này, cần đến bệnh viện càng sớm càng tốt để được kiểm tra, chẩn đoán và có biện pháp can thiệp kịp thời.

Các bệnh lý viêm nhiễm phụ khoa chẳng hạn như viêm âm đạo, viêm cổ tử cung,... có thể gây ra dịch tiết màu nâu kèm theo các triệu chứng khác như khí hư có mùi hôi tanh, màu sắc chuyển sang vàng hoặc xanh, đau rát khi đi tiểu, đau vùng chậu, ngứa rát vùng kín...

Trong giai đoạn mang thai, khi chị em hoạt động tình dục mạnh rất dễ khiến tử cung bị co thắt. Đây cũng là nguyên nhân làm cho âm đạo thường xuyên đau rát, chảy máu và khí hư tiết ra có màu nâu hoặc đỏ thẫm. Chính vì thế, mẹ bầu nên tránh quan hệ tình dục với tần suất nhiều và chú ý hoạt động nhẹ nhàng để tránh ảnh hưởng đến tử cung và thai nhi.

Polyp tử cung là những khối u lành tính xuất hiện trên bề mặt cổ tử cung, khi nồng độ hormone estrogen trong cơ thể người phụ nữ tăng lên có thể khiến các khối u này vỡ ra gây chảy máu nhẹ. Do đó, khi mẹ bầu nhận thấy đau bụng lâm râm kèm theo xuất hiện dịch tiết màu nâu có thể liên quan đến polyp tử cung.

Vào những tháng cuối của thai kỳ, đặc biệt từ tuần 36 trở đi, cổ tử cung người mẹ bắt đầu trở nên mềm hơn và mở rộng ra chuẩn bị cho quá trình sinh nở. Lúc này, nút nhầy ở cổ tử cung mất đi và dịch âm đạo màu nâu xuất hiện, đây được xem là một trong những dấu hiệu chuyển dạ phổ biến.

Nếu chị em ra khí hư màu nâu mà không có thêm bất kỳ triệu chứng nào bất thường thì không có gì đáng lo ngại, đây có thể là hiện tượng máu báo thai báo hiệu chị em đã có “tin vui”.

Tuy nhiên, chị em không nên chủ quan vì trong một số trường hợp khí hư màu nâu có thể là dấu hiệu cảnh báo một vài vấn đề nhiễm trùng hoặc biến chứng thai kỳ nghiêm trọng. Chính vì thế, hãy luôn theo dõi sức khỏe bản thân và liên hệ với bác sĩ ngay khi nhận thấy vùng kín tiết dịch màu nâu kèm theo các triệu chứng sau đây: (3)

Với những trường hợp này, chị em sẽ được bác sĩ kiểm tra và chỉ định một vài xét nghiệm cần thiết, từ đó xác định chính xác nguyên nhân gây ra các triệu chứng và có kế hoạch điều trị phù hợp giúp ngăn ngừa các biến chứng nguy hiểm có thể xảy ra.

Ngoài máu báo thai, chị em vẫn có thể dựa vào những dấu hiệu mang thai phổ biến ở giai đoạn sớm để xác định liệu mình có đang mang thai hay không. Hãy kiểm tra xem mình có những dấu hiệu nào sau đây không nhé. (4)

Trễ kinh là một trong những dấu hiệu có thai sớm điển hình nhất. Đối với những chị em vốn có chu kỳ kinh nguyệt đều đặn, nếu nhận thấy kỳ kinh của mình bị trễ từ khoảng 1 tuần sau khi quan hệ tình dục không sử dụng biện pháp an toàn thì khả năng cao bạn đã mang thai. Tuy nhiên, với nhiều chị em kinh nguyệt không đều sẽ rất khó xác định tình trạng mang thai nếu chỉ dựa vào một dấu hiệu trễ kinh. Do đó, hãy theo dõi thêm những dấu hiệu khác để chắc chắn rằng mình đã có thai hay chỉ là triệu chứng của tình trạng kinh nguyệt không đều.

Có khoảng 2/3 phụ nữ có cảm giác ồm ồm nghén trong giai đoạn ba tháng đầu thai kỳ. Dấu hiệu này bắt đầu rõ rệt hơn trong khoảng 1 - 2 tuần đầu tiên và giảm dần đến mất hẳn khi sang đầu tam cá nguyệt thứ hai. Chỉ một số ít trường hợp mẹ bầu có triệu chứng ồm ồm nghén đến tận lúc sinh.

Khi đã “cấn bầu”, nhiều chị em sẽ cảm nhận vùng ngực của mình sưng lên, căng tức và nhạy cảm hơn bình thường. Nguyên nhân là do nồng độ hormone HCG bắt đầu tăng cao, khiến lưu lượng máu đến vùng ngực tăng lên làm bầu ngực to hơn, núm vú sẫm màu và nhô ra, quầng vú trở nên lớn hơn bình thường. Sau ba tháng đầu tiên của thai kỳ, triệu chứng này sẽ giảm dần và mất hẳn vì lúc này cơ thể đã bắt đầu thích nghi và tự điều chỉnh theo sự thay đổi của nội tiết tố.

Tìm hiểu thêm: Ngực thay đổi như thế nào khi mang thai?

Ngay trong giai đoạn tam cá nguyệt đầu tiên, nồng độ progesterone tăng sinh trong cơ thể người phụ nữ giúp ngăn ngừa co bóp tử cung và ức chế đáp ứng miễn dịch sớm. Tuy nhiên, sự thay đổi đột ngột của các hormone thai kỳ này có thể khiến mẹ bầu mệt mỏi và đôi lúc kiệt sức.

Sự thay đổi nội tiết tố trong cơ thể khi mang thai cũng có thể ảnh hưởng đến vị giác và khứu giác khiến mẹ bầu bị kích thích cảm giác thèm ăn với một số loại thực phẩm, đồng thời có thể cảm thấy ác cảm với những món ăn mà trước đây mình từng rất thích.

Khi mang thai, tử cung phát triển và gây áp lực lên bàng quang cùng với sự tăng lưu lượng máu đến thận khiến nhiều mẹ bầu cảm thấy buồn tiểu thường xuyên dẫn đến tần suất đi tiểu nhiều

hơn so với bình thường.

Sự tăng sinh nồng độ progesterone trong cơ thể khi người phụ nữ mang thai có thể khiến thân nhiệt tăng lên. Nếu chị em thường xuyên đo thân nhiệt và nhận thấy nhiệt độ cơ thể cao hơn bình thường trong thời gian dài thì đây có thể là triệu chứng báo hiệu chị em đã mang thai.

Khí hư màu nâu đen có thể xuất hiện do nhiều nguyên nhân khác nhau và không phải lúc nào cũng liên quan đến dấu hiệu báo mang thai. Trong đó có thể kể đến một số nguyên nhân điển hình như:

Trong khoảng một vài ngày trước hoặc sau kỳ kinh, chị em có thể nhận thấy khí hư của mình chuyển sang màu nâu đen. Nguyên nhân là do dòng chảy kinh nguyệt có thể chậm hơn vào đầu hoặc cuối kỳ kinh, làm cho máu từ tử cung có thể mất nhiều thời gian hơn để thoát ra ngoài cơ thể. Do đó, lượng máu này có thể bị oxy hóa và chuyển từ màu đỏ sang màu nâu sẫm hoặc đen khi chảy ra ngoài. Đây là hiện tượng sinh lý bình thường của cơ thể nên chị em không cần quá lo lắng.

Hormone estrogen trong cơ thể người phụ nữ đóng vai trò ổn định niêm mạc tử cung, tuy nhiên vì một vài lý do nào đó khiến lượng estrogen suy giảm dẫn đến lớp niêm mạc tử cung mỏng đi và dễ gây ra tình trạng ra máu bất thường. Bởi vậy, màu sắc của khí hư chuyển thành màu nâu đen có thể là báo hiệu sự mất cân bằng nội tiết tố trong kỳ kinh nguyệt của người phụ nữ.

Đặc biệt, với phụ nữ mãn kinh thường gặp phải các vấn đề viêm nhiễm không đặc hiệu, khí hư ít, có thể lẫn máu và kèm theo biểu hiện đau rát vùng kín, đau hạ vị hoặc tiểu rắt, tiểu buốt,...

Đây là những dấu hiệu có liên quan đến tình trạng viêm âm đạo do thiếu nội tiết tố.

Hiện tượng chảy máu bất thường xảy ra phổ biến ở những phụ nữ sử dụng các biện pháp tránh thai chứa estrogen hàm lượng thấp hoặc không có estrogen như vòng tránh thai hoặc que cấy tránh thai. Khi nồng độ estrogen trong cơ thể quá ít làm mỏng lớp nội mạc tử cung dễ gây ra tình trạng xuất huyết.

Theo các chuyên gia Sản Phụ khoa, hiện tượng chảy máu âm đạo do tránh thai nội tiết tố thường không đáng lo ngại và có thể khắc phục được. Trong trường hợp tình trạng chảy máu âm đạo kéo dài và gây khó chịu, chị em hãy liên hệ với bác sĩ để được tư vấn lựa chọn phương pháp

tránh thai khác phù hợp hơn, nhằm hạn chế những tác dụng phụ không mong muốn.

Một số bệnh lây truyền qua đường tình dục như lậu, chlamydia,... có thể là nguyên nhân gây ra tình trạng chảy máu âm đạo và tiết khí hư màu nâu. Đa số phụ nữ mắc bệnh qua đường tình dục thường không có triệu chứng, các trường hợp khác có các biểu hiện như viêm cổ tử cung, tiết dịch âm đạo bất thường, chảy máu khi quan hệ, tiểu khó...

Vì đa số các bệnh lây qua đường tình dục không có triệu chứng rõ ràng nên các chuyên gia luôn khuyến khích chị em thăm khám phụ khoa định kỳ để chủ động bảo vệ sức khỏe sinh sản, phát hiện sớm những bệnh lý tiềm ẩn, từ đó lên kế hoạch điều trị kịp thời.

Trong một số trường hợp, tiết dịch âm đạo có màu nâu là dấu hiệu của một vài bệnh lý phụ khoa lành tính như khuyết sẹo mổ lấy thai, lạc nội mạc tử cung hoặc polyp cổ tử cung,...

Tuy nhiên, trường hợp khí hư màu nâu kèm theo những dấu hiệu bất thường như chảy máu sau khi giao hợp, đau bụng dưới, mệt mỏi, tiểu tiện, đại tiện khó khăn,... có thể là dấu hiệu cảnh báo tiền ung thư cổ tử cung hoặc ung thư nội mạc tử cung. Cần đến gặp bác sĩ càng sớm càng tốt khi nhận thấy các dấu hiệu này để được kiểm tra và có biện pháp điều trị hiệu quả nhất.

Việc quan sát và theo dõi các dấu hiệu mang thai chỉ là những phán đoán mang tính chất cảm tính và có xác suất nhầm lẫn khá cao. Chính vì thế, để xác định chính xác tình trạng mang thai của mình, chị em có thể sử dụng một vài phương pháp thử thai dưới đây:

Đây được xem là một trong những phương pháp thử thai phổ biến và tiện lợi chị em hoàn toàn có thể thực hiện tại nhà. Que thử thai giúp chẩn đoán tình trạng mang thai bằng cách phát hiện hormone HCG có trong nước tiểu, đây là loại hormone xuất hiện khi phụ nữ mang thai.

Nhiều chuyên gia cũng cho biết que thử thai có thể cho kết quả chính xác tới 97% nếu được sử dụng đúng cách và đúng thời điểm. Theo đó, thời điểm lý tưởng để sử dụng que thử thai là trong vòng 7-14 ngày sau khi quan hệ tình dục không dùng biện pháp an toàn và có dấu hiệu trễ kinh khoảng 5 ngày.

Đặc biệt, các bác sĩ khuyên chị em nên thử que vào buổi sáng sau khi ngủ dậy để có kết quả chính xác nhất, vì đây là lúc nước tiểu đậm đặc và nồng độ HCG đang ở mức cao nhất. Khi trên que thử hiện 1 vạch đỏ đậm thì có nghĩa là bạn không mang thai, ngược lại bạn sẽ biết được

mình đã mang thai khi kết quả trên que thử thai hiện 2 vạch đỏ đậm rõ ràng.

Lưu ý, đọc kết quả sau khoảng 5 phút và chỉ chờ kết quả tối đa 10 phút, không nên đợi quá lâu vì điều này có thể làm sai lệch kết quả.

Nếu so với que thử thai thì phương pháp xét nghiệm máu có ưu điểm hơn vì có thể cho kết quả chính xác lên tới 100%, ngay cả khi chị em chưa có dấu hiệu chậm kinh. Với phương pháp này, bác sĩ sẽ tiến hành lấy mẫu máu của người mẹ và kiểm tra nồng độ beta HCG trong máu, từ đó thu được những kết quả sau:

Bên cạnh việc chẩn đoán tình trạng có thai thì phương pháp xét nghiệm máu còn mang lại nhiều lợi ích khác như:

Sau khi thực hiện kiểm tra và xác định chính xác nguyên nhân tiết dịch màu nâu là do mang thai, chị em hãy chuẩn bị tâm lý sẵn sàng cũng như chủ động lên kế hoạch chăm sóc thai kỳ một cách tốt nhất. Dưới đây là một vài lời khuyên từ chuyên gia giúp mẹ bầu có hành trình mang thai khỏe mạnh và an toàn.

Để đặt hẹn thăm khám và tư vấn các vấn đề chăm sóc thai kỳ cùng các chuyên gia Sản Phụ khoa tại Hệ thống BVĐK Tâm Anh, chị em vui lòng liên hệ đến thông tin:

Hy vọng những thông tin hữu ích từ bài viết đã giúp chị em biết được ra khí hư màu nâu có phải mang thai không. Điều quan trọng là chị em cần theo dõi sức khỏe bản thân và thăm khám càng sớm càng tốt nếu nhận thấy dịch âm đạo màu nâu có kèm theo các dấu hiệu bất thường.

---

Tiêu đề: Sự phát triển của thai 1 tuần tuổi như thế nào? Bác sĩ trả lời

Nội dung:

Mang thai là một hành trình dài, vất vả nhưng đầy tự hào. Để mẹ bầu có sức khỏe tốt, thai nhi phát triển khỏe mạnh trong suốt thai kỳ, thai phụ cần chuẩn bị đầy đủ tâm lý, sức khỏe và những kiến thức cần thiết trước khi mang thai, đặc biệt là những kiến thức liên quan đến sự hình thành và phát triển của thai nhi. Vậy thai 1 tuần tuổi sẽ phát triển như thế nào? Mẹ bầu cần lưu ý gì khi mang thai ở giai đoạn này?

Các biểu hiện khi mang thai tuần 1 là khác nhau ở mỗi phụ nữ và mỗi thai kỳ. Dấu hiệu mang thai đầu tiên phổ biến nhất là trễ kinh. Ngoài ra, một số triệu chứng khác khi mang thai 1 tuần tuổi, bao gồm: (1)

Khi thai nhi 1 tuần tuổi, thai phụ chưa có những thay đổi lớn về cơ thể hay tâm sinh lý. Tuy nhiên, theo một số nghiên cứu trên các thai phụ thì ở hầu hết các mẹ đang mang thai 1 tuần tuổi thường có những thay đổi sau:

Thai nhi 1 tuần tuổi thường không có sự khác biệt gì so với bình thường. Trong một số trường hợp, mẹ bầu còn chưa phát hiện ra mình đã mang thai. Ở giai đoạn này, chưa có một dấu hiệu rõ ràng nào cho thấy hình dáng hay kích thước của thai nhi, phải đợi thêm vài tuần, ít nhất là đến tuần thứ 4 của thai kỳ thì các dấu hiệu về thai nhi mới được rõ nét hơn. (2)

Mang thai 1 tuần tuổi, bên cạnh niềm hạnh phúc khi sắp được làm mẹ, nhiều chị em cũng không tránh khỏi những lo lắng trên hành trình “9 tháng 10 ngày” này. Và để hành trình mang thai, sinh con được suôn sẻ, an toàn, chị em đừng quên trang bị những kiến thức cơ bản dưới đây:

Sau khi có những dấu hiệu mang thai trong những tuần đầu tiên sau quan hệ, chị em nên đến thăm khám càng sớm càng tốt. Bác sĩ sẽ chỉ định làm xét nghiệm máu để xác định có thai hay không. Nếu xác định có thai, chị em cần tuân thủ lịch khám thai định kỳ với bác sĩ sản khoa để đảm bảo sự ổn định trong sức khỏe của thai phụ và sự phát triển nhanh chóng, toàn diện của thai nhi.

Một số các thói quen không tốt của thai phụ sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe của mẹ và bé, đặc biệt là trong những tuần đầu của thai kỳ. Mẹ bầu lưu ý: (3)

Thư giãn hiệu quả giúp nữ giới tránh được tình trạng căng thẳng, lo lắng quá mức cũng như hiện tượng trầm cảm trong và sau thai kỳ. Mẹ bầu có thể áp dụng các phương pháp như ngồi thiền, tập yoga, đọc sách, nghe nhạc,... để cải thiện tâm trạng, giúp tinh thần thoải mái và nhẹ nhàng hơn.

Bên cạnh đó, nghỉ ngơi nhiều cũng giúp cho cơ thể mẹ được tăng cường sức đề kháng, khỏe mạnh; thai nhi phát triển tốt. Theo một số nghiên cứu cho thấy, các thai phụ có những bất ổn



về giấc ngủ, ngủ dưới 6 tiếng trong một ngày sẽ có nguy cơ cao dẫn đến tình trạng phải sinh mổ và thời gian chuyển dạ thường lâu hơn so với những thai phụ bình thường ngủ đủ 8 tiếng một ngày. Vì thế, mẹ bầu cần cân đối nghỉ ngơi nhiều và hợp lý để có một thai kỳ thuận lợi và suôn sẻ.

Chăm sóc thai kỳ đóng vai trò quan trọng là tiền đề giúp thai nhi sinh trưởng và phát triển toàn diện, khỏe mạnh khi chào đời. Tại Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh, thai phụ không chỉ được khám thai, theo dõi và tầm soát những nguy cơ tiềm ẩn gây nên những biến chứng thai kỳ mà còn được các chuyên gia dinh dưỡng tham vấn, lên những thực đơn cần thiết, tốt cho từng giai đoạn hình thành và quá trình phát triển của thai nhi, phù hợp với sức khỏe và tình trạng cơ thể của từng mẹ bầu giúp cho mẹ khỏe, thai nhi phát triển hiệu quả.

Nếu có nhu cầu đặt lịch khám và tư vấn tại Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh, Quý khách xin vui lòng liên hệ đến:

Hy vọng những chia sẻ vừa rồi sẽ giúp cho quý độc giả có thêm những thông tin hữu ích xoay quanh vấn đề hình thành và phát triển của bào thai 1 tuần tuổi trong bụng mẹ. Đồng thời cũng hy vọng phần nào giúp cho những thai phụ lần đầu mang thai bớt lo lắng, hoang mang và biết cách chăm sóc sức khỏe thai kỳ một cách hiệu quả hơn. Nếu có bất kỳ thắc mắc hay băn khoăn nào cần được tư vấn thêm, chị em có thể liên hệ đến hotline Hệ thống Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh để được các chuyên gia Sản Phụ khoa giải hỗ trợ giải đáp chi tiết và cụ thể.

---

Tiêu đề: Quá trình phát triển của thai nhi theo tuần (giai đoạn từ tuần 1 - 41)

Nội dung:

Sau khi tinh trùng gặp trứng, quá trình thụ tinh thành công tạo thành hợp tử. Hợp tử sẽ tiếp tục được phân chia thành nhiều tế bào. Đến tuần thứ chín của thai kỳ, phôi thai sẽ phát triển thành bào thai (thai nhi), sau đó sẽ tiếp tục phát triển và hoàn thiện các cơ quan, cấu trúc của cơ thể. Quá trình mang thai ở nữ giới thường sẽ diễn ra trong khoảng 40-41 tuần, được chia thành 3 tam cá nguyệt. Vậy cụ thể quá trình phát triển của thai nhi theo từng tuần của thai kỳ diễn ra như thế nào? Mời độc giả theo dõi thông tin qua bài viết bên dưới.

Quá trình phát triển của thai nhi trong bụng mẹ là một hành trình có trật tự và diễn ra vô cùng phức tạp. Quá trình này bắt đầu từ trước khi mẹ bầu biết mình đang mang thai và kết thúc bằng việc em bé chào đời. Thông thường thai nhi sẽ được chia thành 4 giai đoạn hình thành và phát triển (1). Cụ thể:

Hợp tử là giai đoạn ngắn nhất trong 4 giai đoạn hình thành và phát triển của thai nhi. Sau khi tinh trùng gặp trứng thụ tinh thành công sẽ tạo thành hợp tử. Hợp tử tiếp tục theo ống dẫn trứng di chuyển về phía tử cung, chuẩn bị cho quá trình làm tổ tại đây. Thời gian hợp tử di chuyển xuống lòng tử cung mất khoảng 1 tuần.

Trong hành trình di chuyển về tử cung, hợp tử nhiều lần phân chia và tạo thành phôi nang. Phôi nang được cấu tạo gồm có 2 phần là khối các tế bào trong (inner cell mass) và các tế bào lá nuôi (trophectoderm). Khối tế bào trong là thành phần chính sau này phát triển thành thai nhi còn các tế bào lá nuôi sẽ phát triển thành nhau thai, giữ vai trò cung cấp những chất dinh dưỡng cần thiết cho sự phát triển của thai nhi.

Phôi nang tiếp tục quá trình cấy ghép vào lớp niêm mạc tử cung, bám chắc vào khu vực này để phát triển trong những giai đoạn tiếp theo. Khi phôi nang đã hoàn thành việc cấy ghép, cơ thể thai phụ sẽ sản sinh ra hormone human chorionic gonadotropin (hCG) hỗ trợ thai kỳ. Hormone này sẽ được tăng tiết nhanh chóng làm biến đổi một số chức năng sinh lý, quá trình hoạt động của các cơ quan bên trong cơ thể mẹ và ngăn chặn sự xuất hiện của chu kỳ kinh nguyệt.

Giai đoạn phôi thai kéo dài trong khoảng từ tuần thứ 3 đến cuối tuần thứ 8 của thai kỳ. Ở giai đoạn này, phôi nang đã được gọi là phôi thai tiếp tục phát triển mạnh mẽ, bắt đầu phân chia và hình thành các cơ quan, đặc điểm riêng biệt cấu tạo nên cơ thể.

Các cấu trúc và cơ quan như ống thần kinh (sau này sẽ phát triển và trở thành não, tủy sống), đầu, mắt, miệng và tay chân của bào thai đã được hình thành. Các tế bào tạo lập ra tim, hệ tuần hoàn tim và nhịp tim sẽ được hình thành và phát triển trong tuần thứ 5 và thứ 6 của thai kỳ.

Những chồi chi sẽ trở thành tay và chân của thai nhi cũng được hình thành trong khoảng thời

gian này. Đến tuần thứ 8 thai kỳ, hầu hết các cơ quan, bộ phận của phôi thai đã được hình thành ở mức cơ bản. Đây cũng là thời điểm đánh dấu tình trạng ốm nghén xuất hiện với tần suất nhiều và nghiêm trọng.

Phôi thai tiếp tục quá trình phát triển và được gọi là thai nhi từ tuần thứ 9 của thai kỳ. Thai nhi tiếp tục hình thành các cơ quan, bộ phận còn thiếu và hoàn thiện thêm những cấu trúc, chức năng của các bộ phận đã có trong suốt thời gian nằm trong bụng mẹ. Ở tuần thứ 9, thai nhi đã bắt đầu phát triển các bộ phận sinh dục quy định giới tính (nhưng ở thời điểm này, siêu âm vẫn chưa biết được giới tính của thai nhi). (2)

Các cơ quan chính và hệ thống cơ thể của bào thai không ngừng phát triển nhanh chóng và trưởng thành qua từng ngày. Thai nhi đã có thể cử động các chi của mình từ rất sớm nhưng đến khoảng tuần thứ 20 của thai kỳ, mẹ bầu mới cảm nhận được những cử động này của con yêu. Ở giai đoạn này, thai nhi phát triển rất nhanh cả về chiều dài, cân nặng, các chỉ số của cơ thể cũng như các yếu tố rất nhỏ của các bộ phận trên cơ thể như móng tay, lông mi, tóc,...

Thai nhi sẽ không ngừng phát triển và thay đổi trong suốt thai kỳ. Thông thường thai kỳ sẽ được chia thành 3 giai đoạn, mỗi giai đoạn tương ứng với 3 tháng thường được gọi là tam cá nguyệt thai kỳ. Cụ thể:

Tam cá nguyệt đầu tiên sẽ kéo dài từ khi thụ thai đến 12 tuần. Đây là ba tháng đầu tiên của thai kỳ. Trong tam cá nguyệt này, sau khi trứng được thụ tinh thành công sẽ bắt đầu phát triển từ một tế bào nhỏ trở thành một bào thai với những đặc điểm cơ bản của con người. Giai đoạn này cũng là thời điểm đánh dấu những thay đổi đầu tiên của mẹ bầu trên hành trình mang thai với các triệu chứng như ốm nghén, mệt mỏi,... (3)

Tuần 1 và tuần 2 của thai kỳ được xem là giai đoạn “chuẩn bị” của cơ thể thai phụ trước khi chính thức mang thai. Trong 2 tuần này, cơ thể mẹ bầu bắt đầu giải phóng hormone với số lượng nhiều hơn trước, tử cung có những biến chuyển để chuẩn bị cho quá trình nuôi dưỡng thai nhi bên trong.

Tham khảo: Sự phát triển của thai 1 tuần tuổi

Vào cuối tuần thứ hai, buồng trứng bắt đầu rụng trứng, giải phóng một quả trứng. Nếu tinh

trùng gặp trứng ngay sau khi trứng rụng, quá trình thụ thai sẽ tiếp tục diễn ra.

Đến tuần thứ 3, một tinh trùng và một trứng gặp nhau diễn ra quá trình thụ tinh và tạo thành hợp tử.

Hợp tử tiếp tục phát triển và trở thành phôi nang ở tuần thứ 4. Phôi nang di chuyển về phía tử cung và cấy ghép vào lớp niêm mạc trong lòng tử cung. Phôi thai bắt đầu phân chia và tiếp tục phát triển mạnh mẽ. Bao bọc xung quanh phôi thai là túi ối có nhiệm vụ cung cấp chất dinh dưỡng và bảo vệ bào thai trong suốt thai kỳ. Đến cuối tuần thứ 4, phôi thai có kích thước khoảng 2mm, tương đương với kích thước của một hạt mè.

Bước sang tháng thứ 2 của thai kỳ, đa phần phụ nữ sẽ dễ dàng nhận biết được bản thân mình đang mang thai thông qua các triệu chứng. Ở thời điểm này, hormone thai kỳ có hiện tượng tăng nhanh về nồng độ, số lượng và đến khoảng tuần thứ 5, mẹ bầu có thể dùng que để thử thai tại nhà và cho kết quả dương tính (2 vạch).

Tuần thứ 5 là thời điểm ống thần kinh (não, tủy sống và các mô thần kinh khác của hệ thần kinh trung ương) được hình thành. Tim và hệ thống tuần hoàn tim bắt đầu hoạt động và có nhịp đập vào cuối tuần thứ 5 này.

Quá trình phát triển của thai nhi vẫn sẽ tiếp tục với các chồi chi sẽ hình thành nên tay và chân của thai nhi sau này đang được phát triển. Các tế bào máu, hệ thống tuần hoàn máu cùng với những cấu trúc sẽ tạo nên tai, mắt, miệng của trẻ cũng đang được hình thành và bước đầu phát triển ở tuần thứ 6 của thai kỳ.

Trong tuần thứ 7 này, khung xương và các bộ phận sinh dục của thai nhi đang được cấu thành ở mức sơ bộ. Lúc này, thai nhi có phần đầu to hơn các phần khác của cơ thể, chưa có hình dáng của con người mà trông khá giống nòng nọc con có đuôi.

Sang đến tuần thứ 8, tất cả các cơ quan chính và toàn bộ hệ thống cơ thể đang phát triển nhanh chóng. Tay và chân của bào thai ở thời điểm này trông giống như mạng nhện. Đôi mắt có hình dạng rõ ràng hơn so với những tuần trước và đôi tai đang trong giai đoạn được hình thành. Dây rốn vẫn tiếp tục phát triển và thực hiện nhiệm vụ vận chuyển oxy, máu và các dưỡng chất đến nuôi dưỡng bào thai.

Ở tuần thứ 8, phôi thai đã được gọi là thai nhi, có kích thước khoảng 0.5 đến 1 inch (từ 1.27 đến 2.54cm), tương đương kích thước của một hạt đậu đen.

Tháng thứ 3 của thai kỳ là giai đoạn tăng trưởng và phát triển nhanh chóng của thai nhi. Đây là giai đoạn thai nhi hình thành rõ ràng hơn các đặc điểm trên khuôn mặt, tay chân, các cơ quan, mô cơ, các xương,... Đến cuối tuần thứ 12, thai nhi đã hoàn thiện các bộ phận sinh dục, giới tính đã được phân biệt rõ ràng. Tuy nhiên, phải đến tuần thứ 16 – 18 mẹ bầu mới có thể biết được giới tính của thai nhi thông qua phương pháp siêu âm.

Răng, vị giác và cơ bắp của bào thai được hình thành trong tuần thai thứ 9. Lúc này, cơ thể của thai nhi có thêm nhiều nét giống con người hơn nhưng phần đầu vẫn còn khá to, chiếm khoảng 50% tổng kích thước của cơ thể. Vào thời điểm này, bác sĩ cơ thể nghe được nhịp tim của thai nhi thông qua siêu âm Doppler.

Cánh tay, bàn tay, ngón tay, bàn chân và ngón chân của thai nhi đã được hình thành đầy đủ (không còn ngón tay, ngón chân được bao bọc bởi màng). Móng tay và móng chân cũng bắt đầu phát triển, đôi tai cũng đang trong quá trình hình thành.

Thai nhi bắt đầu có những chuyển động nhẹ nhàng như đóng mở nắm tay, miệng. Đầu gối, khuỷu tay, mắt cá chân,... của thai nhi cũng bắt đầu cử động. Tuy nhiên ở tuần thai thứ 11 này, mẹ vẫn chưa cảm nhận được những chuyển động của bé yêu. Khung xương và các xương của thai nhi cứng rắn hơn. Các đặc điểm trên khuôn mặt trở nên nổi bật và rõ ràng hơn những tuần trước.

Tất cả các cơ quan, chi, xương và cơ của cơ thể bào thai đã được hình thành đầy đủ, đang được tiếp tục phát triển để hoàn thiện các chức năng. Hệ tuần hoàn, hệ tiêu hóa và hệ tiết niệu cũng đã bắt đầu hoạt động. Ở giai đoạn này gan đã bắt đầu sản sinh ra mật.

Đến tuần thai thứ 12, thai nhi đã phát triển ổn định hơn, vì thế nguy cơ sảy thai ở thai phụ cũng được giảm đi đáng kể. Các triệu chứng ốm nghén có phần giảm đi đôi chút làm cho mẹ bầu có cảm giác dễ chịu và thoải mái hơn. Ở thời điểm này, thai nhi có kích thước khoảng 2.5 đến 3 inch (từ 6.35 đến 7.62cm), tương đương kích thước của một quả mận.

Tam cá nguyệt thứ hai của thai kỳ bắt đầu từ tuần thứ 13 và kéo dài đến tuần thứ 27. Các cơn

ốm nghén trong quá trình phát triển của thai nhi này đã biến mất, những triệu chứng khó chịu ở những tháng đầu mang thai cũng được giảm nhẹ đôi phần. Ở 3 tháng giữa của thai kỳ này, thai nhi đã chuyển động nhiều; có thể xoay, lật, đạp, có những tác động cụ thể lên phần bụng của mẹ bầu. (4)

Tháng thứ 4 của thai kỳ, mẹ bầu có thể nghe thấy nhịp tim của bào thai đập mạnh và to trên siêu âm Doppler. Thai nhi có thể thực hiện một số động tác trong bụng mẹ như mút ngón tay cái, ngáp, duỗi người, làm mặt xấu,...

Dây thanh quản được hình thành. Phần đầu và phần thân của thai nhi đang ngày càng hoàn thiện và được phát triển cân đối tương xứng hơn với toàn bộ kích thước của cơ thể.

Da của thai nhi bắt đầu dày lên và lông tơ bắt đầu mọc. Thai nhi có thể đưa ngón tay vào miệng và quay đầu tại thời điểm này. Bộ phận sinh dục ngoài phát triển đầy đủ và dấu vân tay bắt đầu được hình thành.

Một số cơ quan như ruột và tai đang di chuyển đến đúng vị trí cố định của từng bộ phận. Thai nhi vẫn sử dụng nước ối để tập thở, nhưng ở giai đoạn này phổi của bé đang bắt đầu phát triển. Thai nhi bắt đầu thực hiện các chuyển động có mục đích hơn, như mút ngón tay cái hoặc mỉm cười.

Đến tuần thứ 16, môi và tai của thai nhi đã được phát triển đầy đủ, bé có thể nghe thấy tất cả những gì mẹ bầu nói ở môi trường bên ngoài. Lúc này, thai nhi vẫn nhắm mắt nhưng có thể phản ứng lại bằng cách quay mặt đi hướng khác nếu có ánh sáng tác động vào.

Vào cuối tháng thứ tư của thai kỳ, thai nhi dài khoảng 5 inch (khoảng 12.7cm) và nặng khoảng 113.40 gam, tương đương kích thước của một quả bơ.

Lớp da mỏng của thai nhi sẽ bắt đầu tích trữ mỡ. Da của thai nhi được bao phủ bởi một lớp màu trắng gọi là lớp sáp vernix. Đây là chất dưỡng da tự nhiên có vai trò ngăn ngừa mất nước, giữ độ ẩm cho da và bảo vệ da của thai nhi khỏi sự tiếp xúc lâu dài với nước ối.

Ở tuần thai này, lông tơ xuất hiện và bao phủ cơ thể thai nhi. Lông tơ có vai trò giữ ấm và bảo vệ thai nhi tránh khỏi một số tác nhân gây hại. Trong giai đoạn này, thai nhi đã có chu kỳ ngủ thức và có thể chịu ảnh hưởng bởi những tiếng động lớn từ môi trường xung quanh cơ thể của

mẹ bầu.

Thai nhi dần ổn định và khỏe mạnh hơn, bắt đầu có những tác động như đá, đạp vào bụng mẹ. Ở tuần này, thai nhi đã hoàn thiện dấu vân tay và có thể nắm cút.

Móng tay đã được hình thành trên các đầu ngón tay. Vùng não nhận nhiệm vụ điều chỉnh và chịu trách nhiệm cho hoạt động của năm giác quan bắt đầu có sự phát triển nhanh chóng.

Đến cuối tháng thứ năm, thai nhi có kích thước khoảng 9 đến 10 inch (khoảng 22.86 đến 25.4cm) và nặng khoảng 453.60 gam, tương đương kích thước của một quả bóng rổ. Cũng ở giai đoạn này, thai nhi đã bắt đầu chuyển động xung quanh bụng mẹ với tốc độ khá nhanh và mẹ đã có thể tự cảm nhận được sự chuyển động của bé yêu.

Thai nhi lúc này đã có mí mắt, có thể mở mắt và chớp mắt đều đặn. Da có màu đỏ, nhăn nheo và có thể nhìn thấy được các tĩnh mạch thông qua lớp da trong suốt này. Ở giai đoạn này, thai nhi đã có thể cảm nhận và phản ứng lại với âm thanh bằng cách di chuyển hoặc nhịp tim của cơ thể tăng lên.

Trong tuần thai này, tay và chân của bé đã có sự phối hợp thường xuyên và linh hoạt với nhau. Thai nhi bắt đầu có tủy xương và các tế bào máu đang được sản xuất.

Khả năng cầm nắm của thai nhi ngày càng chắc chắn hơn. Ở tuần này, bé đã có thể tự chạm vào tai và dây rốn của mình đồng thời có thể cảm nhận và nghe thấy nhịp tim và hơi thở của mẹ.

Trong tuần thai thứ 23 này, lượng mỡ được gia tăng nhanh chóng ở cơ thể thai nhi. Đây cũng là thời điểm thai nhi vẫn có thể sống sót với sự chăm sóc đặc biệt nếu gặp phải trường hợp bất khả kháng phải chào đời sớm ở tuần này.

Phổi của thai nhi đã phát triển đầy đủ ở tuần thứ 24. Đến cuối tháng thứ sáu, thai nhi dài khoảng 12 inch (khoảng 30.48cm) và nặng khoảng 907.18 gam.

Thai nhi tiếp tục trưởng thành và phát triển. Ở thời kỳ này, thai nhi thường xuyên thay đổi vị trí và có những phản ứng trước các kích thích của âm thanh, ánh sáng, cảm giác đau,... Nước ối giai đoạn này có hiện tượng giảm.

Ở tuần thứ 25, lượng mỡ trong cơ thể thai nhi ngày càng nhiều hơn giúp cho phần da bớt nhăn

nheo và trở nên căng mọng hơn. Hệ thần kinh của thai nhi trong giai đoạn này cũng được hoàn thiện và trưởng thành nhanh chóng.

Trong tuần này, chất tạo nên màu da và màu mắt là melanin đã được tế bào melanocytes (tế bào biểu bì tạo sắc tố) trong cơ thể của thai nhi tạo nên. Cũng trong tuần này, bé đang tập hít vào và thở ra với nước ối giúp phổi phát triển hơn.

Thai nhi có thể mở mắt và chớp mắt, cũng đã có lông mi.

Đây là giai đoạn cuối cùng của quá trình phát triển của thai nhi. Thai nhi có sự tăng cân nhanh chóng và hoàn thiện tất cả các bộ phận, chức năng trong cơ thể để chuẩn bị cho sự chào đời.

Thai nhi bắt đầu chuyển đổi tư thế quay đầu để chuẩn bị cho quá trình chào đời được thuận lợi. Vào cuối tháng thứ bảy, thai nhi dài khoảng 14 đến 15 inch (khoảng 35.56 đến 38.1cm) và nặng từ 0.907 đến 1.360kg.

Thai nhi tiếp tục trưởng thành và phát triển lớp dự trữ mỡ của cơ thể. Não phát triển nhanh nhất ở thời gian này. Vào thời điểm này, thai nhi có thể nhìn và nghe thấy hầu hết các kích thích. Đa phần các hệ thống bên trong cơ thể đều đang phát triển tốt.

Thai nhi tăng nhanh về kích thước trong những tháng cuối của thai kỳ làm cho túi ối trở nên chật hẹp hơn. Tuần này, thai nhi có những tác động, đạp và đá vào bụng mẹ nhiều hơn những tuần trước.

Sang tuần thứ 30 của thai kỳ, thai nhi đã có thể tự kiểm soát được nhiệt độ cơ thể của chính mình. Não bé đang trưởng thành và phát triển một cách nhanh chóng.

Thai nhi ngày càng cảm nhận được nhiều thông tin và kích thích từ môi trường sống bên trong và bên ngoài cơ thể của mẹ. Thai phụ cũng có thể nhận biết được những hoạt động khác nhau của bé yêu khi đang thức và ngủ.

Da của thai nhi thời điểm này đã dày và rõ ràng hơn, không còn trong suốt nữa. Ngoại trừ não và phổi đang tiếp tục quá trình phát triển thì hầu hết các cơ quan, bộ phận trong cơ thể thai nhi đã được hoàn thiện đầy đủ và hoàn chỉnh tất cả các chức năng, sẵn sàng để chào đời trong những tuần sắp tới.

Thai nhi lúc này có kích thước khoảng 17 đến 18 inch (từ 43.18 đến 45.72cm) và nặng tới



2.268kg.

Trong giai đoạn này, thai nhi tiếp tục phát triển và trưởng thành. Phổi gần như phát triển hoàn thiện. Tháng thứ chín chủ yếu là thời điểm hoàn thiện quá trình tăng trưởng và phát triển não bộ.

Xương của thai nhi đang dần cứng lại, các bộ phận khác trên cơ thể rắn chắc hơn, ngoại trừ não.

Lớp vernix bảo vệ da của thai nhi được tăng cường và bắt đầu có hiện tượng dày lên.

Não của thai nhi tiếp tục phát triển, nặng khoảng  $\frac{2}{3}$  so với trọng lượng cơ thể của bé lúc sinh ra.

Ở tuần thứ 36, thai nhi đã mất lớp lông tơ và bắt đầu có tóc trên đầu. Lúc này, thai nhi có kích thước khoảng 18 đến 19 inch (từ 45.72 đến 48.26cm) và nặng khoảng 2.72 đến 3.175kg.

Đây là tháng cuối cùng của thai kỳ, thai phụ có thể chuyển dạ bất kỳ thời gian nào trong những tuần của tháng thứ 10 này. Thai nhi đã ở đúng vị trí thuận lợi nhất cho quá trình sinh nở.

Móng chân đã dài chạm đến đầu các ngón chân của thai nhi. Ở tuần này, mẹ bầu đã cảm nhận được thai nhi đã di chuyển đến đúng vị trí sẽ chào đời ở vùng chậu của mẹ.

Thai nhi tiếp tục tăng nhanh về các chỉ số để đạt được kích thước tiêu chuẩn trước khi chào đời. Trung bình mỗi tuần thai nhi sẽ tăng khoảng 226.80 gam.

Đến tuần thai thứ 39, thai nhi đã đủ tháng và có thể chào đời.

Đây là tuần dự sinh của thai phụ. Em bé có thể chào đời bất kỳ thời điểm nào trong tuần thai này. Ở thời điểm này, thai nhi có kích thước khoảng 19 đến 20 inch (từ 48.26 đến 50.8cm) và nặng khoảng 3.175 đến 4.08kg.

Ở tuần này, nếu em bé vẫn chưa chào đời thì được xem là đã quá ngày dự sinh. Khi quá ngày dự sinh sẽ gây ra những biến chứng ảnh hưởng đến sức khỏe của mẹ và bé. Mẹ bầu cần đến gặp bác sĩ để được hỗ trợ can thiệp kịp thời, đảm bảo an toàn sức khỏe cho cả 2 mẹ con.

Khi mang thai, mẹ cần thực hiện tốt những lưu ý sau để có một thai kỳ khỏe mạnh. Bao gồm:

Nếu có nhu cầu đặt lịch khám, tư vấn thêm cùng các bác sĩ tại Trung tâm Sản Phụ khoa, Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh, Quý khách xin vui lòng liên hệ đến:

Hy vọng những chia sẻ vừa rồi đã giúp ba mẹ có thêm những thông tin hữu ích về quá trình

phát triển của thai nhi trong từng giai đoạn của thai kỳ. Từ đó, có phương pháp chăm sóc sức khỏe kịp thời, hiệu quả giúp mẹ có thai kỳ an toàn và thai nhi phát triển khỏe mạnh. Nếu có bất kỳ thắc mắc hay băn khoăn nào cần được giải đáp thêm, chị em có thể liên hệ đến hotline Hệ thống Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh để được các chuyên gia Sản Phụ khoa giải hỗ trợ.

---

**Tiêu đề:** Mang thai 4 tuần có dấu hiệu gì? 11 triệu chứng thường gặp

**Nội dung:**

Tuần thứ 4 của thai kỳ được xem là bước khởi đầu cho sự phát triển của phôi thai, đồng thời cơ thể người mẹ cũng bắt đầu có nhiều sự thay đổi đáng kể. Việc theo dõi và nhận biết sớm những dấu hiệu này có thể giúp mẹ bầu có thêm kiến thức và sự chuẩn bị tốt hơn cho quá trình chăm sóc thai kỳ sắp tới. Vậy mang thai 4 tuần có dấu hiệu gì? Những triệu chứng nào thường gặp nhất trong giai đoạn này?

Tuần thứ 4 của thai kỳ là giai đoạn quan trọng cho phôi thai bám chặt vào nội mạc tử cung người mẹ. Lúc này vì kích thước còn quá nhỏ, chỉ khoảng 2mm tương đương với một hạt mè nên hầu hết thai phụ đều chưa cảm nhận được sự thay đổi rõ rệt ở vùng bụng. Tuy nhiên, trong thời gian này nếu mẹ hoạt động quá mạnh sẽ rất dễ bị động thai, thậm chí sảy thai. (1)

Đối với thai nhi, tuần thứ 4 chính là giai đoạn khởi đầu cho sự hình thành và phát triển các cơ quan nội tạng cơ bản. Các tế bào bên trong phôi thai sẽ tạo thành 3 lớp mô với nhiệm vụ hình thành và phát triển các bộ phận cơ thể của thai nhi, cụ thể:

Trong những tuần đầu của thai kỳ, màng ối và túi noãn hoàng cũng phát triển mạnh mẽ. Trong đó, màng ối có nhiệm vụ bảo vệ phôi thai phát triển cùng dịch ối bên trong; túi noãn hoàng sẽ làm nhiệm vụ tạo máu, nuôi dưỡng thai cho đến khi nhau thai được hình thành đầy đủ sẽ đảm nhận việc truyền chất dinh dưỡng để nuôi thai nhi.

Sau khi trứng đã được thụ tinh thành công và bắt đầu bước vào giai đoạn làm tổ, tức là vào tuần thứ 4 của thai kỳ sẽ bắt đầu hình thành nhau thai và tăng sinh hormone hCG vào máu và nước tiểu người mẹ. Nhờ đó chị em có thể xác định tình trạng mang thai của mình qua kết quả xét

nghiệm beta hCG, từ đây, các dấu hiệu mang thai sẽ bắt đầu xuất hiện. Việc nhận biết các dấu hiệu này và thăm khám thai định kỳ sẽ giúp mẹ bầu có sự chuẩn bị tốt hơn cho hành trình thai nghén sắp tới của mình. (2)

Những triệu chứng mang thai 4 tuần đầu chị em nên chú ý, bao gồm:

Đây là một trong những triệu chứng rõ ràng nhất và cũng là dấu hiệu mang thai 4 tuần đầu tiên mà chị em cần chú ý. Với những chị em vốn đã có kinh nguyệt đều đặn nhưng lại đột nhiên trễ kinh sau khi quan hệ tình dục không dùng biện pháp tránh thai, thì đây có thể là dấu hiệu báo thai sớm nhất.

Một dấu hiệu khác mà phụ nữ mang thai 4 tuần có thể nhận thấy đó là sự thay đổi vị giác, nhạy cảm hơn với mùi hương do hormone trong cơ thể đã bắt đầu thay đổi. Một số chị em có thể cảm thấy ác cảm với một số món ăn yêu thích và kích thích cảm giác thèm ăn với những món mà có thể trước đây chưa từng nghĩ tới. (3)

Cảm giác đau ngực thường bắt đầu vào khoảng tuần thứ 4 đến tuần thứ 6 của thai kỳ và kéo dài trong suốt tam cá nguyệt đầu tiên. Mẹ bầu có thể cảm nhận ngực mình sưng to hơn hoặc núm vú sẫm màu hơn. Một số trường hợp khác lại thấy các tĩnh mạch màu xanh hoặc tím nổi bật phát triển trên ngực của họ vào đầu thai kỳ.

Tìm hiểu thêm: Ngực thay đổi như thế nào khi mang thai?

Chuột rút trong thời kỳ mang thai thường không có gì đáng lo ngại. Khi phôi bắt đầu làm tổ trong tử cung sẽ gây ra hiện tượng chuột rút nhẹ, đây là dấu hiệu mang thai tuần thứ 4 mà chị em nên chú ý.

Khi chuột rút xuất hiện cùng với các triệu chứng khác như chảy máu có thể là tín hiệu cảnh báo thai ngoài tử cung hoặc sảy thai. Chị em nên theo dõi các biểu hiện của cơ thể và thăm khám bác sĩ ngay khi nhận thấy có sự bất thường trong suốt thai kỳ.

Sự thay đổi nội tiết tố khi mang thai cùng việc tử cung đang dần dần lớn lên sẽ gây áp lực lên bàng quang, đồng thời lượng máu trong cơ thể tăng lên khiến thận bài tiết nhiều hơn, từ đó khiến mẹ bầu nhanh buồn tiểu và đi tiểu với tần suất nhiều hơn bình thường.

Việc mẹ bầu chưa kịp tiếp nhận và thích nghi với sự thay đổi nội tiết tố, hormone sinh dục nữ

khi bắt đầu mang thai, dẫn đến hiện tượng khí hư ra nhiều hơn và có màu trắng sữa. Đây là hiện tượng sinh lý hoàn toàn bình thường nên mẹ bầu không cần quá lo lắng.

Trong trường hợp nhận thấy khí hư có màu sắc bất thường hoặc kèm theo các triệu chứng tiểu buốt, tiểu rắt, đau vùng chậu... mẹ bầu cần đến thăm khám bác sĩ càng sớm càng tốt để được kiểm tra và xử lý ngay, tránh những biến chứng thai kỳ nghiêm trọng.

Trên thực tế, không phải trường hợp mang thai nào cũng có dấu hiệu máu báo thai. Nếu có, máu báo thai sẽ thường xuất hiện vào khoảng tuần thứ 4 của thai kỳ, tức là giai đoạn phôi làm tổ. Lượng máu báo thai thường rất ít, chỉ thấm vài giọt ở quần lót và có màu hơi hồng hoặc nâu, không có lẫn chất nhầy hoặc máu cục. Đây là hiện tượng sinh lý bình thường của cơ thể và không quá nguy hiểm. Tuy nhiên, trong một số trường hợp máu báo thai chảy ra nhiều hơn và kéo dài trên 3 ngày thì khả năng lớn đây không phải là hiện tượng máu báo thai.

Những cơn ốm nghén thường xuất hiện vào khoảng tuần thứ 6 của thai kỳ nhưng một số thai phụ cho biết họ đã cảm thấy dấu hiệu này sớm hơn, vào tuần thứ 4 của thai kỳ. Ốm nghén là dấu hiệu mang thai thường gặp ở khoảng  $\frac{2}{3}$  phụ nữ trong giai đoạn tam cá nguyệt đầu tiên. Các cơn buồn nôn này có thể xảy ra bất kỳ lúc nào trong ngày, đặc biệt rõ rệt nhất là vào buổi sáng sớm sau khi ngủ dậy.

Da sẫm màu, đặc biệt ở vùng bụng hoặc quanh núm vú có thể xảy ra do sự gia tăng hormone thai kỳ, từ đó làm tăng hình thành sắc tố melanin khiến nhiều mẹ bầu nhận thấy da mình có dấu hiệu sạm đi và sẫm màu hơn bình thường.

Nồng độ progesterone trong thai kỳ tăng cao có thể làm chậm quá trình tiêu hóa và gây ra hiện tượng đầy hơi ở nhiều mẹ bầu.

Sự thay đổi tâm trạng là một trong những dấu hiệu thường gặp trong giai đoạn đầu của thai kỳ. Nhiều thai phụ cảm thấy lâng lâng, vui vẻ xen lẫn lo lắng, bồn chồn. Đây là kết quả của sự thay đổi hormone khi người mẹ bắt đầu hành trình thai nghén của mình.

Tùy vào cơ địa và thể trạng sức khỏe khác nhau ở mỗi người mà các dấu hiệu mang thai 4 tuần kể trên có thể có các biểu hiện khác nhau. Chính vì thế, nếu chỉ dựa vào những dấu hiệu này sẽ

không thể kết luận chính xác chị em có đang mang thai hay không. Hãy tham khảo thêm một vài phương pháp đáng tin cậy để xác nhận tình trạng mang thai của mình, chẳng hạn như: Đây được xem là phương pháp thử thai phổ biến nhất hiện nay bởi tính nhanh chóng và tiện lợi của nó. Que thử thai giúp phát hiện “sự có mặt” của beta-hCG trong nước tiểu của người phụ nữ, từ đó kết luận tình trạng có thai nhanh nhất. Để đạt kết quả chính xác nhất, chị em nên sử dụng que thử thai vào buổi sáng sớm, vì đây là thời điểm nồng độ hCG trong nước tiểu đạt mức cao nhất. (4)

Nếu que thử thai hiện 1 vạch có nghĩa chị em không có thai, ngược lại khi kết quả hiện 2 vạch thì cũng đồng nghĩa với việc bạn đã mang thai.

Nếu que thử thai có thể kiểm tra “sự có mặt” của hCG trong nước tiểu người phụ nữ để biết được tình trạng mang thai, thì phương pháp xét nghiệm máu có thể biết được nồng độ hCG trong máu đang ở mức bao nhiêu, từ đó kết luận người phụ nữ có đang mang thai hay không với độ chính xác lên tới 100%.

Đây là phương pháp thử thai được các bác sĩ khuyến khích sử dụng khi có những nghi ngờ về kết quả que thử thai tại nhà hoặc cần thông tin chính xác hơn về tình trạng sức khỏe của thai kỳ.

Giai đoạn đầu của thai kỳ là thời điểm vô cùng nhạy cảm với sức khỏe của cả mẹ và bé. Mẹ bầu không chỉ đối mặt với những thay đổi đột ngột của cơ thể, tình trạng ốm nghén liên tục cùng với tâm trạng lo lắng, căng thẳng khi lần đầu mang thai khiến cho nguy cơ sảy thai cao hơn nếu thai phụ không có kế hoạch chăm sóc thai kỳ đầy đủ. Dưới đây là một số lời khuyên hữu ích từ chuyên gia sẽ giúp mẹ bầu có một thai kỳ thực sự khỏe mạnh.

Để đặt lịch thăm khám và tư vấn cùng các chuyên gia – bác sĩ giỏi tại Trung tâm Sản phụ khoa, BVĐK Tâm Anh, các mẹ bầu có thể liên hệ qua thông tin sau:

Hì vọng những thông tin từ bài viết đã giúp chị em giải đáp thắc mắc mang thai 4 tuần có dấu hiệu gì. Nếu có bất kỳ thắc mắc hay cần sự trợ giúp từ các chuyên gia khi gặp vấn đề bất thường trong thai kỳ, mẹ bầu đừng ngần ngại liên hệ đến Hotline Hệ thống Bệnh viện Đa khoa Tâm Anh để được các bác sĩ giỏi hỗ trợ.

