## ■ 임산부의 안전하고, 효과적인 약 복용을 위한 약물 요법 10계명

**■ 10 hướng dẫn sử dụng thuốc an toàn và hiệu quả dành cho phụ nữ có thai**

### 1. 임신 가능한 여성의 경우 약물 복용 전 임신 여부 확인하십시오.

임신 가능한 여성이 약물을 복용할 때는 임신 계획 및 임신 여부를 반드시 확인하여야 하며 전문가와 상의 후 투여하는 것이 필요합니다.

**1. Những phụ nữ có khả năng mang thai hãy kiểm tra xem mình có thai hay không trước khi uống thuốc.**

Người phụ nữ có khả năng mang thai phải kiểm tra kế hoạch mang thai của mình và xem mình có đang mang thai hay không khi uống thuốc, đồng thời cần uống thuốc sau khi đã hỏi ý kiến chuyên gia.

### 2. 임신 중 약물 복용은 태아에게 영향을 줄 수 있습니다.

임산부가 약물 복용 시 주의해야 하는 까닭은 약물이 태반을 통과하여 태아에게 나쁜 영향을 미칠 수 있고 임산부에게도 독성을 일으킬 수 있기 때문입니다

**2. Uống thuốc trong khi mang thai có thể gây ảnh hưởng đến thai nhi.**

Nguyên nhân khiến phụ nữ có thai phải chú ý khi uống thuốc là vì thuốc có thể gây ảnh hưởng xấu cho thai nhi qua đường nhau thai và cũng có thể gây độc tính cho phụ nữ có thai.

### 3. 임신 중 약물 복용 방법은 일반 성인과는 다를 수 있습니다

임신 중에는 복용한 약물이 태반을 통과할 수 있다는 것을 항상 염두 해두셔야 하며 임신 중 약물의 체내 움직임은 일반 성인과는 다른 형태로 바뀌어 나타나므로 약물의 복용량과 복용법 변화에 유의하셔야 합니다.

**3. Cách uống thuốc khi mang thai có thể khác với người bình thường**

Phải luôn nhớ rằng thuốc uống trong thời kỳ mang thai có thể thông qua nhau thai và sự di chuyển của thuốc trong cơ thể khi mang thai biến đổi và hiện ra ở hình thái khác với những người trưởng thành bình thường nên phải lưu ý về sự biến đổi của cách uống thuốc và lượng thuốc uống.

### 4. 임신 3주에서 8주 사이 약물 복용 시 더욱 주의하셔야 합니다.

임신 주수에 따라 약물이 태아에게 미치는 영향이 다양합니다. 특히, 임신 3주에서 8주 사이 (임신 제 1 삼분기)에는 태아의 장기가 형성되는 결정적인

시기이므로 특별히 조심해야 합니다.

**4. Cần phải chú ý nhiều hơn nữa khi uống thuốc trong thời kỳ mang thai từ 3 tuần đến 8 tuần**

Tùy theo số tuần mang thai mà ảnh hưởng của thuốc tới thai nhi rất đa dạng. Đặc biệt, thời kỳ đầu mang thai từ 3 đến 8 tuần là thời kỳ quyết định hình thành các cơ quan của thai nhi nên cần phải đặc biệt cẩn thận.

5. 약물마다 임신 시 미치는 영향에 따른 카테고리가 구분되어 있습니다.

미국 FDA 에서는 약물마다 태아에 미치는 영향을 가장 안전한 카테고리 A부터 가장 위험한 카테고리 X까지 다섯 단계로 구분하여 표시하고 있으므로 그 위험성을 예측할 수 있습니다.

**5. Các loại thuốc được phân loại theo mức độ ảnh hưởng khi mang thai**

Cơ quan Quản lý thuốc và thực phẩm Hoa Kỳ FDA phân loại các loại thuốc theo mức độ ảnh hưởng đến thai nhi thành 5 mức và đặt ký hiệu mức an toàn nhất là A cho đến mức nguy hiểm nhất là X nên ta có thể dự đoán trước được mức độ nguy hiểm đó.

6. 임신 중 약물 투여는 반드시 전문가 (의약사)와 상의 후 투여하십시오.

임신 중에 약물을 투여할 경우, 약물치료가 꼭 필요한지 전문가와 다시 검토하고 대증요법 등의 다른 치료방법을 우선적으로 모색해야 합니다.

**6. Phải uống thuốc sau khi hỏi ý kiến chuyên gia (bác sĩ, dược sĩ) trong thời kỳ mang thai**

Trường hợp uống thuốc trong thời kỳ mang thai, phải kiểm tra lại với chuyên gia xem có nhất thiết phải chữa trị bằng dược phẩm hay không và phải ưu tiên tìm các cách chữa trị khác như liệu pháp đối chứng trước.

7. 임신 중 질환에 따라 약물을 꼭 복용해야 하는 경우도 있습니다

임신 중 간질, 고혈압, 당뇨 등의 질환을 동반하는 경우 질병 자체가 태아에게 위험할 수 있으므로 전문가와 상의 후 정해진 용량 용법에 맞추어 약물을 복용하는 것이 좋습니다

**7. Có trường hợp tùy theo triệu chứng mà bắt buộc phải uống thuốc kể cả khi đang mang thai**

Bản thân những chứng bệnh như ngứa, cao huyết áp, tiểu đường v.v… có thể gây nguy hiểm cho thai nhi trong thời kỳ mang thai nên cần uống thuốc theo chỉ định của bác sĩ về lượng sử dụng cũng như cách sử dụng.

8. 임신 중 약물 사용은 사용 경험이 풍부한 약물을 사용하는 것이 좋습니다.

임신 중 약물 사용 시에는 자료가 불충분한 최근 개발된 약물보다는 과거부터 임신 시에 흔히 사용된 약물을 사용하는 것이 안전합니다.

**8. Khi sử dụng thuốc trong thời kỳ mang thai, nên dùng những loại thuốc đã được sử dụng nhiều trước đây**

Khi uống thuốc trong thời kỳ mang thai, những thuốc thường được sử dụng trong thai kỳ từ xưa tới nay thường an toàn hơn những thuốc mới được sản xuất gần đây chưa đủ tài liệu.

9. 임신 중 약물 사용은 투여 목적에 따라 최소한으로 투여합니다.

임신 시 약물을 복용해야만 할 경우 약물 투여의 목적에 따른 최소한의 유효용량을 최단 기간 동안 투여합니다. 또한 부작용 모니터링을 통한 가장 안전하다고 판단되는 약물을 충분한 설명과 함께 투여해야 하며 동시에 발생될 수 있는 미세한 변화도 간과해서는 안 됩니다

**9. Sử dụng thuốc khi mang thai ở mức ít nhất tùy theo mục đích uống**

Khi bắt buộc phải uống thuốc khi đang mang thai, hãy uống lượng thuốc ít nhất trong thời gian ngắn nhất tùy theo mục đích uống thuốc. Ngoài ra phải uống thuốc có giải thích đầy đủ và đạt kết quả an toàn nhất khi thử nghiệm tác dụng phụ và không được bỏ qua những thay đổi dù rất nhỏ có thể phát sinh trong lúc uống thuốc.

10. 임신 중 약물 복용 시에는 태아와 산모의 건강을 모두 고려해야 합니다.

임산부에 약물을 사용할 때에는 약물이 태아에게 기형을 일으킬 수 있다는 점과 함께 약물이 임산부에 미치는 독성을 함께 고려해야 합니다.

**10. Phải xét đến sức khỏe của cả thai nhi và bà mẹ khi uống thuốc trong thời kỳ mang thai.**

Khi sử dụng thuốc cho phụ nữ có thai, phải luôn lưu ý rằng thuốc có thể gây dị tật cho thai nhi và xét đến độc tính tác động đến phụ nữ đang mang thai.

## ■ 임신부를 위한 증상별 약물복용 안내서

**■ Hướng dẫn uống thuốc theo từng triệu chứng dành cho phụ nữ có thai**

임신부들은 감기나 두통과 같은 증상을 앓게 되기 쉬우나, 임신 중에는 약을 먹어서는 안 된다는 오해로 인해 통증을 참아내곤 합니다. 혹은 임신 초기에

임신인 줄 모르고 약을 복용한 후 임신임을 알게 되었을 때 매우 큰 불안감을 겪게 됩니다. 그러나 임신 중에도 증상에 따른 적절한 약물치료 방법이 있으며, 전문가의 도움을 받아 건강한 출산이 가능합니다.

Những phụ nữ có thai dễ bị cảm hoặc đau đầu nhưng do hiểu lầm không được uống thuốc trong lúc mang thai nên thường chịu đựng cơn đau hoặc trong thời kỳ đầu mang thai, nhiều chị em do không biết mình đang mang thai nên uống thuốc rồi mới biết mình đã có thai nên cảm thấy lo lắng vô cùng. Thế nhưng ngay cả trong khi đang mang thai cũng có cách chữa bệnh bằng thuốc phù hợp tùy theo từng triệu chứng nên bạn hoàn toàn có thể sinh đẻ an toàn với sự giúp đỡ của bác sĩ.

## ■ 임신 중 흔히 나타나는 증상에 따른 약물복용

**■ Uống thuốc theo từng triệu chứng thường xuất hiện khi mang thai**

### 1. 감기

**1. Cảm**

Q: 감기에 걸렸어요. 임신 중에 감기약을 복용해도 되나요?

A: 감기는 대부분 바이러스에 의한 질환이기 때문에 특별한 치료보다는 충분한 수분섭취와 휴식을 취하는 것이 바람직합니다. 그러나 심한 고열이나 두통이 동반된다면 아세트아미노펜 같은 해열진통제를 복용하시는 것이 임신 중 고열로 인한 태아의 기형과 신경계 손상을 예방할 수 있습니다.

**Hỏi: Tôi bị cảm. Tôi có thể uống thuốc cảm trong khi mang thai được không?**

Đáp: Phần lớn trường hợp cảm là do vi-rút nên uống nước và nghỉ ngơi đầy đủ là cách tốt hơn việc chữa trị đặc biệt. Thế nhưng nếu bị sốt cao và đau đầu trong lúc bị cảm thì dùng thuốc hạ sốt giảm đau như acetaminophen có thể giúp phòng ngừa được dị tật hoặc tổn thương hệ thần kinh của thai nhi do nhiệt độ cao trong thời kỳ mang thai.

#### - 증상

감기는 임신 중에 면역력이 떨어지면서 바이러스 및 세균에 의해서 걸리게 되며 나타나는 증상으로는 코의 충혈과 콧물, 기침, 후두염, 발열과 두통, 오한 등이 있습니다.

**- Triệu chứng**

Bệnh cảm cúm do những vi-rút và vi khuẩn gây ra do khả năng miễn dịch bị giảm xuống trong thời

kỳ mang thai, có những triệu chứng như sung huyết mũi, chảy nước mũi, ho, viêm thanh quản, sốt và đau đầu, ớn lạnh…

- 일반요법

충분한 휴식이 필요하며, 탈수를 예방할 수 있도록 충분한 음료를 섭취하고 실내공기를 가습하여야 합니다.

**- Cách chữa trị thông thường**

Cần nghỉ ngơi đầy đủ, uống thức uống đầy đủ để phòng ngừa tình trạng mất nước và phải tăng độ ẩm cho không khí trong phòng.

## 2. 입덧

**2. Nghén**

Q: 입덧이 매우 심합니다. 입덧을 가라앉게 할 수 있는 처방약이 있나요?

A: 피리독신과 메토클로프라마이드는 비교적 안전하게 사용 가능합니다.

**Hỏi: Tôi bị nghén rất nặng. Có thuốc nào có thể làm giảm bớt nghén không?**

Đáp: Pyridoxine (Vitamin B6) và thuốc chống buồn nôn metoclopramide tương đối an toàn để sử dụng.

- 증상

임신 중 입덧의 증상인 오심과 구토는 정도의 차이가 있지만 임신한 여성의 80%가 경험할 정도로 매우 흔한 증상입니다. 그러나 탈수가 심하고 전해질 불균형이 심해서 입원까지 필요한 경우는 약 1-3%정도 입니다. 대개는 시간이 지나면 입덧은 호전되지만, 이들 중 약 20%는 더 오랫동안 입덧이 지속되며, 일부는 임신말기까지도 지속됩니다.

**- Triệu chứng**

Triệu chứng của nghén là nôn nao, ói mửa tuy có mức độ khác nhau nhưng là hiện tượng vô cùng phổ biến do có tới 80% phụ nữ đã từng trải qua. Thế nhưng chỉ có khoảng 1 ~ 3% là cần nhập viện do mất nhiều nước và mất cân bằng chất điện phân. Phần lớn trường hợp nghén sẽ đỡ hơn khi thời gian trôi qua nhưng có khoảng 20% trong số đó tiếp tục bị nghén lâu hơn và một phần bị nghén đến tận giai đoạn cuối của thai kỳ.

- 일반요법

정서적인 안정이 중요하며, 입덧을 자극하는 음식물 섭취를 삼가고 양을 적게 해서 자주 먹어야 합니다. 마른 토스트나 크래커를 먹는 것도 도움이 됩니다. 또한 많은 물을 섭취하는 경우 구토를 동반하는 경우가 많으나 물은 조금씩 드셔야 합니다. 보조적인 요법으로 침을 맞거나, 생강차 복용을 하면 입덧을 완화 시킬 수 있는 것으로 알려져 있습니다.

**- Cách chữa trị thông thường**

Ổn định về mặt tinh thần rất quan trọng, nên tránh các loại thức ăn kích thích chứng nghén, phải ăn nhiều lần với lượng thức ăn nhỏ. Ăn bánh mì sandwich khô hoặc bánh quy cũng giúp ích cho phụ nữ mang thai. Ngoài ra, tuy có nhiều trường hợp bị nôn ói khi uống nhiều nước nhưng cũng cần phải uống nước từng chút một. Có một số liệu pháp hỗ trợ được biết đến là cách giảm bớt nghén tốt như châm cứu hoặc uống trà gừng.

## 3. 변비

**3. Táo bón**

Q: 임신 초기 변비가 너무 심한데요. 변비약을 복용해도 되나요?

A : 네, 대부분의 변비약은 장내흡수가 되지 않고 장내에서만 작용 후 변비를 해결하기 때문에 전신 흡수가 적어 안전한 편입니다.

**Hỏi: Tôi bị táo bón nặng trong giai đoạn đầu của thai kỳ. Tôi có được uống thuốc táo bón không?**

Đáp: Được, do phần lớn thuốc táo bón không được hấp thụ bên trong ruột mà chỉ gây tác động bên trong ruột và sau đó giải quyết chứng táo bón nên lượng hấp thụ trên toàn cơ thể ít nên khá an toàn.

- 증상

일반적으로는 배변 횟수가 주 2-3회 미만이면 변비라고 합니다. 변비의 원인은 저섬유질 식사, 스트레스, 장폐색과 같은 위장관 이상 등이 있습니다. 그러나 임신에 의한 변비는 프로게스테론에 의한 위장의 평활근 활동 감소와 자궁이 커져 장을 눌러서 발생하는 생리적인 것으로 알려져 있습니다.

**- Triệu chứng**

Thông thường số lần đi đại tiện trong một tuần ít hơn 2 – 3 lần thì được gọi là táo bón. Nguyên nhân

gây ra táo bón là ăn ít chất xơ, stress, vấn đề về đường tiêu hóa như tắc ruột v.v… Thế nhưng táo bón do mang thai được cho là hiện tượng sinh lý xảy ra do hoạt động của cơ trơn trong dạ dày và ruột bị giảm đi và tử cung to lên đè ruột.

– 일반요법

과일이나 야채를 포함하여 부피를 늘리는 방법으로 식이습관을 변화시키면 변비를 해결하는데 도움이 됩니다.

**- Cách chữa trị thông thường**

Thay đổi thói quen ăn uống bằng cách gia tăng lượng trái cây hoặc rau củ sẽ giúp ích cho việc giải quyết táo bón.

## 4. 두통

**4. Đau đầu**

Q: 임신 중 두통이 심한데요, 통증을 완화시킬 수 있는 약이 있나요?

A: 일시적으로 아세트아미노펜과 같은 소염진통제를 복용하시면 증상이 완화될 수 있습니다.

**Hỏi: Tôi bị đau đầu nặng trong lúc mang thai, có thuốc nào giảm bớt cơn đau không?**

Đáp: Uống các loại thuốc giảm đau chống viêm như acetaminophen có thể giúp giảm bớt triệu chứng nhất thời.

– 증상

두통은 임신 초기에 더 흔하게 나타납니다. 그 원인으로는 호르몬의 변화, 수면부족, 혈액순환의 변화, 저혈당증, 탈수, 새로운 아기에 대한 불안감, 카페인 중단 등이 있습니다. 유형으로는 긴장성 투통과 편두통이 있습니다.

**- Triệu chứng**

Đau đầu thường xảy ra ở thời kỳ đầu của thai kỳ hơn. Nguyên nhân của nó là thay đổi hooc-môn, thiếu ngủ, thay đổi về tuần hoàn máu, chứng đường huyết thấp, mất nước, sự bất an về em bé mới, ngưng cung cấp cafein v.v… Có hai hình thức là đau đầu do căng thẳng và đau nửa đầu.

– 일반요법

충분한 휴식을 하고 규칙적인 운동, 충분한 잠을 자면 두통은 완화되고 빈도도 줄어듭니다. 어깨 마사지나 얼굴에 따뜻한 수건으로 덮고 있는 것도 도움이 됩니다.

**- Cách chữa trị thông thường**

Nghỉ ngơi đầy đủ, tập thể dục đều đặn, ngủ đủ sẽ làm giảm bớt đau đầu và số lần đau cũng giảm xuống. Mát-xa vai hoặc đắp khăn ấm lên mặt cũng giúp ích cho bạn.

## 5. 복통

**5. Đau bụng**

Q: 임신중 소화성 궤양으로 가끔 상복부 통증이 심합니다. 이때 치료약이 있나요?

A: 네, 슈크랄페이트과 같은 위점막보호제, 제산효과를 내는 라니티딘은 임신 중 사용이 가능합니다.

**Hỏi: Trong lúc mang thai thỉnh thoảng tôi bị đau bụng trên nặng do bị loét dạ dày. Có thuốc nào chữa trị trong lúc này không?**

Đáp: Những thuốc bảo vệ niêm mạc dạ dày như sucralfate và thuốc có hiệu quả giảm a-xit như ranitidine có thể sử dụng trong thai kỳ.

### - 증상

복통(소화성 궤양)은 위액 중에 포함된 염산과 소화효소에 의해 위나 십이지장 조직에 상처가 생기면서 발생합니다. 증상은 소화불량, 상복부 통증, 오심과 구토, 가슴앓이,위장관 출혈 그리고 위장천공이 일어날 수 있습니다.

**- Triệu chứng**

Đau bụng (loét dạ dày) là những vết loét trong dạ dày hoặc tá tràng xuất hiện do a-xit hydrochloric và enzyme tiêu hóa có trong dịch vị và tá tràng gây ra. Triệu chứng gồm có không tiêu, đau ở bụng trên, buồn nôn và ói mửa, đau ngực, chảy máu ruột và thủng ruột.

## 6. 가려움증

**6. Ngứa**

Q: 임신 중인데 전신 가려움증으로 잠을 설치기 일쑤입니다. 증상을 완화

시킬만한 치료약이 있나요?

A: 네, 우선적으로 피부가 건조해지지 않도록 해야 합니다.

그리고 국소적으로 보습크림이나 항소양증 로션 사용이 도움이 됩니다.

**Hỏi: Tôi đang mang thai và thường xuyên ngủ không ngon do bị ngứa toàn thân. Có loại thuốc nào có thể làm giảm bớt triệu chứng trên không?**

Đáp: Trước hết phải giữ cho da không bị khô. Và sử dụng kem giữ ẩm hoặc lotion trị ngứa cũng giúp ích cho bạn.

- 증상

가려움증은 임신 중에 가장 흔한 피부증상입니다. 임신에 기인한 경미한 가려움증은 자주 있으며, 주로 복부 주위에서 일어나서 허벅지, 엉덩이, 유방, 그리고 팔로 확장됩니다. 하지만, 소양증으로 정밀 검사가 필요한 경우는 약 1-2% 입니다.

**- Triệu chứng**

Chứng ngứa là triệu chứng về da thường gặp phải nhất khi mang thai. Chứng ngứa nhẹ thường xảy ra trong lúc mang thai, chủ yếu ở vùng xung quanh bụng và mở rộng ra đùi, mông, ngực và cánh tay. Thế nhưng chỉ có 1 – 2% trường hợp ngứa là cần kiểm tra kỹ.

- 일반용법

피부가 건조하지 않도록 실내 환경을 가습합니다. 그리고 정전기를 피하고 피부를 자극 하는 천을 가진 이불을 피해야 합니다. 또한 음식물로는 카페인, 알코올, 매운 것 그리고 뜨거운 물을 피해야 합니다.

**- Cách chữa trị thông thường**

Làm tăng độ ẩm trong phòng để da không bị khô. Tránh môi trường tĩnh điện và phải tránh dùng chăn vải có chất kích thích da. Ngoài ra cũng cần tránh hấp thụ chất cafein, chất cồn, thức ăn cay và nóng.

## 7. 요통과 골반통

**7. Đau lưng và hông (vùng xương chậu)**

Q: 임신 중기 이후 요통과 골반통이 있어서 걷기도 힘든데 통증을 완화할 수 있는 약이 있나요?

A: 네, 아세트아미노펜과 같은 소염진통제를 일시적으로 사용하는 것은 가능합니다. 만약, 더욱 심해진다면 정형외과에서 보조기 착용이 필요할 수 있습니다.

**Hỏi: Tôi bị đau lưng và vùng hông khi ở kỳ giữa của thai kỳ nên đi lại khó khăn. Có thuốc nào làm giảm bớt cơn đau không?**

Đáp: Có thể sử dụng thuốc kháng viêm và giảm đau như acetaminophen tạm thời. Nếu tình trạng càng tồi tệ hơn thì bạn có thể cần đến bệnh viện chuyên khoa chỉnh hình để sử dụng dụng cụ hỗ trợ.

- 증상

임신부의 80%는 요통 및 골반통을 경험하며 일부 임신부는 임신의 시작과 함께 이러한 통증을 경험합니다. 일반적으로 임신 중에 나타나는 요통 및 골반통은 호르몬의 증가로 골반 인대가 약해지고 출산을 위해 관절이 풀어지며, 자궁과 아기가 커지면서 무게중심이 앞으로 쏠리면서 생깁니다.

**- Triệu chứng**

80% phụ nữ mang thai đều trải qua các cơn đau lưng và hông và một số phụ nữ mang thai bị đau các vùng trên khi mới bắt đầu mang thai. Thông thường đau lưng và đau hông trong lúc mang thai là do gân cốt vùng xương chậu bị yếu do hooc-môn tăng và các khớp được thả lỏng để chuẩn bị cho việc sinh nở, tử cung và em bé lớn lên khiến trọng tâm trọng lượng cơ thể dồn về phía trước gây ra.

- 일반요법

충분한 휴식을 취하고, 높은 굽 신발을 피하여 바른 자세를 유지하여야 합니다. 등을 대고 바로 자지 않도록 하고 가급적 왼쪽 옆으로 눕도록 합니다. 발을 올린다거나 복대를 하는 것도 좋은 방법입니다.

**- Cách chữa trị thông thường**

Cần nghỉ ngơi đầy đủ, tránh mang giày cao gót và phải giữ tư thế thẳng. Không nên nằm ngửa khi ngủ và nếu được nên nằm nghiêng về bên trái. Nâng bàn chân lên cao hoặc dùng đai bụng để giữ lưng thẳng cũng là một phương pháp tốt.

## 8. 빈뇨증

**8. Đi tiểu thường xuyên**

Q: 임신 초기부터 소변이 자주 마려운 빈뇨증으로 잠에서 자주 깹니다. 빈뇨증을 완화시킬 방법은 없나요?

A: 네, 빈뇨증은 대부분 임신의 정상적인 과정입니다.

그러나 만약 방광염이 동반될 때는 암피실린과 세파드록실과 같은 항생제를 사용하여 치료가 가능합니다.

**Hỏi: Từ lúc mới mang thai tôi đã bị chứng tiểu nhiều, hay mắc tiểu khiến phải thức dậy nhiều lần khi ngủ. Có cách nào chữa trị triệu chứng này không?**

Đáp: Phần lớn chứng tiểu nhiều là một quá trình bình thường của việc mang thai. Thế nhưng khi bàng quan bị viêm cùng lúc với chứng tiểu nhiều thì có thể sử dụng thuốc kháng sinh như ampicillin và cefadroxil để chữa trị.

- 증상

임신 중에는 신장이 커지고 요관도 확장됩니다. 그리고 임신 시에 증가되는 프로게스테론은 방광의 이완과 요관의 확장을 초래합니다. 또한, 임신이 진행됨에 따라 자궁의 방광에 대한 압박이 증가하여 빈뇨증을 유발합니다. 한편, 당뇨병이나 방광염이 이러한 증상의 원인이 되기도 합니다.

**- Triệu chứng**

Khi mang thai, thận to lên và ống niệu cũng được nới rộng ra. Hàm lượng progesterone tăng cao trong thời kỳ mang thai dẫn đến bàng quan giãn nở và ống niệu to lên. Ngoài ra, tử cung to lên trong quá trình mang thai dè lên bàng quan gây ra chứng tiểu nhiều. Mặt khác, bệnh tiểu đường hoặc viêm bàng quan cũng là nguyên nhân của các triệu chứng trên.

- 일반요법

요로계의 감염을 예방하기 위해 청결상태를 유지하고 박테리아에 의한 감염이 되지 않도록 손을 잘 씻어야 합니다. 배뇨나 배변 시 휴지를 앞에서 뒤로 사용하고, 액체 비누를 사용하여 회음부 및 요도구를 깨끗하게 유지하도록 합니다.

**- Cách chữa trị thông thường**

Cần giữ vệ sinh sạch sẽ để phòng ngừa viêm nhiễm đường tiểu và cần rửa tay sạch sẽ để không bị nhiễm trùng vi-rút. Khi đại tiểu tiện, dùng giấy lau từ phía trước ra đằng sau, sử dụng xà phòng dạng lỏng để giữ cho vùng đáy chậu (giữa bộ phận sinh dục và hậu môn) và âm đạo sạch sẽ.