

## Những gì sẽ xảy ra sau khi mắc bệnh tiền sản giật

### Bệnh này có thể tái phát không?

Sau lần mang thai đầu tiên có biến chứng tiền sản giật, nguy cơ tái phát bệnh là một trên 20. Đây là mức trung bình và nguy cơ tái phát của từng người có thể cao hơn đối với những người mắc bệnh tiền sản giật khá sớm trong lần mang thai trước đó và thấp hơn đối với những người mắc bệnh này vào ngày chuyển dạ hoặc gần ngày chuyển dạ. Nhưng nếu bệnh tiền sản giật nặng xuất hiện trong lần mang thai thứ hai, nguy cơ tái phát trong lần mang thai thứ ba sẽ rất cao, mặc dù một số phụ nữ vẫn có thể mang thai tương đối bình thường.

### Những ai sẽ bị tái phát bệnh?

Không thể dự đoán trước là ai sẽ có và không tái phát bệnh tiền sản giật. Một số vấn đề sức khỏe mãn tính làm tăng nguy cơ mắc bệnh tiền sản giật, trong đó bao gồm bệnh huyết áp cao mãn tính, bệnh thận, và bệnh tiểu đường. Nguy cơ mắc bệnh cũng tăng lên nếu có các yếu tố ảnh hưởng khác, thí dụ như tăng độ tuổi, Chỉ Số Khối Lượng Cơ Thể trên 30, đa thai và lần cuối cùng sinh con cách đó hơn 10 năm. Quý vị dễ tái phát bệnh tiền sản giật hơn nếu bắt đầu phát bệnh trước 37 tuần trong lần mang thai đầu tiên, bệnh tiền sản giật của quý vị thuộc dạng nghiêm trọng, hoặc con của quý vị bị nhẹ cân. Nếu quý vị tái phát bệnh này, bệnh có thể xuất hiện cùng khoảng thời gian với lần mang thai trước đó của quý vị hoặc trễ hơn một chút.

### Tôi có thể giảm bớt nguy cơ mắc bệnh này không?

Không có biện pháp tự khắc phục nào được bảo đảm là có tác dụng. Việc ăn uống cân bằng và lành mạnh là điều quan trọng để mang thai thành công, tuy nhiên chúng tôi không thể gợi ý một phương pháp ăn uống cụ thể để phòng ngừa bệnh tiền sản giật. Một số chuyên gia cố vấn khuyên nên dùng aspirin với liều lượng thấp cho những người đã từng mắc bệnh này trong thời kỳ đầu mang thai (thí dụ như trước 32 tuần). Đây không phải là biện pháp tự trợ giúp và chỉ nên sử dụng dưới sự giám sát chặt chẽ của một chuyên gia cố vấn tại bệnh viện.

Điều quan trọng nhất mà quý vị có thể đóng góp là hoàn toàn tuân theo các buổi khám thai, được dành riêng để bảo vệ quý vị và con quý vị. Chủ động hỏi về kết quả xét nghiệm của quý vị và đề nghị giải thích nếu cần thiết. Hãy cho nữ hộ sinh của quý vị biết nếu quý vị mắc bệnh tiền sản giật ở lần mang thai trước đây và đừng quên cung cấp thông tin chi tiết. Luôn thông báo ngay cho bác sĩ của quý vị về bất kỳ triệu chứng nào khiến quý vị lo lắng và đừng quên kiểm tra mẫu huyết áp và nước tiểu.

Trong chương trình Action on Pre-Eclampsia, hàng ngày chúng tôi nói chuyện với những người đã bị ảnh hưởng bởi căn bệnh này. Trung tâm thiện nguyện được thiết lập để cung cấp trợ giúp, ủng hộ và thông tin cho những phụ nữ mắc căn bệnh này và gia đình của họ.

Quý vị có thể lo lắng và căng thẳng vì trước đây đã từng mắc căn bệnh này, tuy nhiên bệnh đã ảnh hưởng tới quý vị:

- quý vị có thể cảm thấy cảm xúc quá sức do kinh nghiệm của quý vị;
- quý vị có thể đang bị bệnh nặng;
- con quý vị có thể cần được chăm sóc đặc biệt một cách cần thiết;
- quý vị là người yêu hoặc người thân đang cố gắng chịu chấp nhận những cảm xúc riêng của mình;
- con quý vị qua đời
- Bệnh tiền sản giật không phải là do các thói quen sinh hoạt không tốt gây ra hoặc có thể ngăn ngừa được bằng các thói quen sinh hoạt tốt. Quý vị không có lỗi nếu mắc bệnh này. Chúng tôi có thể trợ giúp quý vị và gia đình quý vị theo rất nhiều cách.

Đa số mọi người đều trải qua những cảm xúc mạnh, trong đó bao gồm mất lòng tin, căng thẳng, tức giận, sợ hãi, cảm thấy có lỗi và cô lập. Thông thường, mọi người sẽ bắt đầu mang thai tiếp với nhiều lo âu.

**Lời khuyên của chuyên gia**

Chúng tôi có một danh sách các chuyên gia về bệnh tiền sản giật, là những người đã đồng ý cung cấp một buổi cố vấn hoặc các ý kiến y tế thứ nhì cho các hội viên và những người có yêu cầu. Trong đa số trường hợp, việc này sẽ phải tùy thuộc vào sự chấp thuận của các giới chức y tế giới thiệu.

**Đường Dây Trợ Giúp**

Đường dây trợ giúp của Action on Pre-eclampsia là dịch vụ kín đáo, mở cửa cho tất cả mọi người muốn tìm hiểu thông tin và trợ giúp. Chúng tôi tiếp nhận các cuộc gọi của phụ nữ đang mang thai, là những người đã từng mắc bệnh tiền sản giật, người thân và các chuyên gia y tế có vướng mắc. Nói cách khác, quý vị có thể gửi thư hoặc thư điện tử cho chúng tôi. Chúng tôi sẽ cố gắng trả lời thắc mắc của quý vị một cách riêng tư và kín đáo.

**Để được cố vấn hoặc tìm hiểu thêm về bất kỳ vấn đề gì liên quan tới bệnh tiền sản giật, xin gọi đường dây trợ giúp của chương trình Action on Pre-eclampsia tại số 0208 427 4217**

Action on Pre-eclampsia  
The Stables, 80B High  
Street Evesham  
Worcestershire  
WR11 4EU

Địa chỉ thư điện tử: [info@apec.org.uk](mailto:info@apec.org.uk)

[www.apec.org.uk](http://www.apec.org.uk)

Số Chương Trình Thiện Nguyện Được Đăng Ký: 1013557  
Số Công Ty Được Đăng Ký: 2736320