

Prenatal Care

Prenatal care is the health care you get while pregnant. Schedule a prenatal visit as soon as you think that you are pregnant. These visits help you have a healthy pregnancy and can help find problems before they become serious for you or your baby. Your doctor will want to see you every 4 to 6 weeks for the first 6 months of pregnancy. You will need to see your doctor more often during the last three months of pregnancy.

This is a guide. If you have problems, the doctor may want to see you more often or do more tests.

What to Expect at Your Prenatal Visits

Your First Visit

Your **first visit** will be your longest visit. During this visit:

- Your height, weight and blood pressure are checked.
- Your blood is drawn to check for diseases and low iron levels.
- You will need to give a urine sample to check for infection, sugar and protein.
- You will be given a due date, an estimate of the day your baby will be born.
- You will be asked questions about you, your partner, family members, and medicines and herbs you are taking.
- Your doctor will do a physical exam including a pelvic exam with pap smear.
- The doctor will tell you to start taking a prenatal vitamin with folic acid.
- Make an appointment for your next visit.

Chăm sóc tiền sản

Chăm sóc tiền sản là chăm sóc sức khỏe mà quý vị nhận được trong lúc mang thai. Sắp xếp đi khám tiền sản ngay khi quý vị nghĩ rằng mình có thai. Những lần khám này giúp quý vị mang thai khỏe mạnh và tìm ra một số vấn đề trước khi chúng trở nên nghiêm trọng đối với quý vị hay con mình. Bác sĩ của quý vị cần khám quý vị mỗi 4 đến 6 tuần trong 6 tháng đầu của thai kỳ. Quý vị cần đến khám bác sĩ thường xuyên hơn trong ba tháng cuối của thai kỳ.

Đây là chỉ dẫn. Nếu quý vị có vấn đề, bác sĩ cần phải khám cho quý vị thường xuyên hơn hay làm nhiều thử nghiệm hơn.

Những điều cần nghĩ tới khi khám tiền sản

Lần khám đầu tiên

Lần **khám đầu tiên** sẽ là lần khám lâu nhất. Trong lần khám này:

- Kiểm tra chiều cao, cân nặng và huyết áp của quý vị.
- Lấy máu để kiểm tra xem có bệnh và mức chất sắt thấp không. Quý vị sẽ được hỏi là có muốn thử nghiệm HIV không.
- Quý vị cần cho lấy nước tiểu để kiểm tra xem có nhiễm trùng, đường hay chất đạm không.
- Quý vị sẽ được biết ngày sanh, ước tính ngày sanh con.
- Bác sĩ sẽ hỏi về quý vị, bạn tình, người nhà, và các loại thuốc và được thảo mà quý vị đang dùng.
- Bác sĩ sẽ khám tổng quát bao gồm khám khung chậu và thử chất nhờn âm đạo (thử pap).
- Bác sĩ sẽ yêu cầu quý vị bắt đầu dùng sinh tố tiền sản với axit folic.
- Hẹn quý vị đến khám lần kế tiếp.

At All Prenatal Visits

- Your blood pressure, weight, urine, and general health are checked.
- Your baby's heart rate and growth are checked.
- Other tests such as a blood test or an ultrasound may be done.
- **Ask questions and share any concerns about yourself and your baby.**

Tests

You may have these tests:

- **Blood tests to check for:**
 - ▶ Blood type
 - ▶ A protein called Rh factor. This blood test checks to see if you are Rh positive or negative.
 - ▶ Iron level
 - ▶ Hepatitis B
 - ▶ Antibodies to show you are immune to German measles (rubella)
 - ▶ Antibodies to show you are immune to chickenpox (varicella)
 - ▶ Cystic fibrosis
 - ▶ Sickle cell anemia
 - ▶ Syphilis
 - ▶ Some types of birth defects in your baby. This test is called a **quad screen** and is a group of blood tests that check for increased risk of some types of birth defects in your baby. This test includes an alpha fetoprotein (AFP) test. The quad screen is done between 15 and 20 weeks of pregnancy.

Tại tất cả các lần khám tiền sản

- Kiểm tra huyết áp, cân nặng, nước tiểu, và sức khỏe tổng quát.
- Kiểm tra nhịp tim và sự phát triển của em bé.
- Có thể làm các thử nghiệm khác như thử máu hay siêu âm.
- **Nêu câu hỏi và chia sẻ lo lắng về bản thân và con mình.**

Các thử nghiệm

Quý vị có thể làm các thử nghiệm này:

- **Thử máu để kiểm tra:**
 - ▶ Loại máu
 - ▶ Một loại chất đạm gọi là yếu tố Rh. Thử nghiệm máu này để kiểm tra xem quý vị có Rh cộng hay trừ.
 - ▶ Mức chất sắt
 - ▶ Viêm gan B
 - ▶ Chất kháng thể là cho biết quý vị có miễn dịch bệnh ban Đức (rubella) hay không
 - ▶ Chất kháng thể là cho biết quý vị có miễn dịch bệnh đậu mùa (varicella) hay không
 - ▶ Bệnh cystic fibrosis
 - ▶ Bệnh thiếu máu hột
 - ▶ Bệnh giang mai
 - ▶ Một số loại khuyết tật bẩm sinh ở con của quý vị. Thử nghiệm này được gọi là **quad screen** (khám thăm dò máu của người mẹ) và là một nhóm thử nghiệm máu để kiểm tra sự gia tăng của nguy cơ của một số loại khuyết tật bẩm sinh nơi con quý vị. Thử nghiệm này bao gồm thử nghiệm AFP (alpha fetoprotein). Quad screen được thực hiện giữa tuần 15 đến tuần 20 của thời kỳ mang thai.

- ▶ Gestational diabetes. The test is called **Glucose Tolerance Test (GTT)** or **Glucose Screening Test**. It is done between 24 and 28 weeks of pregnancy to check for high blood sugar in pregnancy. You are given a sweet soda to drink and then samples of your blood are taken.
- ▶ HIV. Mothers can pass this infection to their babies during pregnancy, labor and breastfeeding. All pregnant women are encouraged to get this blood test. You may be asked to sign a consent form before the test. Test results are confidential.
- **Amniocentesis:** This test checks for genetic diseases and is often done between 15 and 20 weeks of pregnancy. The doctor puts a needle through the woman's abdomen to remove a small amount of amniotic fluid. The fluid is sent to a lab for testing.
- **Chorionic Villus Sampling (CVS):** This test is an alternative to the amniocentesis test. A sample of cells is removed from the placenta to check for genetic diseases. This test can be done earlier in pregnancy (at 10 to 12 weeks), but the risks of this test are higher.
- **Group B Streptococcus (GBS):** GBS is a common bacteria found in the vaginas of women. It can cause infection in the baby. This test involves swabbing the vagina and rectum, usually between 35 and 37 weeks of pregnancy.
- **Tests to monitor fetal health:**
 - ▶ Fetal Movement Count – This test is done at home. You lie on your side and count how long it takes your baby to have 10 movements.
 - ▶ Ultrasound – You will have at least 1 ultrasound during your pregnancy, often at 18 to 20 weeks of pregnancy. Your doctor may want to do more ultrasounds to check your baby's growth or condition.
 - ▶ Doppler Ultrasound – This test is done to check blood flow to the baby.

- ▶ Bệnh tiểu đường lúc mang thai. Thử nghiệm được gọi là **Thử Nghiệm Mức Dung Nạp Glucoza (Glucose Tolerance Test, hay GTT)** hoặc **Thử Nghiệm Thăm Dò Glucose**. Thử nghiệm được thực hiện giữa tuần 24 đến 28 của thời kỳ mang thai để kiểm tra lượng đường trong máu trong lúc mang thai. Quý vị được cho uống soda ngọt và sau đó được rút máu để thử nghiệm.
- ▶ HIV. Các bà mẹ có thể truyền bệnh nhiễm cho con của mình trong thời kỳ mang thai, sanh nở và cho con bú sữa mẹ. Tất cả các phụ nữ mang thai nên đi thử máu. Quý vị có thể được yêu cầu mẫu thỏa thuận trước khi thực hiện thử nghiệm. Kết quả thử nghiệm sẽ được giữ kín.
- **Thử nước ối:** Thử nghiệm này dùng để kiểm tra bệnh di truyền và thường được thực hiện từ tuần thứ 15 đến 20 của thời kỳ mang thai. Bác sĩ sẽ đưa kim qua bụng của người phụ nữ để lấy một ít nước ối. Nước ối này sẽ được gửi đến phòng xét nghiệm để thử nghiệm.
- **Thử mang đệm (Chorionic Villus Sampling, hay CVS):** Thử nghiệm này là thử nghiệm thay thế cho thử nước ối. Các tế bào mẫu được lấy ra từ nhau thai để kiểm tra bệnh nhiễm di truyền. Thử nghiệm này có thể thực hiện sớm hơn trong thời kỳ mang thai (từ tuần 10 đến tuần 12), nhưng nguy cơ của thử nghiệm này cao hơn.
- **Vi khuẩn gây hoại sinh nhóm B (Group B Streptococcus, hay GBS):** GBS là một vi khuẩn thông thường được tìm thấy trong âm đạo của phụ nữ. Chúng có thể gây nhiễm trùng đến em bé. Thử nghiệm này bao gồm dùng thanh quệt âm đạo và trực tràng, thường thực hiện giữa tuần 35 đến tuần 37 của thời kỳ mang thai.
- **Thử nghiệm theo dõi sức khỏe thai nhi:**
 - ▶ Đếm số lần thai nhi chuyển động – Đây là thử nghiệm được thực hiện tại nhà. Quý vị nằm ngửa và đến xem trong bao lâu con mình chuyển động được 10 lần.
 - ▶ Siêu âm – Quý vị sẽ được làm siêu âm ít nhất 1 lần trong lúc mang thai, thường là từ 18 đến 20 tuần của thời kỳ mang thai. Bác sĩ của quý vị có thể cho siêu âm nhiều hơn để kiểm tra sự phát triển hay tình trạng của em bé.
 - ▶ Siêu âm Doppler – Thử nghiệm này được thực hiện để kiểm tra lưu lượng máu của em bé.

- ▶ Non-Stress Test – This test measures the baby’s heart rate in response to his or her movements. This test is painless and involves putting patches on the mother’s abdomen.
- ▶ Biophysical profile – This test involves monitoring the baby’s heart rate as well as doing an ultrasound.
- ▶ Modified biophysical profile – This test involves monitoring the baby’s heart rate as well as doing an ultrasound. Amniotic fluid is also checked.
- ▶ Contraction Stress Test – This test measures the baby’s heart rate when the uterus contracts.

At anytime during your pregnancy, call your doctor right away if:

- Your membranes or bag of water break or leak.
- You have any vaginal bleeding.
- You have cramping or contractions that occur more than 4 to 6 times in an hour.

- ▶ Thử nghiệm không căng thẳng – Thử nghiệm này ghi lại nhịp tim của em bé trên sự chuyển động của em bé. Thử nghiệm này không đau và có đặt các miếng dán lên bụng của quý vị.
- ▶ Trắc đồ vật lý sinh học – Thử nghiệm này bao gồm theo dõi nhịp tim của em bé và thực hiện siêu âm.
- ▶ Trắc đồ vật lý sinh học có sửa đổi – Thử nghiệm này bao gồm theo dõi nhịp tim của em bé và thực hiện siêu âm. Nước ối cũng được kiểm tra.
- ▶ Thử nghiệm căng thẳng khi co thắt – Thử nghiệm này theo dõi nhịp tim của em bé khi tử cung co thắt.

Vào bất cứ lúc nào trong lúc mang thai, hãy gọi cho bác sĩ ngay nếu:

- Bị vỡ hay rò rỉ màng hay túi nước ối.
- Quý vị bị ra huyết âm đạo.
- Quý vị bị đau bụng hay co thắt xảy ra hơn 4 đến 6 lần trong một giờ.

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Prenatal Care. Vietnamese.