

Giáo trình

# CHĂM SÓC SỨC KHỎE PHỤ NỮ VÀ NAM HỌC

Nguyễn Kim Thành (Chủ biên)



NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN



**NGUYỄN KIM THÀNH (CHỦ BIÊN)**

**GIÁO TRÌNH**  
**CHĂM SÓC SỨC KHỎE**  
**PHỤ NỮ VÀ NAM HỌC**

**NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN**  
**NĂM 2018**

## **CHỦ BIÊN**

ThS.BSCKII. Nguyễn Kim Thành

## **THAM GIA BIÊN SOẠN:**

ThS. Nguyễn Thúy Hà

CNCK1. Phạm Thị Phương

BS. Nguyễn Thị Lập

ThS. Bùi Thị Thu Hằng

CNCK1. Vương Diệu Hương

CN. Hoàng Thị Thương

**MÃ SỐ:**  $\frac{03 - 177}{ĐHTN - 2018}$

## Lời nói đầu

Sau một quá trình chuẩn bị về cơ sở vật chất, đội ngũ giảng viên, chương trình đào tạo theo học chế tín chỉ cho sinh viên các ngành đào tạo trình độ cao đẳng năm học 2017 - 2018 của Trường Cao đẳng Y tế Thái Nguyên bắt đầu triển khai. Trên cơ sở bộ giáo trình đã nghiệm thu và đã đưa vào sử dụng có hiệu quả tốt, nay Nhà trường tiếp tục tiến hành hiệu đính và hoàn thiện, thẩm định cấp cơ sở giáo trình các học phần trong chương trình đào tạo Cao đẳng Hộ sinh chính quy theo học chế tín chỉ nhằm giúp sinh viên có đủ tài liệu học tập, nâng cao chất lượng đào tạo.

Nội dung cuốn sách “Chăm sóc sức khỏe phụ nữ và nam học” bao gồm những kiến thức cơ bản về những thay đổi tâm sinh lý tuổi vị thành niên, tuổi mãn kinh. Phát hiện và điều trị một số bệnh phụ khoa thông thường, một số bệnh liên quan đến đời sống sinh hoạt, tình dục của nam giới.

Tuy đã có nhiều cố gắng, song quá trình biên soạn không tránh khỏi thiếu sót, chúng tôi kính mong nhận được ý kiến đóng góp của các cán bộ giảng dạy, sinh viên, và đồng nghiệp, để có những điều chỉnh, bổ sung, cập nhật, cho phù hợp với sự tiến bộ của khoa học kỹ thuật ngành Y, Dược, đáp ứng được yêu cầu chăm sóc và bảo vệ sức khỏe nhân dân.

## MỤC LỤC

Bài 1. Đặc điểm giải phẫu tâm, sinh lý thời kỳ vị thành niên .....	7
Bài 2. Kinh nguyệt và xuất tinh ở vị thành niên.....	11
Bài 3. Tư vấn sức khỏe sinh sản vị thành niên, thanh niên .....	19
Bài 4. Chăm sóc bệnh nhân rối loạn kinh nguyệt.....	26
Bài 5. Chăm sóc người bệnh viêm sinh dục .....	33
Bài 6. U xơ tử cung.....	45
Bài 7. U nang buồng trứng .....	52
Bài 8. Bệnh lành tính tuyến vú .....	58
Bài 9. Ung thư cổ tử cung.....	65
Bài 10. Ung thư niêm mạc tử cung.....	72
Bài 11. Tiền mãn kinh, mãn kinh .....	78
Bài 12. Rối loạn cương dương.....	85
Bài 13. Một số bệnh lý ảnh hưởng sức khỏe sinh sản nam .....	91
Bài 14. Mãn dục nam giới .....	100
Bài 15. Sức khỏe tình dục.....	106
Tài liệu tham khảo.....	111

## CÁC TỪ VIẾT TẮT

<b>VTN</b>	Vị thành niên
<b>VTN/TN</b>	Vị thành niên/thanh niên
<b>CSSK</b>	Chăm sóc sức khỏe
<b>SKSS</b>	Sức khỏe sinh sản
<b>SKTD</b>	Sức khỏe tình dục
<b>NKĐSS</b>	Nhiễm khuẩn đường sinh sản
<b>LTQĐTD</b>	Lây truyền qua đường tình dục
<b>NKLTQĐTD</b>	Nhiễm khuẩn lây truyền qua đường tình dục
<b>HIV/AIDS</b>	Virus gây suy giảm miễn dịch ở người/ hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải

## GIÁO TRÌNH MÔN HỌC/MÔ ĐUN

**Tên môn học: CHĂM SÓC SỨC KHỎE PHỤ NỮ VÀ NAM HỌC**

**Mã số môn học: MHSAN39**

**Vị trí, tính chất, ý nghĩa và vai trò của môn học/mô đun:**

- Vị trí: Là môn học bắt buộc, thuộc khối kiến thức chuyên ngành
- Tính chất: là môn học lý thuyết
- Ý nghĩa và vai trò của môn học/mô đun: cung cấp cho sinh viên những kiến thức chăm sóc sức khỏe sinh sản cho vị thành niên, phụ nữ mãn kinh, nam giới từ đó ứng dụng vào hoạt động chăm sóc sức khỏe sinh sản.

**Mục tiêu của môn học/mô đun:**

- Kiến thức:
  - + Trình bày những thay đổi tâm, sinh lý tuổi vị thành niên và phụ nữ tuổi mãn kinh.
  - + Trình bày nguyên nhân, triệu chứng của một số viêm sinh dục ở phụ nữ, bệnh lý liên quan đến đời sống tình dục của nam giới.
- Kỹ năng:
  - + Lập kế hoạch chăm sóc và thực hành chăm sóc sức khỏe cho tuổi vị thành niên, phụ nữ và nam học
  - + Tư vấn sức khỏe sinh sản cho đối tượng vị thành niên, phụ nữ, nam giới
- Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:
  - + Sinh viên cần rèn luyện tính cẩn thận, tác phong nhanh nhẹn, cảm thông, chia sẻ với người bệnh.
  - + Thái độ nhẹ nhàng niềm nở khi tiếp xúc người bệnh.



## **BÀI 1**

### **ĐẶC ĐIỂM GIẢI PHẪU TÂM, SINH LÝ THỜI KỲ VỊ THÀNH NIÊN**

#### **\* GIỚI THIỆU**

Nội dung bài học này nói về sự thay đổi giải phẫu, sinh lý và các đặc điểm về tâm lý trong độ tuổi vị thành niên/thanh niên nam và nữ.

#### **\* MỤC TIÊU**

1. Trình bày được các thay đổi về giải phẫu, sinh lý ở tuổi vị thành niên nam và nữ.

2. Mô tả các đặc điểm về tâm lý ở tuổi vị thành niên nam và nữ.

#### **\* NỘI DUNG**

Tuổi vị thành niên là thời kỳ phát triển đặc biệt - thời kỳ xảy ra đồng thời hàng loạt những biến đổi nhanh chóng cả về cơ thể cũng như sự biến đổi tâm lý và các mối quan hệ xã hội. Người cung cấp dịch vụ cần hiểu rõ về các đặc điểm tâm sinh lý và những thay đổi trong độ tuổi này thì mới có thể tiếp cận, tư vấn và cung cấp dịch vụ được cho các em một cách phù hợp, thân thiện và hiệu quả.

#### **1. NHỮNG THAY ĐỔI VỀ GIẢI PHẪU VÀ SINH LÝ THỜI KỲ VỊ THÀNH NIÊN**

Lứa tuổi VTN là từ 10 - 19 tuổi và được chia ra 3 giai đoạn:

VTN sớm: từ 10 - 13 tuổi.

VTN giữa: từ 14 - 16 tuổi.

VTN muộn: từ 17- 19 tuổi.

- Sự phát triển cơ thể rõ rệt và dễ nhận thấy nhất là các dấu hiệu dậy thì. Tuổi dậy thì ở nữ thường sớm hơn và trong khoảng từ 10 - 15 tuổi, nam trong khoảng từ 12 - 17 tuổi.

- Trong giai đoạn dậy thì, các nội tiết tố sinh dục (estrogen và testosterone) tăng dần, cơ quan sinh dục phát triển và cơ thể chuẩn bị sẵn sàng cho hoạt động sinh sản. Biểu hiện rõ rệt ở nữ là hiện tượng kinh nguyệt và ở nam là hiện tượng xuất tinh.

### **1.1. Dậy thì ở nữ**

- Phát triển núm vú, quầng vú.
- Mọc lông sinh dục: lông mu, lông nách.
- Tử cung, âm đạo, buồng trứng phát triển to ra, xương hông nở ra.
- Phát triển chiều cao nhanh chóng.
- Xuất hiện kinh nguyệt.
- Các tuyến bã hoạt động mạnh, xuất hiện trứng cá.

### **1.2. Dậy thì ở nam**

- Tinh hoàn và dương vật to lên, da tinh hoàn sẫm màu lại.
- Thanh quản mở rộng, vỡ tiếng, yết hầu lộ ra.
- Tăng trưởng nhanh chóng về chiều cao, các xương dài phát triển, cơ bắp ở vai, ngực, cánh tay... to ra.
- Xuất hiện lông mu, ria mép.
- Có xuất tinh (thường là mộng tinh hay còn gọi là “giấc mơ ướt”).
- Các tuyến bã hoạt động mạnh, có trứng cá.

## **2. NHỮNG BIẾN ĐỔI VỀ TÂM LÝ TRONG THỜI KỲ VỊ THÀNH NIÊN**

Tùy theo từng giai đoạn phát triển của thời kỳ VTN mà có những biến đổi về tâm lý khác nhau.

### **2.1. Thời kỳ vị thành niên sớm**

- Bắt đầu ý thức mình không còn là trẻ con, muốn được độc lập.
- Muốn được tôn trọng, được đối xử bình đẳng như người lớn.
- Chú trọng đến các mối quan hệ bạn bè.