

## PHẦN III

# PHÒNG TRÁNH MANG THAI NGOÀI Ý MUỐN CHO PHỤ NỮ NHIỄM HIV

Với những phụ nữ đã nhiễm HIV thì phòng tránh mang thai ngoài ý muốn có vai trò hết sức quan trọng trong việc bảo vệ sức khỏe cho người phụ nữ nói chung và dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con nói riêng. Bởi vì, nếu phụ nữ nhiễm HIV mà không mang thai thì không có sự lây truyền HIV từ mẹ sang con.

**Để phòng tránh mang thai ngoài ý muốn cho phụ nữ nhiễm HIV, cần tập trung vào:**

- Cung cấp các dịch vụ tư vấn và xét nghiệm HIV tự nguyện để người phụ nữ biết tình trạng HIV của mình để quyết định đời sống tình dục và sinh sản của họ.
- Cung cấp thông tin và các biện pháp tránh thai cho phụ nữ đã nhiễm HIV để họ quyết định sử dụng các biện pháp tránh thai phù hợp phòng tránh mang thai ngoài ý muốn.

## CHƯƠNG I

### PHÁT HIỆN SỚM VÀ QUẢN LÝ PHỤ NỮ NHIỄM HIV

#### I. PHÁT HIỆN SỚM TÌNH TRẠNG NHIỄM HIV CỦA PHỤ NỮ VÀ PHỤ NỮ MANG THAI THÔNG QUA VẬN ĐỘNG TƯ VẤN XÉT NGHIỆM TỰ NGUYỆN

##### 1. Khái niệm

- Tư vấn, xét nghiệm HIV tự nguyện (TVXNTN): là hình thức kết hợp giữa tư vấn và xét nghiệm HIV, trong đó đối tượng tư vấn (sau đây gọi là khách hàng) hoàn toàn tự nguyện sử dụng và toàn quyền lựa chọn dịch vụ tư vấn, xét nghiệm HIV vô danh hoặc tư vấn, xét nghiệm HIV tự nguyện ghi tên và tự quyết định có làm xét nghiệm phát hiện HIV hay không.
- Xét nghiệm HIV: là việc thực hiện các kỹ thuật chuyên môn nhằm xác định tình trạng nhiễm HIV trong mẫu máu, mẫu dịch sinh học của cơ thể người.

##### 2. Mục đích ý nghĩa của phát hiện sớm phụ nữ nhiễm HIV

Trong dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con, việc phát hiện sớm phụ nữ nhiễm HIV có vai trò hết sức quan trọng:

- Giúp người phụ nữ chủ động lập kế hoạch sinh sản trong cuộc đời của họ. Người phụ nữ nhiễm HIV vẫn có quyền mang thai và sinh đẻ, tuy nhiên họ cần biết về tình trạng nhiễm HIV của mình ngay từ trước khi mang thai, những bất lợi khi nhiễm HIV mà vẫn



mang thai, sinh đẻ để cân nhắc giữa lợi ích và bất lợi của việc mang thai và sinh đẻ không chỉ với bản thân người phụ nữ mà cả đối với con của họ để có kế hoạch và quyết định đúng đắn nhất.

- Ngay cả khi đã mang thai, người phụ nữ vẫn cần phải biết sớm về tình trạng nhiễm HIV của mình để quyết định việc phá thai hay đẻ đẻ.
- Đối với người phụ nữ đang mang thai và quyết định sinh con thì việc phát hiện sớm tình trạng nhiễm HIV của mình lại càng có vai trò quan trọng trong dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con. Khi được phát hiện sớm nhiễm HIV, ngoài việc được chăm sóc thai nghén đầy đủ, người phụ nữ còn được điều trị dự phòng làm giảm nguy cơ lây truyền HIV sang con. Khi được điều trị sớm và đúng phác đồ, kết hợp với chăm sóc, can thiệp thích hợp trước sinh, trong khi sinh và sau khi sinh thì xác suất lây truyền HIV từ mẹ sang con giảm từ 20-45% (nếu không có chăm sóc, can thiệp và điều trị dự phòng) xuống chỉ còn dưới 3-5%, nghĩa là trong 100 đứa trẻ sinh ra từ bà mẹ nhiễm HIV chỉ có khoảng 3-5 trẻ bị nhiễm HIV (nếu có chăm sóc, can thiệp và điều trị dự phòng).

Tuy nhiên, thực tế tại Việt Nam cho thấy có tới một phần ba (1/3) số phụ nữ mang thai nhiễm HIV chỉ được phát hiện nhiễm vào lúc chuyển dạ, do vậy đã hạn chế việc chăm sóc, can thiệp và điều trị dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con và làm giảm hiệu quả của chương trình.

### 3. Cách thức tiến hành

#### 3.1. Thiết lập hệ thống tư vấn xét nghiệm HIV

Việc thiết lập hệ thống tư vấn xét nghiệm HIV tự nguyện ở các tuyến từ trung ương đến xã phường được thực hiện theo Hướng dẫn quốc gia về tư vấn xét nghiệm ban hành kèm theo Quyết định số 647/2007/QĐ-BYT, ngày 22 tháng 02 năm 2007 của Bộ trưởng Bộ Y tế và các quy định khác liên quan đến tư vấn, xét nghiệm HIV của Bộ Y tế.

#### 3.2. Tăng khả năng tiếp cận khách hàng của các cơ sở tư vấn xét nghiệm tự nguyện

##### 3.2.1. Quảng bá rộng rãi các cơ sở tư vấn xét nghiệm tự nguyện

Việc quảng bá rộng rãi các cơ sở tư vấn xét nghiệm tự nguyện là cần thiết, nhằm làm cho mọi người dân trong cộng đồng biết đến và tiếp cận được các dịch vụ trong các cơ sở này.

- Nội dung quảng bá bao gồm những điểm chính sau đây:

- + Lợi ích của dịch vụ TVXNTN;
- + Khẳng định tính bí mật, tính tự nguyện và tính miễn phí (nếu có);
- + Trình độ và năng lực của đội ngũ cán bộ chuyên môn;
- + Địa chỉ, số điện thoại và thời gian làm việc;
- + Khả năng và năng lực cũng như uy tín của cơ sở;
- + Cơ sở vật chất, trang thiết bị;
- + Người mà đối tượng có thể gặp nếu cần liên hệ...



- *Hình thức quảng bá:*

- + Sử dụng mọi kênh truyền thông sẵn có của địa phương, đơn vị;
- + Thông qua các buổi sinh hoạt cộng đồng, các câu lạc bộ....;
- + Đưa vào nội dung của các hình thức truyền thông trực tiếp, như Nói chuyện với cá nhân; Thăm hộ gia đình; Thảo luận nhóm nhỏ; Tư vấn dự phòng... (được trình bày ở các phần trên);
- + Thông qua các tuyên truyền viên đồng đẳng, các truyền thông viên, các cộng tác viên; những người có uy tín trong cộng đồng...
- + Thông qua các tài liệu truyền thông, như tờ rơi, áp phích, pano...

- *Khách hàng tập trung quảng bá:*

Mọi người dân trong cộng đồng đều cần đến dịch vụ TVXNTN, nhưng để dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con cần ưu tiên quảng bá dịch vụ này đến các khách hàng sau:

- + Phụ nữ đến khám, chữa các nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục;
- + Phụ nữ đã hoặc đang có các hành vi nguy cơ lây nhiễm HIV cao;
- + Phụ nữ có chồng hoặc bạn tình là những người đã hoặc đang có các hành vi nguy cơ lây nhiễm HIV cao;
- + Phụ nữ đang mang thai;
- + Phụ nữ trong độ tuổi sinh đẻ làm việc trong các dịch vụ vui chơi giải trí;
- + Phụ nữ sắp kết hôn, phụ nữ mới kết hôn chuẩn bị sinh con;
- + Chồng của những phụ nữ trên.

### **3.2.2. Nâng cao chất lượng dịch vụ tư vấn xét nghiệm HIV tự nguyện**

Việc không ngừng nâng cao chất lượng dịch vụ tư vấn xét nghiệm HIV tự nguyện là một giải pháp quan trọng nhằm tăng cường khả năng tiếp cận khách hàng và hiệu quả hoạt động của dịch vụ, qua đó mà góp phần vào việc phát hiện sớm phụ nữ nhiễm HIV để có các biện pháp can thiệp dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con một cách thích hợp và kịp thời.

Việc nâng cao chất lượng dịch vụ TVXNTN được thực hiện, thông qua:

- Thường xuyên giáo dục các quy định liên quan đến chống kỳ thị và phân biệt đối xử với người nhiễm HIV, nâng cao phẩm chất và năng lực cán bộ, làm cho dịch vụ trở nên thân thiện với mọi người, nhất là đối với phụ nữ;
- Các dịch vụ được cung cấp nhanh gọn, chính xác, không gây phiền hà cho khách hàng, mà phải luôn tạo dựng niềm tin với khách hàng
- Giữ gìn cơ sở sạch đẹp, gọn gàng, ngăn nắp;
- Cơ sở vật chất, trang thiết bị luôn trong trạng thái hoạt động tốt...



## II. QUẢN LÝ PHỤ NỮ NHIỄM HIV TẠI CỘNG ĐỒNG

Quản lý phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng trong DPLTMC được hiểu là tiếp cận và hỗ trợ người phụ nữ đã nhiễm HIV hiểu rõ về tình trạng nhiễm HIV của mình, giúp họ tiếp cận các dịch vụ y tế và xã hội cần thiết nhằm đảm bảo cho họ sống một cuộc sống khoẻ mạnh, hoà nhập cộng đồng đồng thời tránh được lây nhiễm HIV cho người khác.

Như vậy quản lý phụ nữ nhiễm HIV/AIDS không giống như quản lý hành chính hay quản lý hộ khẩu và cũng khác so với quản lý người mắc các bệnh truyền nhiễm khác.

### 1. Mục đích, ý nghĩa của việc quản lý phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng

#### 1.1. Mục đích

Mục đích chính của quản lý phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng là giúp cho dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con, đồng thời giúp người phụ nữ nhiễm HIV cơ hội chăm sóc sức khỏe bản thân, phòng lây nhiễm HIV cho người thân và cho những người xung quanh. Như vậy, quản lý tốt phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng là sự khởi đầu cho dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con thành công.

#### 2.2. Ý nghĩa quản lý phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng

- Giúp tiếp cận và theo dõi được tất cả phụ nữ nhiễm HIV, nâng cao kiến thức và kỹ năng phòng lây nhiễm HIV cho người xung quanh, tránh tái nhiễm HIV và chăm sóc, điều trị cho chính bản thân người phụ nữ;
- Hình thành và tạo môi quan hệ tốt giữa phụ nữ nhiễm HIV -thầy thuốc - người chăm sóc;
- Giảm nguy cơ mang thai ngoài ý muốn, giảm lây truyền HIV từ mẹ sang con;
- Hỗ trợ, chăm sóc người phụ nữ nhiễm HIV trong môi trường sống quen thuộc, giảm các áp lực lo lắng và các phản ứng tiêu cực;
- Giảm áp lực và quá tải cho ngành y tế cả về chăm sóc, điều trị và chi phí y tế;
- Góp phần giảm kỳ thị và phân biệt đối xử với người nhiễm HIV tại cộng đồng.

### 3. Người quản lý, chăm sóc phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng

Trên thực tế, việc quản lý phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng của ngành y tế được thực hiện thông qua việc quản lý ca bệnh và người quản lý là nhân viên y tế của trạm y tế xã phường, và họ cũng đồng thời tham gia các hoạt động tư vấn xét nghiệm HIV tự nguyện cho phụ nữ tại xã phường.

Tuy nhiên, do bản chất của dịch HIV cũng như tâm lý và nhu cầu chăm sóc của người phụ nữ nhiễm HIV nên rất cần thiết có một mạng lưới tham gia vào việc quản lý và chăm sóc người phụ nữ nhiễm HIV/AIDS gồm:

- Nhân viên y tế trong đó cán bộ y tế xã đóng vai trò nòng cốt, các cơ sở y tế như bệnh viện các tuyến đóng vai trò là mạng lưới điều trị hoặc trung chuyển người phụ nữ nhiễm HIV theo phân tuyến kỹ thuật trong ngành y tế. Hiện nay ngành y tế đã có hệ thống cán bộ làm công tác phòng, chống HIV/AIDS từ trung ương đến địa phương góp phần quản lý chăm sóc phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng tốt hơn.



- Người thân trong gia đình bao gồm người chồng, các thành viên trong gia đình và họ hàng;
- Các tổ chức dựa vào cộng đồng như các tổ chức phi chính phủ, hội thiện nguyện của nhà chùa, nhà thờ, các tổ chức quần chúng, xã hội dân sự;
- Các nhóm hỗ trợ, chăm sóc đồng đẳng; nhóm bạn giúp bạn

## 4. Nội dung quản lý phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng

### 4.1. Lập sổ quản lý sức khỏe

Tùy tình hình thực tế có thể là phiếu theo dõi sức khỏe, y bạ hay bệnh án theo qui định hiện hành của ngành y tế. Phiếu quản lý sức khỏe cần ghi rõ thời điểm thăm khám lần đầu, ngày được xét nghiệm khẳng định nhiễm HIV. Tình trạng toàn thân như cân nặng, nhiệt độ và các triệu chứng lâm sàng khác để làm mốc cho những lần thăm khám về sau. Người chăm sóc phải quản lý hồ sơ này theo hệ thống và có trách nhiệm giữ bí mật cho bệnh nhân.

### 4.2. Chăm sóc người phụ nữ nhiễm HIV khi chưa có triệu chứng lâm sàng

Trong giai đoạn này, người phụ nữ nhiễm HIV hầu như không có triệu chứng gì cho nên việc chăm sóc ở giai đoạn này chủ yếu là tư vấn cho họ về các vấn đề sau:

- Diễn biến của nhiễm HIV trong cơ thể;
- Sống tích cực để giữ gìn một cuộc sống khỏe mạnh và tình dục an toàn để phòng lây nhiễm thêm HIV/AIDS;
- Các vấn đề liên quan đến dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con như tư vấn về sức khỏe sinh sản và cung cấp các biện pháp tránh thai để phòng mang thai ngoài ý muốn, phá thai an toàn, dự phòng lây truyền HIV cho con khi mang thai, khi sinh và sau khi sinh;
- Tư vấn cho gia đình để phòng lây nhiễm HIV trong sinh hoạt hàng ngày...



### 4.3. Chăm sóc người phụ nữ nhiễm HIV/AIDS khi mắc một số triệu chứng thông thường tại nhà

Hầu hết phụ nữ nhiễm HIV/AIDS khi mắc một số bệnh thông thường đều muốn được chăm sóc và điều trị tại nhà vì hợp với tâm lý, đỡ tốn kém về thời gian cũng như chi phí và góp phần giảm đỡ sự quá tải cho các bệnh viện hoặc cơ sở điều trị. Tại nhà phụ nữ nhiễm HIV/AIDS cần được:





- Xử trí một số các triệu chứng như sốt, ỉa chảy, ho, khó thở, lở loét v.v...
- Chăm sóc về tinh thần như động viên, thăm hỏi và khuyến khích khám sức khoẻ định kỳ hay đến khám bất kỳ khi nào nếu có vấn đề khó chịu;
- Đảm bảo vệ sinh và dinh dưỡng như không ăn thức ăn ôi thiu, uống nước sạch, chế biến thức ăn sạch, rửa tay trước khi ăn.
- Chuyển người nhiễm HIV/AIDS đến các cơ sở y tế để được theo dõi và điều trị kịp thời khi tại gia đình không điều trị khỏi.

#### 4.4. Tại các cơ sở y tế

Phần lớn phụ nữ nhiễm HIV chỉ đến với cơ sở y tế hoặc nằm viện khi thật cần thiết. Tùy tình hình thực tế, các cơ sở y tế có thể cung cấp các dịch vụ cần thiết như tư vấn, cung cấp các biện pháp tránh thai, phá thai, quản lý thai, điều trị các nhiễm trùng cơ hội hoặc điều trị dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con khi mang thai và sau khi sinh...

### 5. Cách thức tiến hành

#### 5.1. Thiết lập mạng lưới tuyến xã

Hiện nay nhìn chung mạng lưới y tế quản lý người nhiễm HIV nói chung và phụ nữ nhiễm HIV nói riêng đã được thiết lập xuyên suốt từ trung ương đến địa phương. Tuy nhiên để quản lý phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng thì cần lưu ý các vấn đề sau:

- Cán bộ nòng cốt là cán bộ y tế xã, phường, có thể là cán bộ sản nhi hoặc cán bộ được phân công theo dõi công tác phòng, chống HIV/AIDS;
- Mạng lưới chân rết giúp trạm y tế xã phường là cán bộ y tế thôn bản, đội ngũ cộng tác viên dân số và các cộng tác viên y tế khác;
- Ngoài ra cần huy động sự tham gia của gia đình bệnh nhân, chính quyền và các tổ chức quần chúng và các tổ chức dựa vào cộng đồng. Mạng lưới này sẽ cung cấp các dịch vụ hỗ trợ và chăm sóc về tinh thần và vật chất không những cho phụ nữ nhiễm HIV mà cho cả gia đình của họ khi cần thiết...

#### 5.2. Đào tạo tập huấn cán bộ

Khi có mạng lưới, các Trung tâm Y tế/y tế dự phòng tuyến huyện tổ chức các lớp đào tạo cho cán bộ thuộc mạng lưới này của tuyến xã.

Nội dung đào tạo cần tập trung vào các vấn đề sau: Các kiến thức cơ bản về HIV/AIDS, dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con, các kiến thức và kỹ năng về chăm sóc, điều trị, theo dõi cho phụ nữ nhiễm HIV, các kỹ năng về truyền thông, tư vấn XNTN, tư vấn về nuôi dưỡng trẻ nhỏ, giới thiệu chuyển tiếp, chuyển tuyến...



### 5.3. Rà soát danh sách phụ nữ nhiễm HIV

- Trung tâm Y tế/y tế dự phòng huyện lập danh sách phụ nữ nhiễm HIV chuyển về địa phương là trạm y tế xã/phường. Việc chuyển danh sách phụ nữ nhiễm HIV từ tuyến trên xuống tuyến dưới phải đảm bảo tuân thủ nguyên tắc bí mật cho bệnh nhân theo các qui định hiện hành và chỉ những người có trách nhiệm mới được quyền biết tên, tuổi, địa chỉ của những người phụ nữ nhiễm HIV này.
- Trung tâm Y tế/y tế dự phòng huyện và trạm y tế xã, phường điều tra và rà soát lại số phụ nữ nhiễm HIV thực tế của địa phương mình để xác định số người khai sai địa chỉ, sai tên họ hoặc chuyển đi để lập kế hoạch thực hiện;
- Lập sổ theo dõi phụ nữ nhiễm HIV, đến gặp gỡ phụ nữ nhiễm HIV để điền thông tin vào sổ/phiếu theo dõi sức khỏe hay sổ y bạ. Hàng tháng, cán bộ theo dõi tại xã phường làm báo cáo lên tuyến trên để phân tích làm cơ sở cho việc lập kế hoạch quản lý lâu dài.

### 5.4. Theo dõi, chăm sóc phụ nữ nhiễm HIV tại cộng đồng

- Hàng tháng cán bộ y tế sẽ đến gặp phụ nữ nhiễm HIV để tiến hành thăm khám, theo dõi và tư vấn cho người nhiễm cùng với các thành viên trong gia đình;
- Tất cả các thông tin liên quan đến người phụ nữ nhiễm HIV về thái độ, hành vi và lâm sàng của họ đều phải được điền vào phiếu theo dõi sức khỏe;
- Người phụ nữ nhiễm HIV nếu có yêu cầu, có thể gặp cán bộ theo dõi để tìm hiểu các thông tin về HIV/AIDS, các dịch vụ tránh thai, dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con và tham gia sinh hoạt trong các nhóm như “Bạn giúp bạn”, “Giáo dục đồng đẳng”, các “Câu lạc bộ đồng cảm”.
- Định kỳ hàng tháng hoặc hàng quý, Trung tâm Y tế/y tế dự phòng huyện tổ chức giao ban định kỳ để đánh giá kết quả đạt được, những khó khăn vướng mắc để đề ra các biện pháp khắc phục;
- Trường hợp người nhiễm phụ nữ nhiễm HIV gặp khó khăn mà người theo dõi, quản lý không giải quyết được có thể báo cáo với chính quyền, trao đổi với các thành viên trong mạng lưới, các ban ngành đoàn thể hoặc y tế cấp trên để phối hợp giải quyết.



## CHƯƠNG II

### TƯ VẤN VÀ CUNG CẤP CÁC BIỆN PHÁP TRÁNH THAI CHO PHỤ NỮ NHIỄM HIV ĐỂ PHÒNG TRÁNH THAI NGOÀI Ý MUỐN

#### I. TƯ VẤN VỀ KẾ HOẠCH HOÁ GIA ĐÌNH

Tư vấn về kế hoạch hoá gia đình cho phụ nữ nhiễm HIV là giúp họ (người được tư vấn, hay còn gọi là khách hàng) tự quyết định và lựa chọn một biện pháp tránh thai phù hợp với đầy đủ thông tin nhằm tránh mang thai ngoài ý muốn phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con.

Về nguyên tắc, hình thức, kỹ năng tư vấn và các bước tư vấn trong kế hoạch hoá gia đình cũng giống như các loại tư vấn chung trong dự phòng lây nhiễm HIV. Tuy nhiên với tư vấn về kế hoạch hoá gia đình để phòng tránh mang thai ngoài ý muốn cho những phụ nữ nhiễm HIV có một số điểm cần lưu ý như sau:

- Cần cung cấp cho người phụ nữ nhiễm HIV đầy đủ thông tin về lợi ích của các biện pháp tránh thai nói chung, đặc biệt là các biện pháp tránh thai đồng thời tránh được lây nhiễm HIV hoặc các nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục cho bạn tình như sử dụng bao cao su, đặc biệt là đối với các cặp vợ chồng/bạn tình có tình trạng huyết thanh khác nhau (một người dương tính, còn người kia âm tính với HIV);
- Làm cho người phụ nữ nhiễm HIV hiểu rằng sử dụng bao cao su là biện pháp tránh thai hữu hiệu và cần thiết cho người phụ nữ nhiễm HIV và thậm chí khi cả hai người đều đã nhiễm HIV để tránh tái nhiễm và làm bệnh nặng thêm;
- Làm cho người phụ nữ nhiễm HIV biết rằng, khi dùng bất cứ một biện pháp tránh thai nào cũng nên được tư vấn tại một cơ sở y tế chuyên khoa để hiểu rõ những lợi ích cũng như những rủi ro và đảm bảo sử dụng đúng chỉ định;
- Làm cho người phụ nữ nhiễm HIV hiểu rõ những rủi ro và ảnh hưởng khác có thể gặp phải khi mang thai, cũng như những bất lợi và rủi ro cho trẻ em sinh ra từ bà mẹ nhiễm HIV nếu không thực hiện kế hoạch hoá gia đình;
- Tôn trọng và lắng nghe cho dù họ thuộc bất cứ tầng lớp xã hội nào...

Tư vấn giới thiệu những phụ nữ nhiễm HIV thường xuyên đến các phòng khám ngoại trú để được chăm sóc sức khoẻ và họ cũng có thể nhận dịch vụ từ nhóm chăm sóc tại nhà. Do đó, các phòng khám ngoại trú và nhóm chăm sóc tại nhà đóng vai trò rất quan trọng trong





giúp đỡ phụ nữ nhiễm HIV phòng tránh thai ngoài ý muốn thông qua việc cung cấp các thông tin và tư vấn về kế hoạch hoá gia đình, đồng thời hỗ trợ việc giới thiệu họ tới các dịch vụ thích hợp khi cần thiết.

## II. CUNG CẤP CÁC BIỆN PHÁP TRÁNH THAI CHO PHỤ NỮ NHIỄM HIV

### 1. Bao cao su

Bao cao su (BCS) là một biện pháp tránh thai hiệu quả, an toàn, rẻ tiền, đồng thời là cũng một biện pháp phòng tránh lây truyền HIV và các nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục. Bao cao su có hai loại: sử dụng cho nam và nữ.

#### 1.1. Chỉ định

- Dùng cho tất cả các trường hợp muốn tránh thai;
- Phòng tránh HIV và các nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục;
- Là biện pháp tránh thai hỗ trợ như sau khi thất ồng dẫn tinh hoặc quên uống thuốc tránh thai.

#### 1.2. Chống chỉ định

Dị ứng với bao cao su.

#### 1.3. Cách sử dụng và bảo quản

Bao cao su hiện nay có 2 loại: bao cao su dành cho nam giới và bao cao su dành cho nữ giới. Cả hai loại bao cao su đều có hiệu quả tránh thai và bảo vệ khỏi sự lây nhiễm HIV cao, tuy nhiên bao cao su nữ có một số điểm khác biệt:

- Bao cao su nữ có thể được đặt vào âm đạo của người phụ nữ từ trước khi giao hợp và không cần thiết phải lấy bao ra ngay sau khi nam giới xuất tinh;
- Bao cao su nữ có thể giúp người phụ nữ tự kiểm soát một cách dễ dàng hơn;
- Bao cao su nữ có giá đắt hơn;
- Ít phổ biến hoặc thường không có sẵn.

Sau đây là các bước sử dụng bao cao su nam, nữ đúng cách trong phòng tránh lây nhiễm HIV



### Cách sử dụng bao cao su nam



1. Đẩy bao về một phía và xé vỏ bao tại vết rãnh của để lấy ra nhẹ nhàng, tránh làm rách bao;
2. Bóp đầu bao cao su cho không khí ra ngoài. Chụp bao cao su vào dương vật đã cương cứng, lưu ý để vòng cuốn quay ra ngoài;



3. Vuốt vòng cuốn để bao cao su che toàn bộ dương vật đến tận gốc dương vật;



4. Sau khi xuất tinh, rút dương vật ra khi dương vật còn cương, dùng vật lót tay (giấy, khăn mỏng) giữ lấy bao ở phần gốc dương vật rồi tháo bao ra, tránh tràn tinh dịch ra ngoài dính vào cơ thể;



5. Bỏ bao và cả vật lót tay vào thùng rác, không vứt bừa bãi.

#### Lưu ý:

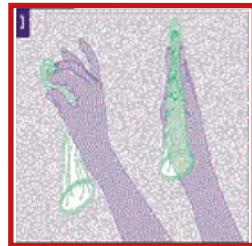
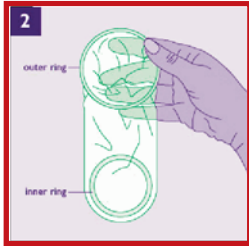
- Bao cao su chỉ dùng một lần. Kiểm tra vỏ bao để đảm bảo rằng bao cao su còn hạn dùng và nguyên vẹn, không bị gián hay côn trùng cắn rách.
- Dùng bao cao su ngay từ khi mới bắt đầu cho đến khi kết thúc cuộc tình và tuyệt đối tránh dịch sinh dục của bạn tình dính vào da, niêm mạc của mình.
- Bảo quản bao cao su ở nơi thoáng, khô ráo.



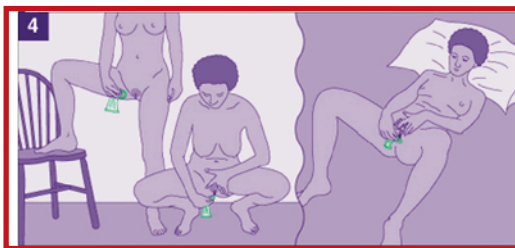
## Hướng dẫn sử dụng bao cao su nữ



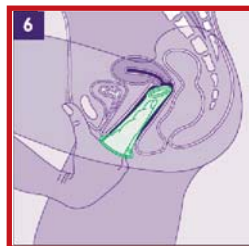
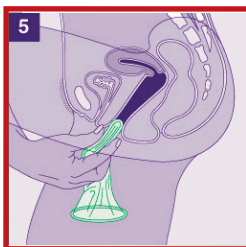
Mở bao cẩn thận bằng cách xé góc bao, không dùng kéo hoặc dao hoặc răng để mở



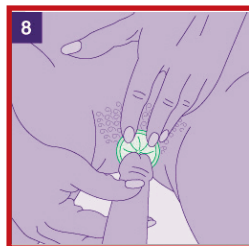
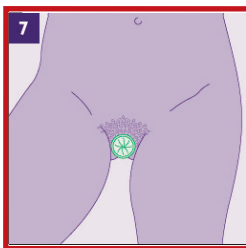
Bao cao su có hai vòng, vòng ngoài che phủ âm đạo, vòng trong đặt vào âm đạo. Dùng ngón cái và các ngón còn lại bóp vòng trong để chuẩn bị đưa bao cao su vào âm đạo.



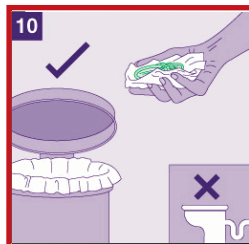
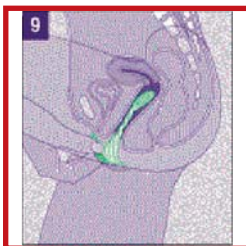
Chọn tư thế thích hợp để đặt bao cao su như: một chân gác lên ghế, ngồi hoặc nằm để đặt bao cao su vào trong âm đạo..



Nhẹ nhàng đưa vòng trong vào âm đạo. Dùng ngón trỏ đưa vào trong bao cao su để đẩy vòng trong vào sâu trong âm đạo.



Khi đã sẵn sàng, nhẹ nhàng hướng dẫn đưa dương vật của bạn tình vào trong bao cao su.



Sau giao hợp, lấy bao cao su ra bằng cách xoắn vòng ngoài và nhẹ nhàng kéo ra, gói lại và bỏ vào sọt rác, không bỏ vào bồn vệ sinh



**Lưu ý:**

Mặc dù không được khuyến khích sử dụng lại, nhưng trong trường hợp cần thiết bao cao su nữ vẫn có thể sử dụng lại sau khi giặt, phơi khô và bôi trơn lại. Do làm bằng polyurethane nên có thể dùng cả dầu bôi trơn gốc nước hoặc gốc dầu.

**1.4. Điểm chú ý khi tư vấn sử dụng BCS**

- Lắng nghe và tìm hiểu nhu cầu khách hàng;
- Cho khách hàng xem bao cao su và hướng dẫn khách hàng cách sử dụng;
- Nói cho khách hàng biết bao cao su là biện pháp duy nhất có tác dụng dự phòng kép tức là vừa có tác dụng tránh thai, vừa có tác dụng phòng lây nhiễm HIV và các nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục cho chồng/bạn tình (đối với những cặp có tình trạng huyết thanh khác nhau), kể cả khi hai người đều đã nhiễm HIV thì vẫn cần sử dụng bao cao su để tránh thai và tránh lây nhiễm các chủng HIV mới và các nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục khác.

Ngay trong các trường hợp không cần dùng bao cao su với mục đích tránh thai như vô sinh, sau triệt sản hoặc những phụ nữ đã có tuổi, mãn kinh thì bao cao su vẫn cần được khuyến khích sử dụng với những người đã nhiễm HIV;

- Bao cao su đã có chất bôi trơn, vì vậy thường không cần dùng thêm chất bôi trơn khác. Khi có nhu cầu dùng thêm chất bôi trơn, cần chọn mua thuốc bôi trơn chuyên dùng cho bao cao su, đặc biệt là với bao cao su nam chỉ dùng chất bôi trơn gốc nước, không dùng chất bôi trơn gốc dầu vì chúng sẽ làm rách bao cao su;
- Nếu bao cao su bị rách, cần áp dụng một biện pháp tránh thai khẩn cấp;
- Các dịch vụ kế hoạch hoá gia đình cần sẵn có bao cao su để cung cấp thường xuyên cho phụ nữ, đặc biệt là những phụ nữ đã nhiễm HIV.

**2. Các loại thuốc tránh thai**

Hiện nay có rất nhiều loại thuốc tránh thai, các loại thường được sử dụng rộng rãi tại Việt Nam gồm:

- Thuốc viên tránh thai kết hợp;
- Thuốc viên tránh thai chỉ chứa progestin;
- Thuốc tiêm tránh thai;
- Thuốc cấy tránh thai;
- Viên tránh thai khẩn cấp.

Mỗi loại có những ưu điểm và nhược điểm nhất định, tuy nhiên có thể tóm tắt một số các ưu nhược điểm chính sau đây



## 2.1. Ưu điểm

- Hiệu quả tránh thai cao nếu sử dụng đúng và liên tục;
- Khả năng mang thai trở lại sớm sau khi ngừng uống thuốc (trừ thuốc tiêm và thuốc cấy tránh thai);
- An toàn cho người sử dụng;
- Không ảnh hưởng đến sinh hoạt tình dục;
- Giảm nguy cơ ung thư buồng trứng, ung thư tử cung, u nang buồng trứng và chửa ngoài dạ con;
- Giảm đau bụng trước khi hành kinh.

## 2.2. Nhược điểm

- Tất cả các loại thuốc tránh thai không giúp phòng tránh được HIV và các nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục;
- Có thể có một số tác dụng phụ trong những tháng đầu khi uống thuốc như: Ra máu thâm giọt, vô kinh, buồn nôn, cương vú, đau đầu nhẹ, tăng cân...;
- Phải sử dụng đúng theo hướng dẫn của người cung cấp;

## 2.3. Điểm chú ý khi tư vấn về các loại thuốc tránh thai

- Cần lắng nghe và tìm hiểu nhu cầu của khách hàng về nhu cầu sử dụng thuốc tránh thai;
- Nói cho khách hàng biết rằng những phụ nữ nhiễm HIV và ngay cả những phụ nữ giai đoạn AIDS mà không sử dụng thuốc ARV vẫn có thể sử dụng được các loại thuốc tránh thai (khuyến cáo của Tổ chức Y tế thế giới). Tuy nhiên những phụ nữ đang điều trị ARV sử dụng thuốc tránh thai đường uống thì nên đồng thời sử dụng bao cao su, bởi vì những phụ nữ đang điều trị ARV hoặc đang sử dụng thuốc Rifampicin nên thận trọng, vì sự tương tác giữa các loại thuốc này có thể giảm hiệu quả của các thuốc tránh thai;
- Nhấn mạnh với khách hàng là các loại thuốc tránh thai không có tác dụng phòng, tránh lây nhiễm HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục;
- Cần cho người sử dụng dạng thuốc như vỉ thuốc và hướng dẫn khách hàng cách sử dụng trên vỉ thuốc;
- Nói với khách hàng biết về các tác dụng phụ có thể gặp.
- Khách hàng có thể quay trở lại bất cứ khi nào khi có vấn đề hoặc muốn dừng thuốc.

## 3. Dụng cụ tránh thai trong tử cung

Dụng cụ tránh thai trong tử cung (vòng tránh thai) là một vật nhỏ bằng chất dẻo có quần đồng hoặc chứa kèm cả thuốc tránh thai dùng để đặt vào buồng tử cung của người phụ nữ có tác dụng tránh thai tạm thời nhiều năm.





### 3.1. Ưu điểm của vòng tránh thai

- Hiệu quả tránh thai rất cao từ 97- 99%.
- Khả năng mang thai trở lại sớm sau khi tháo vòng.
- Đặt một lần có tác dụng tránh thai nhiều năm (Multiload là 3-5 năm; TCU 380 tới 10 năm).
- Có thể giao hợp bất cứ lúc nào.
- Không ảnh hưởng đến tiết sữa và nuôi con.
- Không ảnh hưởng gì tới ham muốn và hoạt động tình dục.

### 3.2. Nhược điểm

- Không giúp phòng tránh được lây truyền HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục.
- Không phù hợp với những người chưa có con lần nào.
- Đặt vào, tháo ra phải được thực hiện tại cơ sở y tế.

### 3.3. Điểm chú ý khi tư vấn

- Lắng nghe và tìm hiểu nhu cầu của khách hàng về dụng cụ tử cung;
- Nhấn mạnh với khách hàng biện pháp tránh thai này không có tác dụng phòng tránh lây nhiễm HIV cho người khác cũng như phòng ngừa các bệnh lây truyền qua đường tình dục, vòng tránh thai không phải là biện pháp thích hợp cho những phụ nữ nhiễm HIV và có nguy cơ cao bị mắc các bệnh như lậu hay Chlamydia vì dễ dẫn đến viêm tiểu khung;
- Cũng cần nói với người sử dụng rằng, đặt dụng cụ tử cung với những người nhiễm HIV không làm tăng nguy cơ nhiễm khuẩn đường sinh sản. Tổ chức Y tế khuyến cáo những phụ nữ nhiễm HIV ở giai đoạn chưa có các triệu chứng nhiễm trùng cơ hội và ngay cả những phụ nữ mắc AIDS nhưng đang được điều trị bằng thuốc kháng vi rút (ARV) thì vẫn có thể đặt và sử dụng vòng tránh thai an toàn. Tuy nhiên nó không được khuyến cáo sử dụng cho những phụ nữ mắc AIDS mà không được điều trị bằng ARV;
- Cần cho người sử dụng dụng cụ tử cung biết hiệu quả, thuận lợi và bất lợi của dụng cụ tử cung;
- Nói khách hàng quay trở khám định kỳ sau 1 tháng và khám lại hàng năm, tuy nhiên họ có thể quay trở lại bất cứ khi nào có vấn đề hoặc muốn tháo dụng cụ tử cung.

## 4. Triệt sản nam bằng phương pháp thắt và cắt ống dẫn tinh

Triệt sản nam bằng phương pháp thắt và cắt ống dẫn tinh là phương pháp làm gián đoạn ống dẫn tinh dẫn đến mỗi lần xuất tinh trong tinh dịch không có tinh trùng nên không thể có thai.



#### 4.1. Ưu điểm

- Hiệu quả tránh thai rất cao, trên 99,5%.
- Không ảnh hưởng đến sức khỏe và quan hệ tình dục.
- Thực hiện một lần có tác dụng tránh thai suốt đời.
- Thủ thuật đơn giản, nhẹ nhàng.
- Phù hợp với những người không muốn có thêm con nữa.

#### 4.2. Nhược điểm

- Là biện pháp tránh thai vĩnh viễn.
- Không phòng được các bệnh lây truyền qua đường tình dục.
- Chỉ thực hiện tại các cơ sở y tế.

#### 4.3. Điểm chú ý khi tư vấn

- Lắng nghe và tìm hiểu nhu cầu của khách hàng về triệt sản nam;
- Nhấn mạnh với khách hàng biện pháp tránh thai này không có tác dụng phòng tránh lây nhiễm HIV cũng như phòng ngừa các bệnh lây truyền qua đường tình dục (đặc biệt là người nhiễm HIV sau triệt sản thường không quan tâm đến việc sử dụng bao cao su). Do vậy cần cân nhắc khi các cặp vợ chồng muốn sử dụng biện pháp tránh thai này khi người phụ nữ đã nhiễm HIV. Ngay cả khi cả 2 người đã nhiễm HIV thì việc triệt sản nam có thể tránh được thai ngoài ý muốn nhưng vẫn có thể làm lây nhiễm các chủng HIV mới hoặc các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác và làm cho người nhiễm HIV trở nên nặng thêm;
- Cần cho người sử dụng thuốc biết ưu điểm, nhược điểm của biện pháp triệt sản nam đặc biệt là biện pháp tránh thai vĩnh viễn (không hồi phục) và có những lựa chọn tránh thai khác khi họ muốn áp dụng biện pháp tránh thai;
- Nói khách hàng có thể sinh hoạt tình dục bình thường sau triệt sản 1 tuần nhưng vẫn có thể có thai, do vậy phải dùng bao cao su trong 20 lần xuất tinh hoặc trong vòng 3 tháng sau khi triệt sản.
- Theo dõi các dấu hiệu viêm nhiễm tại chỗ sau triệt sản.

### 5. Triệt sản nữ bằng phương pháp thắt và cắt vòi trứng

Triệt sản nữ bằng phương pháp thắt và cắt vòi trứng là làm gián đoạn ống dẫn trứng bằng cách cắt và thắt vòi trứng nên không cho tinh trùng gặp trứng cho nên không thể có thai.

#### 5.1. Ưu điểm

- Hiệu quả tránh thai rất cao, trên 99%.
- Không ảnh hưởng đến sức khỏe và quan hệ tình dục.



- Không ảnh hưởng đến kinh nguyệt.
- Thực hiện một lần có tác dụng tránh thai suốt đời.
- Phù hợp với những người không muốn có thêm con nữa.

### 5.2. Nhược điểm

- Là biện pháp tránh thai vĩnh viễn.
- Không phòng được các bệnh lây truyền qua đường tình dục.
- Chỉ thực hiện tại các cơ sở y tế được trang bị và thầy thuốc đã được đào tạo.

### 5.3. Điểm chú ý khi tư vấn

- Lắng nghe và tìm hiểu nhu cầu của khách hàng về triệt sản nữ;
- Nhấn mạnh với khách hàng biện pháp tránh thai này không có tác dụng phòng tránh lây nhiễm HIV cho người khác cũng như phòng ngừa các bệnh lây truyền qua đường tình dục (đặc biệt là người nhiễm HIV sau triệt sản thường không quan tâm đến việc sử dụng bao cao su). Do vậy cần cân nhắc khi các cặp vợ chồng muốn sử dụng biện pháp tránh thai này khi người phụ nữ đã nhiễm HIV. Ngay cả khi cả 2 người đã nhiễm HIV thì việc triệt sản nữ có thể tránh được thai ngoài ý muốn nhưng vẫn có thể làm lây nhiễm các chủng HIV mới hoặc các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác và làm cho người nhiễm HIV trở nên nặng thêm;
- Cần cho người sử dụng thuốc biết ưu điểm, nhược điểm của biện pháp triệt sản nam đặc biệt là biện pháp tránh thai vĩnh viễn (không hồi phục) và có những lựa chọn tránh thai khác khi họ muốn áp dụng biện pháp tránh thai;
- Hướng dẫn cho khách hàng biết theo dõi các dấu hiệu báo động và đến cơ sở y tế nếu sau triệt sản có các dấu hiệu:
  - + Sốt;
  - + Đau bụng không giảm hoặc tăng;
  - + Chảy máu, mủ ở vết mổ;
  - + Sung vùng mổ;
  - + Nghi ngờ có thai.

