

**HƯỚNG DẪN NGỪA THAI GIAI ĐOẠN
COVID
TỪ GUIDELINES QUỐC TẾ
ĐẾN THỰC HÀNH TẠI VIỆT NAM**

**TSBS NGÔ THỊ YÊN
Bệnh viện Từ Dũ**

ĐẶT VẤN ĐỀ

- Đại dịch Covid- 19 làm thay đổi cách tiếp cận các biện pháp tránh thai (BPTT) do:
 - + Hệ thống y tế chuyển sang tập trung cho Covid
 - + Tình trạng giãn cách xã hội
- => GIẢM tiếp cận dịch vụ tránh thai.

Advice for women

seeking contraception, abortion and
other sexual and reproductive healthcare
during the COVID-19 pandemic

Hướng dẫn của FSRH

(Hiệp hội chăm sóc sức khỏe sinh sản và tình dục

(Vương quốc Anh)



- FSRH đã đưa ra lời khuyên dành cho phụ nữ đang tìm kiếm BPTT, phá thai và chăm sóc sức khỏe sinh sản và tình dục trong đại dịch COVID-19
- Không nên đến phòng khám. Hãy liên hệ qua điện thoại hoặc email !

Hướng dẫn của FSRH (Hiệp hội chăm sóc sức khỏe sinh sản và tình dục)

- Tư vấn qua điện thoại: thảo luận về các lựa chọn BPTT.
- + Thuốc uống tránh thai: được kê toa qua mạng và ship tận nơi.
- + BPTT mới: không bắt đầu vào lúc này, BN sẽ được tư vấn một BPTT tạm thời hiệu quả trong thời gian chờ đợi
- + BPTT tác dụng kéo dài (LARC) đến hạn: có thể trì hoãn việc thay thế. Vì hiệu quả tránh thai vẫn còn trong **một năm hoặc lâu hơn** thời hạn được khuyến cáo, mà không gây ra vấn đề sức khỏe lo ngại.

Hướng dẫn về BPTT sau sinh trong giai đoạn Covid



Các khuyến cáo:

- Thông tin về BPTT sau sinh nên được cung cấp:
 - + trong thời kỳ khám thai: giúp có thông tin, quyết định sớm
 - + hoặc trước khi xuất viện: có thể cung cấp BPTT ngay trước khi xuất viện.

Hướng dẫn về BPTT sau sinh trong giai đoạn Covid



Những BPTT nào phù hợp sau sinh?

Có thể bắt đầu áp dụng ***hầu hết các BPTT*** (ngoại trừ BPTT nội tiết kết hợp) vì chúng an toàn cho cả phụ nữ sau sinh có cho con bú và không cho con bú.

Hướng dẫn về BPTT sau sinh trong giai đoạn Covid



- ***BPTT tác dụng kéo dài (LARC: Long-acting reversible contraceptive)***

+ gồm:

- DCTC chứa đồng,
- Levonorgestrel-releasing intrauterine system (LNG-IUS)
- Etonogestrel implant (Implanon).

+ hiệu quả cao

+ có thể cấy ngay sau khi sinh

+ không phụ thuộc vào người dùng

+ có hiệu quả trong nhiều năm

+ không cần tái khám định kỳ

Hướng dẫn về BPTT sau sinh trong giai đoạn Covid



• *Thuốc viên chỉ chứa progestogen* (POP: Progestogen-Only Pill)

Ưu: an toàn cao

không ảnh hưởng đến nguồn sữa mẹ.

có thể bắt đầu ngay sau khi sinh (hoặc trước ngày 21)

không cần có thêm BPTT hỗ trợ.

Nhược: POP phụ thuộc nhiều vào người dùng (việc tuân thủ uống thuốc)

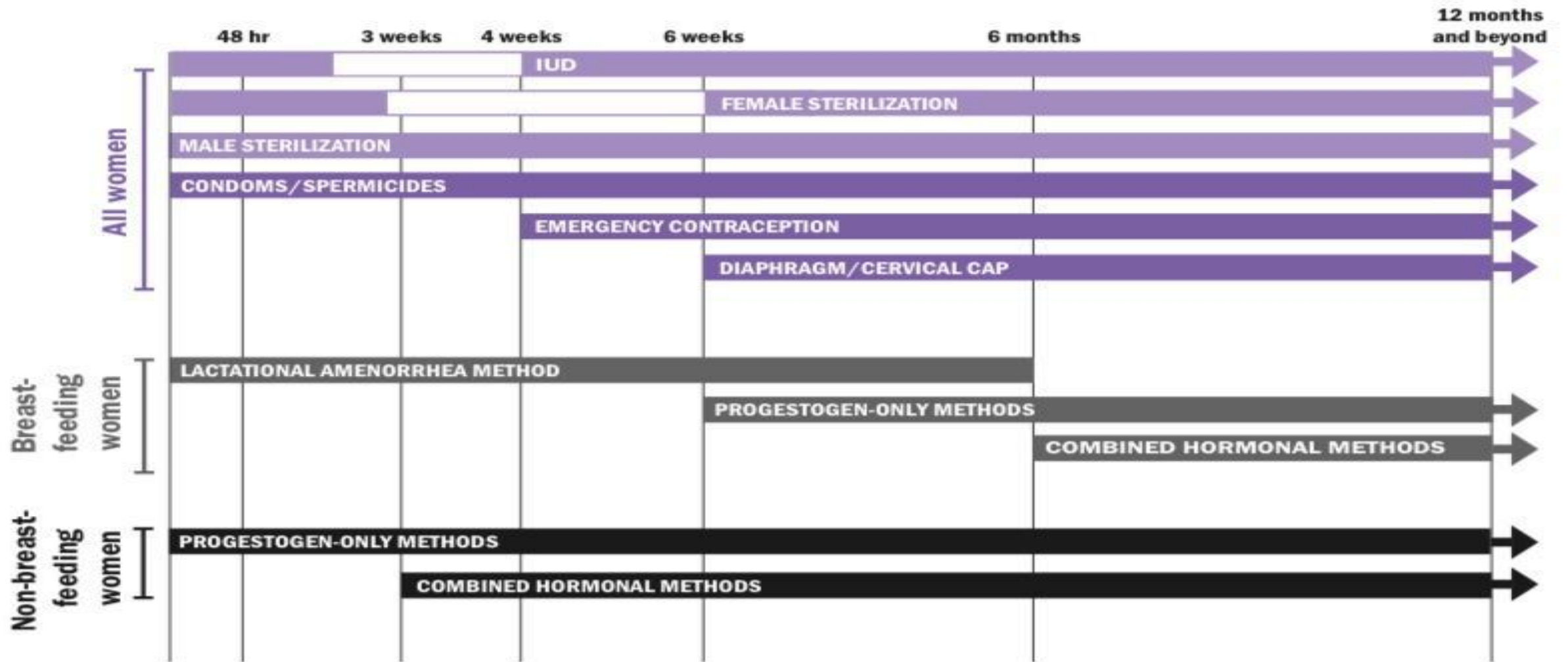
*Khuyến cáo: Những phụ nữ không phù hợp LARC, nên được cung cấp cung cấp (ít nhất 6 tháng) POP trước khi xuất viện, nếu không có chống chỉ định

Hướng dẫn về BPTT sau sinh trong giai đoạn Covid



- **DMPA** (Depot medroxyprogesterone acetate) có thể được dùng ngay sau sinh và tiêm ngay trước khi xuất viện.
+ Phụ nữ có thể được hướng dẫn để tự tiêm DMPA tại nhà => tránh tiếp xúc trực tiếp nhân viên y tế: giá trị trong giai đoạn Covid
- **Viên uống thuốc tránh thai kết hợp (COC: Combined Oral contraception):**

Figure 3. Postpartum contraceptive options (timing of method initiation and breastfeeding considerations)



Tóm tắt các khuyến cáo của FSRH



- Thông tin về các BPTT sau sanh: cung cấp trong thời kỳ mang thai và áp dụng BPTT ngay sau sanh.
- Sau sanh, tư vấn tránh thai ngay, ưu tiên BPTT hồi phục có tác dụng lâu dài ((LARC) cho tất cả phụ nữ không có chống chỉ định.
- Nhân viên y tế nên được đào tạo về đặt DCTC cho phụ nữ sau sanh.
- Có thể cung cấp ít nhất 6 tháng viên thuốc chỉ chứa progestogen (POP) trước khi xuất viện, nếu không có chống chỉ định
- Nếu phụ nữ không được cung cấp BPTT ưa thích trước khi xuất viện, họ nên được tư vấn về các BPTT hiệu quả khác và hướng dẫn cách tiếp cận các dịch vụ tránh thai tại địa phương.



Ensuring access to family planning services during COVID-19: A summary of CDC's family planning recommendations for healthcare providers

During COVID-19, it is critical that access to family planning services remains available while keeping healthcare providers and their patients safe. The [US Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use \(US MEC\)](#), [US Selected Practice Recommendations for Contraceptive Use \(US SPR\)](#), and [Providing Quality Family Planning Services \(QFP\)*](#) provide relevant recommendations for providing quality family planning services while helping to facilitate access and minimizing in-person contact between patients and providers.

Continue to assess needs for family planning services. The [QFP](#) provides guidance on assessing a patient's need for services related to preventing or achieving pregnancy and highlights the special needs of adolescent patients. Increased outreach may be needed to let patient populations know about current services, such as featuring access to family planning services on a health system's or clinic's website, or sending messages to patients about services offered, including family planning services. Providers may want to consider alternative models for providing services or access to contraception for their patients, such as:

** Providing Quality Family Planning Services (QFP) provides recommendations developed collaboratively by CDC and the Office of Population Affairs (OPA) of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS).*



Hướng dẫn của CDC- Trung tâm dự phòng và kiểm soát bệnh tật Hoa Kỳ



- Đảm bảo tiếp cận các dịch vụ KHGD trong giai đoạn COVID-19
- Tiếp tục đánh giá nhu cầu đối với các dịch vụ KHGD:
 - Qua mạng, hội chẩn từ xa (telehealth/telemedicine) và các cách tiếp cận thay thế khác
 - Dược sĩ có thể tư vấn và cung cấp BPTT

Tuyên bố của Tổ chức Y tế Thế giới về que cấy tránh thai chỉ có Progestogen



World Health
Organization

WHO statement on Progestogen-only implants

Key facts

Progestogen-only implants consist of hormone-filled capsules or rods that are inserted under the skin in a woman's upper arm



- Progestogen-only implants bao gồm các viên nang hoặc que chứa đầy hormone được đưa vào dưới da ở cánh tay trên của phụ nữ
- Cơ chế hoạt động chính của que cấy là làm đặc chất nhầy cổ tử cung (khiến tinh trùng khó xâm nhập) và ngăn cản sự rụng trứng.

So sánh kiến thức và thực hành BPNT sau sanh*

	Trước Covid-19* (N1=84)	Sau Covid-19 (N2=92)	OR (KTC 95%)	P
Biết về BPNT				
Có	71 (84,5)	78 (84,8)	0,98	0,96
Không	13 (15,5)	14 (15,2)	(0,43-2,22)	
Dùng BPNT				
Có	30 (26,7)	37 (40,2)	0,83	0,54
Không	54 (73,3)	55 (59,8)	(0,45-1,52)	
BPNT sau sanh				
Hiệu quả thấp	43	45		
Bao cao su	23	27	0,21 (0,09-0,5)	0,001
Xuất tinh ngoài	20	18		
Hiệu quả cao	30	8		
Thuốc khẩn cấp	19	4		
Vỉ progestin	9	2		
DCTC- Tcu	2	2		

* NTY. Hội nghị SPK miền Trung Tây nguyên mở rộng (2021). *Ngừa thai sau sanh: thực trạng trước và sau dịch Covid 19*

Lý do không dùng BPNT sau sanh*

Lý do	Trước Covid-19* (N1=54/84)	Sau Covid-19 (N2=55/92)
Chưa có kinh lại	45 ^a (83,3)	36 ^a (65,5)
Bé bú, không thể có thai	28 ^b (51,8)	40 ^b (72,7)
Thuốc NT ảnh hưởng bé	48 (88,9)	45 (81,8)
Thuốc NT gây tăng cân	38 (70,4)	32 (58,2)
Sợ đau khi đặt DCTC	32 (59,3)	21 (38,2)
NVYT chưa đặt DCTC	0	8 (14,5)
Chưa kịp đi BV tư vấn	40 (74,0)	46 (83,6)

* NTY. Hội nghị SPK miền Trung Tây nguyên mở rộng (2021). *Ngừa thai sau sanh: thực trạng trước và sau dịch Covid 19*

Nội dung ưu tiên tư vấn sau sanh* (N=92)

Nội dung	N (%)
Chăm sóc bé	57 (62,0)
Dinh dưỡng mẹ	17 (18,5)
Ngừa thai sau sanh	5 (5,4)
Cả 3 nội dung	13 (14,1)

* NTY. Hội nghị SPK miền Trung Tây nguyên mở rộng (2021). *Ngừa thai sau sanh: thực trạng trước và sau dịch Covid 19*

Phỏng vấn về ngừa thai sau sanh* (N=92)

	n	%
Sau sanh, bạn biết đến NTSS:		
Trong bệnh viện	12	13,0
Sau khi xuất viện	66	71,8
Đến nay chưa biết	14	15,2
Theo bạn, nên tư vấn NTSS khi nào?		
Trước khi xuất viện	72	78,3
Tái khám 1 tháng sau	8	8,7
Tái khám 3 tháng sau	12	13,0
Bạn có biết các kênh để tư vấn sức khỏe trong mùa dịch Covid-19 không?		
Có	29	31,5
Không	63	68,5

* NTY. Hội nghị SPK miền Trung Tây nguyên mở rộng (2021). *Ngừa thai sau sanh: thực trạng trước và sau dịch Covid 19*

THÔNG ĐIỆP

- Tư vấn và cung cấp biện pháp ngừa thai sau sanh nên xem xét thực hiện **trước khi** thai phụ được xuất viện.
- Trong giai đoạn dịch Covid-19, cần thêm hướng dẫn về **cách tiếp cận** kênh tư vấn sức khỏe.

KẾT LUẬN

1. Ngừa thai trong giai đoạn Covid:

- Cách tiếp cận thông tin và BPTT: thay đổi và linh hoạt
- Kỹ năng tư vấn online

2. Giai đoạn dịch có thể kéo dài: nên chọn LARCs

KÍNH CHÚC BÌNH AN và HẠNH PHÚC!

