

HƯỚNG DẪN CHĂM SÓC SỨC KHỎE SINH SẢN VỊ THÀNH NIÊN/THANH NIÊN

- Tạo môi trường sống lành mạnh bằng cách: Rèn luyện thể thao, vệ sinh cá nhân sạch sẽ, ăn uống đủ chất.
- Rèn luyện kỹ năng ra quyết định, kỹ năng thương thuyết, từ chối.
- Không quan hệ tình dục ở lứa tuổi vị thành niên, thanh niên. Nếu quan hệ tình dục phải thực hiện tình dục an toàn.
- Đối với nữ giới vệ sinh vùng kín hàng ngày, nhất là trong chu kỳ kinh nguyệt; uống viên bổ sung sắt.
- Đối với nam giới không mặc quần lót quá bó sát, chật hẹp, nóng bức. Phải biết phát hiện các bất thường ở cơ quan sinh dục như hẹp bao quy đầu, tinh hoàn ẩn, lỗ tiểu thấp.

GỢI Ý BIỆN PHÁP TRÁNH THAI PHÙ HỢP CHO VỊ THÀNH NIÊN VÀ THANH NIÊN

- Bao cao su.
- Thuốc uống tránh thai hàng ngày.

**SỨC KHỎE SINH SẢN -
CHỦ ĐỘNG TÌM HIỂU, TỰ TIN HÀNH ĐỘNG**

ĐỊA CHỈ TƯ VẤN

- Trạm y tế xã, phường, thị trấn.
- Trung tâm y tế các huyện, thành phố.
- Bệnh viện đa khoa tỉnh và đa khoa khu vực.
- Các phòng khám đa khoa và chuyên khoa.



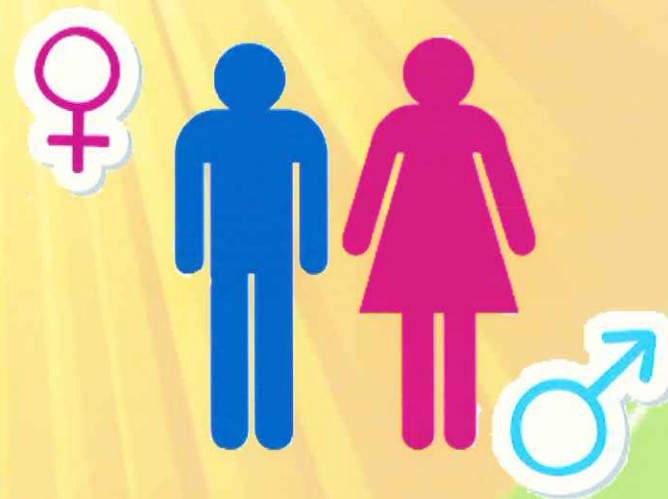
**HỜI HẠN KHÔNG BAO GIỜ LÀ ĐỦ!
HÃY DỪNG VIỆC CÓ THAI, PHÁ THAI
Ở TUỔI VỊ THÀNH NIÊN, THANH NIÊN
VÌ HẠNH PHÚC, TƯƠNG LAI CỦA CHÍNH BẠN**

In 11.300 bản, khổ 20x30cm tại DNTN SƠN THỊNH PHÁT
Số 247 CMT8, Phường Hòa Bình, TP. Biên Hòa - ĐT: 090.3939288
Giấy phép xuất bản số: /GP-STTTT
do Sở Thông Tin và Truyền Thông Tỉnh Đồng Nai cấp ngày / /2024

SỞ Y TẾ ĐỒNG NAI
CHI CỤC DÂN SỐ



**SỨC KHỎE SINH SẢN
VỊ THÀNH NIÊN**



**NỀN TẢNG CHO MỘT
TƯƠNG LAI KHỎE MẠNH**

Năm 2024

VỊ THÀNH NIÊN LÀ AI?

• Vị thành niên (VTN) là những người trong độ tuổi 10-16; thanh niên là những người trong độ tuổi 16-24 tuổi. Theo chương trình “Sức khỏe sinh sản/Sức khỏe tình dục vị thành niên-thanh niên” của khối Liên minh Châu Âu (EU) và Quỹ Dân số Liên hợp quốc (UNFPA) lấy độ tuổi 10-16 tuổi.

• Sức khỏe sinh sản vị thành niên (KSSS VTN): “ Là tình trạng sức khỏe 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 dục ở tuổi VTN, chứ không chỉ là không có bệnh hay khuyết tật của bộ máy đó”

TẠI SAO CHĂM SÓC SỨC KHỎE SINH SẢN LẠI QUAN TRỌNG?

• Sức khỏe sinh sản giúp vị thành niên, thanh niên hiểu rõ những thay đổi về sinh lý, tâm lý (bao gồm cả sự phát triển tình dục) để chăm sóc bản thân tốt nhất.

• Sức khỏe sinh sản giúp vị thành niên và thanh niên tránh được các nguy cơ sức khỏe sinh sản như: Mang thai ngoài ý muốn, bệnh lây truyền qua đường tình dục và HIV/AIDS.

• Sức khỏe sinh sản trao quyền cho vị thành niên và thanh niên đưa ra quyết định sáng suốt về tình dục và sức khỏe sinh sản của bản thân.

CHĂM SÓC SỨC KHỎE SINH SẢN VỊ THÀNH NIÊN, THANH NIÊN VÌ TƯƠNG LAI GIỐNG NÀY

NGUY CƠ ĐỐI VỚI SỨC KHỎE SINH SẢN VỊ THÀNH NIÊN VÀ THANH NIÊN

- Quan hệ tình dục không an toàn.
- Có thai ngoài ý muốn, phá thai không an toàn.
- Mắc các bệnh lây truyền qua đường tình dục/ nhiễm HIV/AIDS.



HẬU QUẢ CỦA VIỆC MANG THAI Ở TUỔI VỊ THÀNH NIÊN

- Sẩy thai, đẻ non, tăng nguy cơ tử vong mẹ.
- Cơ thể chưa phát triển đầy đủ dẫn đến khó đẻ, thiếu máu, thai kém phát triển hoặc chết lưu.
- Tỷ lệ trẻ sơ sinh mắc các bệnh, tật nhiều hơn so với các bà mẹ ở tuổi trưởng thành.
- Dễ mắc các bệnh nhiễm trùng đường sinh sản, và các bệnh lây truyền qua đường tình dục kể cả HIV/AIDS.
- Ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần.

VỊ THÀNH NIÊN, THANH NIÊN MONG MUỐN

- Phát triển tốt về chiều cao, cân nặng.
- Không ốm đau, bệnh tật.
- Tránh xa được ma túy, thuốc lá, rượu và các chất kích thích có hại.
- Phát triển nhân cách tốt, được mọi người coi trọng.



NÓI KHÔNG VỚI TỆ NẠN XÃ HỘI - BẢO VỆ SỨC KHỎE SINH SẢN