

Giáo dục sức khỏe sinh sản vị thành niên

Lứa tuổi vị thành niên có rất nhiều sự thay đổi về tâm sinh lý cũng là điểm quan trọng khởi đầu để các em hình thành kỹ năng sống, chuẩn bị cho giai đoạn trưởng thành sau này. Việc tuyên truyền sức khỏe sinh sản (SKSS) cho trẻ vị thành niên trong giai đoạn này rất quan trọng, đang đặt ra những yêu cầu cấp bách trong điều kiện các em chịu tác động từ nhiều yếu tố xung quanh.

Lứa tuổi vị thành niên từ 10 - 19 tuổi. Ở giai đoạn này, các em rất thích khám phá năng lực bản thân, mở rộng thêm nhiều mối quan hệ mới. Nếu không được tuyên truyền đúng cách, các em rất dễ có các nguy cơ: Quan hệ tình dục sớm, quan hệ tình dục không an toàn, dễ bị xâm hại tình dục dẫn đến mắc các bệnh lây truyền qua đường tình dục kể cả HIV/AIDS, mang thai ngoài ý muốn, phá thai không an toàn...

Chăm sóc sức khỏe vị thành niên là một vấn đề xã hội rất quan tâm, nếu không được cung cấp kiến thức đầy đủ sẽ dễ dẫn đến nhiều nguy cơ ảnh hưởng đến đạo đức lối sống, việc học hành, có khả năng ảnh hưởng đến cả tương lai sự nghiệp của các em, đến chất lượng dân số của toàn xã hội

I. TUỔI VỊ THÀNH NIÊN LÀ GÌ ? Tuổi vị thành niên là một giai đoạn phát triển rất nhanh về thể chất và tinh thần. Trong tình hình bùng nổ thông tin hiện nay, đặc biệt là qua mạng Internet, các xu hướng văn hóa đã và đang xâm nhập, ảnh hưởng rất nhiều đến suy nghĩ và hành vi của lứa tuổi vị thành niên.

- Bên cạnh đó nhiều vấn đề sức khỏe ở người lớn xuất phát từ thói quen của tuổi vị thành niên, như hành vi tình dục, rượu chè, ma túy... Vì vậy việc giáo dục ở lứa tuổi vị thành niên là rất cần thiết, nhằm phát triển lành mạnh về thể chất và tinh thần. Tuổi vị thành niên được hiểu là giai đoạn từ 10 đến 15 tuổi đối với bạn gái và 12 đến 17 tuổi đối với bạn trai. Giai đoạn này được đánh dấu bằng hành kinh lần đầu ở bạn gái, xuất tinh lần đầu (mộng tinh) ở bạn trai.

- Điều này thường đi cùng thay đổi cảm xúc đối với bạn bè khác giới và được coi là hiện tượng tâm sinh lý bình thường. Về mặt sinh lý nó thể hiện sự trưởng thành về sinh dục và báo hiệu khả năng có con: Buồng trứng của bạn gái bắt đầu có trứng và tiết hoóc môn. Tinh hoàn của bạn trai bắt đầu sinh sản tinh trùng và tiết hoóc môn.

II. TÌNH YÊU là gì: Tình yêu là một loại tình cảm đặc biệt, là biểu hiện cao nhất của tình người, tuy nhiên tình yêu nam nữ không đồng nghĩa với việc quan hệ tình dục và hấp dẫn giới tính.

Vậy Tình yêu tuổi vị thành niên như thế nào: có nghĩa là Các em yêu nhau, cuốn hút nhau một cách mãnh liệt từ những cái cảm tính bề ngoài,...; Đó là mối tình thuần khiết và lí tưởng,...; Thường chứa nhiều niềm vui và nỗi lo âu. Sự lý tưởng hóa tình

yêu giúp cho tình yêu ở lứa tuổi này trở nên bay bổng. Các em nữ bước vào tuổi dậy thì sớm hơn các em nam nên các em thường tự tin, mạnh dạn hơn.

Như thế: Tác động tích cực của tình yêu tuổi vị thành niên là: Kỉ niệm, kí ức đẹp.; Thúc đẩy học tập, Vui vẻ, hoạt bát hơn; Biết chia sẻ, giúp đỡ người khác, sống có trách nhiệm hơn.; Sống có mục đích, lí tưởng, định hướng tương lai.

* Tác động tiêu cực của tình yêu tuổi vị thành niên Chèn ép học tập (khi cãi nhau), tốn thời gian nghỉ ngơi vãn vơ. Tốn tiền nhắn tin, đi chơi, ăn quà,...

- Học đòi, chứng tỏ cái tôi bản thân, Bị ảnh hưởng bởi cái xấu của bạn bè.

- Luôn lo lắng những chuyện không đâu, hay buồn hơn. Vậy các em nên tránh trong quan hệ tình yêu tuổi vị thành niên: Tránh ngộ nhận những dạng tình cảm gần giống hoặc có vẻ giống tình yêu; Tránh vụ lợi trong quan hệ yêu đương; Tránh dễ dàng, buông thả trong quan hệ yêu đương.

* **Giải pháp** cho việc giảm bớt tình trạng yêu vội và yêu sớm: Tránh những nơi bị cám dỗ. Tham gia vào những sinh hoạt văn hóa lành mạnh; Rèn luyện tác phong giao tiếp để được hòa đồng, tạo những thói quen tốt trong việc làm.

III. SỨC KHỎE SINH SẢN, TÌNH DỤC VÀ TÌNH DỤC AN TOÀN là như thế nào:

1. Sức khỏe sinh sản: Là tình trạng hoàn toàn khỏe mạnh về thể chất, tinh thần và xã hội ở mọi khía cạnh liên quan đến bộ máy sinh sản, đến chức năng và sự phát triển của nó chứ không phải là ốm đau bệnh tật.

2. Tình dục: Là một mặt của nhân cách thể hiện tất cả cảm xúc và hành vi giới tính của một con người. Tình dục có tính chất tự nhiên và lành mạnh. Đó thể hiện là cảm xúc (tình yêu) hoặc sự cuốn hút rất mạnh mẽ về sinh lý (tình dục). Tình dục và tình yêu không phải lúc nào cũng đi đôi với nhau. Nếu tình dục không dẫn đến hôn nhân thì thường mang đến những rủi ro: có thai khi còn nhỏ tuổi, có thai ngoài ý muốn, mắc các bệnh lây qua đường tình dục kể cả HIV/AIDS.

Những lý do người ở vị thành niên có quan hệ tình dục: là vì

+ Do quá tò mò; Do áp lực từ phía người yêu (chủ yếu là nam); Do thấy bạn bè cùng lứa tuổi có quan hệ tình dục. Các bạn trẻ hãy nói "KHÔNG" trước đòi hỏi của đối tác về quan hệ tình dục.

3. Quan hệ tình dục an toàn: có nghĩa là

+ Không quan hệ tình dục trước hôn nhân. Đó là nghệ thuật đạt cùng lúc cả hai yêu cầu: hưởng thụ tình dục và vẫn tránh được những hậu quả xấu.

IV. MANG THAI Ở TUỔI VỊ THÀNH NIÊN VÀ CÁC BIỆN PHÁP TRÁNH THAI

1. **Hậu quả của việc mang thai ở tuổi vị thành niên.** Có câu tục ngữ ca dao:

*Lấy chồng ở tuổi mười ba; Đến năm mười tám thiệp đà năm con
Ra đường thiệp vẫn còn son; Về nhà thiệp đã năm con cùng chàng.*

Dưới góc độ của sức khỏe sinh sản thì bà mẹ trong bài thơ đã mắc phải những sai lầm: Căng thẳng về tình cảm và tài chính rất lớn. Phải đương đầu với những mệt mỏi của việc nuôi dưỡng đứa trẻ. Sinh con ngoài ý muốn giống như một tai họa của người mẹ trẻ, phải đối mặt với sự phản đối của cộng đồng và còn đang đi học phải buộc thôi học.

* Nguy hiểm của việc sinh nở sẽ cao hơn do cơ thể chưa đến tuổi trưởng thành về thể chất, xương chậu chưa đủ rộng để trẻ sơ sinh thoát ra: Đẻ non, sảy thai, thai lưu. Tỷ lệ tử vong cao gấp 4 lần so với tuổi 20 đến 29 tuổi; Con của các bà mẹ trẻ có sức khỏe kém.

2. **Các biện pháp tránh thai ngoài ý muốn hiện nay**

Viên uống tránh thai; Bao cao su; Dụng cụ tử cung; Kem diệt tinh trùng; Thuốc tiêm; Thuốc tránh thai cấy dưới da; Đình sản nữ, đình sản nam.

V. SỨC KHỎE SINH SẢN VỊ THÀNH NIÊN

1. Sức khỏe sinh sản vị thành niên: Những yếu tố liên quan đến sức khỏe sinh sản tuổi vị thành niên trong cuộc sống: Dinh dưỡng; Tập thể dục; Vệ sinh cá nhân; Rượu và thốc lá; Sử dụng ma túy và lạm dụng tình dục; Các bệnh lây qua đường quan hệ tình dục, HIV/AIDS.

2. Các bệnh lây qua quan hệ tình dục Bệnh lây qua đường tình dục là bệnh có thể lây truyền từ người này sang người khác thông qua quan hệ tình dục “không bảo vệ” bằng đường âm đạo, hậu môn, miệng và cọ sát bộ phận sinh dục trước khi quan hệ tình dục. Các bệnh lây qua đường tình dục: Bệnh Hecpec sinh dục; bệnh lậu; bệnh giang mai; bệnh mụn cóc, u gai; bệnh chlamydia. .. Các bệnh lây qua quan hệ tình dục làm tăng khả năng nhiễm HIV – một loại vi rút dẫn đến AIDS.

Hậu quả Một số bệnh có thể lây truyền từ mẹ sang con trong khi mang thai có thể gây ốm yếu, mù lòa, dị tật và tử vong ở trẻ sơ sinh. Nếu không được điều trị một số bệnh lây qua đường tình dục sẽ ảnh hưởng tới ống dẫn trứng. Tình trạng này rất nghiêm trọng có thể dẫn đến vô sinh, chửa ngoài dạ con và đau đớn suốt cuộc đời.