



Chứng mập phì và phụ nữ có thai

Chứng mập phì hoặc nặng cân quá độ có thể gây ra các biến chứng cho cả bà mẹ và em bé. Các biến chứng có thể xảy ra trong thời gian người phụ nữ mang thai, trong lúc lâm bồn và sau khi sanh nở.

Nhiều phụ nữ cảm thấy không thoải mái với hình ảnh thân thể của mình trong thời gian mang thai và vấn đề có thể trở nên khó khăn hơn khi người phụ nữ vì trọng lượng của mình mà phải cần tới sự chăm sóc đặc biệt. Nhưng điều quan trọng là chúng tôi chăm sóc đúng mức cho các phụ nữ này và em bé của họ. Ở Bệnh Viện The Women's, chúng tôi cung cấp cho các phụ nữ có thể bị nguy cơ này một loại chăm sóc và theo dõi đặc biệt. Qua các dịch vụ khác trong bệnh viện, chúng tôi cũng có thể yểm trợ cho quý vị bằng cách cung cấp những chương trình về hình ảnh thân thể cũng như về chế độ ăn uống và vận động.

Phương pháp chúng tôi sử dụng để đo chứng mập phì

Mập phì là một chứng khó đo lường. Cách hay nhất của chúng tôi là phương pháp Chỉ Số Trọng Khối Cơ Thể (Body Mass Index hoặc BMI). Thảm định mập phì bằng BMI cũng có một số hạn chế. Phương pháp này không chú ý tới khối lượng của bắp thịt nạc (cân rất nặng) và những sai khác trong sự phân bố của mỡ. Phương pháp này cũng không quan tâm tới tuổi tác, phái tính và văn hóa, những yếu tố ảnh hưởng tới cách chúng ta nhìn và sức nặng của chúng ta. Tuy nhiên BMI là phương pháp thực tiễn và được chấp nhận trên toàn thế giới để thảm định mập phì, và cho chúng ta một hướng dẫn tốt về nguy cơ của các vấn đề sức khỏe liên quan tới chứng mập phì.

BMI hiện thời là phương pháp tốt nhất để chúng ta có thể bảo đảm tất cả các phụ nữ có thể bị nguy cơ này được chữa trị đúng cách.

Tìm hiểu Chỉ Số Trọng Khối Cơ Thể (Body Mass Index hoặc BMI)

BMI được đo bằng cách lấy trọng lượng trước khi mang thai đo bằng kí-lô chia cho bình phương chiều cao tính bằng mét. Cách tính này được dựa vào trọng lượng trước khi mang thai.

Một BMI lành mạnh có số đo trong khoảng 20 và 25. Kết quả với con số dưới 20 được coi là thiếu cân; con số cao hơn 25 được coi là quá nặng.

Những nguy cơ

Tất cả các phụ nữ có thai đều có thể bị biến chứng vì thai nghén, tuy nhiên hầu hết các trường hợp thai nghén đều không hề có biến chứng gì cả. Mập phì làm tăng nguy cơ một số các biến chứng. Càng mập phì thì mức độ nguy cơ càng gia tăng.

Mập phì làm tăng nguy cơ các biến chứng thai nghén sau:

Trong lúc mang thai

- tiểu đường thai kỳ - một hình thức tiểu đường trong lúc mang thai
- tiền sản giật - tình trạng xảy ra trong lúc có thai, với đặc điểm bị huyết áp cao và có chất đạm trong nước tiểu
- những bất thường trong sự tăng trưởng, phát triển và sức khỏe tổng quát của thai nhi
- ngưng thở trong khi ngủ - tình trạng khiến cho chúng ta tạm thời ngưng thở trong lúc ngủ

Trong lúc lâm bồn

- không tiến triển bình thường trong lúc đau đẻ
- đẻ khó do vai gây ra (hai vai bị kẹt trong lúc đẻ)
- khó theo dõi tim của em bé
- khó làm giảm đau trong lúc đau đẻ
- gia tăng nguy cơ muồn đẻ qua âm đạo sau khi đã cho sanh bằng phẫu thuật
- nhu cầu khẩn cấp cho sanh bằng phẫu thuật
- gia tăng nguy cơ có các biến chứng liên quan đến việc cho sanh bằng phẫu thuật



Chứng mập phì và phụ nữ có thai

Sau khi sanh

- gia tăng nguy cơ bị nhiễm trùng vết thương
- gia tăng nguy cơ bị máu cục (đặc biệt là sau khi sanh bằng phẫu thuật)
- bị trầm cảm sau khi sanh

Chứng mập phì và việc sanh nở bằng phẫu thuật

Những khó khăn trong việc áp dụng phẫu thuật với các phụ nữ bị mập phì gồm có:

- khó khăn liên quan đến tư thế bởi vì người mập phì không thể nằm sát xuống được và cũng khó di chuyển người mập phì khi có trường hợp khẩn cấp
- gây mê trên màng cứng hoặc gây mê qua đường xương sống sẽ khó khăn hơn vì khó định đúng vị trí và có nhiều triển vọng bị đẩy ngược ra hoặc thất bại
- giữ cho đường hô hấp được thông thương sẽ gặp nhiều khó khăn hơn (đặc biệt trong trường hợp khẩn cấp)
- phẫu thuật sẽ khó khăn hơn
- đòi hỏi phải theo dõi nhiều hơn
- có thể phải được đưa vào bộ phận điều trị tăng cường (intensive care unit) cho tới khi giải phẫu xong

Mặc dù có các vấn đề kể trên, phụ nữ mập phì có nhiều triển vọng phải được cho sanh bằng phẫu thuật vì nhiều tình trạng/vấn đề khác nhau. Sau khi xem xét mọi khía cạnh liên quan đến sự chăm sóc cho bà mẹ và em bé, bác sĩ có thể khuyến cáo cho sanh bằng giải phẫu không cấp thiết.

Chúng tôi chăm sóc cho các bà mẹ và các em bé như thế nào

Chúng tôi bảo đảm quý vị sẽ nhận được sự theo dõi cẩn thận và sự chăm sóc tốt nhất. Khi hoạch định chương trình chăm sóc cho quý vị, nhân viên y khoa của chúng tôi sẽ xem xét mọi khía cạnh về thai nghén của quý vị.

Trong lúc mang thai

- Trong giai đoạn đầu của thời kỳ thai nghén, quý vị sẽ được khám xem có bị tiểu đường từ trước hay không và ở tuần lễ thứ 26 quý vị sẽ được khám xem có bị tiểu đường thai kỳ hay không

- Em bé sẽ được theo dõi sát trong suốt thời kỳ thai nghén
- Quý vị có thể được đề nghị đi khám tiền sản thường xuyên hơn
- Trong khoảng thời gian giữa tuần lễ thứ 28 và 34, ngay cả khi quý vị dự định sẽ sanh qua âm đạo, quý vị cũng sẽ được giới thiệu tới Khoa Thăm Định Gây Mê để được tham vấn như là một hình thức phòng ngừa để chuẩn bị sẵn sàng cho mọi tình huống có thể xảy ra

Trong lúc lâm bồn

Khi thời điểm tới gần, bác sĩ sẽ thảo luận với quý vị kế hoạch lúc lâm bồn và lúc sanh. Hoàn cảnh cụ thể của quý vị cũng như các vấn đề liên quan tới chứng mập phì của quý vị sẽ được quan tâm đầy đủ.

Đối với các phụ nữ bị mập phì rất nặng, nhân viên chúng tôi sẽ làm những gì họ có thể làm được để giúp cho việc sanh nở xảy ra trong giờ làm việc bình thường. Làm như vậy để bảo đảm rằng tất cả các nhân viên cần thiết đều có mặt tại bệnh viện trong trường hợp có khó khăn, trở ngại. Nếu trường hợp khẩn cấp xảy ra ngoài giờ làm việc, có thể sẽ có những trì hoãn cho tới khi những nhân viên phụ trợ ứng trực ở nhà tới được bệnh viện.

Sau khi sanh

Sữa mẹ là thực phẩm lý tưởng cho các em bé sơ sinh. Sữa mẹ làm giảm triển vọng trẻ bị mập phì trong tuổi thiếu nhi và bảo vệ em bé chống lại nhiều loại nhiễm trùng và dị ứng. Cho con bú cũng giúp cho bà mẹ giảm cân.

Đọc thêm tập tài liệu *Simply Breastfeeding* (Đơn Giản Là Cho Con Bú Sữa Mẹ).

Nếu quý vị sanh em bé bằng phẫu thuật, rất có thể quý vị sẽ được phát thuốc để làm giảm nguy cơ bị chứng huyết khối tắc mạch (máu đông cục).