

# Toàn Bộ Thông Tin Về Chuyển Dạ

## All About Labor

Một thai kỳ đủ tháng hoàn toàn (thời gian bình thường) kéo dài từ 37 đến 42 tuần. Hầu hết mọi người chuyển dạ trong thời gian này.

Chuyển dạ là quá trình sinh con của quý vị. Chuyển dạ xảy ra khi tử cung co thắt để đẩy em bé ra ngoài. Các cơn co thắt sẽ mạnh hơn và đau hơn khi quý vị tiếp tục chuyển dạ.

## Tôi Nên Làm Gì Nếu Nghĩ Rằng Tôi Đang Chuyển Dạ?

Quý vị nên gọi Khoa Cấp Cứu Sản Khoa (272-2460). Xin cho họ biết nếu huyết áp quý vị cao hay nếu quý vị đã từng sinh mổ trước đây. Đây là một số thông tin khi nào cần gọi:

- Gọi khi quý vị có các cơn đau đều đặn trong 1 giờ:
  - xuất hiện cứ 3 đến 5 phút một lần (xem ô màu cam ở bên phải).
  - kéo dài 1 phút mỗi lần.
  - cảm thấy **rất mạnh**.
  - có cường độ như nhau.
- Gọi sớm hơn 1 giờ nếu:
  - đây không phải là bé đầu tiên của quý vị, và các lần chuyển dạ trước đó diễn ra nhanh chóng.
  - quý vị sống ở xa bệnh viện.
- Cũng cần gọi nếu “túi ối” của quý vị vỡ ra.
  - Cho chúng tôi biết nếu chất dịch có màu vàng, xanh lục, hoặc màu nâu (như em bé đại tiện bên trong).
  - Cho chúng tôi biết nếu quý vị dương tính với GBS (có Liên Cầu Khuẩn Nhóm B Beta). Xem Trang 4 để biết thêm thông tin về GBS.

### Hãy đến Bệnh viện Nếu:

- ⚠ quý vị bị chảy máu nhiều từ âm đạo, như có kinh nguyệt.
- ⚠ quý vị bị nhức đầu dữ dội, thị lực có vấn đề, hoặc đau dưới xương sườn bên phải mà không hết.
- ⚠ quý vị đã sinh mổ trong quá khứ và quý vị đang chuyển dạ.
- ⚠ thai nhi không chuyển động trong bụng mẹ.



### Cách Tính Thời Gian Các Cơn Co

Tính thời gian từ lúc **bắt đầu** một cơn co đến lúc **bắt đầu** cơn co tiếp theo.