



YÊU đúng cách KHỎE MẠNH

Câu nhỏ



Cẩm nang sức khỏe

Các bệnh lây truyền qua đường tình dục thường gặp

Hi!

BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG TÌNH DỤC (STI) LÀ GÌ?

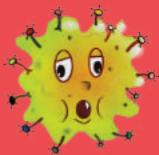
Bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) là những bệnh lây truyền từ người này sang người khác qua quan hệ tình dục.

Hành vi tình dục có thể lây bệnh bao gồm: QHTD đường dương vật - âm đạo; dương vật - hậu môn; dương vật - miệng; miệng - hậu môn; thậm chí có thể lây qua đường hôn.

**Một số STIs
phổ biến?**



SÙI MÀO GÀ



Sùi mào gà hay còn gọi là bệnh mụn cóc sinh dục do Human papilloma virus (HPV) gây ra. Có nhiều chủng HPV khác nhau, mụn cóc sinh dục thường gây ra bởi HPV 6,11, đôi khi có thể gặp chủng 16, 18, 31 và 33 có nguy cơ cao gây ung thư vòm họng, dương vật, hậu môn, cổ tử cung.

ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN

HPV lây qua quan hệ tình dục đường miệng, âm đạo hoặc hậu môn với người nhiễm virus. HPV thường tiềm ẩn lâu dài trong cơ thể, nhiều người không biểu hiện bệnh, do đó kể cả khi quan hệ với chỉ một người mà người đó có nhiễm HPV cũng có thể có nguy cơ.

HPV cũng có thể lây khi tiếp xúc trực tiếp dịch tiết tổn thương của người bệnh qua vết thương hở của người lành hoặc từ mẹ sang con.

TRIỆU CHỨNG

HPV có thời kỳ ủ bệnh khoảng 2 tháng đến 6 tháng.

Thương tổn thường có dạng u nhú màu hồng tươi, mềm, có chân hoặc có cuống, không đau, dễ chảy máu, trông giống như u nhú ở bất kỳ chỗ nào của cơ thể, sau đó sùi lên thành khối giống cây súp lơ hoặc mào gà. Ở nam giới, sùi hay thấy ở rãnh quy đầu, bao da và thân dương vật, có khi ở miệng sáo, hậu môn.

ĐIỀU TRỊ

Chưa có thuốc đặc hiệu điều trị hoàn toàn virus HPV.

Điều trị sùi mào gà là điều trị triệu chứng bằng thuốc bôi tại chỗ làm rụng sùi hoặc đốt laser, đốt nitơ lỏng, đốt điện, hay phẫu thuật cắt bỏ. Tuy nhiên, có thể có nguy cơ tái phát trở lại.

PHÒNG NGỪA

Tiêm vắc xin HPV là cách hiệu quả để phòng ngừa.

Quan hệ tình dục chung thủy, an toàn, sử dụng bao cao su.



GIANG MAI



Giang mai là bệnh do xoắn khuẩn *Treponema pallidum* gây ra. Bệnh có biểu hiện tại bộ phận sinh dục, da, niêm mạc, não, tim...

Giang mai lây truyền qua đường máu, quan hệ tình dục không an toàn hoặc từ mẹ sang con.

TRIỆU CHỨNG

1

Thời kỳ 1

- Thời kỳ ủ bệnh: khoảng 3 tuần kể từ khi phơi nhiễm.
- Săng giang mai: là một vết trợt nông, hình tròn hay bầu dục, không có gờ nổi cao, kích thước khoảng 0.5-2cm, giới hạn rõ và đều đặn, đáy sạch màu đỏ, nền cứng và bóp không đau, thường gặp ở niêm mạc sinh dục, quy đầu, miệng sáo, bìu, miệng, môi, lưỡi, hậu môn.
- Hạch vùng bẹn sưng to.

2 Thời kỳ 2

- Đào ban: là các dát đỏ hồng rải rác khắp thân mình, xuất hiện 6-8 tuần kể từ khi có săng, khi lành thường không để lại sẹo.
- Rụng tóc kiểu rùng thưa.

3 Thời kỳ 3

- Gôm giang mai ở da, cơ, xương, xuất hiện khoảng 3 năm kể từ khi có săng.
- Thương tổn tim mạch, mắt, thần kinh.

Lưu ý: Một số người dù mắc giang mai nhưng không có triệu chứng lâm sàng, có thể ở giai đoạn sớm hoặc giai đoạn giang mai tiềm ẩn giữa các thời kỳ. Đó là giang mai kín (tiềm ẩn) và được phát hiện chỉ khi làm xét nghiệm máu.

CHẨN ĐOÁN

Giang mai được chẩn đoán chính xác nhất thông qua các phương pháp xét nghiệm:

- Xét nghiệm nhanh
- Xét nghiệm không đặc hiệu (RPR, VRDL...)
- Xét nghiệm đặc hiệu (TPHA, TPPA...)

ĐIỀU TRỊ

Giang mai có thể chữa khỏi hoàn toàn và không để lại biến chứng nếu được phát hiện sớm, điều trị sớm và đúng cách.

Nếu không được điều trị, bệnh có thể gây tổn thương cho tim, hệ thần kinh và nhiều cơ quan khác trong cơ thể.

VIÊM GAN B



Viêm gan B là một bệnh nhiễm trùng do virus HBV tấn công gan và có thể gây viêm gan cấp tính và mạn tính. Tại Việt Nam hiện nay số người nhiễm virus viêm gan B chiếm khoảng 20% dân số.

Nhiễm virus viêm gan B mạn tính là nguyên nhân chính gây bệnh gan ở Việt Nam như xơ gan và ung thư gan.

Hiện nay viêm gan B là bệnh có thể phòng ngừa được bằng vắc xin. Hiệu quả đạt khoảng 95% trong ngăn ngừa lây nhiễm và các hậu quả mãn tính của nó.

VIÊM GAN B LÂY TRUYỀN THẾ NÀO?



Đường tình dục
không an toàn



Từ mẹ sang con



Dùng chung
dụng cụ truyền máu

TRIỆU CHỨNG

Viêm gan B cấp tính

Thời gian ủ bệnh từ 1 - 6 tháng. Hầu hết mọi người không gặp bất kỳ triệu chứng nào trong giai đoạn nhiễm trùng cấp tính. Một số triệu chứng có thể xuất hiện trong vài tuần đầu bao gồm: vàng da và mắt (bệnh vàng da), nước tiểu đậm màu, mệt mỏi, buồn nôn, nôn và đau bụng (hạ sườn bên phải). Những trường hợp nặng sẽ có triệu chứng lơ mơ, hay buồn ngủ, đãng trí và sờ thấy gan to.



Viêm gan B mạn tính

Người nhiễm viêm gan B trên 6 tháng không khỏi được coi là viêm gan B mạn tính. Phần lớn bệnh nhân viêm gan mạn tính không có triệu chứng gì. Một số người khác viêm mạn tính nặng vẫn có các triệu chứng của viêm cấp như mệt mỏi, chán ăn, đau bụng. Bệnh thường diễn biến âm thầm và nếu không được theo dõi, điều trị có thể dẫn đến xơ gan, ung thư gan.

ĐIỀU TRỊ

Bác sĩ sẽ dựa vào kết quả xét nghiệm: nồng độ virus HBV DNA trong cơ thể bệnh nhân và trong một số trường hợp có thể phải sinh thiết gan nhằm đưa ra phác đồ điều trị viêm gan B thích hợp. Việc điều trị chủ yếu là ngăn chặn sự sinh sôi, nhân lên của virus hoặc các chất làm rối loạn quá trình tổng hợp, tự nhân lên của virus.

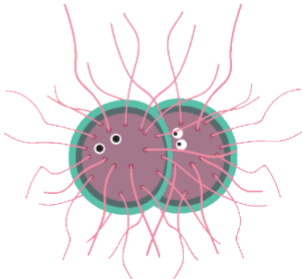
LẬU | CHLAMYDIA

Bệnh lậu (do vi khuẩn *Nisseria gonorrhoeae*) và **bệnh chlamydia** (do vi khuẩn *Chlamydia trachomatis*) là các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) thường gặp, gây nhiễm trùng tại cơ quan sinh dục ngoài, trực tràng hoặc hầu họng.

Bệnh có thể chữa khỏi hoàn toàn nếu được điều trị kịp thời, đúng cách. Tuy nhiên nếu không điều trị hoặc điều trị muộn, sai phương pháp, có thể dẫn đến các biến chứng như viêm mào tinh, viêm tuyến tiền liệt, nhiễm lậu cầu lan tỏa...

ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN

- Lây truyền qua quan hệ tình dục không an toàn, tiếp xúc trực tiếp với dịch tiết ở họng, hậu môn và dương vật.
- Sử dụng chung các vật dụng cá nhân có chứa dịch tiết của người bị nhiễm.
- Lây truyền từ mẹ sang con.



TRIỆU CHỨNG

- **Viêm niệu đạo:** thời gian ủ bệnh là 2-5 ngày đối với lậu, 7-21 ngày đối với chlamydia. Xuất hiện mủ chảy từ trong niệu đạo, màu vàng đặc hay vàng xanh, tiểu buốt, có thể kèm theo tiểu dắt.
- Nhiễm lậu và chlamydia ở họng hay hậu môn thường không có biểu hiện rõ ràng. Một số biểu hiện có thể xuất hiện như: viêm họng cấp, ngứa rát họng, có thể sưng amidan và sốt; tại trực tràng có thể mót rặn, hậu môn ngứa rát, chảy dịch nhầy hoặc mủ trắng.
- Biến chứng: viêm mào tinh hoàn biểu hiện bởi sưng nóng đỏ, có thể kèm theo sốt. Nếu viêm cả hai bên có thể gây vô sinh. Có thể viêm tuyến tiền liệt, viêm túi tinh và ống dẫn tinh



CHẨN ĐOÁN

Bệnh lậu và chlamydia có thể bị nhầm lẫn với viêm niệu đạo thông thường. Việc tiến hành xét nghiệm kiểm tra là cần thiết để biết chính xác tình trạng sức khỏe và xác định phác đồ điều trị phù hợp. Một số phương pháp xét nghiệm như: test nhanh, nhuộm gram soi tươi, PCR...

ĐIỀU TRỊ

- Sử dụng kháng sinh thích hợp có thể chữa khỏi hoàn toàn lậu và chlamydia.
- Nên điều trị cả vợ, chồng hoặc bạn tình của người nhiễm để tránh tái nhiễm.
- Khi điều trị, nên uống nhiều nước, kiêng quan hệ tình dục.

HERPES SINH DỤC

Herpes sinh dục là một bệnh lây truyền qua đường tình dục do virus Herpes simplex (HSV) gây ra. Nhiễm trùng HSV có thể gây ra vết loét và mụn nước.

Có hai chủng HSV là HSV-1 và HSV-2.

- HSV-1 thường gây bệnh ở quanh môi.
- HSV-2 thường gây bệnh ở bộ phận sinh dục hoặc hậu môn.

ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN

- Virus herpes xâm nhập trực tiếp qua niêm mạc miệng, đôi khi qua da bị tổn thương.
- Bạn có thể bị nhiễm HSV-1 nếu tiếp xúc trực tiếp với môi hoặc dùng chung các vật dụng ăn uống của người bệnh.
- Ngoài ra, bạn cũng có khả năng bị nhiễm HSV-2 nếu hoạt động tình dục với người bệnh.



TRIỆU CHỨNG

Herpes miệng (HSV-1)

- Thời gian ủ bệnh: 6 ngày.
- Có thể thấy mụn nước mọc thành chùm hoặc trọt nông hình đa cung, màu đỏ.
- Mụn rộp thường xuất hiện ở niêm mạc má, môi, lợi, lưỡi.

Herpes bộ phận sinh dục (HSV-2)

- Đau, ngứa, nóng rát kèm sốt.
- Mụn nước bằng hạt kê, hạt tằm mọc thành chùm hoặc những vết trọt nông.
- Mụn rộp xuất hiện ở dương vật, hậu môn.



LÀM GÌ KHI NHIỄM HERPES

Khi bạn thấy cơ thể mình có dấu hiệu bất thường và nghi ngờ mình bị nhiễm virus herpes, hãy thăm khám và điều trị sớm. Việc điều trị bệnh ở giai đoạn đầu sẽ giúp cho quá trình xử lý bệnh được hiệu quả nhanh hơn, giúp tiết kiệm thời gian cũng như chi phí điều trị.

Người nhiễm HSV, virus thường tiềm ẩn trong cơ thể kể cả khi các thương tổn đã lành, và sẽ có thể tái phát khi gặp điều kiện thích hợp.

HIV



HIV - viết tắt của Human Immunodeficiency Virus là một virus gây suy giảm hệ miễn dịch ở người, gây ra hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải (AIDS). AIDS chính là giai đoạn cuối của sự nhiễm HIV, tới thời điểm này thì hệ thống miễn dịch đã bị suy yếu nặng nề và không còn khả năng đề kháng lại các tác nhân gây bệnh, làm cho người bệnh mắc một số bệnh cơ hội như nhiễm khuẩn, ung thư và cuối cùng dẫn đến tử vong.

ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN

HIV có đường lây truyền tương tự virus viêm gan B (HBV)



Đường máu



Đường tình dục không an toàn



Từ mẹ sang con

TRIỆU CHỨNG

Nhiễm HIV không có triệu chứng điển hình, vì vậy rất khó để xác định tình trạng HIV thông qua những “dấu hiệu” bên ngoài. Cũng như các loại virus, vi khuẩn khác, khi HIV tấn công cơ thể, trong giai đoạn đầu (giai đoạn cấp tính, khoảng 2-4 tuần đầu), bạn có thể xuất hiện một số dấu hiệu như: sốt, đau đầu, đau cổ họng, mệt mỏi và sưng hạch bạch huyết. Thường các triệu chứng này sẽ khỏi sau khoảng 1 tuần và kéo dài nhất là 28 ngày.

Cách chính xác nhất để biết tình trạng HIV đó chính là tiến hành các xét nghiệm. Nếu bạn từng có phơi nhiễm nguy cơ lây nhiễm HIV và xuất hiện một số dấu hiệu trên thì việc đi xét nghiệm để điều cần thiết.



ĐIỀU TRỊ

Hiện chưa có phương pháp điều trị khỏi hoàn toàn HIV nhưng người sống chung với HIV có thể điều trị để ức chế sự phát triển của virus trong cơ thể với thuốc ARV. Việc tuân thủ điều trị là vô cùng quan trọng để đạt hiệu quả ức chế virus dưới ngưỡng ($K=K$) và không lây truyền cho người khác qua đường tình dục.



DỰ PHÒNG HIV TRƯỚC PHỐI NHIỄM (PrEP)

Dự phòng trước phơi nhiễm (PrEP) là việc uống thuốc trước khi có phơi nhiễm với HIV, nhằm làm giảm khả năng nhiễm HIV cho những người có nguy cơ cao.

Khi dùng PrEP theo chỉ định, PrEP có thể làm giảm nguy cơ lây nhiễm HIV đến hơn 90% qua đường tình dục và 70% qua đường tiêm chích.

Có 2 hình thức sử dụng PrEP

PrEP hàng ngày

- Khởi liều ngày đầu tiên với 2 viên thuốc uống cùng lúc, sau đó duy trì uống mỗi ngày 1 viên.
- Cách này áp dụng cho tất cả những ai có nhu cầu và có chỉ định sử dụng PrEP từ bác sĩ.

PrEP tình huống

- Uống 4 viên mỗi lần QHTD
 - 2 viên cùng lúc từ 2-24h trước khi quan hệ;
 - 1 viên tiếp theo sau 24h (tính từ khi uống 2 viên đầu);
 - 1 viên sau đó 24h;

Nếu liền sau đó lại có QHTD, tiếp tục uống mỗi ngày 1 viên cho đến khi đủ 2 viên sau lần QHTD cuối cùng.

- Chỉ áp dụng cho nam QHTD với nam
 - Có thể đảm bảo thuận thủ đúng hướng dẫn PrEP tình huống;
 - Tần suất QHTD thấp, ít hơn 2 tuần/ lần;
 - Có thể uống trước QHTD 2 tiếng;
 - Không mắc viêm gan B mạn tính.

“PrEP chỉ có hiệu quả dự phòng với nguy cơ HIV, **KHÔNG** dự phòng được các bệnh lây truyền quan đường tình dục khác.

DỰ PHÒNG HIV SAU PHƠI NHIỄM (PEP)

Sau khi phơi nhiễm với nguy cơ lây nhiễm HIV (quan hệ tình dục không an toàn, tuột bao, rách bao, bị cưỡng dâm, hay sử dụng chung các dụng cụ sắc nhọn hoặc tiếp xúc với dịch tiết của những người nghi nhiễm HIV,...) bạn có thể liên hệ với các CSYT để được sử dụng liệu trình dự phòng sau phơi nhiễm càng sớm càng tốt.



- PEP cần được khởi liệu trong 72 giờ sau nguy cơ và tối ưu nhất trong 6 giờ đầu. Tuân thủ đúng phác đồ và duy trì uống đúng giờ trong 28 ngày liên tục để đạt hiệu quả dự phòng tối đa.
- Xét nghiệm lại sau 3 tháng kể từ thời điểm
- Trong thời gian điều trị PEP, cần tuân thủ nghiêm ngặt các biện pháp tình dục an toàn để tránh phơi nhiễm nguy cơ mới và ngăn ngừa lây truyền virus cho người khác.



DỰ PHÒNG HIV và STIs



THỰC HIỆN AN TOÀN TÌNH DỤC VỚI TẤT CẢ BẠN TÌNH

- QHTD chung thủy một bạn tình.
- Luôn sử dụng bao cao su đúng cách và/hoặc thảo luận với bạn tình về việc thực hành an toàn tình dục.
- Sử dụng kết hợp PrEP cùng bao cao su để bảo vệ tốt nhất trước HIV.

KIỂM TRA SỨC KHOẺ ĐỊNH KỲ CHO BẢN THÂN VÀ BẠN TÌNH

- Tìm hiểu sức khỏe của bạn tình, và cẩn thận trước các dấu hiệu bất thường (nếu có).
- Cùng bạn tình đi kiểm tra HIV và các bệnh tình dục định kỳ vì nhiều bệnh STI không có triệu chứng ở giai đoạn sớm.
- Điều trị sớm các bệnh tình dục (nếu có) giúp bạn có đời sống tình dục chất lượng và khỏe mạnh hơn.



XỬ TRÍ KHI PHƠI NHIỄM NGUY CƠ

Nếu bạn lỡ không dùng bao cao su hoặc tuột bao, rách bao, hãy áp dụng một số bước sau để hạn chế nguy cơ.

- Rửa cơ quan sinh dục/vết thương dưới vòi nước sạch và xà phòng, không chà sát, nặn bóp vết thương.
- Liên hệ với cơ sở y tế có chuyên môn, uy tín, thân thiện và gần bạn nhất để được tư vấn nguy cơ và hỗ trợ các can thiệp y tế để dự phòng hiệu quả.



ĐỪNG QUÊN RẰNG...

- Bạn không nhìn bằng mắt thường hay nghe lời nói để biết ai "Khỏe mạnh"/ "an toàn" được.
- Các bệnh tình dục đa phần là không có triệu chứng, xét nghiệm và kiểm tra định kỳ là cách hữu hiệu để biết tình trạng của bản thân và bạn tình.
- Một người hôm nay có thể là "âm tính" nhưng sau một đêm quan hệ tình dục có thể trở thành "dương tính" mà chính họ cũng không biết.

“

Sức khỏe của bạn là do bạn chọn lựa,
hãy chủ động bảo vệ sức khỏe của bản thân.

“

Do đa phần các bệnh lây truyền qua đường tình dục thường không có triệu chứng điển hình trong giai đoạn đầu nên việc thăm khám, xét nghiệm tầm soát định kỳ 3 - 6 tháng/lần và khi có dấu hiệu bất thường (nếu có) sẽ giúp bạn phát hiện sớm. Điều trị sớm và đúng cách sẽ giúp bạn đạt hiệu quả cao hơn, hạn chế các biến chứng nguy hiểm, tiết kiệm chi phí và ngăn chặn lây truyền cho bạn tình.

Nếu bạn cần tư vấn thông tin và trợ giúp với dịch vụ thân thiện, bảo mật, hãy liên hệ tới hotline:

0247.308.3838



<Tài liệu lưu hành nội bộ>



DOANH NGHIỆP XÃ HỘI - PHÒNG KHÁM HẢI ĐĂNG
LIGHTHOUSE SOCIAL ENTERPRISE | CLINIC

☎ (+84)247.308.3838

✉ thelighthouse.vn@gmail.com

📍 15A Ngõ 98 Vũ Trọng Phụng, Q.Thanh Xuân, HN

fb.com/phongkhamhaidang

🌐 www.phongkhamhaidang.com