

Cảm nhận được em bé của bạn cử động là dấu hiệu cho thấy bé đang khỏe mạnh

Hầu hết phụ nữ và người sắp sinh bắt đầu cảm nhận được em bé cử động trong bụng từ tuần thứ 16 đến tuần thứ 24 của thai kỳ.

Không có số lần cử động bình thường cố định. Mỗi em bé đều khác nhau.

Từ tuần thứ 16 đến tuần thứ 24, bạn sẽ cảm nhận được em bé cử động nhiều hơn cho đến tuần thứ 32.

Từ đó trở đi, cử động của bé sẽ duy trì ở mức gần như giống nhau cho đến khi sinh và cả trong quá trình chuyển dạ.

Vì sao cử động của con tôi lại quan trọng?

Đôi khi, em bé ít cử động sẽ không nhận đủ oxy. Một số ít em bé ít cử động sẽ chết non (nghĩa là em bé chết trước khi được sinh ra).

Vì vậy, điều quan trọng là phải đi kiểm tra ngay cả khi quá trình mang thai của bạn diễn ra suôn sẻ hoặc trước đây, bạn chưa gặp bất kỳ vấn đề gì.

Nếu sau khi khám mà con của tôi ít cử động hơn thì sao?

Hãy liên hệ ngay với khoa sản của bạn.

Hãy làm điều này ngay cả khi bạn đã được khám trước đó vào cùng ngày hoặc mới được thông báo rằng con bạn khỏe mạnh.

Luôn đi khám bất kể điều này xảy ra bao nhiêu lần.

Tôi không cảm nhận chắc chắn về cử động của con, nhưng tôi cảm thấy có gì đó không ổn. Tôi nên làm gì?

Bạn hiểu rõ cơ thể và thai kỳ của mình hơn ai hết.

Nếu bạn cảm thấy có điều gì đó không ổn, hãy liên hệ với khoa sản của bạn và báo cho khoa biết bạn sẽ đến khám. Bạn nên làm điều này ngay cả khi bạn không thể giải thích chính xác lý do vì sao bạn cảm thấy có điều gì đó không ổn.



Hãy gọi cho khoa sản của bạn và đến khám ngay lập tức nếu:

- con bạn cử động ít hơn bình thường
- cảm giác cử động yếu hơn bình thường
- con bạn ngừng cử động

- **Đừng đợi đến ngày hôm sau mới đi khám. Khoa sản mở cửa 24/7. Bạn có thể gọi điện và đến khám bất cứ lúc nào cả ngày lẫn đêm.**

Nếu bạn đang ở xa nhà, bạn có thể liên hệ với bất kỳ khoa sản nào.

- **Không** làm bất cứ điều gì để cố gắng làm cho em bé cử động.
- **Không** sử dụng máy siêu âm Doppler tại nhà, máy theo dõi cầm tay hoặc ứng dụng trên điện thoại để kiểm tra nhịp tim của em bé. Ngay cả khi bạn nghe thấy nhịp tim, điều đó không có nghĩa là em bé của bạn khỏe mạnh.

Đọc thêm các thông tin về các cử động của bé trong thai kỳ



Điều gì sẽ xảy ra khi tôi được khám tại bệnh viện?

Nếu bạn không được kiểm tra và xét nghiệm đầy đủ, bạn nên yêu cầu thực hiện. Hãy đưa tờ rơi này cho hộ sinh hoặc bác sĩ của bạn xem.

Nếu bác sĩ hoặc hộ sinh muốn thực hiện các việc kiểm tra khác, họ nên giải thích lý do y tế. Bạn vẫn có thể yêu cầu kiểm tra và xét nghiệm như được nêu trong tờ rơi này.

Từ tuần thai thứ 24 đến tuần thứ 26

Hộ sinh hoặc bác sĩ sẽ:



nghe nhịp tim của con bạn



hỏi về cử động của con bạn



kiểm tra huyết áp của bạn



kiểm tra nước tiểu của bạn



kiểm tra kích thước bụng bầu của bạn

Từ tuần thai thứ 26 trở đi

Hộ sinh hoặc bác sĩ **cũng** sẽ:



theo dõi nhịp tim và cử động của con bạn bằng máy theo dõi CTG - một thiết bị được gắn vào bụng và hiển thị nhịp tim của con bạn.



Điều gì sẽ xảy ra tiếp theo?

Nếu bác sĩ hoặc hộ sinh của bạn có bất kỳ lo ngại nào, họ sẽ thảo luận với bạn về những việc cần làm tiếp theo.

Bạn không nên về nhà cho đến khi:

- bạn cảm thấy yên tâm vì những cử động của con bạn
- mọi xét nghiệm cho thấy bạn và bé đều khỏe mạnh vào thời điểm đó

Nếu các xét nghiệm cho thấy bất kỳ vấn đề nào, bạn không được về nhà mà không có kế hoạch xử lý rõ ràng.

Xin cảm ơn các tổ chức sau đây đã hỗ trợ việc phát triển nội dung tờ rơi này:



Vui lòng gửi phản hồi đến pregnancyinfo@tommys.org

Tommy's là tổ chức từ thiện đã được đăng ký số 1060508 và SC039280.
Đã xem xét vào tháng 1 năm 2026. Lần xem xét tiếp theo: Tháng 1 năm 2029

Tìm hiểu thêm tại
www.tommys.org/pregnancy-information