

# 12 cách phá thai an toàn nhất và nhanh nhất đơn giản, hiệu quả, an toàn

Hiện nay, nhiều chị em mang thai ngoài ý muốn, có sức khỏe không đảm bảo muốn thực hiện phá thai an toàn. Có nhiều **cách phá thai an toàn nhất** và nhanh nhất khác nhau, trong đó không thể không kể đến các cách phá thai tự nhiên tại nhà kém hiệu quả. Bạn đọc đang tìm hiểu về các cách phá thai thì hãy theo dõi ngay bài viết chia sẻ dưới đây về 15 cách phá thai tự nhiên tại nhà đơn giản, hiệu quả an toàn để đảm bảo an toàn sức khỏe bản thân cũng như khả năng sinh sản sau này nhé.

## 1. Cách phá thai an toàn bằng thuốc

Cách phá thai bằng thuốc là phương pháp phá thai nhanh nhất được áp dụng phổ biến hiện nay. Phá thai bằng thuốc là phương pháp phá thai an toàn nội khoa, áp dụng với thai nhi dưới 6 tuần tuổi, không can thiệp ngoại khoa, hạn chế tối đa đau đớn, rủi ro, đảm bảo an toàn sức khỏe, chức năng sinh sản của người bệnh.

Tuy nhiên, phá thai ít nhiều ảnh hưởng đến sức khỏe người bệnh, do đó, các thai phụ có ý định phá thai cần lựa chọn những địa chỉ y tế, uy tín để được thăm khám, lựa chọn phương pháp phù hợp, quy trình phá thai được thực hiện dưới sự hướng dẫn của bác sĩ, nhằm đảm bảo an toàn cho người bệnh.

Cách phá thai bằng thuốc được thực hiện bởi 2 viên thuốc, viên thuốc thứ nhất có khả năng ức chế sự phát triển của phôi thai. Viên thuốc thứ hai uống cách viên thuốc đầu tiên 48h, viên thuốc này có khả năng kích thích sự co thắt tử cung, nhằm đẩy máu thai ra ngoài. Phương pháp phá thai bằng thuốc có khả năng thành công lên đến 98%, giúp phá thai an toàn, nhanh chóng, khả năng hồi phục hiệu quả.



## Các điều kiện để sử dụng thuốc phá thai

Bác sĩ thăm khám để kiểm tra thai phụ có đủ điều kiện thực hiện phá thai bằng thuốc hay không, cụ thể những điều kiện sử dụng thuốc phá thai đó là:

- Cách phá thai bằng thuốc áp dụng với thai nhi nhỏ, đang ở những tuần đầu của thai kỳ, đối với những thai lớn hơn, cần áp dụng các phương pháp khác cũng như nguy hiểm hơn cho sức khỏe thai phụ.
- Phá thai bằng thuốc chỉ được áp dụng khi phôi thai đã di chuyển vào tử cung.
- Cách phá thai bằng thuốc được thực hiện khi thai phụ có sức khỏe ổn định, khỏe mạnh, không mắc các bệnh lý về tim mạch, gan thận, bệnh lý phụ khoa, viêm nhiễm sinh dục,...
- Thai phụ không dị ứng với bất cứ thành phần nào của thuốc phá thai, đảm bảo an toàn cho người bệnh khi sử dụng trong quá trình đình chỉ thai nghén.
- Các điều kiện sử dụng thuốc phá thai này giúp đảm bảo hiệu quả phá thai an toàn cũng như an toàn sức khỏe, các chức năng sinh lý, khả năng sinh sản sau này ở nữ giới.



Click vào ảnh để chuyển đến tư vấn nhanh với bác sĩ chuyên khoa hoặc [đăng ký gói khám thai 260k](#) cho cho những hạng mục trên. Tư vấn: [0366.655.499](tel:0366.655.499) + [0366.880.866](tel:0366.880.866) gọi và Kb Zalo (miễn phí)

## Các yêu cầu và quy định sử dụng thuốc phá thai:

Quy trình phá thai bằng thuốc được thực hiện nghiêm ngặt, chuyên nghiệp, có sự chỉ dẫn, giám sát an toàn của bác sĩ, đảm bảo quá trình đình chỉ thai diễn ra an toàn hiệu quả.

- Phương pháp phá thai bằng thuốc áp dụng với thai nhi dưới 6 tuần tuổi.
- Thai phụ có sự chuẩn bị về tâm lý, luôn ổn định và sẵn sàng, chủ động thực hiện theo những hướng dẫn của bác sĩ, nhằm hỗ trợ quá trình đình chỉ thai diễn ra thuận lợi, hiệu an toàn.
- Thai phụ thực hiện theo đúng hướng dẫn chỉ định của bác sĩ về việc sử dụng thuốc phá thai, uống đúng, uống đủ số thuốc, theo thứ tự, kịp thời phân biệt những triệu chứng bệnh bình thường và bất thường sau khi phá thai bằng thuốc để được xử lý, đảm bảo an toàn.

- Thai phụ chú ý theo dõi sức khỏe sau khi phá thai cũng như tái khám theo đúng lịch hẹn với bác sĩ để được kiểm tra khả năng hồi phục sức khỏe, kịp thời xử lý các sự cố bất thường, nhằm đảm bảo sức khỏe, khả năng sinh sản của người bệnh sau này.

## Quy trình phá thai bằng thuốc

Quy trình phá thai bằng thuốc diễn ra như thế nào là vấn đề được nhiều chị em quan tâm, tìm hiểu và mong muốn được giải đáp. Bạn đọc theo dõi quy trình phá thai bằng thuốc dưới đây để an tâm và thuận lợi hơn khi có ý định phá thai bằng thuốc:

- **Khám tổng quát:** Bác sĩ tiến hành thăm khám sức khỏe tổng quát để chẩn đoán tuần tuổi thai nhi, sức khỏe thai phụ nhằm đảm bảo thai phụ đáp ứng đầy đủ điều kiện để thực hiện đình chỉ thai nghén.
- **Tư vấn phương pháp phá thai:** Đối với sức khỏe thai phụ ổn định, khỏe mạnh, thai nhi dưới 6 tuần tuổi, bác sĩ sẽ tư vấn người bệnh phương pháp phá thai bằng thuốc an toàn, hiệu quả, hạn chế tối đa đau đớn, tổn thương, biến chứng để lại cho sức khỏe nữ giới.
- **Thực hiện phá thai bằng thuốc:** Thai phụ uống viên thuốc đầu tiên theo sự hướng dẫn của bác sĩ nhằm ức chế sự phát triển của bào thai. Sau 48h, thực hiện uống viên thuốc phá thai thứ 2 để đẩy bào thai ra ngoài. Quá trình này cần được thực hiện tại cơ sở y tế uy tín cũng như có sự chỉ định, hướng dẫn của bác sĩ có chuyên môn.
- **Tái khám, theo dõi tình trạng sức khỏe:** Chị em sau khi phá thai, cần chú ý các dấu hiệu bất thường của cơ thể, sức khỏe để kịp thời xử lý sự cố, đảm bảo an toàn sức khỏe. Bệnh nhân tái khám bệnh đầy đủ để được kiểm tra mức độ hồi phục và khả năng thành công của phương pháp phá thai bằng thuốc.

**Chậm kinh, que thử 2 vạch**

**Gói khám thai sớm 260k**



**Siêu Âm**  
**Xét nghiệm HCG**

[Click vào ảnh](#) để chuyển đến tư vấn nhanh với bác sĩ chuyên khoa

## Ưu điểm của việc sử dụng thuốc phá thai

Phá thai bằng thuốc là phương pháp phá thai nội khoa, thực hiện đơn giản hơn các phương pháp

khác, không can thiệp dao kéo, hạn chế tối đa rủi ro, nguy hiểm, hạn chế tổn thương tử cung, ảnh hưởng đến sức khỏe, khả năng sinh sản của người bệnh sau này.

- Phù hợp phá thai ở giai đoạn đầu thai kỳ, đảm bảo an toàn, ngăn ngừa các biến chứng nguy hiểm.
- Đảm bảo sự riêng tư, quá trình phá thai bằng thuốc diễn ra nhanh chóng, an toàn, khả năng phục hồi hiệu quả, mang đến sự an tâm, tin tưởng cho thai phụ khi lựa chọn áp dụng.
- Phương pháp phá thai bằng thuốc không sử dụng gây tê, gây mê, hạn chế tối đa các tác dụng phụ không mong muốn có thể để lại.

## Nhược điểm của thuốc phá thai

Thuốc phá thai có thể để lại một số ảnh hưởng đến sức khỏe như gây choáng váng chóng mặt, buồn nôn, nhiễm trùng, đau bụng dữ dội,... Thai phụ cần chú ý các biểu hiện này để kịp thời điều trị, xử lý.

Thai phụ dùng thuốc kém chất lượng, không đúng cách, có thể dẫn đến việc không đảm bảo hiệu quả phá thai của thuốc, từ đó gây ra sót thai, nhiễm trùng, ảnh hưởng đến sức khỏe, tâm lý, khả năng sinh sản sau này của thai phụ.

Nếu phá thai bằng thuốc không thành công, thuốc phá thai sẽ để lại những tác dụng phụ ảnh hưởng đến sức khỏe thai phụ và thai nhi. Thuốc phá thai gây dị dạng cho thai nhi, là nguyên nhân gây ra các vấn đề của thai nhi sau này, thậm chí đe dọa đến khả năng sinh sản ở nữ giới.

**Chậm kinh, que thử 2 vạch**  
**Gói khám thai sớm 260k**

**Siêu Âm**

**Xét nghiệm HCG**

[Click vào ảnh](#) để chuyển đến tư vấn nhanh với bác sĩ chuyên khoa

## 2. Cách phá thai an toàn bằng hút thai không đau

Phương pháp phá thai bằng hút thai không đau là cách phá thai an toàn nhất và hoàn toàn là phương pháp hiện đại, được ưu tiên áp dụng hiện nay. Phương pháp áp dụng kỹ thuật tiên tiến, hiện đại, giúp phá thai an toàn, hiệu quả, nhanh chóng, hạn chế tối đa đau đớn, tổn thương cho người



bệnh. Phương pháp là kỹ thuật xâm lấn tối thiểu, ngăn ngừa biến chứng nguy hiểm, không để bệnh nhân gặp phải các tình trạng như viêm nhiễm phụ khoa, tổn thương tử cung, sót thai, băng huyết,...

Bệnh nhân cần lựa chọn thực hiện thủ thuật phá thai tại cơ sở y tế uy tín, chất lượng, có đội ngũ bác sĩ giỏi nhằm đảm bảo an toàn, mang đến sự thoải mái, an tâm, tin tưởng cho người bệnh.

## Các điều kiện cần thiết để thực hiện phá thai bằng phương pháp hút thai

- **Số tuần tuổi thai nhi:** Phương pháp hút thai được áp dụng với thai 6 tuần tuổi, với một số trường hợp khác, bác sĩ sẽ dựa trên tình trạng sức khỏe và các yếu tố cụ thể để đưa ra quyết định phù hợp, an toàn với người bệnh.
- **Sức khỏe của bệnh nhân:** Sức khỏe thai phụ là một trong những yếu tố quan trọng và quyết định có thực hiện được thủ thuật hút thai hay không. Thủ thuật hút thai can thiệp ngoại khoa, cần đảm bảo sức khỏe thai phụ khỏe mạnh, ổn định, không mắc các bệnh lý về gan thận, tim mạch, bệnh phụ khoa,... hạn chế tối đa biến chứng nguy hiểm có thể gây ra cho người bệnh sau khi thực hiện phá thai.
- **Chẩn đoán vị trí phôi thai:** Để thực hiện thủ thuật phá thai bằng hút thai thì cần chẩn đoán vị trí của phôi thai, chắc chắn phôi thai nằm ngoài tử cung mới có thể tiến hành thủ thuật.
- **Địa chỉ phá thai:** Phương pháp hút thai là phương pháp can thiệp ngoại khoa nhằm đình chỉ thai nghén, thai phụ cần lựa chọn địa chỉ phá thai uy tín, chất lượng, phù hợp, quy trình làm việc chuyên nghiệp, hiệu quả, đảm bảo an toàn cũng như hạn chế tổn thương, biến chứng để lại cho người bệnh.
- **Kiểm tra sức khỏe tổng quát:** Bệnh nhân được bác sĩ thăm khám sức khỏe tổng quát để nắm rõ tình trạng cũng như đảm bảo bệnh nhân có thể đủ điều kiện áp dụng phương pháp hút thai, sau đó bác sĩ sẽ tư vấn để bệnh nhân đưa ra quyết định, lựa chọn phù hợp.
- **Sự đồng ý của người bệnh:** Dựa trên kết quả khám bệnh tổng quát, bác sĩ chẩn đoán người bệnh có thể thực hiện thủ thuật phá thai bằng phương pháp hút thai hay không, từ đó tư vấn và nhận sự đồng ý của người bệnh. Bệnh nhân nắm rõ quá trình thực hiện, rủi ro, biến chứng, cũng như bệnh nhân chủ động phối hợp với bác sĩ để quá trình thực hiện thủ thuật đạt hiệu quả cao, diễn ra thuận lợi, suôn sẻ.

**Chậm kinh, que thử 2 vạch**  
**Gói khám thai sớm 260k**



**Siêu Âm**



**Xét nghiệm HCG**



[Click vào ảnh](#) để chuyển đến tư vấn nhanh với bác sĩ chuyên khoa

## Quy trình thực hiện phương pháp hút thai

Quy trình phá thai bằng phương pháp hút thai được thực hiện như sau:

- **Kiểm tra tư vấn:** Bác sĩ tiến hành khám sức khỏe tổng quát để nắm bắt tình trạng sức khỏe người bệnh, tuần tuổi thai nhi, bệnh nhân có đủ điều kiện phá thai hay không,... từ đó tư vấn kỹ lưỡng cho bệnh nhân về quy trình hút thai, những rủi ro, thuận lợi của phương pháp,...
- **Chuẩn bị trước hút thai:** Bệnh nhân chuẩn bị sẵn sàng tâm lý trước khi hút thai, đồng thời bác sĩ tiến hành gây tê, gây mê để hạn chế đau đớn cho người bệnh.
- **Quá trình hút thai:** Bác sĩ tiến hành dùng ống hút thai chuyên dụng, đưa vào tử cung, thực hiện hút bỏ phôi thai ra ngoài. Quá trình hút thai diễn ra nhanh chóng, thiết bị y tế hiện đại, hạn chế ảnh hưởng tổn thương tử cung, khả năng viêm nhiễm, nhiễm trùng, đảm bảo an toàn sức khỏe, khả năng sinh sản ở người bệnh.
- **Theo dõi sau khi kết thúc phá thai:** Sau khi phá thai chị em cần chú ý quan sát các biểu hiện sau phá thai như nhịp tim, huyết áp, chảy máu, nhiễm trùng,... để kịp thời điều trị các biến chứng bệnh khôn lường. Đồng thời bệnh nhân chú ý tái khám bệnh để được chăm sóc sức khỏe, kiểm tra mức độ hồi phục sau khi phá thai.
- **Nghỉ ngơi hồi phục:** Thai phụ sau khi phá thai cần chú ý nghỉ ngơi, ngủ đủ giấc, hạn chế thức khuya, tăng cường chế độ dinh dưỡng,... để cơ thể mau chóng hồi phục, ngăn ngừa các biến chứng nguy hiểm.

Sau khi phá thai chị em hạn chế quan hệ tình dục đến khi cơ thể sức khỏe hồi phục hoàn toàn nhằm hạn chế tổn thương gây viêm nhiễm tử cung, vùng sinh dục, ảnh hưởng đến quá trình hồi phục.

- Chị em giữ tâm lý thoải mái, thư giãn sau khi phá thai, hạn chế căng thẳng, lo âu,...
- Chú ý vệ sinh vùng kín sạch sẽ, nhẹ nhàng đúng cách, thực hiện theo đúng các hướng dẫn chỉ định chăm sóc sức khỏe tại nhà của bác sĩ để cơ thể hồi phục nhanh chóng.

## Ưu điểm của phương pháp phá thai bằng hút thai không đau

- Phương pháp được đánh giá cao về hiệu quả, an toàn, hạn chế tối đa các biến chứng rủi ro cho người bệnh.
- Phương pháp áp dụng phù hợp với thai 6 tuần tuổi, mức độ an toàn cao hơn các phương pháp thông thường, do đó mang đến sự an tâm tin tưởng cho người bệnh khi áp dụng.
- Phương pháp không cần phẫu thuật, kỹ thuật xâm lấn tối thiểu hạn chế đau đớn, tổn thương, đảm bảo cấu trúc tử cung, an toàn sức khỏe cũng như chức năng sinh sản sau này cho người bệnh.
- Áp dụng kỹ thuật máy móc thiết bị y tế tiên tiến, hạn chế viêm nhiễm, nhiễm trùng, sót thai để lại cho người bệnh.



### **Nhược điểm của phương pháp phá thai hút thai thiếu an toàn**

Thai phụ thực hiện phá thai bằng phương pháp hút thai tại các cơ sở y tế kém uy tín có thể dễ gây nguy hiểm sức khỏe, xảy ra tình trạng nhiễm trùng, sốt thai, băng huyết, chảy máu ồ ạt, dễ làm tổn thương tử cung, ảnh hưởng đến khả năng sinh sản của người bệnh.

Phương pháp hút thai thực hiện tại các địa chỉ y tế không an toàn, làm tăng nguy cơ mắc các bệnh lý phụ khoa, chị em thường gặp các biểu hiện như rối loạn kinh nguyệt, viêm nhiễm sinh dục, rong kinh, xuất huyết âm đạo,...

**Ảnh hưởng đến tâm lý người bệnh:** Phá thai không an toàn không những ảnh hưởng sức khỏe, khả năng sinh sản của người bệnh mà còn làm ảnh hưởng tâm lý người bệnh, chị em lo lắng, căng thẳng, có thể dẫn đến trầm cảm.

### **3. Cách phá thai tại nhà bằng rau ngót**

Rau ngót được biết đến là một loại rau rất tốt cho phụ nữ sau sinh, có chứa nhiều dưỡng chất và vitamin, giúp nhanh chóng hồi phục các tổn thương và làm sạch tử cung. Tuy nhiên, rau ngót hoàn toàn có thể dẫn đến sảy thai khi chị em sử dụng rau ngót ở những tháng đầu của thai kỳ. Rau ngót có chứa chất papaverin, có khả năng làm co thắt tử cung, dẫn đến sảy thai.

Tuy nhiên, theo khuyến cáo, chị em không nên lựa chọn phương pháp này để phá thai tại nhà vì có thể gây nguy hiểm đến sức khỏe, tính mạng, dẫn đến mất máu nhiều, sốt thai, cũng như để lại các hệ lụy không mong muốn, ảnh hưởng đến tử cung và khả năng sinh sản của chị em sau này.

### **4. Cách phá thai tại nhà bằng nước dứa**

Phá thai bằng nước dứa là phương pháp phá thai tự nhiên tại nhà được áp dụng khá phổ biến hiện nay. Nước dứa có nhiều dưỡng chất như kali, canxi,... tốt cho sức khỏe và có khả năng giải khát, tuy nhiên lại có khả năng gây sảy thai khi chị em sử dụng ở những tuần đầu của thai kỳ.

Nước dừa có tính hàn, chị em uống nhiều nước dừa khi mang thai ở những tuần đầu có thể làm mất cân bằng tuần hoàn máu, huyết áp thay đổi, dẫn đến mất máu và sảy thai. Tuy nhiên, phương pháp sử dụng nước dừa để phá thai tự nhiên tại nhà không được khuyến khích vì không đảm bảo an toàn, dễ gây ảnh hưởng xấu đến sức khỏe, mất máu nhiều, gây sót thai, băng huyết, ngất xỉu, thậm chí mất mạng.

## **5. Cách phá thai tại nhà bằng rau má**

Rau má có tính mát, chứa nhiều chất xơ, vitamin, có khả năng thanh nhiệt giải độc tốt. Tuy nhiên, rau má không tốt cho chị em đang mang thai ở những tháng đầu. Chị em có ý định phá thai thường sử dụng rau má để phá thai tại nhà. Rau má có khả năng co thắt tử cung, dẫn đến các cơn đau bụng dữ dội, gây sảy thai. Tuy nhiên, chị em không nên áp dụng rau má để phá thai tại nhà vì rất nguy hiểm, có thể làm tổn thương tử cung, ảnh hưởng đến khả năng sinh sản sau này.

Ngoài ra, phá thai bằng rau má khiến chị em có thể gặp phải các tình trạng như xuất huyết âm đạo, chóng mặt, buồn nôn, ngất xỉu, suy giảm sức khỏe,... Để đảm bảo an toàn, chị em cần tìm đến các cơ sở y tế uy tín để được thăm khám, kiểm tra sức khỏe, tuần tuổi thai và lựa chọn được phương pháp phá thai phù hợp.

## **6. Cách phá thai tại nhà bằng mướp đắng**

Phá thai bằng mướp đắng tiếp tục là phương pháp phá thai tại nhà không thể không nhắc đến trong bài viết này. Mướp đắng có chứa nhiều dưỡng chất như magie, kẽm, vitamin,... tốt cho giấc ngủ, người bị cao huyết áp, người bị bệnh dạ dày.

Tuy nhiên, mướp đắng lại có khả năng làm tăng các cơn co thắt tử cung, dẫn đến chảy máu, làm sảy thai. Chị em không nên áp dụng phương pháp phá thai bằng mướp đắng tại nhà vì có thể dẫn đến sót thai, mất máu quá nhiều, gây ảnh hưởng sức khỏe và khả năng sinh sản sau này.

## **7. Cách phá thai tại nhà bằng đu đủ xanh**

Đu đủ xanh là loại quả phổ biến ở Việt Nam. Đây cũng là một trong những loại có khả năng làm tăng các cơn co thắt tử cung, dẫn đến mất máu và sảy thai tự nhiên. Vì đu đủ xanh có chứa enzym và mù tạt tự nhiên, sau khi sử dụng có thể gây ra các cơn buồn nôn, chóng mặt, nhiễm trùng tử cung, thậm chí sót thai, dẫn đến tử vong,...

Phá thai bằng đu đủ tại nhà không được khuyến khích áp dụng do không đảm bảo an toàn, có thể đe dọa đến sức khỏe, tính mạng, chị em cần tìm đến các cơ sở y tế uy tín để áp dụng các phương pháp phá thai phù hợp. Đu đủ là một loại quả chứa nhiều chất dinh dưỡng, tốt cho người bị bệnh vàng da, có khả năng chống ung thư, tuy nhiên chị em đang mang thai lưu ý không nên sử dụng.

## **8. Cách phá thai tại nhà bằng rau răm**

Rau răm được biết đến là một loại rau có khả năng gây sảy thai tự nhiên cao, đặc biệt đối với những thai phụ mang thai ở những tháng đầu. Rau răm chứa nhiều hoạt chất, có vị cay, chữa cảm cúm, bệnh lý về tiêu hóa, giải độc.

Tuy nhiên, rau răm không tốt cho thai phụ đang mang thai, đặc biệt ở những tuần đầu thai kỳ. Trong rau răm có chứa chất P.Oleracea, gây kích thích tử cung, tăng cường các cơn co thắt, dẫn đến xuất huyết âm đạo và gây sảy thai. Phá thai bằng rau răm tại nhà có thể gây sót thai, nhiễm trùng sinh dục, thai phụ sốt, chóng mặt, tụt huyết áp,... do đó chị em không nên áp dụng để phá thai tại nhà để đảm bảo an toàn sức khỏe cũng như khả năng sinh sản sau này.



## 9. Cách phá thai tại nhà bằng rau chùm ngây

Rau chùm ngây chứa nhiều dưỡng chất tốt cho sức khỏe như các loại vitamin, canxi, kali, magie,... Tuy nhiên, chị em đang mang thai cần đặc biệt lưu ý khi sử dụng vì có thể dẫn đến sảy thai. Rau chùm ngây có chứa hợp chất alpha sitosterol có khả năng làm xuất huyết, tăng cường các cơn co thắt tử cung, dẫn đến sảy thai tự nhiên.

Chị em không nên lựa chọn phá thai tự nhiên tại nhà bằng rau chùm ngây vì vô cùng nguy hiểm, có thể gây ra tình trạng sót thai, nhiễm trùng,... gây ảnh hưởng sức khỏe cũng như chức năng sinh sản của chị em sau này. Ngoài ra, khi sử dụng rau chùm ngây phá thai, chị em sẽ có thể gặp phải một số triệu chứng như chóng mặt, hoa mắt, cơ thể ớn lạnh, mệt mỏi, suy nhược, tụt huyết áp,... chị em tuyệt đối không sử dụng rau chùm ngây để phá thai.

## 10. Cách phá thai tại nhà bằng rau ngải cứu

Rau ngải cứu rất tốt cho sức khỏe, hỗ trợ tăng cường giấc ngủ, hỗ trợ lưu thông máu. Rau ngải cứu là bài thuốc dân gian nổi tiếng, có vị đắng, có khả năng trị đau đầu, cảm cúm, chữa chứng rối loạn kinh nguyệt,... Tuy nhiên chị em hoàn toàn lưu ý khi sử dụng rau ngải cứu trong những tháng đầu của thai kỳ vì có thể dẫn đến sảy thai tự nhiên.

Ngải cứu gây kích thích tử cung, tạo nên các cơn co thắt tử cung, gây xuất huyết âm đạo, dẫn đến sảy thai, sót nhau thai, sinh non,... Tuy nhiên, chị em không nên sử dụng rau ngải cứu để phá thai tại nhà vì không đảm bảo an toàn, có thể đe dọa đến sức khỏe, tính mạng cũng như khả năng sinh sản sau này của thai phụ. Rau ngải cứu tốt cho sức khỏe, tuy nhiên chị em đang mang thai cần lưu ý và thận trọng khi sử dụng.

## 11. Cách phá thai tại nhà bằng rau sam

Rau sam là loại rau có vị chua, không có độc, chứa nhiều vitamin, sắt, canxi,... được sử dụng để điều trị chứng tiểu buốt, tiểu rắt, tiểu nhiều lần, giải độc, chứng chướng bụng,... Tuy nhiên, rau sam đặc biệt nguy hiểm với phụ nữ đang mang thai vì có thể gây sảy thai. Rau sam có khả năng làm tăng các cơn co thắt tử cung, dẫn đến các cơn đau bụng dữ dội, đẩy máu thai ra ngoài. Chị em không nên lựa chọn phương pháp này để phá thai tại nhà vì không đảm bảo an toàn, có khả năng gây mất máu nhiều, để lại các biến chứng nguy hiểm, ảnh hưởng đến sức khỏe và khả năng sinh sản.

Để thực hiện đình chỉ thai nghén, chị em cần tìm đến các cơ sở y tế uy tín, chất lượng để được khám, kiểm tra, lựa chọn được phương pháp phá thai an toàn, phù hợp, giúp chị em đảm bảo sức khỏe, tránh tổn thương tử cung, ảnh hưởng đến khả năng sinh sản sau này.

## Lưu ý sau khi phá thai

Phá thai ít nhiều gây ảnh hưởng đến cơ thể, sức khỏe của người bệnh, tử cung bị tổn thương cũng như cần thời gian hồi phục, hạn chế các biến chứng ảnh hưởng đến khả năng sinh sản sau này. Dưới đây là một số lưu ý chị em sau khi phá thai cần thực hiện để đảm bảo an toàn sức khỏe, cụ thể:

- **Chú ý nghỉ ngơi:** Sau khi phá thai, cơ thể ít nhiều bị tổn thương, chị em cần chú ý nghỉ ngơi điều độ, ngủ đủ giấc để cơ thể mau chóng hồi phục.
- **Hạn chế vận động mạnh:** Chị em tránh làm các công việc nặng nhọc, chú ý tập các bài tập nhẹ nhàng, điều độ để hạn chế gây tổn thương vùng kín và cơ thể.
- **Vệ sinh vùng kín sạch sẽ, nhẹ nhàng:** Chị em chú ý công tác vệ sinh vùng kín sạch sẽ, thường xuyên, đúng cách, mặc quần áo thoải mái, rộng rãi,... để hạn chế các biến chứng, viêm nhiễm sau khi thực hiện phá thai.

- **Giữ tâm lý ổn định:** Chị em giữ tâm lý thoải mái, ổn định, thư giãn, hạn chế căng thẳng, áp lực lo âu để cơ thể, sức khỏe mau chóng được phục hồi, tránh các biến chứng nguy hiểm.
- **Chế độ ăn uống dinh dưỡng:** Chị em có chế độ dinh dưỡng hợp lý, ăn uống đủ chất, bổ sung vitamin, khoáng chất, hoa quả và rau xanh, hạn chế đồ ăn nhanh, đồ cay nóng, dầu mỡ, chất kích thích, rượu bia, thuốc lá,...

Theo dõi các dấu hiệu sau khi phá thai: Chị em chú ý quan sát các dấu hiệu sau khi phá thai như sốt cao, xuất huyết, đau bụng dữ dội,... để kịp thời xử lý, điều trị, đảm bảo an toàn sức khỏe cũng như chức năng sinh lý, sinh sản của chị em sau này.

## Dấu hiệu bình thường sau phá thai an toàn

Dưới đây là một số dấu hiệu bình thường sau khi phá thai, đó là:

- **Kinh nguyệt không đều:** Sau khi phá thai chị em có thể mất kinh, kinh không đều, thậm chí thay đổi chu kỳ kinh nguyệt, đây là điều rất bình thường. Hiện tượng này sẽ diễn ra trong một thời gian, sau đó, sức khỏe chị em ổn định thì chu kỳ kinh nguyệt sẽ dần ổn định lại, chị em không cần quá lo lắng.
- **Xuất huyết âm đạo:** Sau khi phá thai, chị em có thể bị xuất huyết âm đạo hoặc ra các cục máu đông, đây là dấu hiệu cơ thể bài tiết máu thai để đẩy ra ngoài, là hiện tượng bình thường, chị em có thể chú ý quan sát trong vài ngày, sau đó máu thai sẽ tự hết.
- **Đau bụng dưới:** Chị em có thể bị đau bụng dưới dữ dội hoặc âm ỉ, đây là hiện tượng bình thường sau khi phá thai. Chị em sẽ bị đau bụng trong một vài ngày sau khi phá thai, nếu hiện tượng này kéo dài lâu thì chị em cần tìm đến cơ sở y tế uy tín để thăm khám, kiểm tra và xử lý.
- **Chị em bị chán ăn, mệt mỏi, ốm sốt nhẹ, ớn lạnh:** Sau khi phá thai, ít nhiều cũng sẽ ảnh hưởng đến cơ thể và sức khỏe, do đó cơ thể cần thời gian ổn định và hồi phục, chị em chú ý thực hiện theo các hướng dẫn, chỉ định chăm sóc sức khỏe của bác sĩ, nghỉ ngơi và ăn uống điều độ, hạn chế vận động để cơ thể mau chóng hồi phục.

## Dấu hiệu bất thường sau khi phá thai

Các dấu hiệu bất thường sau khi phá thai là vấn đề được nhiều chị em quan tâm tìm hiểu để kịp thời nhận biết để xử lý và điều trị, đảm bảo an toàn, sức khỏe, tính mạng, khả năng sinh sản sau này, cụ thể:

- Chị em bị xuất huyết âm đạo, máu chảy ra nhiều, liên tục, kéo dài trong nhiều ngày, chị em cần kịp thời tìm đến cơ sở y tế uy tín để được khám, kiểm tra và xử lý.
- Chị em sốt cao, ớn lạnh, cơ thể suy nhược, choáng váng, đau đầu, chóng mặt, không tỉnh táo, thậm chí ngất xỉu,...
- Chị em thử thai, que thử thai hiện 2 vạch là một trong những dấu hiệu bất thường sau khi phá thai, cảnh báo chị em có thể bị sót thai hoặc cơ thể rối loạn,... cần được kịp thời điều trị.
- Vùng kín bị viêm nhiễm, nhiễm trùng, khí hư ra nhiều bất thường, có màu sắc khác lạ, mùi hôi khó chịu,...

Hy vọng rằng bài viết này đã giúp bạn đọc tìm hiểu các cách phá thai tự nhiên tại nhà, từ đó có những nhận thức rõ nét hơn về quá trình phá thai an toàn. Chị em có ý định phá thai thì cần tìm đến thăm khám bác sĩ để được thăm khám, kiểm tra, lựa chọn phương pháp phá thai an toàn, phù hợp, hạn chế các biến chứng nguy hiểm, gây tổn thương tử cung, ảnh hưởng sức khỏe, khả năng sinh sản. Bạn đọc có bất cứ băn khoăn thắc mắc nào cần được giải đáp có thể liên hệ qua số hotline hoặc để lại thông tin bên dưới khung chat để được các bác sĩ chuyên gia tư vấn hỗ trợ kịp thời, miễn phí nhé!