

Đã có con đầu lòng, sao mãi chưa có tin vui thứ hai?

Hành trình tìm hiểu, đối mặt và vượt qua Vô sinh thứ phát.





“Tụi mình từng nghĩ chỉ người chưa có con mới bị vô sinh... hóa ra không phải.”

Chào bạn, mình là Linh (34 tuổi) và đây là Nam (36 tuổi). Bé đầu nhà mình đã 4 tuổi.

Gần 3 năm nay, vợ chồng mình 'thả' mãi mà vẫn chưa có tin vui lần hai. Ban đầu chỉ nghĩ do bận rộn, rộn, do stress, nhưng đi khám mới biết mình đang gặp tình trạng gọi là **VÔ SINH THỨ PHÁT**.

Video này là toàn bộ những gì tụi mình đã tìm hiểu và được bác sĩ giải thích, hy vọng sẽ giúp được các bạn đang có cùng hoàn cảnh.

Hơn 50%

...các cặp vợ chồng đến khám vô sinh hiện nay
là **VÔ SINH THỨ PHÁT.**

Trích dẫn từ BS. Nguyễn Thị Nhàn, Bệnh viện Từ Dũ, 2024.

Vô sinh thứ phát: Không phải là chuyện hiếm

Định nghĩa

Vô sinh thứ phát là tình trạng các cặp vợ chồng đã có thai tự nhiên ít nhất một lần, nhưng sau đó gặp khó khăn trong việc thụ thai lần tiếp theo (sau 6-12 tháng cố gắng).



Trên thế giới: Cứ 6 cặp vợ chồng thì có 1 cặp gặp vấn đề về vô sinh (**17.5% dân số**).

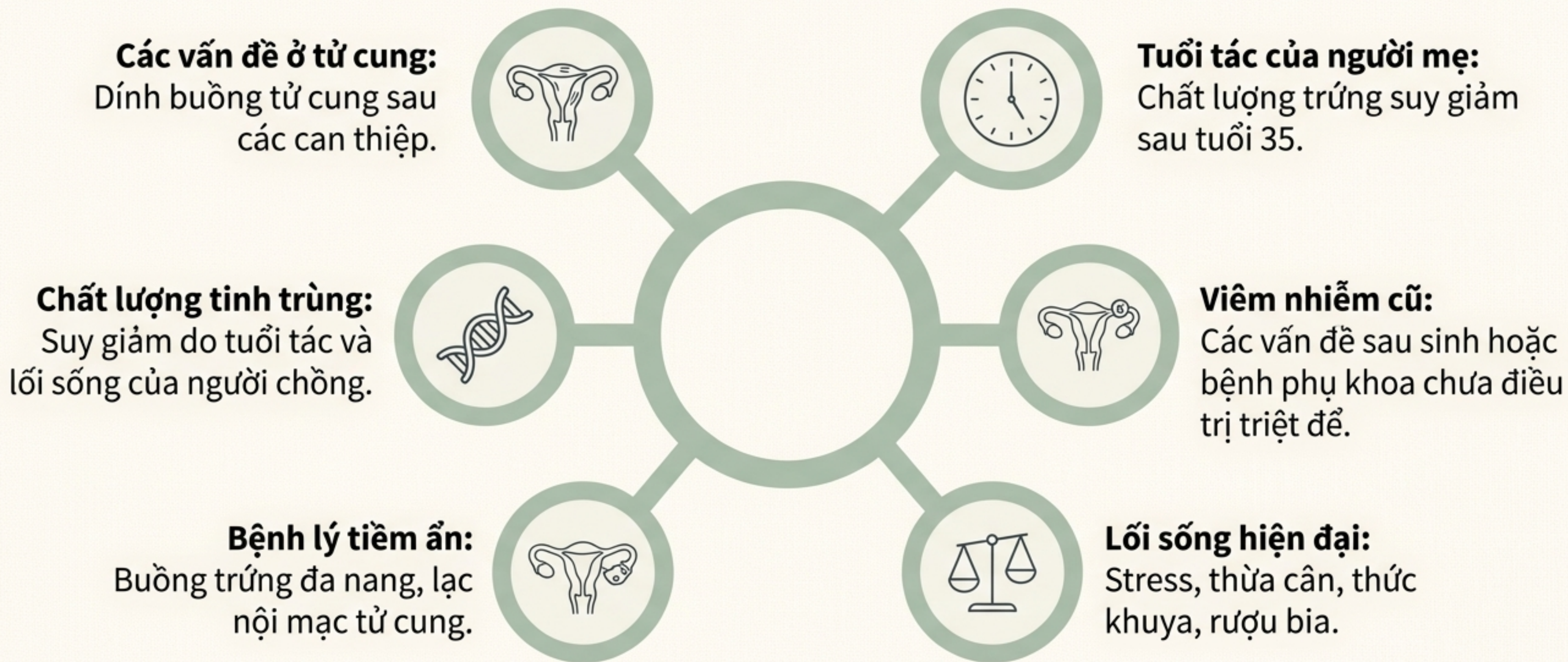


Tại Việt Nam: Khoảng **7-10%** cặp đôi trong độ tuổi sinh sản gặp tình trạng này, và con số đang tăng nhanh, đặc biệt ở các thành phố lớn.



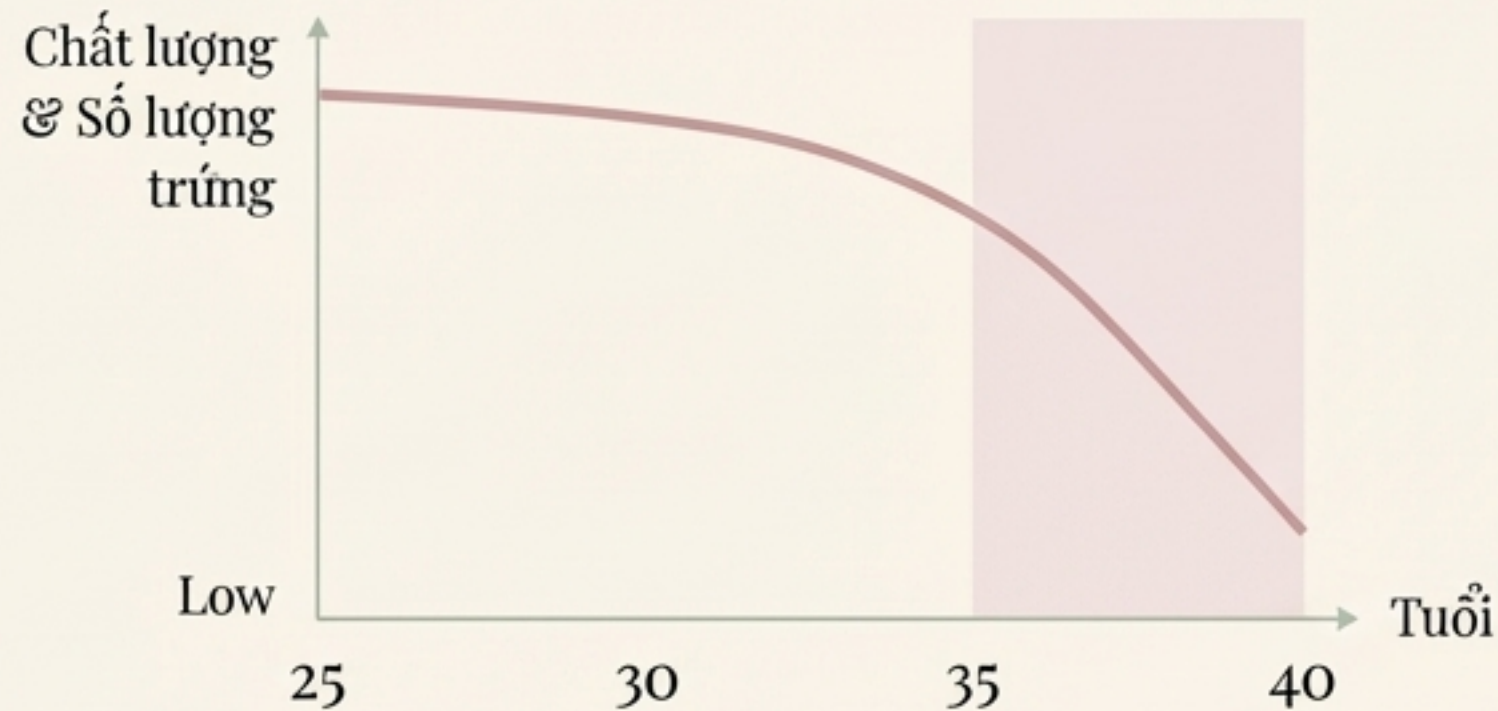
Bối cảnh: Tỷ lệ sinh của Việt Nam năm 2024 chỉ còn **1.91** – **mức thấp nhất lịch sử**, tạo thêm áp lực ‘phải có con thứ hai’.

6 “rào cản” phổ biến nhất trên hành trình đón con thứ hai



Tuổi tác - 'Kẻ thù' lớn nhất & những viêm nhiễm âm thầm

Yếu tố tuổi tác



- Sau 35 tuổi, chất lượng và số lượng trứng của phụ nữ giảm rất nhanh.
- Nhiều chị em sinh con đầu lòng ở tuổi 32-35, dự định 2-3 năm sau sinh tiếp thì đã bước sang tuổi 37-38, khiến việc thụ thai khó hơn nhiều.

Câu chuyện thật

"Mình không nghĩ nó lại ảnh hưởng đến vậy..."



*"Bạn mình ở quận 7, sinh **bé đầu năm 30 tuổi**. Đến năm 35 đi khám mới biết **biết bị tắc cả hai vòi trứng** do một đợt **viêm nhẹ** sau sinh không được điều trị dứt điểm. Giờ bạn ấy đang làm **IVF và đã thành công ngay lần đầu**."*

Lối sống hiện đại & Sức khỏe của người chồng

Tác động từ lối sống



Thừa cân/béo phì: Nhiều chị em tăng 15-20kg sau sinh không kiểm soát được.



Stress kéo dài: Áp lực công việc cộng với việc chăm sóc con đầu lòng.

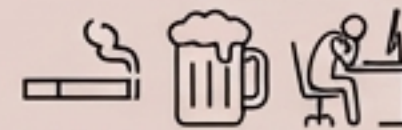


Thói quen xấu: Ngủ muộn thường xuyên, lạm dụng cà phê, rượu bia cuối tuần.

Đừng quên người chồng (40% nguyên nhân)

40%

40% các trường hợp vô sinh thứ phát có nguyên nhân từ người chồng hoặc cả hai vợ chồng.



- **Tuổi tác:** trên 35-40.
- **Chất lượng:** Tỷ lệ tinh trùng đứt gãy DNA tăng cao.
- **Thói quen:** Hút thuốc lá, uống nhiều bia rượu, ngồi làm việc quá nhiều.

Vậy, chúng ta cần bắt đầu từ đâu?

1

Bước 1: Đi khám sớm

Đừng chờ đợi đủ 12 tháng như vô sinh sơ cấp.

Lưu ý quan trọng: Nếu người vợ trên 35 tuổi hoặc có các dấu hiệu bất thường (kinh nguyệt không đều, đau bụng...), hãy đi khám ngay **sau 6 tháng** "thử" không thành công.



2

Bước 2: Khám cả hai vợ chồng cùng lúc

Vô sinh là vấn đề của hai người. Việc đi khám cùng nhau không chỉ tiết kiệm thời gian mà còn thể hiện sự đồng hành và chia sẻ trách nhiệm.



Những xét nghiệm quan trọng cần biết

Dành cho Vợ



Siêu âm đầu dò: Đánh giá tử cung và buồng trứng.



Xét nghiệm nội tiết: Đặc biệt là chỉ số AMH (dự trữ buồng trứng) và FSH.



Chụp HSG (Chụp tử cung vòi trứng): Kiểm tra mức độ thông của vòi trứng, một trong những xét nghiệm quan trọng nhất.

Dành cho Chồng

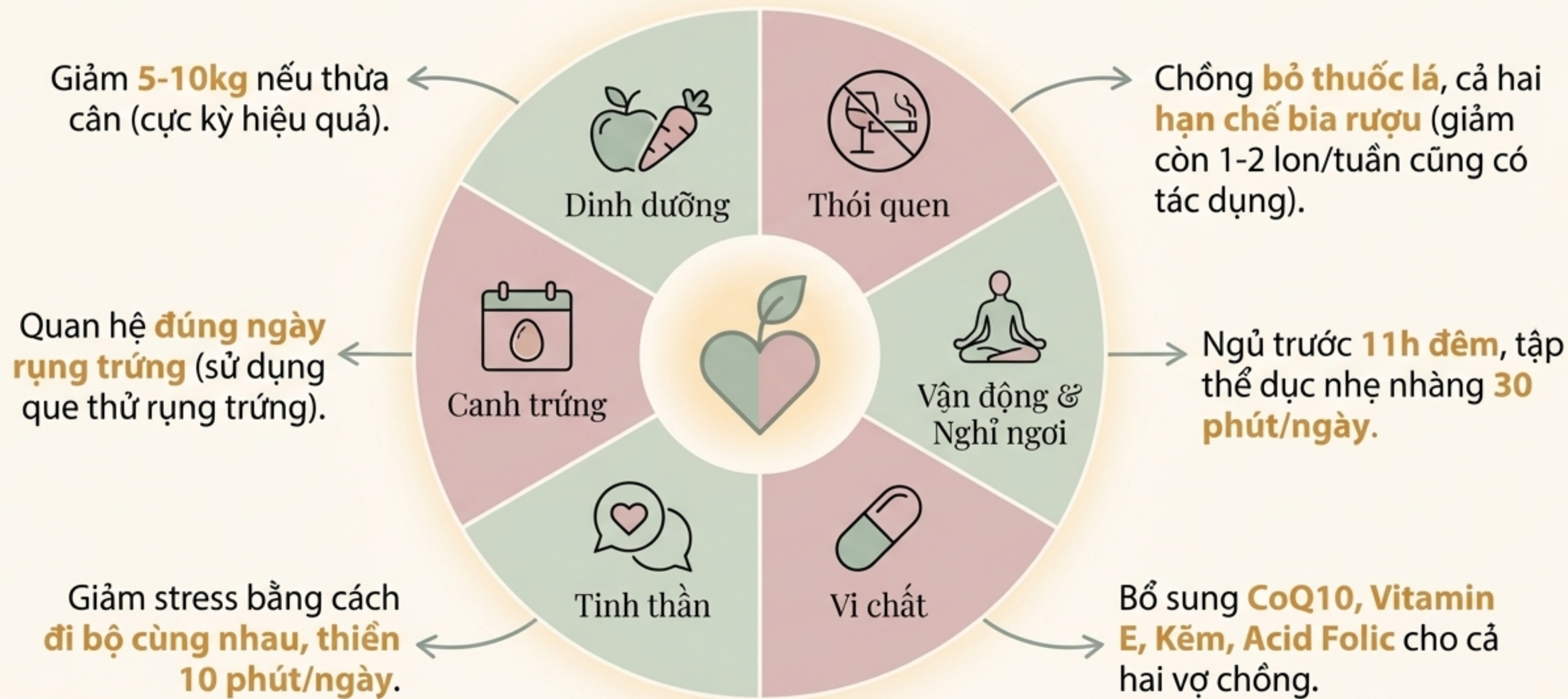


Tinh dịch đồ: Phân tích các chỉ số cơ bản của tinh trùng.



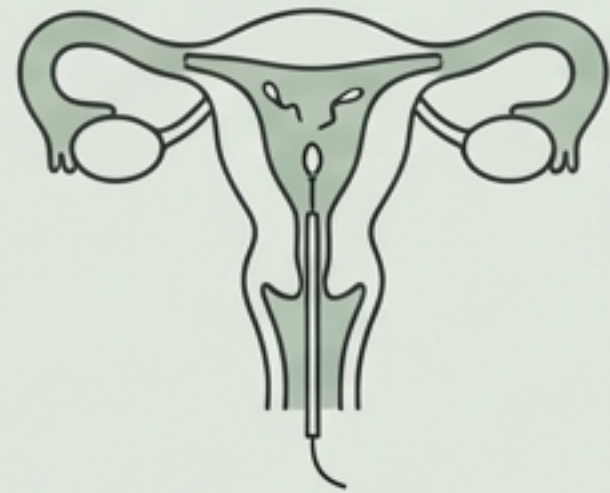
Xét nghiệm đứt gãy DNA tinh trùng: Một xét nghiệm chuyên sâu và rất quan trọng để đánh giá chất lượng thực sự của tinh trùng, thường được bỏ qua.

‘3 Tháng Vàng’: 6 thay đổi nhỏ tạo nên khác biệt lớn



Khi cần đến sự hỗ trợ của y học hiện đại

IUI (Bơm tinh trùng vào buồng tử cung)



Tỷ lệ thành công: 15 - 25% / chu kỳ.

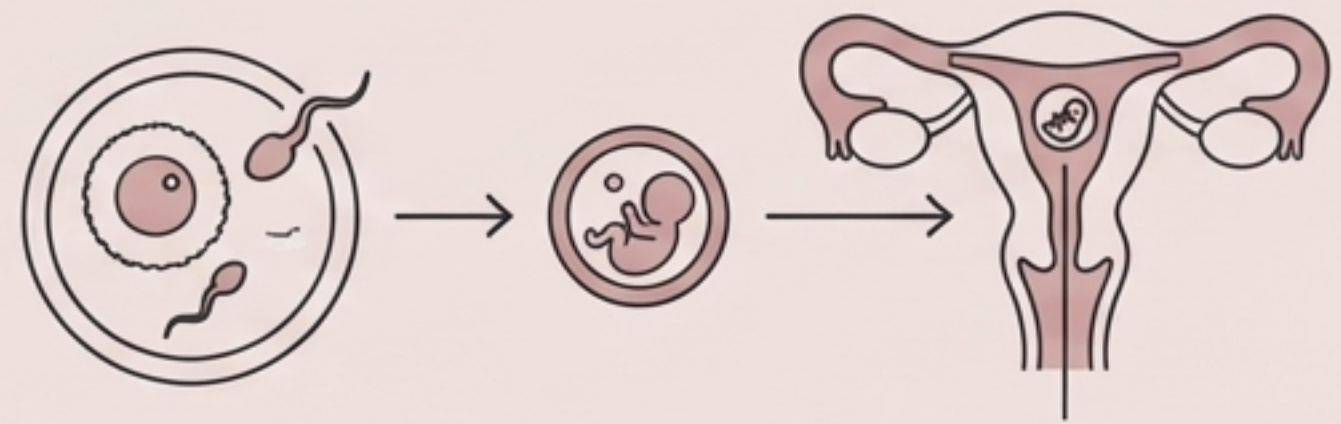


Chi phí: Khoảng 15 - 30 triệu VNĐ.



Phù hợp cho: Tinh trùng yếu nhẹ, rối loạn phóng noãn.

IVF (Thụ tinh trong ống nghiệm)



Tỷ lệ thành công: 45 - 55% / chu kỳ (ở độ tuổi dưới 37).



Chi phí: Cao hơn đáng kể, tùy trung tâm.



Phù hợp cho: Tắc vòi trứng, tinh trùng rất yếu, các trường hợp IUI thất bại.

Ghi chú: Hiện nay có rất nhiều trung tâm IVF uy tín tại Việt Nam. Bảo hiểm y tế chưa chi trả, nhưng một số gói bảo hiểm tư nhân có thể hỗ trợ.

A family of four is sitting on a light-colored, textured blanket on a grassy lawn in a park. The father is on the left, smiling and holding a young child. The mother is on the right, smiling and holding a newborn baby. The background shows large trees and a bright, sunny sky, creating a warm and peaceful atmosphere.

“Sau 2 lần chuyển phôi, chúng mình đã đón được bé thứ hai. Hành trình này không dễ dàng, nhưng xin đừng bỏ cuộc.”

Có rất nhiều cách, và rất nhiều người giống như chúng ta đã thành công. Be Vietnam Pro

Bạn không cô đơn trên hành trình này

Nếu bạn đang xem đến đây, có lẽ chúng ta có cùng một nỗi lòng. Sự chia sẻ và kết nối là nguồn sức mạnh to lớn.

Hãy để lại bình luận "Team con thứ 2" để chúng ta biết rằng có những người khác cũng đang cùng cố gắng.



Con thứ hai đang chờ bạn đây.

Cùng cố lên! ❤️