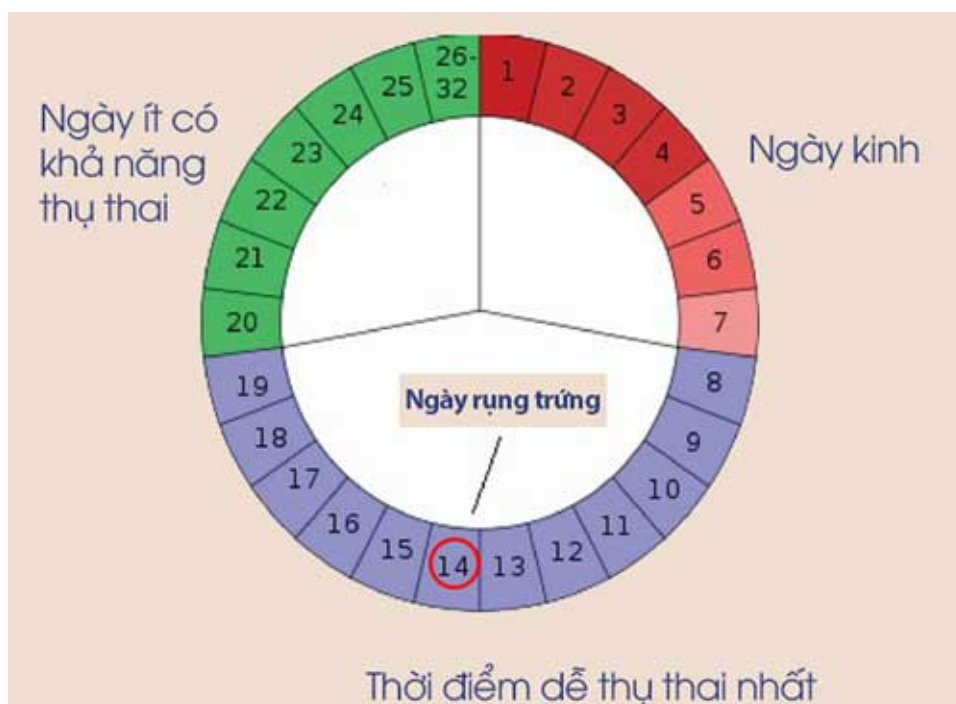


Cách tính tuổi thai cho phụ nữ chính xác

Tính tuổi đứa con là một trong những việc rất quan trọng đối với chị em phụ nữ có bầu. Việc dự đoán chuẩn xác tuổi thai, là một trong các phương pháp giúp cho bạn nắm bắt được mức độ sức khỏe thai nhi và có một vài công nghệ chăm sóc cơ thể hữu hiệu. Sau đây các bác sĩ của bệnh viện phụ khoa Thiên Tâm sẽ hướng dẫn phương pháp tính tuổi thai cho phụ nữ.



Cách tính tuổi thai cho chị em phụ nữ

Có tương đối nhiều công nghệ giúp bạn tính tuổi đứa con một liệu pháp hiệu quả. Tuy vậy, tỷ lệ chính xác của các cách đặc điểm tuổi đứa trẻ thường không đạt được 100%. Vì những giải pháp đặc điểm tuổi thai này, phụ thuộc vào quá độ nhân tố không giống nhau.

Tuy không thể đoán biết chuẩn xác hoàn toàn thời điểm thai nhi có mặt trong bụng mẹ. Tuy vậy đoán biết tuổi đứa con ở tình trạng tương đối, cũng giúp cho ích rất nhiều cho mẹ trong việc chăm sóc cơ thể của chính mình.

một số cách đặc tính tuổi thai cho nữ giới như sau:

Tính tuổi thai theo vòng kinh

công nghệ đặc tính tuổi thai theo những ngày kinh nguyệt là một công nghệ tính khá dễ thực hiện. Chỉ nguyện vọng bạn nhớ thật chính xác ngày đầu tiên của chu kỳ kinh nguyệt cuối mà bạn đã từng trải qua.

Ví dụ: Một vòng kinh của bạn nếu để lâu 30 ngày. Ngày trước hết của những ngày kinh nguyệt cuối của bạn vào ngày: 1/9/2015. Ngày bạn đặc tính tuổi thai là vào ngày 20/10/2015, thì tuổi thai của bạn vừa tròn bảy tuần tuổi.

tuy vậy, các mẹ cũng cần thiết phải lưu ý là: Một tháng hay sẽ có khoảng 30 ngày, giống với 4 tuần, cộng thêm 48 giờ. Từ đó cứ ba tháng, bạn phải cộng thêm một tuần vào tuổi đứa trẻ. Như thay thế, ngày dự sinh của bạn sẽ chính xác hơn. Dựa vào ngày ban đầu của vòng kinh cuối, bạn chỉ cần thiết phải cộng thêm tầm khoảng 40 tuần nữa là tính được ngày dự sinh.

các bác sĩ cũng bật mí đối với bạn kỹ thuật đặc điểm ngày dự sinh, thông qua việc đặc tính tuổi thai theo vòng kinh như sau:

Công thức:

- Ngày dự sinh: Ngày trước tiên của thai kỳ cuối, cộng thêm 1 tuần.
- Tháng dự sinh: Tháng xuất hiện chu kỳ kinh nguyệt cuối, trừ đi 3 tháng
- Năm dự sinh: Nếu tháng cuối cùng của chu kỳ kinh nguyệt từ tháng 1 – 3, thì bạn duy trì nguyên năm dự sinh. Có nghĩa là bạn sẽ sinh trong năm mang thai. Nếu tháng cuối của những ngày kinh nguyệt từ tháng 4 – 12, thì bạn cộng thêm một năm vào năm dự sinh.

Ví dụ:

Ngày bắt đầu chu kỳ cuối của bạn là ngày 2/3/2015. Thì ngày dự sinh của bạn là khoảng tầm ngày: 9/12/2015.

Ngày bắt đầu chu kỳ cuối của bạn là ngày 15/4/2015. Thì ngày dự sinh của bạn là ngày 22/1/2016.

Cách tính tuổi thai theo ngày rụng trứng hoặc ngày "làm chuyện ấy" tình dục

biện pháp đặc tính này Tùy vào việc: Trứng đã rụng của chị em phụ nữ chỉ sinh tồn được trong vòng 24h. Có nghĩa là kể từ khoảng thời gian "làm chuyện ấy" tình dục và trứng rụng, sẽ có hiện tượng thụ thai. Sau khi thụ thai, đứa con của bạn sẽ tồn tại trong bụng mẹ tầm khoảng 266 ngày, đặc điểm tương đương đối với 38 tuần. Từ đó bạn hoàn toàn có khả năng đặc tính được tuổi thai, cũng như ngày dự sinh.

song, liệu pháp đặc tính tuổi thai này khá khó lấy. Vì chỉ có những chị em có kinh nguyệt đều, hoặc nhớ được chính xác ngày giao hợp, mới có khả năng dùng.

một vài chị em cũng gửi vấn đề câu hỏi đến các bác sĩ bệnh viện phụ khoa là: vì sao tính tuổi thai theo chu kỳ kinh nguyệt lại cộng thêm 40 tuần để đặc điểm ngày dự sinh? Mà đặc tính tuổi thai theo ngày trứng rụng và "yêu", lại chỉ cộng thêm 38 tuần tuổi?

các bác sĩ cho rằng: kỹ thuật đặc tính tuổi thai theo những ngày kinh nguyệt chỉ mang đặc điểm khá, vì quá trình thụ thai được dự đoán sẽ diễn ra trong một vài ngày giữa của những ngày kinh nguyệt. Có nghĩa là trong vòng 2 tuần sau, phụ nữ mới có nguy cơ có hiện tượng thụ thai thật sự. Bởi vì thế cộng thêm hai tuần cho ngày dự sinh là 40 tuần. Ngược lại cách đặc tính tuổi thai theo ngày trứng rụng và quan hệ có tình trạng chính xác cao, có nguy cơ dự đoán gần như chính xác tuổi đứa trẻ. Cần bạn chỉ cần cộng thêm tuổi thực tế của thai nhi, là có nguy cơ đưa ra dự đoán ngày dự sinh. Từ đó dẫn đến sự chênh lệch kết quả của hai cách đặc điểm trên.

Xem thêm các tin tức sức khỏe hữu ích khác:

<https://thaihaclinic.webflow.io/tin-tuc/su-dung-nuoc-hoa-vung-kin-co-tot-khong>

<https://thaihaclinic.webflow.io/tin-tuc/cach-chua-xuat-tinh-som-tai-nha-hieu-qua-khong-can-thuoc>

<https://thaihaclinic.webflow.io/tin-tuc/xuat-tinh-som-co-anh-huong-den-viec-sinh-con-khong>

<https://thaihaclinic.webflow.io/tin-tuc/cach-chua-roi-loan-cuong-duong>

<https://thaihaclinic.webflow.io/tin-tuc/cach-khu-mui-hoi-vung-kin-an-toan-hieu-qua-tai-nha>

Tính tuổi thai dựa trên kết quả siêu âm

đặc điểm tuổi thai theo đường kính của thai nhi:

Trong giai đoạn thai kịp thời thông qua liệu pháp siêu âm, các bác sĩ chuyên khoa và

bạn có khả năng đưa ra dự đoán được tuổi thai nhi thông qua các chỉ số về: Đường kính của túi thai (GS – Gestational sac diameter), đường kính lưỡng đỉnh (BPD – Biparietal diameter), chiều dài đầu mông (CRL – Crow rump length).

Theo đó có nguy cơ đặc điểm toán như sau:

Đường kính của túi thai tầm 5mm: Tuổi thai khoảng từ 4 – 5 tuần tuổi.

Đường kính của túi thai trong vòng 10mm: Tuổi thai tầm khoảng 5 tuần tuổi.

Đường kính của túi thai khoảng tầm 20mm: Tuổi thai khoảng 6 tuần tuổi.

Mặc dù được nhận xét là cách tương đối chuẩn xác cho việc đặc điểm tuổi đứa con, kể cả khi tuổi thai còn nhỏ. Tuy nhiên nếu đứa trẻ đã quá 6 tuần, thì liệu pháp này không được cho là khả dụng. Vì túi thai chuyển đến hình bầu dục, nên vô cùng không dễ dàng để có nguy cơ đo được đường kính chính xác.

Tính tuổi đứa bé theo chiều dài đầu và mông (CRL - Crow rump length)

Công thức đặc điểm tuổi thai của liệu pháp đặc tính này như sau:

$CRL (cm) + 6,5 = \text{tuổi thai}$.

Ví dụ: $CRL = 4,5 \text{ cm}$, thì tuổi thai sẽ là: $4,5 + 6,5 = 11$ tuần tuổi.

Lưu ý: một số kết quả siêu âm cho chỉ số chiều dài đầu và mông với đơn vị đặc tính là mm. Chủ yếu vì thế các mẹ cần chú ý và quy đổi ra thành cm nhé!

Tính theo sự phát triển của đứa trẻ

Đây là liệu pháp đặc tính tuổi đứa trẻ và ngày dự sinh dựa trên kết quả của sự tiến triển của đứa con. Theo các đặc tính này, các bác sĩ chuyên khoa sẽ Tùy thuộc vào sự phát triển của đứa trẻ và đưa ra dự đoán về ngày dự sinh.

song, theo các chuyên gia: kỹ thuật đặc điểm tuổi thai và ngày dự sinh sẽ liên tiếp có sự rối loạn. Vì không phải đứa bé nào cũng tiến triển theo đúng chuẩn mực của tuổi thai. Có một vài đứa trẻ tiến triển mạnh thì ngày dự sinh thường được dự đoán kịp thời hơn và ngược lại.

Có một mẹo nhỏ để các mẹ biết về tình trạng đứa bé của mình là: Nếu kết quả siêu âm của những lần sau có ngày dự sinh kịp thời hơn, thì tức là đứa con của bạn từng

phát triển nhanh hơn so với tuổi thai. Ngược lại cần thiết kết quả dự đoán ngày dự sinh bị lùi lại, thì tức là đứa trẻ của bạn đã phát triển chậm hơn. Bạn cần thiết phải lưu ý điều chỉnh lại chế độ ăn uống và sinh hoạt để hữu hiệu cho con yêu của mình.

Mặt khác, sự chênh lệch của kỹ thuật đặc điểm tuổi thai theo chu kỳ kinh nguyệt hoặc theo ngày "lâm trận", với kỹ thuật đặc điểm theo sự phát triển của thai nhi, cũng phản ánh tình trạng phát triển của đứa bé.

Ví dụ: tính theo ngày "yêu", đứa bé của bạn được trong vòng 24 tuần. Trong khi đó, kết quả siêu âm đưa ra dự đoán đứa trẻ của bạn đã từng tiến triển được 26 tuần. Việc này có nghĩa đứa con của bạn tiến triển nhanh hơn so đối với mức trung bình.

Đo bề cao của tử cung để đặc điểm tuổi đứa con

Đo bề cao của tử cung là đo từ bờ trên của khớp vệ, tới phần đáy của tử cung.

Theo đó tuổi thai nhi sẽ được đặc điểm toán như sau:

- Thai nấp sau xương vệ, tương đương với thai nhi 1 tháng tuổi.
- Nhô cao bằng $\frac{1}{4}$ của đường rốn đến khớp vệ (khoảng 4cm), tương tự đối với thai nhi 2 tháng tuổi.
- Tử cung nhô cao bằng $\frac{1}{2}$ của đường rốn đến khớp vệ (8 cm), giống đối với đứa bé 3 tháng tuổi.
- Tử cung nhô cao bằng $\frac{3}{4}$ đặc tính từ đường rốn tới khớp vệ, tương đồng với thai nhi 4 tháng tuổi.
- Tử cung cao ngang rốn, không khác đối với đứa con 5 tháng tuổi.
- Tử cung cao tầm khoảng 20cm, tương đương với đứa con 6 tháng tuổi.
- Tử cung ngang bằng $\frac{1}{2}$ đường rốn đến ức, không khác đối với đứa trẻ 7 tháng tuổi.
- Tử cung cao tầm khoảng 32 cm, tương đương đối với đứa trẻ 9 tháng tuổi

Tính tuổi thai theo ngày thai máy

Ngày thai máy là ngày cử động thai nhi trước tiên khi đang trong bụng của mẹ. Ngày

thai máy không chỉ có ý nghĩa khẳng định sự phát triển khỏe mạnh của đứa con, mà còn có thể giúp các mẹ đặc tính toán tuổi thai và ngày dự sinh.

Theo kinh nghiệm của các mẹ có bầu, với các chị em có bầu lần đầu thì ngày thai máy cộng thêm 22 tuần tuổi là ra ngày dự sinh. Với bà bầu lần sau, thì cộng thêm 24 tuần tuổi sẽ ra được ngày dự sinh.