



Cảm giác không thoải mái ở vùng bụng dưới phần bên khi có thai. Nguyên nhân của cảm giác đau phụ thuộc vào giai đoạn bầu u bí.

Trong quá trình mang thai, tình trạng bụng dưới ỉu có cảm giác đau nhói. Điều này có bình thường?

Trong những tuần đầu của thai kỳ, bụng dưới có cảm giác tê ngứa khi thai đang tìm cách bám vào tử cung. Bên cũng có thể đau bụng nhẹ u bí nên mệt mỏi và nôn óe.

Khi thai lớn hơn, cảm giác đau thường là do sự căng cơ và dây chằng vì đang phải nâng đỡ tử cung đang ngày càng lớn. Bên có thể cảm thấy đi u này khi thay đổi tư thế, khi ho hay khi ngẩng lên và đứng dậy. Dịch ối tăng, cảm giác đầy bụng cũng có thể gây ra cảm giác đau trong những tháng cuối của thai kỳ.

Nếu cảm giác đau chột thoáng qua thì hoàn toàn vô hại nhưng nếu đau dữ dội hay dai dẳng thì cần đi khám ngay lập tức.

Khi nào nên gặp bác sĩ?

Điều gì do đó gọi cho bác sĩ nếu u cơn đau bụng kéo dài hay trở nên dữ dội hoặc cảm giác buồn nôn, chóng mặt, sốt hay xối u. Bên vì đó có thể là biểu hiện của các chứng bệnh khác như đau dây, nhiễm trùng đường tiểu, viêm ruột thừa hay đẹn gi n là do táo bón.

Điều hi u rõ hơn về nguyên nhân đau bụng trong thời kỳ mang thai nhằm tránh những hậu quả đáng tiếc có thể xảy ra, bên có thể tham khảo thêm tư vấn của chuyên gia:

http://www.dumexvietnam.com/pregnancy/common_health_worries/article/stomach_pain_in_pregnancy

Làm gì để cảm thấy dễ chịu hơn?

Hãy nghỉ ngơi, nhấc cao chân và thở giãn. Khi cảm thấy đau nhói, nghỉ ngơi sẽ giúp giảm bớt sự khó chịu.

Khi trẻ dậy, hãy nghiêng người và dậy từ từ. Dùng tay làm đỡ mông. Điều này sẽ giúp giảm áp lực cho cổ bụng dưới.

Nếu tính chất công việc phải ngồi nhiều thì hãy thỉnh thoảng xuyên đứng dậy đi lại.

Vào những tháng mùa hè nóng nực, hãy luôn uống nước để tránh bị khát nước.

Hơn nữa, đã có các thực phẩm cay nóng mà có thể gây trở ngại cho hệ tiêu hóa, đặc biệt là vào buổi tối.

Theo Thu Trang /

<http://dantri.com.vn/c7/s7-306919/cam-giac-dau-nhoi-o-bung-duoi-khi-bau-bi.htm>