**ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ GIẢM ĐAU CỦA ÂM NHẠC Ở NHỮNG PHỤ NỮ MANG THAI CHUYỂN DẠ SANH TRONG GIAI ĐOẠN HOẠT ĐỘNG NĂM 2020**

*Bs. Lê Trần Thanh Thảo\*, BS. CKII. Nguyễn Hà Ngọc Uyên,*

*BS. Trần Mỹ Hoa, BS. Phạm Thanh Trà*

*Bệnh viện Phụ sản thành phố Cần Thơ*

*Email: lttthao@ycantho.com*

**TÓM TẮT**

***Đặt vấn đề:*** *Chuyển dạ là một quá trình bình thường và tự nhiên nhưng thường được coi là một trong những sự kiện gây đau nhất mà con người từng trải qua. Liệu pháp âm nhạc trong chuyển dạ là một trong những phương pháp được áp dụng để làm giảm cảm giác đau, lo lắng, căng thẳng cho chị em trong độ tuổi sinh đẻ và đây là một phương pháp rẻ tiền, dễ áp dụng.*

***Mục tiêu:*** *Đánh giá sự hiệu quả của liệu pháp này chúng tôi đã tiến hành nghiên cứu so sánh mức độ đau, lo lắng ở 2 nhóm sản phụ có nghe nhạc và không nghe nhạc và đánh giá kết cục thai kì ở 2 nhóm sản phụ chuyển dạ sanh tại khoa sanh Bệnh viện Phụ sản Thành Phố Cần Thơ.*

***Phương pháp:*** *Chúng tôi đã tiến hành nghiên cứu đoàn hệ tiến cứu các sản phụ mang thai lần đầu, tuổi thai 37 đến 42 tuần chuyển dạ sanh nhập viện tại Khoa Sanh, Bệnh viện Phụ Sản Thành phố Cần Thơ từ 01/6/2020 đến 01/10/2020. Các sản phụ được dõi sanh ngả âm đạo theo thường quy đến khi cổ tử cung 4 cm thì tiến hành phân nhóm và đánh giá theo bảng thu thập số liệu, gồm có nhóm cho nghe nhạc trong chuyển dạ 25 sản phụ, nhóm chứng 25 sản phụ, nhằm đánh giá hiệu quả của âm nhạc trong chuyển dạ giai đoạn hoạt động. Loại nhạc được sử dụng trong nghiên cứu được lựa chọn tùy theo sở thích của từng sản phụ và thang điểm mức độ đau, mức độ lo lắng là VAS (the visual analogue scale) từ 0 (không đau) đến 10 (đau không thể chịu được).*

***Kết quả:*** *Trong quá trình nghiên cứu, có 50 sản phụ đã tham gia, trong đó có 25 sản phụ đồng ý nghe nhạc thuộc nhóm nghiên cứu, 25 không đồng ý nghe nhạc thuộc nhóm chứng. Tuổi trung bình của nhóm sản phụ con so là 26.8 ± 5.4 tuổi. Tuổi thai trung bình của nhóm nghiên cứu là 39.1± 0.8 tuần. Trung bình thang điểm đau theo VAS khi bắt đầu giai đoạn hoạt động (CTC mở 4 cm) là 6.8 điểm và có sự tương đồng ở 2 nhóm. Trung bình thang điểm lo lắng theo VAS khi bắt đầu chuyển dạ hoạt động là 6.7 ± 2.1 điểm và có sự tương đồng ở 2 nhóm. Trung bình thang điểm đau theo VAS khi cổ tử cung mở trọn là ở nhóm nghe nhạc là 8.3 ± 1.54 điểm và thấp hơn ở nhóm không nghe nhạc là 8.6 ± 1.77 điểm. Tuy nhiên sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê với p=0.6. Trung bình thang điểm lo lắng theo VAS khi cổ tử cung mở trọn là ở nhóm nghe nhạc là 6.2 ± 2.4 điểm và thấp hơn ở nhóm không nghe nhạc là 8.5 ± 1.8 điểm. Và sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với p=0.018.*

***Kết luận:*** *Âm nhạc thật sự giúp làm giảm sự lo lắng của sản phụ một cách có ý nghĩa trong giai đoạn chuyển dạ hoạt động. Liệu pháp này đơn giản, dễ dàng và vô hại khi sử dụng, chúng tôi đề nghị có thể dùng nó cho tất cả sản phụ trong quá trình chuyển dạ. Từ đó có thể giúp sản phụ yên tâm hơn trong quá trình theo dõi, có thể giúp giảm sự nhàm chán và lo lắng trong quá trình nằm chờ sanh.*

***Từ khóa:*** *giảm đau của âm nhạc, phụ nữ mang thai chuyển dạ sanh*