

Dấu hiệu chuyển dạ là những triệu chứng trước khi sanh. Trong khoảng thời gian trước hoặc sau 2 tuần so với ngày dự sanh đều được xem là thời gian sanh sản. Trước thời gian sanh, phụ nữ mang thai cần phân biệt những dấu hiệu chuyển dạ để tránh có những lo lắng không cần thiết phát sinh. Những dấu hiệu có thể xảy ra bao gồm:

產兆，意即生產前的徵兆，從預產期的前2週至後2週都算正常生產期，當孕婦進入生產期之前，需要辨別各項產兆，避免產生不必要的焦慮。可能出現的產兆有：

1. Cảm giác thoải mái : Bà mẹ thường cảm thấy ngon miệng hơn và hô hấp suôn sẻ hơn do thai nhi đã hạ xuống đến trong khung chậu, nhưng lại dễ mắc tiểu, vùng bụng dưới hoặc âm đạo có cảm giác nặng nề.

1

輕鬆的感覺：因為胎兒下降至骨盆內，孕婦通常會覺得食慾較好，呼吸較順暢。但是容易頻尿，下腹部或會陰部會有沉重感。

2. Ra huyết : Là hiện tượng khi cổ tử cung từ từ mở ra, chất nhầy cổ tử cung kèm với chút ít máu rỉ ra.

落紅：當子宮頸口漸開時，子宮頸的黏液混合少許血液流出稱之為落紅。

3. Con đau hoặc mỏi lưng : Do cơn co thắt tử cung gây ra, có những đặc tính sau đây :

陣痛或腰酸：隨子宮收縮而產生，有下列特性：

- Trong lúc cơn đau tử cung trở nên rất cứng, khi cơn đau dịu đi sẽ mềm lại.

陣痛時子宮變的很硬，不痛就會變軟。

2

- Mới bắt đầu cơn đau xảy ra không thường xuyên, sau đó từ từ trở nên thường xuyên theo chu kỳ và dần dần cơn đau càng lúc càng kéo dài.

開始時為不規則疼痛，漸漸轉變為規則，而且疼痛隨著時間漸漸加長。

- Vị trí đau là ở khắp vùng bụng và vùng lưng, nhất là cảm thấy nhức mỏi ở đốt cuối xương sống.

痛的部位在整個腹部及背部，尤其是在尾骶骨處有酸痛感。

- Dù xoa bóp hoặc đi lại cũng không giảm đau được.

不會因按摩或走動而減輕疼痛。

4. Vỡ nước ối : Nước ối thoát ra do màng ối đã vỡ.

破水：因為羊膜破裂羊水流出。

3

**Bạn nên đi đến bệnh viện khi có một trong những triệu chứng dưới đây xảy ra
當您出現下列任何一項徵兆時，就該來醫院了**

- Cơn đau thường xuyên : Lúc chuyển dạ với cơn co, cơn đau diễn ra mỗi 7 – 8 phút một lần, hoặc trường hợp cơn rạ thì cơn đau diễn ra thường xuyên liên tục; khi đó, khoảng cách lộ trình xe từ nơi ở đến bệnh viện phải đảm bảo trong vòng 50 phút.

規則陣痛：第一胎產婦與醫院距離50分鐘車程以內，每隔7-8分鐘陣痛一次，或第二胎（含以上）產婦規則陣痛。

- Ra huyết : Khi chất nhầy cổ tử cung lẫn theo nhiều máu tuôn ra.

落紅：子宮頸黏液含多量血液流出時。

- Vỡ nước ối.
破水。

4



Những dấu hiệu chuyển dạ

產 兆



Những vật dụng cần chuẩn bị khi nhập viện 住院時須準備之用品

1. Giấy tờ tùy thân : Thẻ Bảo hiểm Y tế, Sổ khám sức khỏe của bà mẹ và Thẻ Căn cước của hai vợ chồng. (Trường hợp không có Thẻ Căn cước xin mang theo Sổ Hộ khẩu hoặc Thẻ Cư Trú).
證件：健保卡、孕婦健康手冊及夫妻雙方身分證。
(無身分證者請攜帶戶口名簿或居留証)
2. Vật dụng
 - (1) Đồ dùng tắm rửa, dụng cụ ăn uống, giấy vệ sinh.
盥洗用藥物 餐具、環保杯、衛生紙。
 - (2) Người chăm sóc xin tự túc chăn đệm hoặc có thể

đến tầng hầm 1 để thuê mướn.

陪產者請自備棉被或至地下一樓維康租借。

3. Các vật khác 其他：

(1) Đề nghị không nên mang theo nhiều tiền mặt, nữ trang vàng và đồ vật quý giá.
請勿帶過多現金、金飾及貴重物品。

(2) Băng vệ sinh, quần lót dùng một lần (có thể tự chuẩn bị trước hoặc có thể mua tại phòng sanh).

衛生棉墊、紙褲 (可自備，亦可於產房購買)。

(3) Xin mang quần áo và khăn choàng em bé đến khi xuất viện.

新生兒衣物及包被 (請於出院時帶來即可)。

Chúc bạn

sức khỏe dồi dào
Bình an cát tường.

敬祝您

身體健康 平安吉祥

Bệnh Viện Đa Khoa Phật Giáo Từ Tế
佛 教 慈 濟 綜 合 醫 院

Đường dây tư vấn sức khỏe của các Bệnh Viện Từ Tế
各院區健康諮詢專線：

Bệnh Viện Từ Tế Hoa Liên (Hualien)花蓮總院(03)8562016

Phân Viện Từ Tế Đài Bắc (Taipei)台北分院(02)66289779-2236

Phân Viện Từ Tế Đài Trung (Taichung)台中分院(04)25368069

Phân Viện Từ Tế Đại Lâm (Dalin)大林分院(05)2648333

Trang web 網址：http://www.tzuchi.com.tw

大林總院 97.10.17 修訂