



UBND HUYỆN CỬ CHI
TRƯỜNG THCS AN NHƠN TÂY

CHUYÊN ĐỀ
CHĂM SÓC SỨC KHỎE SINH SẢN
VỊ THÀNH NIÊN



LEO

MỘT SỐ KHÁI NIỆM



- **Vị thành niên (VTN):** “giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ con sang người lớn”.

- **Độ tuổi VTN:** từ 10 đến 19 tuổi, chiếm 20% dân số.

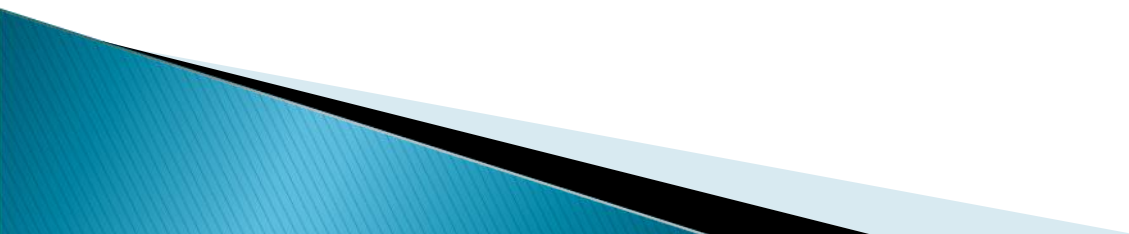
- **Sức khỏe sinh sản vị thành niên (SKSS VTN):**

“Là tình trạng khỏe mạnh về Thể chất, Tinh thần và Xã hội của tất cả những gì liên quan đến cấu tạo và hoạt động của bộ máy sinh sản ở tuổi VTN, chứ không chỉ là không có bệnh hay khuyết tật của bộ máy đó”.

Câu hỏi 1:

Em hãy cho biết độ tuổi vị thành niên?

NHỮNG THAY ĐỔI Ở ĐỘ TUỔI VỊ THÀNH NIÊN



Tuổi vị thành niên được chia ra 03 giai đoạn

- Vị thành niên sớm: từ 10 - 13 tuổi.
- Vị thành niên giữa: từ 14 - 16 tuổi.
- Vị thành niên muộn: từ 17 - 19 tuổi.



* Tuổi dậy thì:

Tuổi dậy thì là một giai đoạn chuyển tiếp của sự phát triển con người từ trẻ con thành người lớn. Đặc trưng của giai đoạn này là sự phát triển đặc biệt và mạnh mẽ cả về thể chất, tinh thần, tình cảm và khả năng hòa nhập xã hội, cộng đồng.

Tuổi dậy thì bắt đầu từ 10 -13 tuổi và kết thúc 17 – 18 tuổi (bạn gái thường dậy thì sớm hơn bạn trai từ 1-2 năm)

* Tuổi dậy thì:

Tuổi dậy thì có thể đến sớm hay muộn ở nam và nữ là phụ thuộc vào nơi sống, mức sống, dinh dưỡng, thể trạng sức khỏe, điều kiện địa lý.v.v...

* Tuổi dậy thì:

Giai đoạn dậy thì được đánh dấu bằng “hành kinh lần đầu” ở bạn gái và “xuất tinh lần đầu” (mộng tinh) ở bạn trai.

Tuổi vị thành niên

Có sự thay đổi mạnh về thể chất
và tâm lí



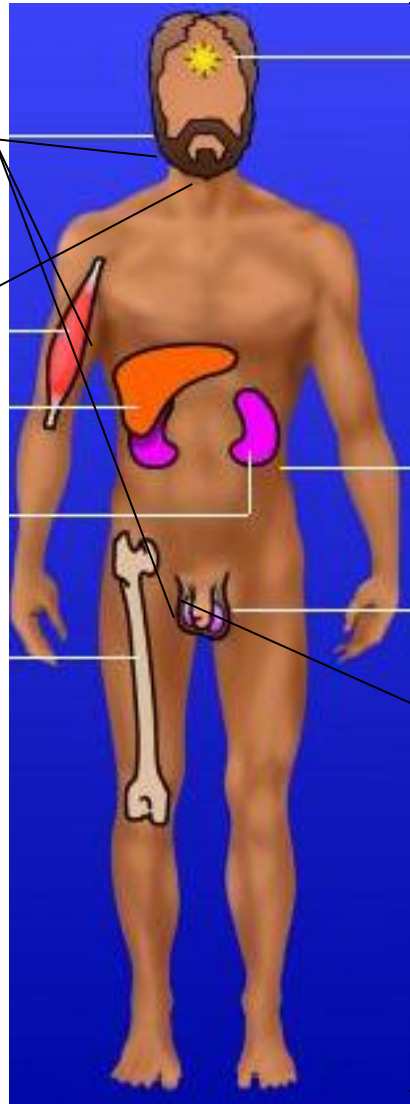
I. THAY ĐỔI VỀ THỂ CHẤT

NỮ	NAM
- Phát triển chiều cao	- Phát triển chiều cao
- Phát triển cân nặng	- Phát triển cân nặng
- Tuyến vú phát triển → ngực to ra	- Tuyến bã, tuyến mồ hôi phát triển
- Khung chậu phát triển → mông to ra (to hơn nam giới)	- Thay đổi giọng nói (bê giọng, giọng nói ồ ồ), sau 18 tuổi giọng trầm trở lại.
- Phát triển lông mu	- Phát triển lông mu
- Đùi thon	- Ngực và hai vai phát triển
- Bộ phận sinh dục phát triển: âm hộ, âm đạo to ra, tử cung và buồng trứng phát triển.	- Dương vật và tinh hoàn phát triển.
	- Lông trên cơ thể và mặt phát triển.
	- Các cơ của cơ thể rắn chắc.
- Có kinh nguyệt.	- Bắt đầu xuất tinh.
- Ngưng phát triển bộ xương sau khi hình thể đã hoàn thiện.	- Ngưng phát triển bộ xương sau khi hình thể đã hoàn thiện.

Thay đổi về thể chất ở nam giới

Lông trên cơ thể và mặt phát triển

Sụn giáp phát triển



-Phát triển về chiều cao
-Phát triển về cân nặng
-Thay đổi giọng nói

-Dương vật và tinh hoàn phát triển
-Bắt đầu xuất tinh

- Tuyến mồ hôi phát triển.
 - Ngực và hai vai phát triển.
 - Hệ cơ của cơ thể phát triển mạnh
- Ngưng phát triển bộ xương sau khi hình thể đã hoàn thiện.

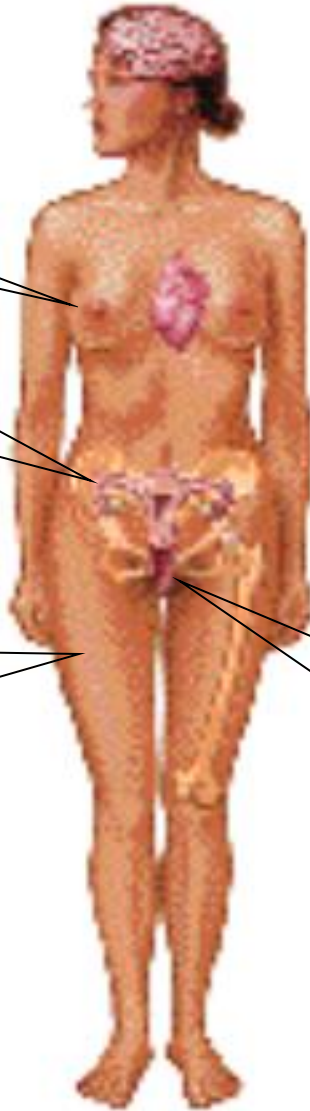
Thay đổi về thể chất ở nữ giới

Tuyến vú phát triển

Khung chậu phát triển

Đùi thon

→ Ngưng phát triển bộ xương sau khi hình thể đã hoàn thiện.



-Phát triển về chiều cao
-Phát triển về cân nặng

-Bộ phận sinh dục phát triển
-Phát triển lông mu
-Có kinh nguyệt

Câu hỏi 2:

Em hãy kể một số thay đổi về thể chất của bạn gái trong độ tuổi vị thành niên?

Câu hỏi 3:

Em hãy kể một số thay đổi về thể chất của bạn trai trong độ tuổi vị thành niên?



CHÚ Ý

Thời kỳ dậy thì chính thức ở nam và nữ chứng tỏ rằng:

- Bộ máy sinh dục đã trưởng thành, các em có khả năng thực hiện quan hệ tình dục.
- Nam giới có thể làm cho nữ giới mang thai.
- Nữ giới có thể có thai và sinh con.



Câu hỏi 4:

Điều gì có thể xảy ra nếu bạn nam và bạn nữ trong độ tuổi vị thành niên quan hệ tình dục?

II. THAY ĐỔI VỀ TÂM SINH LÝ

Rất tò mò, “muốn làm người lớn”, muốn tự khẳng định mình, muốn độc lập, tự lập trong công việc và các mối quan hệ.

Đam mê
thần tượng

Có sự xáo trộn các trạng thái tâm lý, thay đổi tính khí, hay bực bội, lo lắng về những thay đổi trong cơ thể

Đặc điểm tâm lý tuổi VTN

Mơ mộng, thích làm dáng, trang điểm,...

Nhu cầu tình bạn, tình bạn khác giới cao

Ảnh hưởng của bạn bè cùng trang lứa đóng vai trò quan trọng

Xuất hiện những rung cảm, những suy nghĩ về tình yêu, hạnh phúc lứa đôi

Trí tuệ được liên tục phát triển.

II. THAY ĐỔI VỀ TÂM SINH LÝ

Đặc biệt

Tình cảm: Quan tâm và có cảm giác lạ với người khác phái.

→ Yêu đương nông cạn, quan hệ tình dục không an toàn.



CÁC TÁC HẠI HAY GẶP Ở TUỔI VỊ THÀNH NIÊN



Những lo lắng
bối rối về sự
chuyển đổi
tâm lý

Những nguy cơ
về SKSS,
quan hệ tình dục sớm,
có thai ngoài ý muốn,
phá thai

Nguy cơ lây
nhiễm các bệnh
qua đường tình dục
và HIV/AIDS

**Tuy nhiên thời
kỳ này VTN
thường gặp những
khó khăn:**

Nguy cơ bị
xâm hại
tình dục

Những bối rối
nảy sinh từ tình
bạn khác giới.

Bản khoăn trăn trở
trong các mối quan hệ,
đặc biệt là trong
mối quan hệ
với cha mẹ

Những lo lắng
mặc cảm về
thay đổi cơ thể.

HẬU QUẢ MANG THAI NGOÀI Ý MUỐN

Về sức khỏe:

- Tăng nguy cơ tử vong mẹ;
- Thai kém phát triển dễ bị chết lưu hoặc khi đẻ thiếu cân, suy dinh dưỡng;
- Đẻ khó nguy cơ tử vong cao;
- Nạo phá thai không an toàn, nguy cơ tử vong cao cho mẹ ở tuổi vị thành niên.
- Dễ dẫn đến các bệnh lây truyền qua đường tình dục.



Về kinh tế xã hội:

- Tăng Dân Số không có kế hoạch ảnh hưởng đến phát triển Xã hội.
- Tồn hại về kinh tế gia đình do phải gánh chịu và giải quyết hậu quả.

Về tâm lý xã hội:

- Tử vong mẹ để lại con sự thiếu chăm sóc của mẹ.
- Gánh nặng cho gia đình và xã hội.





Câu hỏi 5:

Em hãy nêu một số hậu quả của mang thai ngoài ý muốn?

BIẾN CHỨNG NẠO PHÁ THAI

Nguyên phát (trong quá trình PT):

- **Tai biến gây tê, gây mê khả năng gây tử vong 1/8.000 do:**
 - + Không tôn trọng các chống chỉ định của gây mê;
 - + Phản xạ ngưng tim;
 - + Sốc dị ứng thuốc.
- **Xuất huyết do:**
 - + Tử cung xơ hoá;
 - + Rối loạn đông máu và của hút thai không hết (Tần số tăng theo tuổi thai).
- **Thủng TC, thủng ruột, máu tụ và rách cổ Tử cung.**
- **Sốc do đau.**

Thứ phát:

- **Phá thai thất bại do:**

+ Phá thai sớm (Điều hòa kinh nguyệt, bỏ thai bằng thuốc không theo chỉ dẫn của bác sĩ);

+ Thiếu sót về mặt kỹ thuật;

+ Dị dạng Tử cung.

- **Nhiễm trùng.**

- **Vô sinh:** nguy cơ cao ở những phụ nữ có thai lần đầu; nhiễm trùng dẫn đến tắc nghẽn vòi trứng hai bên hoặc gây ra thai ngoài tử cung.

- **Dính buồng tử cung, sót nhau, hở eo tử cung.**

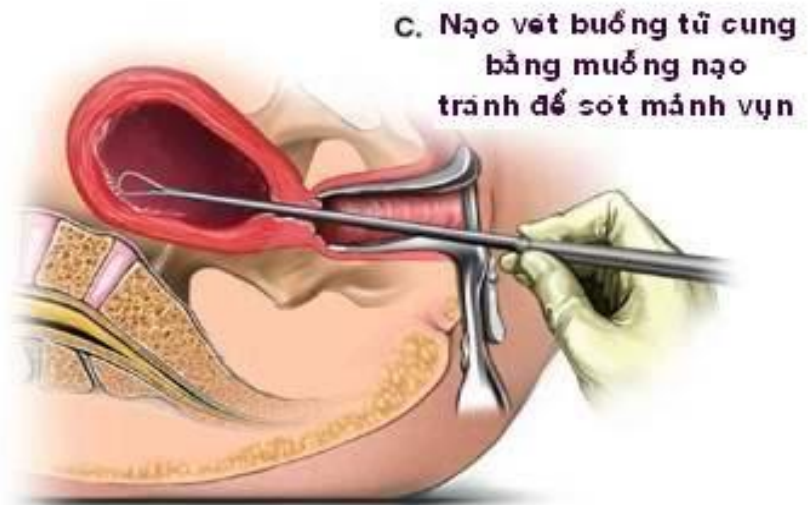
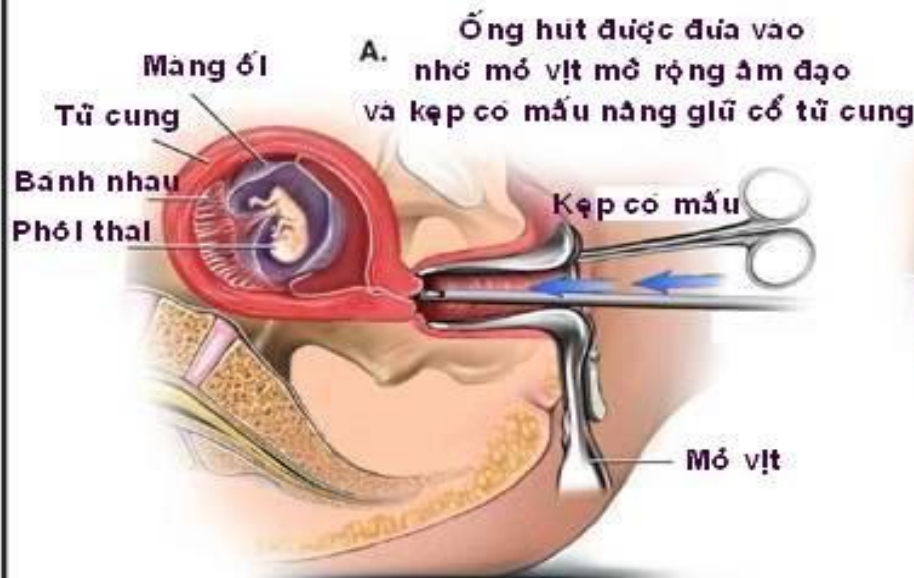
Tâm lý:

- Mang cảm giác tội lỗi, hối hận;
- Rối loạn tâm thần.





HÚT VÀ NẠO BỎ THAI 9 TUẦN TUỔI



D. Kiểm tra các bộ phận của phôi thai xem đã lấy hết chưa (ước lượng bằng tuần tuổi)

NẠO BỎ THAI 23 TUẦN TUỔI (6 THÁNG TUỔI)

Tử Thai

Bánh nhau

Dây rốn

A. Dùng kềm răng kẹp một vị trí bất kỳ của thai

Kềm cơ răng

B. Kéo bộ phận đá kẹp đưa ra ngoài

Cẳng tay dài 70mm

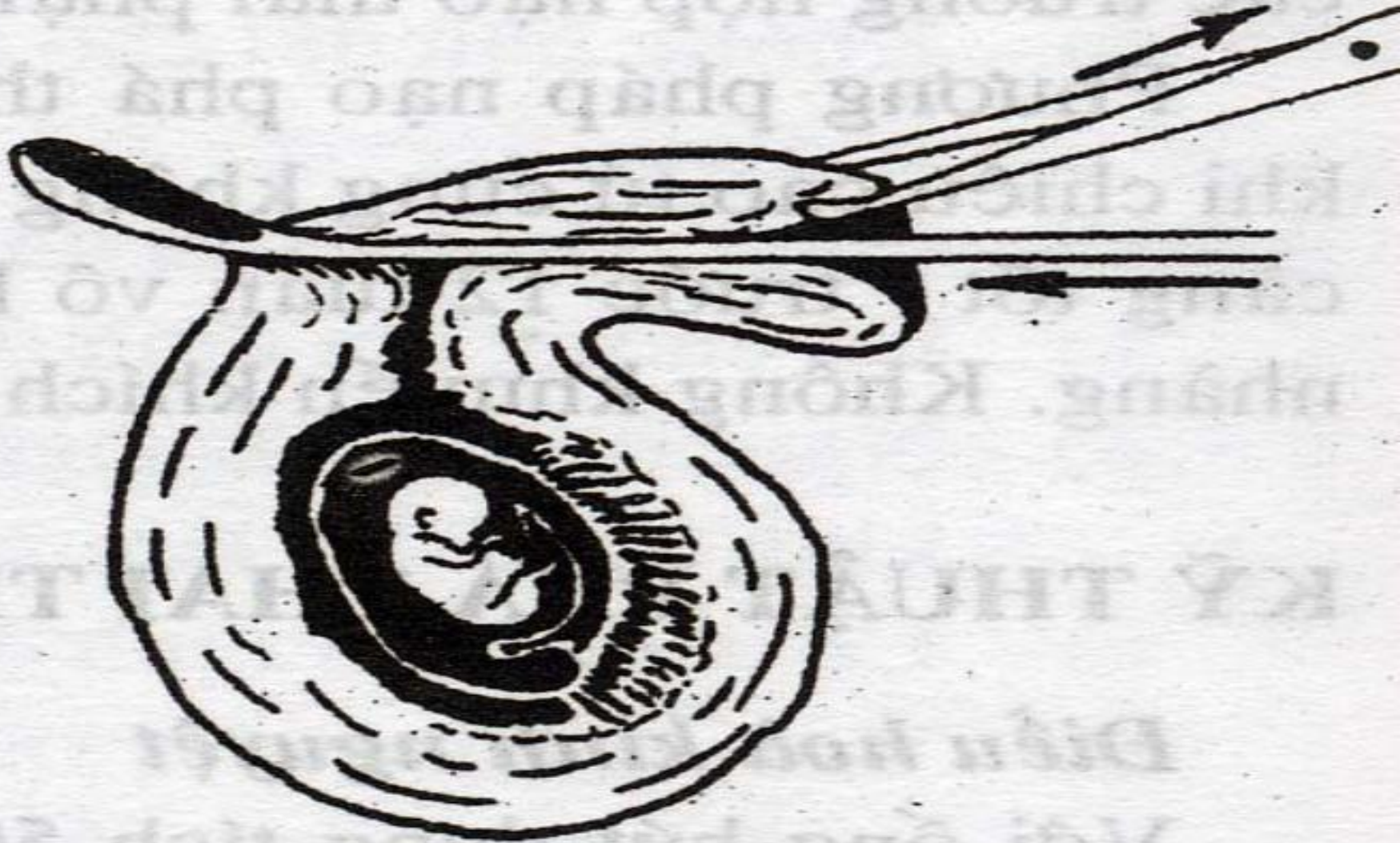
C. Tiếp tục kẹp kéo các bộ phận còn lại

Đầu phải được bóp vụn tránh làm tổn thương âm đạo

E. Hút kềm tra toàn bộ

Hình ảnh minh họa

THÙNG TỬ CUNG DO THÌA NẠO



Hình ảnh minh họa

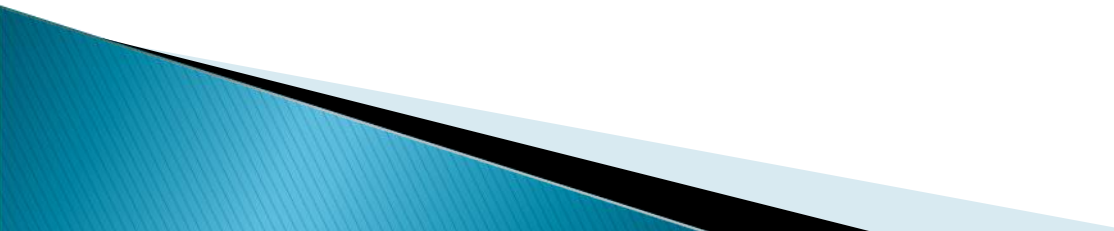
Câu hỏi 6:

Em hãy nêu một số biến chứng của nạo phá thai?

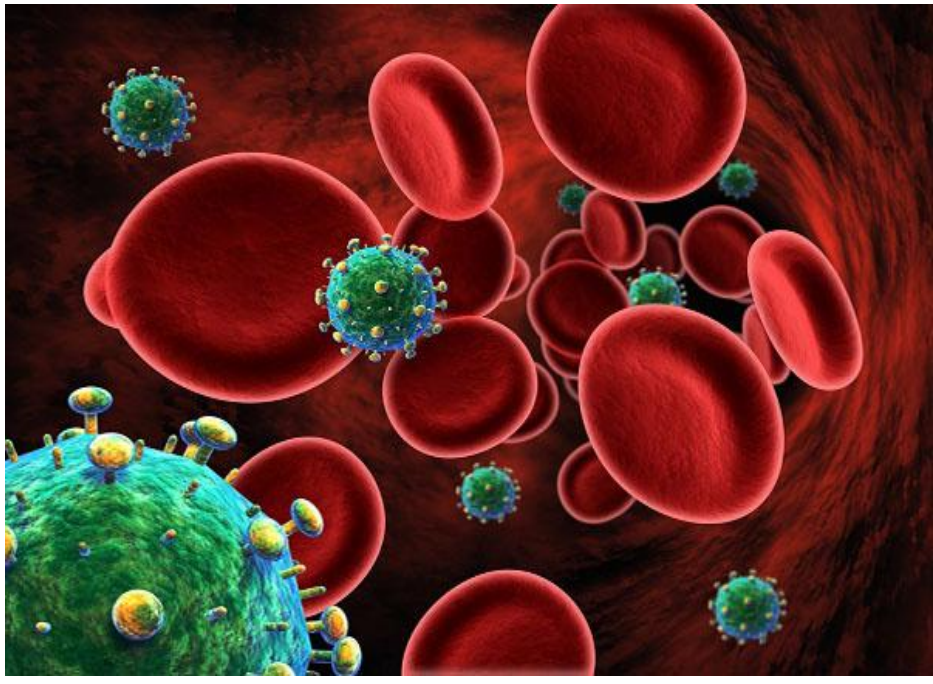
BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG TÌNH DỤC.

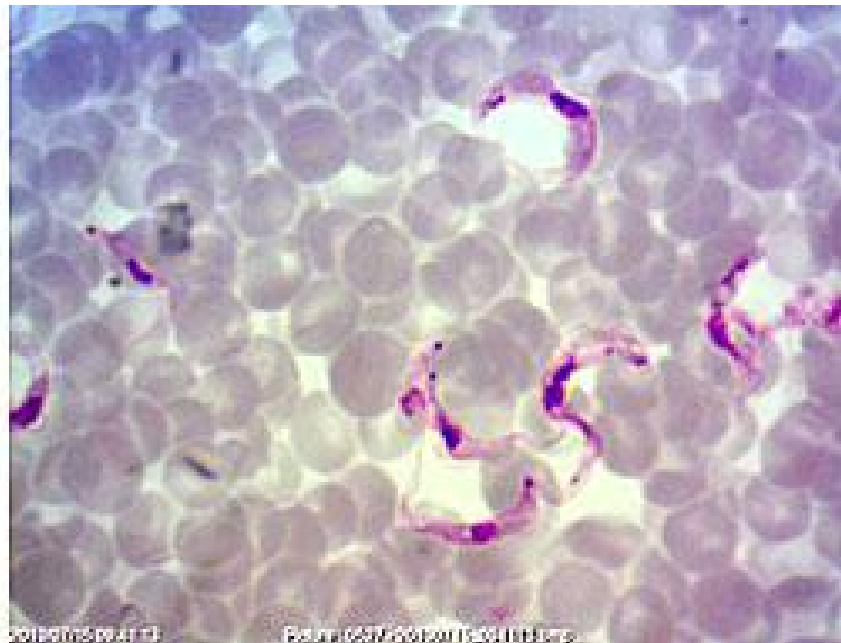
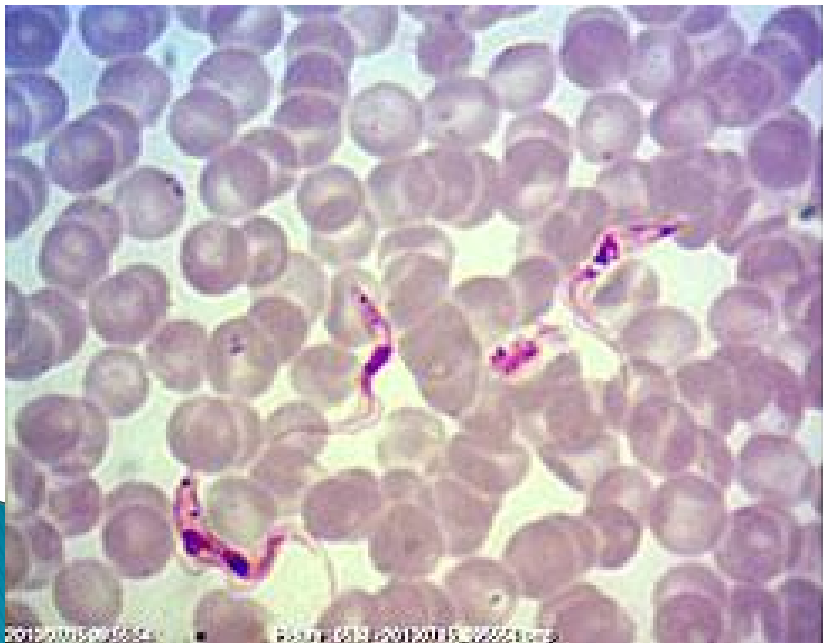
- **Bệnh LTQĐTD trước đây thường gọi là bệnh hoa liễu.**
- **Là những bệnh có thể lây truyền do quan hệ tình dục không an toàn với người mắc bệnh.**

DẤU HIỆU NGHI NGỜ MẮC BỆNH.

- Huyết trắng nhiều bất thường, có màu, có mùi khó chịu.
 - Ngứa âm hộ.
 - Tiểu gắt.
 - Âm đạo ra máu bất thường.
 - Đau vùng bụng dưới.
- 







2019/03/09/09:54

File: 014_201903090954.jpg

2019/03/09/11:13

File: 017_201903091113.jpg



TƯ VẤN BỆNH XÃ HỘI
ĐT : 0438 288 288



Chris Bjornberg Photo Researchers, Inc.

Tiêm chích ma túy, hút thuốc, uống bia rượu..... Là nguyên nhân gây hại cho cơ thể, gia đình tan nát, phạm tội.....



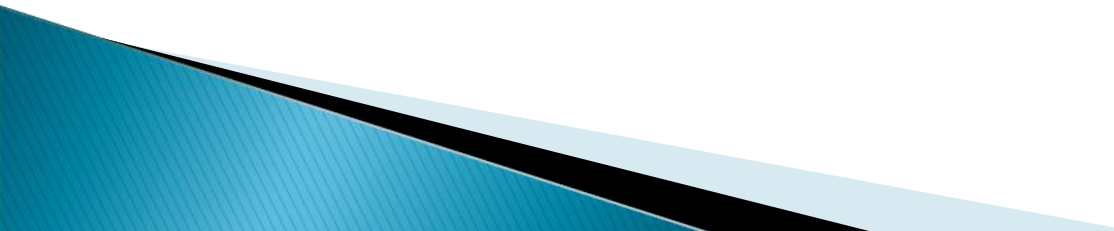
Khi thải ô tô



Hút thuốc lá



CÁCH XỬ TRÍ

- Khám chuyên khoa Da liễu tại các bệnh viện Đa khoa Tỉnh/ Thành phố hoặc các viện Da liễu.
 - Tuân thủ đúng chỉ dẫn của bác sĩ.
 - Điều trị cho cả bản thân và bạn tình.
 - Không tự ý mua thuốc về điều trị
- 

Câu hỏi 7:

Em hãy kể một số biểu hiện nghi ngờ mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục?

Câu hỏi 8:

Cách xử trí khi có biểu hiện nghi ngờ mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục?



**VỊ THÀNH NIÊN CẦN LÀM GÌ ĐỂ
TRÁNH NHỮNG TÁC HẠI**



1. RÈN LUYỆN VỀ KỸ NĂNG SỐNG

- Chủ động tìm hiểu kiến thức về giới tính, SKSS vị thành niên từ cha mẹ, thầy cô, anh chị, người thân và bạn bè.
- Cần tâm sự về những lo lắng, băn khoăn, thắc mắc với người thân trong gia đình, thầy cô, bạn bè, người có uy tín, kiến thức và có trách nhiệm.
- Có thời gian biểu học tập, nghỉ ngơi, giải trí và tập luyện thể dục thể thao cho phù hợp và điều độ.
- Phân biệt rõ ràng giữa tình yêu và tình bạn khác giới trong sáng, giúp đỡ nhau cùng tiến bộ.

2. CHĂM SÓC SỨC KHỎE SINH SẢN

Nữ:

- Phải biết cách thực hiện vệ sinh kinh nguyệt (thay băng vệ sinh thường xuyên trong thời gian hành kinh).
- Đến 15-16 tuổi mà không có kinh nguyệt thì phải đi khám.
- Uống viên sắt: kể từ khi bắt đầu có kinh nguyệt, mỗi tuần uống 01 viên, liên tục 16 tuần trong 01 năm (16 viên/năm) để phòng tránh thiếu máu do thiếu sắt.

Nam:

- Phải biết phát hiện những bất thường về cơ quan sinh dục của mình để đi khám bệnh kịp thời như: hẹp bao quy đầu, tinh hoàn ắn, vị trí bất thường của lỗ tiểu.
- Không mặc quần lót quá bó sát, chật hẹp.

2. CHĂM SÓC SỨC KHỎE SINH SẢN

- 3. Tránh xa những hình ảnh, sách báo, phim ảnh, trang web khiêu dâm, đồi trụy; tránh xa rượu, thuốc lá, ma túy.**
- 4. Không nên quan hệ tình dục (QHTD) trước tuổi trưởng thành.**
- 5. Nếu QHTD, phải thực hiện tình dục an toàn:**
 - Sống chung thủy với 01 bạn tình.
 - Sử dụng bao cao su đúng cách mỗi khi QHTD để vừa tránh mang thai ngoài ý muốn, vừa tránh các BLQĐTD và HIV/AIDS.

Câu hỏi 9:

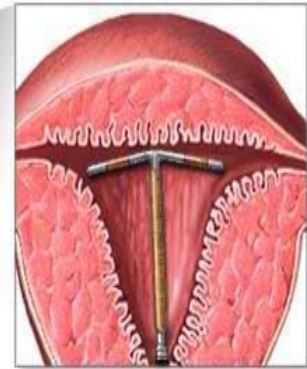
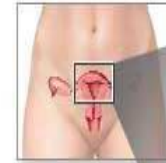
Em hãy trình bày cách uống viên sắt để phòng tránh thiếu máu do thiếu sắt ở bạn gái tuổi vị thành niên? Thời điểm khi nào?

Câu hỏi 10:

Để tránh những tác hại thường gặp trong độ tuổi vị thành niên thì các em cần phải làm gì? Hãy nêu những nội dung chính.

Các biện pháp tránh thai:

- Dựa vào vòng kinh
- Xuất tinh ngoài âm đạo
- Bao cao su
- Viên uống tránh thai
- Dụng cụ tử cung (vòng tránh thai)
- Kem diệt tinh trùng
- Thuốc tránh thai cấy dưới da
- Thuốc tiêm tránh thai
- Đình sản nữ (thắt ống dẫn trứng)
- Đình sản nam (thắt ống dẫn tinh)

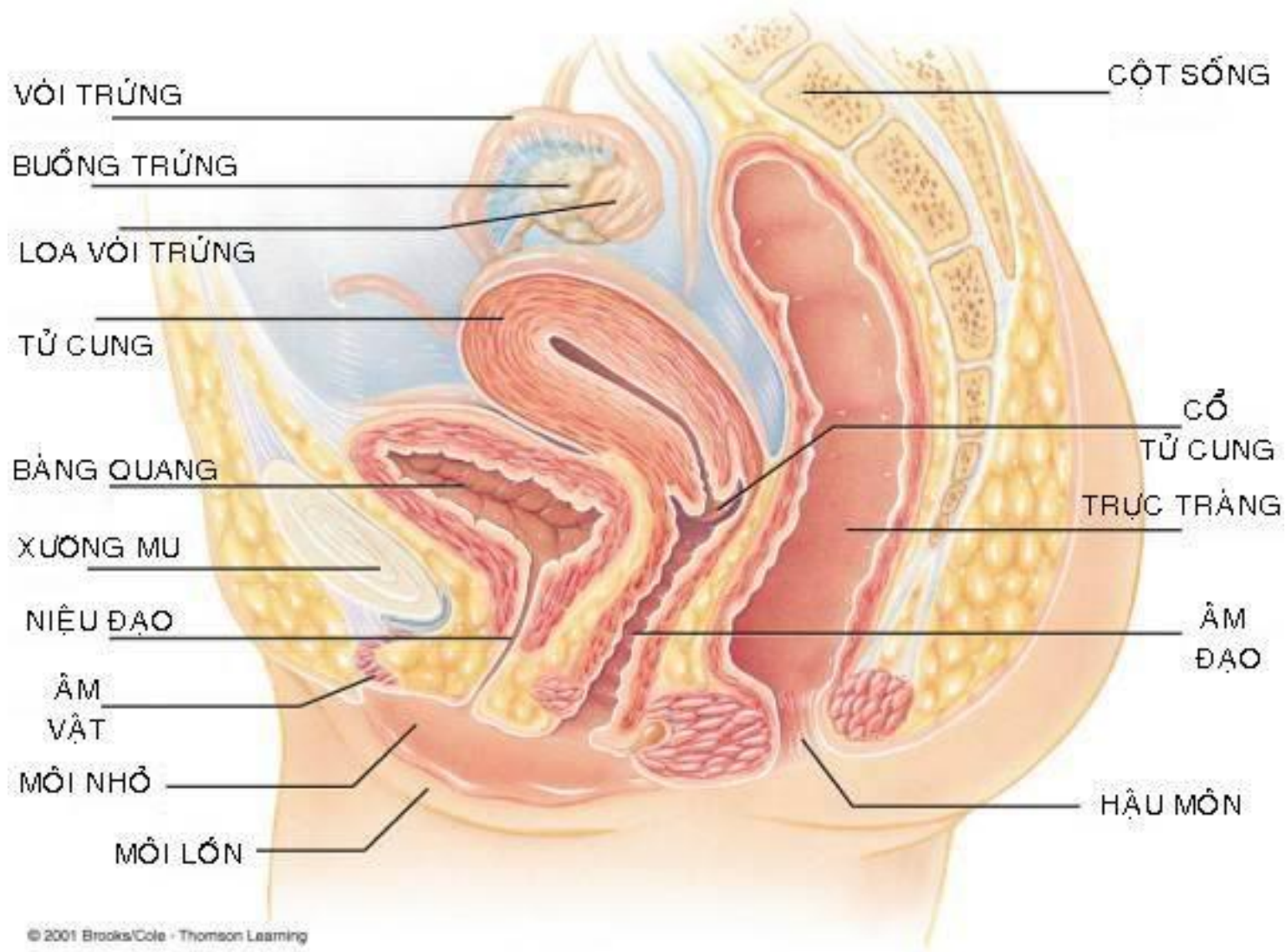


Vòng tránh thai làm bằng plastic có thể có dây đồng quấn quanh nhằm làm thay đổi môi trường tử cung

ADAM.

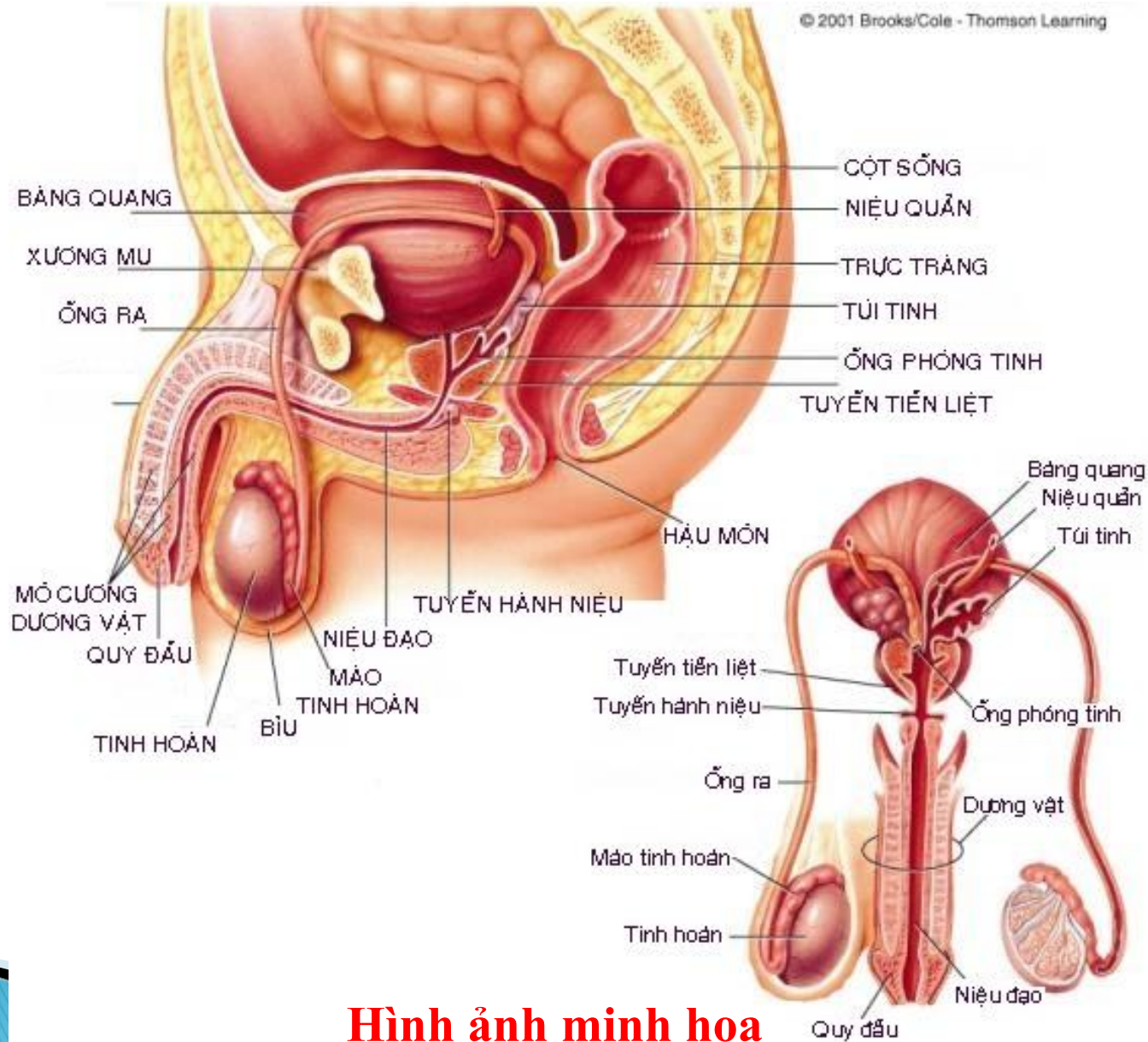


Trong đó dùng BCS là tốt nhất vì ngăn ngừa các bệnh lây truyền qua đường TD, có thai ngoài ý muốn.



Hình ảnh minh họa

CƠ QUAN SINH SẢN NAM GIỚI.



Hình ảnh minh họa



Trân trọng cảm ơn!