



Tờ Thông Tin Về Sinh Non

Kansas
Blue Ribbon Panel
on Infant Mortality

Sinh Non là gì?

Tỉ lệ sinh non đã tăng mạnh trong hai thập kỷ vừa qua. Cứ tám trẻ sơ sinh tại Hoa Kỳ lại có một trẻ bị sinh non. Việc sinh non có thể xảy ra với bất kỳ phụ nữ mang thai nào.

Sinh non là bất kỳ sự sinh đẻ nào diễn ra trước khi hết tuần thứ 37 của thai kỳ. So với các trẻ sơ sinh khác, trẻ sinh non có nhiều khả năng gặp các vấn đề về sức khỏe suốt đời hoặc thậm chí là tử vong trong tháng đầu tiên kể từ khi được sinh ra, đặc biệt nếu chúng được sinh ra khi còn quá non (ít hơn 32 tuần thai nghén).

Tình Trạng Sinh Non tại Kansas

Tại Kansas, có khoảng 3.800 trẻ sinh non mỗi năm. Theo Phiếu Báo Cáo Sinh Non Quốc Gia năm 2010 của March of Dimes*, Kansas đã được xếp hạng “C” với tỉ lệ sinh non là 11,2 phần trăm. March of Dimes xếp hạng các tiểu bang bằng cách so sánh tỉ lệ sinh non của mỗi tiểu bang với mục tiêu quốc gia là 7,6 phần trăm trở xuống vào năm 2010.

Theo Sở Sức Khỏe và Môi Trường Tiểu Bang Kansas, vào năm 2009, tại Kansas:

- Cứ mười một trẻ sơ sinh lại có một trẻ (9,2 phần trăm số ca sinh ra còn sống) bị sinh non.
- Từ năm 2000 (8,8 phần trăm) đến năm 2009, tỉ lệ trẻ sơ sinh bị sinh non đã tăng lên gần năm phần trăm.
- Tỉ lệ sinh non cao nhất là ở trẻ sơ sinh da đen không phải gốc Hispanic (13,2 phần trăm), theo sau là trẻ sơ sinh da trắng không phải gốc Hispanic (9,0 phần trăm), trẻ sơ sinh châu Á không phải gốc Hispanic (9,0 phần trăm), trẻ sơ sinh người Mỹ Bản Địa không phải gốc Hispanic (8,7 phần trăm), và trẻ sơ sinh gốc Hispanic (8,1 phần trăm).
- So với sinh đơn (1 trẻ), đa sinh có tỉ lệ sinh non cao hơn khoảng 8 lần.

Chúng Ta Có Thể Làm Gì Để Giảm Nguy Cơ Sinh Non?

Mọi phụ nữ có thai đều cần được xem là có nguy cơ sinh non. Các nhà nghiên cứu tiếp tục nghiên cứu về việc đau đẻ sớm và sinh non. Họ đã xác định được một số yếu tố nguy cơ, tuy nhiên vẫn không thể dự đoán những phụ nữ nào sẽ sinh con quá sớm. Việc có yếu tố nguy cơ không có nghĩa là phụ nữ sẽ đau đẻ sớm hoặc sinh non.

Ba nhóm phụ nữ có nguy cơ đau đẻ sớm và sinh non lớn nhất:

- Phụ nữ sinh non ở lần sinh trước
- Phụ nữ mang thai đôi, thai ba hoặc nhiều hơn
- Phụ nữ có một số dị tật về cổ tử cung hoặc tử cung

Nếu một phụ nữ có bất kỳ yếu tố nguy cơ nào trong ba yếu tố này, điều đặc biệt quan trọng là người đó phải nhận biết được [các dấu hiệu và triệu chứng](#) của việc đau đẻ sớm và điều cần làm nếu các điều đó xảy ra.

Để giúp ngăn ngừa việc sinh non, phụ nữ cần:

- Nhận biết được các dấu hiệu cảnh báo của việc đau đẻ sớm.
- Khám sức khỏe tổng quát định kỳ trước khi sinh.
- Giảm căng thẳng.
- Bỏ hút thuốc, uống rượu hoặc sử dụng dược chất trái phép.
- Tránh hút thuốc thụ động.
- Gọi cho nhà cung cấp dịch vụ y tế nếu cảm thấy rát hoặc đau khi đi tiểu tiện (dấu hiệu có thể có của việc nhiễm trùng mà có thể làm gia tăng nguy cơ sinh non).

*Dựa trên dữ liệu quốc gia sơ bộ năm 2008



Tờ Thông Tin Về Sinh Non

Kansas
Blue Ribbon Panel
on Infant Mortality

Nguy Cơ Từ Lối Sống và Môi Trường

Một số nghiên cứu đã nhận thấy rằng một số yếu tố về lối sống có thể khiến phụ nữ gặp nhiều nguy cơ sinh non hơn. Các yếu tố này bao gồm:

- Chăm sóc trước khi sinh muộn hoặc không chăm sóc
- Hút thuốc
- Uống rượu
- Sử dụng chất bất hợp pháp
- Phơi nhiễm với dược phẩm DES
- Bạo lực gia đình, bao gồm lạm dụng thân thể, tình dục hoặc tinh cảm
- Thiếu hỗ trợ xã hội
- Chịu quá nhiều căng thẳng
- Giờ làm việc kéo dài với thời gian đứng lâu

Nguy Cơ về Y Tế

Một số bệnh trạng trong quá trình mang thai có thể làm tăng khả năng sinh non của phụ nữ.

Các bệnh trạng này bao gồm:

- Nhiễm trùng (đường tiểu, âm đạo, lây truyền qua đường tình dục; có thể qua các đường khác)
- Bệnh tiểu đường
- Chứng cao huyết áp
- Chứng rối loạn đông máu (chứng đông máu)
- Chảy máu âm đạo
- Một số dị tật bẩm sinh ở trẻ
- Mang thai với bào thai đơn bằng phương pháp thụ tinh trong ống nghiệm (IVF)
- Bị thiếu cân trước khi bị Béo Phì do mang thai
- Khoảng thời gian giữa các lần mang thai ngắn (thời gian giữa thời điểm sinh và thời điểm bắt đầu lần mang thai tiếp theo ít hơn 6-9 tháng)

Mất cân bằng

Các nhà nghiên cứu cũng đã xác định các yếu tố nguy cơ khác. Ví dụ, phụ nữ người Mỹ gốc Phi, phụ nữ dưới 17 tuổi hoặc trên 35 tuổi, và phụ nữ nghèo có nguy cơ lớn hơn các phụ nữ khác. Các chuyên gia không hiểu rõ tại sao và bằng cách nào các yếu tố này làm gia tăng nguy cơ phụ nữ sẽ đau đẻ sớm hoặc sinh non.

Nguồn thông tin

Các khuyến nghị đề xuất thêm hành động để giảm và ngăn ngừa tử vong ở trẻ sơ sinh của Ban Ruy-băng Xanh Tiểu Bang Kansas (Kansas Blue Ribbon Panel):

www.kansasinfantmortality.org

Điều Lệ March of Dimes Kansas

www.marchofdimes.com/kansas

Mạng Lưới Hội Chứng Đột Tử Ở Trẻ Sơ Sinh (SIDS) của Kansas

www.sidsks.org/

Tài liệu tham khảo

Sở Sức Khỏe và Môi Trường Tiểu Bang Kansas, “Bản Tóm Tắt Hàng Năm về Số Liệu Thống Kê Dân Sinh Tiểu Bang Kansas, năm 2009”

http://www.kdheks.gov/hci/as/2009/AS_2009.pdf

March of Dimes “Ai có nguy cơ gia tăng”

http://www.marchofdimes.com/prematurity/index_about_5804.asp

Tài Liệu Tham Khảo cho Nhà Chuyên Môn của March of Dimes “Ngăn Ngừa Sinh Non”

http://www.marchofdimes.com/prematurity/index_professionals_5212.asp