

Tầm Quan Trọng của Can Thiệp trong giai đoạn Trước Khi Mang Thai trên Kết Quả của Thai Kỳ

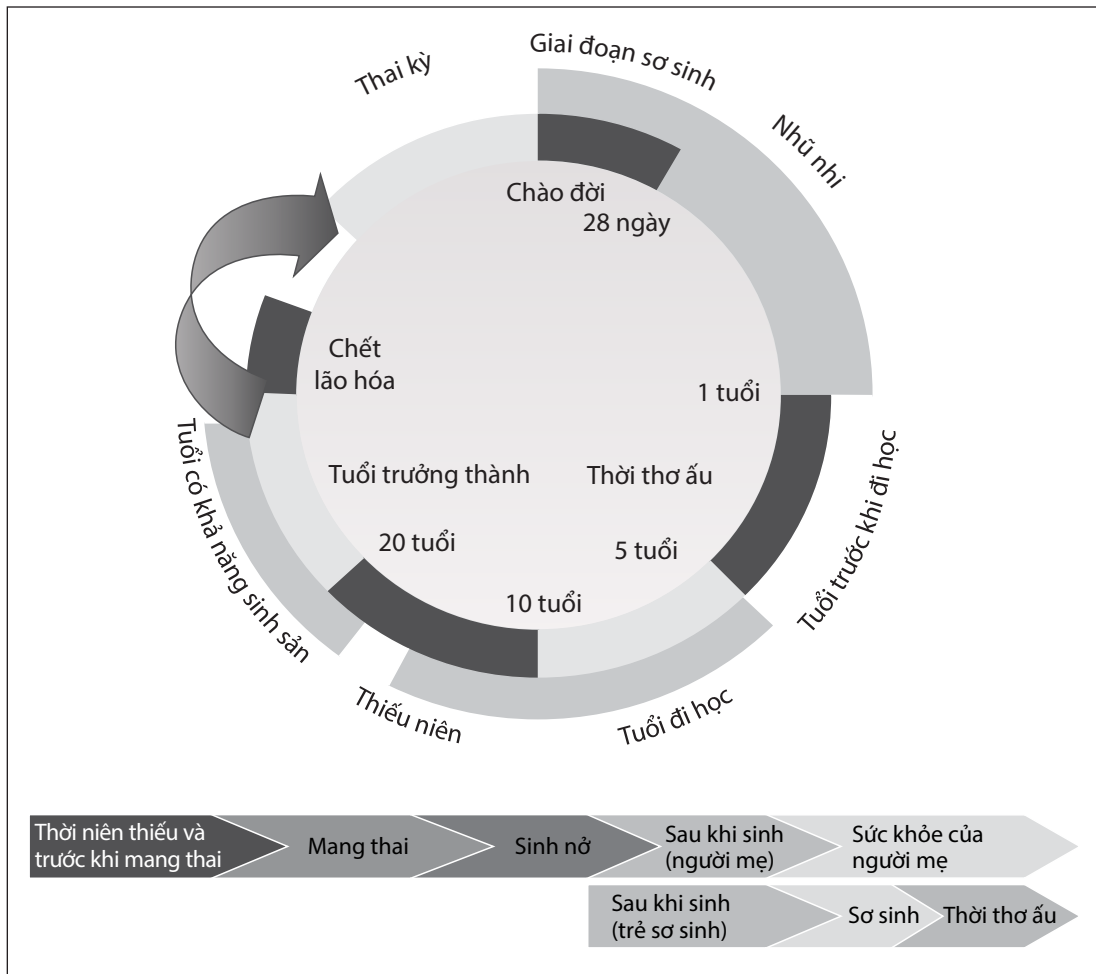
Sohni V. Dean, Ayesha M. Imam, Zohra S. Lassi and Zulfiqar A. Bhutta

Các biến chứng trong khi mang thai sẽ gây ra các kết quả xấu về sức khỏe cho bà mẹ và trẻ em, đặc biệt là trong giai đoạn sơ sinh. Mặc dù thiếu tiếp cận với chăm sóc sức khỏe trước khi sinh góp phần gây tử vong và bệnh tật cho bà mẹ và trẻ em, một số yếu tố nguy cơ và các vấn đề sức khỏe vẫn thường xuất hiện trước khi mang thai. Cung cấp chăm sóc liên tục cho các bé gái vị thành niên và phụ nữ trước khi mang thai, tức là trong suốt thời gian trước khi thụ thai, có thể giúp xác định các yếu tố nguy cơ như: tình trạng dinh dưỡng kém hoặc bạo hành bởi bạn tình, và các vấn đề sức khỏe liên quan như các bệnh mạn tính hoặc bệnh truyền nhiễm (hình 1). Do đó, chăm sóc sức khỏe trước khi thụ thai là "thực hiện bất kỳ sự can thiệp nào cho phụ nữ và các cặp vợ chồng trong độ tuổi sinh sản, bất kể có đang mang thai hoặc mong muốn có thai, trước khi mang thai, để cải thiện các kết cục sức khỏe cho phụ nữ, trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ".

Vì chúng ta không thể dự đoán chính xác lúc nào việc thụ thai xảy ra, và vì nhiều thai kỳ là không có kế hoạch, khuyến nghị được đặt ra là tất cả thanh thiếu niên, phụ nữ và các cặp vợ chồng trong độ tuổi sinh sản nên được chăm sóc sức khỏe trước khi thụ thai. Giảm thiểu rủi ro trước thời điểm quan trọng trong quá trình phát triển của bào thai có thể ngăn ngừa các kết cục bất lợi và đảm bảo rằng cả bà mẹ và trẻ sơ sinh đều ở trong tình trạng sức khỏe tốt nhất đến mức có thể. Sự tham gia của nam giới cũng rất quan trọng, vì một số vấn đề về sức khỏe trong giai đoạn trước khi thụ thai như hút thuốc lá, bệnh di truyền, và bệnh lây truyền qua đường tình dục là có liên quan đến cả nam và nữ. Điều cực kỳ quan trọng là bé trai vị thành niên và nam giới được đưa vào chăm sóc sức khỏe trước khi thụ thai sẽ hỗ trợ và đầu tư cho sức khỏe của bé gái và phụ nữ.

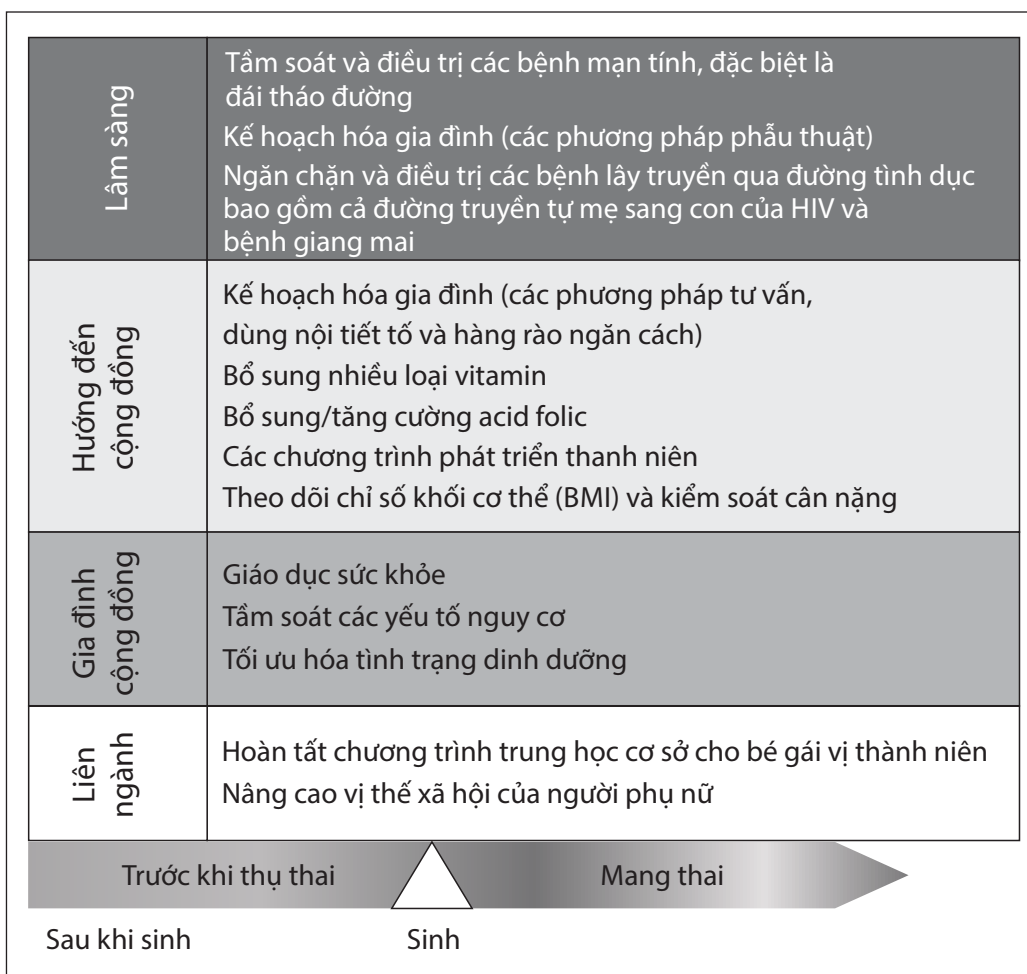
Một bài đánh giá hệ thống đã được thực hiện để đánh giá tác động của chăm sóc sức khỏe trước khi thụ thai đến khả năng cải thiện các kết cục sức khỏe của bà mẹ và trẻ em. Tổng cộng, 516 nghiên cứu ngẫu nhiên, bán ngẫu nhiên và quan sát đã được sử dụng trong các phân tích gộp.

Lập kế hoạch sinh sản là một phần thiết yếu của chăm sóc sức khỏe trước khi thụ thai. Các bé gái vị thành niên đặc biệt dễ bị tổn thương bởi cưỡng bức,



Hình 1.a. Khoảng thời gian cần chăm sóc liên tục trước khi thụ thai để tăng tiếp cận với nhiều bé gái và phụ nữ trước khi mang thai. Từ Kerber và cộng sự [The Lancet 2007; 370:1358-1369].

mang thai ngoài ý muốn, các bệnh lây truyền qua đường tình dục và thiếu hụt dinh dưỡng. Điều này có tác động tiêu cực sâu sắc đến sức khỏe tâm lý, các kết cục thai kỳ, và sức khỏe của trẻ sơ sinh. Các chương trình hỗ trợ cho các bé gái bằng cách: cho phép hoàn thành chương trình giáo dục, kết hợp với các kỹ năng sống, và khuyến khích sử dụng các biện pháp tránh thai, có thể ngăn ngừa các trường hợp thai chết lưu do làm giảm tỷ lệ cắt cơ quan sinh dục ngoài của nữ, ngăn chặn 15% trường hợp mang thai lần đầu trong độ tuổi vị thành niên, và 37% trường hợp mang thai lặp lại trong độ tuổi vị thành niên. Ngược lại, phụ nữ trì hoãn việc mang thai cho đến sau tuổi 35 đã làm tăng tỷ số nguy cơ của xuất huyết trước khi sinh, đái tháo đường thai kỳ, cao huyết áp thai kỳ, mổ lấy thai, thai chết lưu, và tình trạng trẻ nhẹ cân khi sinh. Khoảng thời gian ngắn (< 6 tháng) và dài (> 60 tháng) giữa các lần mang thai cũng làm tăng nguy cơ sinh non và tử vong của trẻ sơ sinh. Thực hiện kế hoạch gia đình thông qua việc cung cấp và sử dụng các biện pháp tránh thai hiệu quả sẽ làm giảm tỷ lệ mang thai ngoài ý muốn, nạo phá thai có hại và các biến chứng thai kỳ cho cả mẹ và con.



Hình 1.b. Các can thiệp trước khi thụ thai để thúc đẩy thai kỳ khỏe mạnh.

Tình trạng dinh dưỡng của người phụ nữ là có ảnh hưởng đến sức khỏe của chính họ và cho cả con của họ trong suốt thai kỳ. Béo phì trước khi mang thai làm tăng xu hướng bị cao huyết áp và đái tháo đường thai kỳ, xuất huyết sau khi sinh, mổ lấy thai, thai chết lưu và các khuyết tật tim bẩm sinh. Phụ nữ thiếu cân lại có tỷ lệ thai chết lưu và sinh non cao hơn. Mặc dù thói quen ăn uống là được hình thành từ thời thơ ấu, nhưng dinh dưỡng có thể được cải thiện thông qua các can thiệp trong giai đoạn trước khi thụ thai. Hiện đang có các bằng chứng vững chắc của việc bổ sung acid folic trước khi thụ thai sẽ làm giảm hơn một nửa nguy cơ dị tật ống thần kinh. Bổ sung nhiều loại vitamin làm giảm tỷ lệ tiền sản giật, nhiều dị dạng bẩm sinh, và các khuyết tật giảm chi. Bổ sung thực phẩm với các dưỡng chất vi lượng, cùng với các chiến dịch quảng bá mạnh mẽ, và tư vấn bởi các nhân viên y tế có thể làm tăng việc sử dụng hàng ngày các chất bổ sung chứa nhiều loại vitamin.

Chăm sóc sức khỏe trước khi mang thai cho phụ nữ bị đái tháo đường, gồm tư vấn chế độ ăn uống và tập thể dục, kế hoạch hóa gia đình và kiểm soát đường huyết chặt chẽ làm giảm 70% các trường hợp bị dị tật bẩm sinh và tử

vong chu sinh, đây là hai kết cục xấu trên bào thai được chú ý nhiều nhất của thai kỳ bị đái tháo đường. Tầm soát và điều trị các bệnh mạn tính, đặc biệt là đái tháo đường và cao huyết áp; chủng ngừa và điều trị các bệnh truyền nhiễm; và điều trị các vấn đề về sức khỏe tâm thần và sử dụng các chất gây nghiện đều là các thành phần không thể thiếu cho chăm sóc sức khỏe trước khi thụ thai nhằm thúc đẩy thai kỳ khỏe mạnh.