

## Việc nghiên cứu cho thấy rằng:

**Khi so sánh những phụ nữ có nguy cơ biến chứng thấp tương tự nhau những phụ nữ có ý định sinh con tại nhà hơn là sinh tại bệnh viện thì:**

- > Có nhiều khả năng sinh con bình thường hơn với tỷ lệ 85-90% phụ nữ đạt được điều này
- > Có thể ít nhò can thiệp hơn trong tiến trình chuyển dạ và sinh đẻ như thuốc 'tăng tốc độ' chuyển dạ, giảm đau ngoài màng cứng, mổ bụng, với các dụng cụ trợ sản, chẳng hạn như kẹp và / hoặc mổ lấy thai
- > Có thể ít bị hơn tình trạng chấn thương nặng vùng đáy chậu hoặc xuất huyết sau khi sinh
- > Có thể bắt đầu bú mẹ sớm hơn và cho con bú bằng sữa mẹ lâu hơn

## Các trẻ sơ sinh của họ thì:

- > Có thể ít cần phải được đưa vào khoa chăm sóc trẻ sơ sinh hơn
- > Có nguy cơ bằng nhau về tình trạng tử sản và tử vong sơ sinh

## Chuyển đến bệnh viện

- > Nếu quý vị có con đầu lòng, quý vị rất có thể cần phải chuyển đến bệnh viện trong khi mang thai, chuyển dạ hoặc sau sinh khi so sánh với phụ nữ sinh con lần thứ hai hoặc sinh con rạ (khoảng 30% so với 10%). Vì vậy, con sơ sinh của quý vị có thể có nhiều biến chứng hơn, nhưng nguy cơ tổng quát vẫn thấp.

## Quý vị có thể lập kế hoạch sinh tại nhà nếu tất cả những điều sau đây thích ứng với quý vị:

- > Quý vị đang mang thai chỉ có một (1) thai nhi
- > Quý vị không có lý do sức khỏe nào ngăn cản quý vị sinh con tại nhà
- > Quý vị cân nặng 100kg trở xuống và chỉ số BMI (Chỉ Số Khối Cơ Thể) của quý vị là 35kg / m<sup>2</sup> hoặc ít hơn
- > Quý vị chưa từng được mổ lấy thai trước đây
- > Quý vị không có vấn đề gì đáng kể trong lần sinh trước đây (ví dụ: xuất huyết sau khi sinh hơn một lít)
- > Quý vị đã kiểm tra bệnh tiểu đường trong thai kỳ và quý vị không cần dùng thuốc cho mức đường không chế ngự được
- > Quý vị đã siêu âm hình thái mà không có biến chứng đáng kể nào được xác định
- > Quý vị đã có thai bình thường không có biến chứng
- > Quý vị mang thai trên 37 tuần nhưng dưới 42 tuần
- > Con của quý vị quay đầu xuống trước khi bắt đầu chuyển dạ
- > Quý vị không muốn dùng thuốc giảm đau cho sự chuyển dạ
- > Không có các quan ngại về vấn đề bảo vệ trẻ con đối với thai nhi
- > Quý vị sẵn sàng trang trải chi phí vận chuyển bằng xe cứu thương đến bệnh viện nếu cần
- > Quý vị đã được thông báo về Chỉ Thị Lâm Sàng về Trường Hợp Sinh Tại Nhà Theo Kế Hoạch của Cơ Quan Y Tế Tiểu Bang Nam Úc, thảo luận kế hoạch với nhân viên hộ sinh của quý vị và ký mẫu giấy chấp thuận về việc Sinh Tại Nhà Theo Kế Hoạch

## Quý vị có thể lập kế hoạch đẻ sinh tại nhà nếu nhà của quý vị:

- > ít hơn ba mươi (30) phút đi xe cứu thương đến bệnh viện hỗ trợ
  - > có phương tiện viễn thông; điện thoại cố định hoặc di động có 'tâm hoạt động' đáng tin cậy
  - > có thể dễ dàng tiếp cận xe cứu thương nếu cần
  - > có nước máy sạch và điện
  - > sạch sẽ
  - > có một khu vực để giữ động vật một cách an toàn cách xa môi trường sinh nở
- Quý vị cũng sẽ cần phải bảo đảm rằng những trẻ em khác hoặc những người phụ thuộc trong nhà sẽ được chăm sóc bởi một người khác chứ không phải là quý vị và rằng quý vị được sự hỗ trợ tại nhà, đặc biệt trong 24 giờ đầu tiên sau khi sinh.

## Quý vị có thể cần phải chuyển đến bệnh viện trong khi chuyển dạ hoặc sau khi sinh nếu:

- > sự chuyển dạ của quý vị không tiến triển theo kỳ vọng của nhân viên hộ sinh của quý vị
  - > bất kỳ biến chứng nào khác phát triển trong tiến trình chuyển dạ, trong khi sinh hoặc ngay sau khi sinh
  - > có những lo ngại về sự khỏe mạnh của trẻ sơ sinh trong tiến trình chuyển dạ, sinh nở hoặc sau khi con của quý vị được sinh ra
- Quý vị phải sẵn sàng chấp nhận lời khuyên của nhân viên hộ sinh để chuyển đến bệnh viện nếu nhân viên ấy nghĩ rằng điều đó là cần thiết. Những lý do phải thực hiện điều này có thể được thảo luận trước với nhân viên hộ sinh của quý vị và được liệt kê trong Chỉ Thị Lâm Sàng về Trường Hợp Sinh Tại Nhà Theo Kế Hoạch.

## Tại Sao Sinh Tại Nhà?

Sự ra đời của con quý vị là một trải nghiệm vui vẻ và thân mật được chia sẻ với những người thân thiết nhất với quý vị. Như thế chẳng có gì ngạc nhiên rằng, giống như một số phụ nữ, quý vị có thể muốn sinh con trong sự thoải mái và riêng tư tại chính ngôi nhà của quý vị.

Phụ nữ đã từng sinh con một (nhiều) lần tại nhà mô tả ý thức hài lòng hơn về sự tự quyết và cảm tưởng chủ động hơn trong tiến trình sinh nở và môi trường của họ, không bị áp lực và những hạn chế đôi khi được cảm nhận đối với trường hợp sinh trong bệnh viện. Phụ nữ cho biết rằng điều này dẫn đến cảm tưởng được trao quyền hạn và ý thức về sự thành tựu, từ đó cải thiện sự thỏa mãn với kinh nghiệm sinh con và phúc lợi tâm lý tổng thể.

Phụ nữ cũng mô tả cách thức sự hiện diện và sự tham gia của người phối ngẫu và / hoặc thân nhân gần gũi hoặc bằng hữu thân thiết được thực hiện dễ dàng hơn, tạo nên sự an tâm và mức hỗ trợ được nâng cao.

Có nhiều yếu tố cần xem xét khi lập kế hoạch sinh tại nhà, một số yếu tố có tính cách cá nhân và một số bị chi phối bởi Bộ Y Tế và Phúc Lợi Tiểu Bang Nam Úc. Các nhân viên hộ sinh có đăng ký hành nghề và được chính phủ tuyển dụng tham gia vào kế hoạch sinh tại nhà phải tuân thủ Chỉ Thị Lâm Sàng về Trường Hợp Sinh Tại Nhà Theo Kế Hoạch và các chính sách liên hệ khác của Cơ Quan Y Tế Tiểu Bang Nam Úc (ví dụ: Cơ Co Đa Con Giai Đoạn Đầu Tiên và Chỉ Thị Lâm Sàng về việc Sinh trong Bồn Nước).

## Để có thêm thông tin

**SA Maternal, Neonatal & Gynaecology Community of Practice Women's & Children's Health Network 52 King William Rd North Adelaide SA 5006**  
[www.sahealth.sa.gov.au](http://www.sahealth.sa.gov.au)

Public-I4-A4



[www.ausgoal.gov.au/creative-commons](http://www.ausgoal.gov.au/creative-commons)



Government  
of South Australia

SA Health

© Department for Health and Ageing, Government of South Australia.  
All rights reserved.

# Sinh Tại Nhà Theo Kế Hoạch 2018

Việc hoạch định sinh .... con của quý vị tại nhà có tốt cho quý vị không?

Thông tin cho Phụ Nữ



Government  
of South Australia

SA Health