



Đây là thông tin về những gì xảy ra khi chắc chắn rằng quý vị đã bị hoặc sắp sẩy thai. Nếu bị đau và ra máu nhưng chưa chẩn đoán là bị sẩy thai thì quý vị hãy đọc tờ thông tin *Cơn đau và ra máu trong thời gian đầu thai kỳ*.

## Sơ lược về sẩy thai

Sẩy thai xảy ra khi thai ngừng phát triển. Cuối cùng, cơ thể sẽ thải mô thai ra. Một số phụ nữ sẽ cảm thấy đau quặn, đau giống như khi có kinh và trong hầu hết các trường hợp sẽ ra máu âm đạo.

Sẩy thai rất phổ biến trong vài tuần đầu thai kỳ. Các cuộc nghiên cứu cho thấy rằng có tới 1/5 phụ nữ, những người biết rằng họ thụ thai, sẽ bị sẩy thai trước 20 tuần. Hầu hết những trường hợp sẩy thai xảy ra trong 12 tuần đầu tiên.

Tỷ lệ sẩy thai thực tế thậm chí còn cao hơn bởi vì một số phụ nữ bị sẩy thai rất sớm mà không hề biết rằng họ đã thụ thai.

Khi phụ nữ sẩy thai ba lần trở lên, thì có thể làm các xét nghiệm để tìm nguyên nhân. Những phụ nữ bị sẩy thai một hoặc hai lần, thì không cần làm xét nghiệm vì rất khó có thể tìm ra gì hết.

## Nguyên nhân gây ra sẩy thai là gì?

Thông thường không tìm ra nguyên nhân có thể điều trị đối với sẩy thai. Theo kết quả nghiên cứu, chúng ta biết rằng khoảng một nửa trường hợp sẩy thai xảy ra do nhiễm sắc thể trong phôi là bất thường và thai không phát triển đúng đắn ngay từ đầu. Trong trường hợp này, sẩy thai là cách tự nhiên để cơ thể đối phó với phôi thai bất thường.

Nếu thai phát triển bất thường, thì không thể thực hiện bất kỳ điều gì để ngăn chặn sẩy thai xảy ra.

Sẩy thai thường xảy ra ở phụ nữ lớn tuổi hơn là ở phụ nữ trẻ, phần lớn là do nhiễm sắc thể bất thường phổ biến hơn khi ngày càng lớn tuổi.

Sẩy thai cũng phổ biến hơn ở phụ nữ hút thuốc và phụ nữ uống nhiều hơn ba ly bia rượu mỗi tuần trong 12 tuần đầu thai kỳ. Kết quả nghiên cứu cho thấy sẩy thai cũng phổ biến hơn ở phụ nữ uống hơn 500mg cafein mỗi ngày; tức là khoảng 3 đến 5 ly cà phê.

Một số vấn đề sức khỏe ở người mẹ, chẳng hạn như bệnh tiểu đường chưa ổn định, u xơ hoặc các vấn đề về tuyến giáp, có thể dẫn đến sẩy thai. Các vấn đề sức khỏe hiếm gặp, ảnh hưởng đến đông máu cũng có thể gây sẩy thai. Phụ nữ bị sẩy thai 3 lần hoặc nhiều lần liên tiếp nên được kiểm tra các vấn đề sức khỏe này.

## Quý vị có thể làm gì để tránh bị sẩy thai?

Chăm sóc sức khỏe tổng quát của quý vị; không hút thuốc, điều chỉnh lượng cafein, tránh uống bia rượu và nếu được thì tránh tiếp xúc với người bị bệnh truyền nhiễm nghiêm trọng. Thông thường, lần mang thai tiếp theo sẽ bình thường, nhưng nếu quý vị bị sẩy thai 3 lần liên tiếp, thì nên làm thêm các xét nghiệm.

## Chẩn đoán sẩy thai ra sao?

Phụ nữ đi khám ở các giai đoạn khác nhau của trường hợp sẩy thai; đôi khi sẩy thai đã xảy ra rồi và đôi khi mới chỉ bắt đầu. Tập hợp các triệu chứng (như cơn đau và ra máu), kết quả khám lâm sàng, siêu âm và thử máu sẽ xác nhận quý vị đã bị, hoặc quý vị đang bị sẩy thai (hãy đọc tờ thông tin *Cơn đau và ra máu trong thời gian đầu thai kỳ*). Sẩy thai thường được chẩn đoán là hoàn toàn, chưa hoàn toàn hoặc bị sót:

- sẩy thai hoàn toàn là khi cơ thể đã thải hết tất cả các mô thai ra
- sẩy thai chưa hoàn toàn là khi cơ thể đã thải một số mô thai ra, nhưng trong tử cung vẫn còn một số mô thai
- sẩy thai bị sót là khi thai đã ngừng phát triển nhưng cơ thể không thải mô thai ra và trong tử cung vẫn còn một 'túi'.

## Tôi nên liên lạc với ai để được giúp đỡ?

### Thông thường, quý vị có thể liên lạc với

- Bác sĩ Gia đình (GP)
- Dịch vụ y tế cộng đồng
- Khoa cấp cứu bệnh viện gần nhất
- Dịch vụ thẩm định thai thời kỳ đầu gần quý vị nhất
- Y tá Trực (Nurse on call) – 1300 60 60 24

### Các lựa chọn tại Bệnh viện Phụ Sản Royal

*Để khám, xét nghiệm và điều trị trường hợp khả dĩ bị sảy thai:*

#### **Dịch vụ Thẩm định Thai Thời kỳ Đầu (EPAS)**

ĐT: (03) 8345 3643

Thứ Hai đến thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 3 giờ chiều.

Quý vị có thể phải nhấn lại chi tiết trên máy trả lời điện thoại và sẽ có người gọi lại cho quý vị.

Mang theo tất cả thông tin và kết quả xét nghiệm của thai này khi quý vị đến.

#### **Trung tâm Cấp cứu Dành cho Phụ nữ (24/24)**

Đến bất cứ lúc nào nếu cần chăm sóc khẩn cấp.

Nếu quý vị cần làm siêu âm, thường sẽ cần phải hẹn lần sau với phòng khám EPAS.

*Để được hỗ trợ về mặt cảm xúc hoặc có người để nói về cảm xúc của quý vị*

#### **Dịch vụ Hỗ trợ Xã hội Dành cho Phụ nữ**

ĐT: (03) 8345 3050 (giờ hành chính)

#### **Dịch vụ Tâm linh và Mục vụ**

ĐT: (03) 8345 3016 (giờ hành chính)

#### **Sau giờ làm việc, xin gọi tổng đài điện thoại bệnh viện**

ĐT: (03) 8345 2000 và xin được nói chuyện với người của Dịch vụ Hỗ trợ Xã hội (Social Support Services) hay Chăm sóc Mục vụ (Pastoral Care).

### Các tờ thông tin liên quan trên trang mạng Bệnh viện Phụ Sản

- Sau khi bị sảy thai
- Chữa trị khi bị sảy thai
- Cơ đau và ra máu trong thời gian đầu thai kỳ