

ỦY BAN NHÂN DÂN TỈNH CÀ MAU
TRƯỜNG CAO ĐẲNG Y TẾ



GIÁO TRÌNH

MÔN HỌC: CHĂM SÓC SỨC KHỎE PHỤ NỮ

NGÀNH: HỘ SINH

TRÌNH ĐỘ: CAO ĐẲNG CHÍNH QUY

*Ban hành kèm theo Quyết định số 19/ QĐ – CĐYT ngày 25 tháng 01 năm 2022
của Hiệu trưởng Trường Cao đẳng Y tế Cà Mau*

Cà Mau, năm 2022

(Lưu hành nội bộ)

TUYÊN BỐ BẢN QUYỀN

Tài liệu này thuộc loại sách giáo trình nên các nguồn thông tin có thể được phép dùng nguyên bản hoặc trích dùng cho các mục đích về đào tạo và tham khảo.

Mọi mục đích khác mang tính lệch lạc hoặc sử dụng với mục đích kinh doanh thiếu lành mạnh sẽ bị nghiêm cấm.

TaiLieu.vn

LỜI GIỚI THIỆU

Chăm sóc sức khỏe phụ nữ là một tập hợp các phương pháp, kỹ thuật và dịch vụ nhằm giúp cho con người có tình trạng sức khỏe sinh sản khỏe mạnh thông qua việc phòng chống và giải quyết những vấn đề liên quan đến sức khỏe sinh sản. Điều này cũng bao gồm cả sức khỏe tình dục với mục đích nâng cao chất lượng cuộc sống và mối quan hệ giữa con người với con người mà không chỉ dừng lại ở chăm sóc y tế và tư vấn một cách đơn thuần cho việc sinh sản và những bệnh nhiễm trùng qua đường tình dục.

Với những tiến bộ chung của khoa học trên thế giới và trong nước đã thúc đẩy, tạo nhiều điều kiện thuận lợi cho bộ môn sản phụ khoa trường cao đẳng y tế Cà Mau cố gắng soạn thảo giáo trình “Chăm sóc sức khỏe phụ nữ”.

Nội dung của giáo trình bao gồm các bài sau:

- Chương 1. Đại cương về chăm sóc sức khỏe phụ nữ
- Chương 2. Chăm sóc phụ nữ viêm nhiễm đường sinh dục
- Chương 3. Đại cương vô sinh
- Chương 4. Vô khuẩn trong sản khoa
- Chương 5. Chăm sóc phụ nữ có khối u sinh dục và u vú
- Chương 6. Khám phụ khoa
- Chương 7. Khám vú

Là giáo trình được xuất bản lần đầu tiên nên còn nhiều thiếu sót. Vì vậy, chúng tôi rất mong nhận được những ý kiến phản hồi từ quý độc giả, các thầy cô giáo, các sinh viên để chỉnh sửa và hoàn thiện.

Trân trọng cảm ơn!

Cà Mau, ngày 22 tháng 7 năm 2022

Nhóm biên soạn

1. Võ Thị Thu Thủy
2. Huỳnh Linh Út

MỤC LỤC

	Trang
1. Chương 1. Đại cương về chăm sóc sức khỏe phụ nữ	2
2. Chương 2. Chăm sóc phụ nữ viêm nhiễm đường sinh dục	3
3. Chương 3. Đại cương vô sinh	4
4. Chương 4. Vô khuẩn trong sản khoa	13
5. Chương 5. Chăm sóc phụ nữ có khối u sinh dục và u vú	19
6. Chương 6. Khám phụ khoa	27
7. Chương 7. Khám vú	32

GIÁO TRÌNH MÔN HỌC

1. Tên môn học: CHĂM SÓC SỨC KHỎE PHỤ NỮ

2. Mã môn học: MH69

3. Vị trí, tính chất của môn học

3.1. Vị trí: Là môn học bắt buộc trong nội dung chương trình đào tạo của nghề Cao đẳng Hộ sinh vừa làm vừa học, được bố trí giảng dạy ở học kỳ 1 của năm học thứ ba theo kế hoạch đào tạo của Trường Cao đẳng Y tế Cà Mau.

3.2. Tính chất: Đào tạo người hộ sinh trình độ cao đẳng hệ liên thông có phẩm chất chính trị, đạo đức nghề nghiệp, có kiến thức và kỹ năng nghề hộ sinh chuyên ngành để thực hành nghề theo tiêu chuẩn đạo đức nghề nghiệp, trung thực, khách quan, thận trọng trong nghề nghiệp, tôn trọng và chân thành hợp tác với đồng nghiệp, có khả năng tự học vươn lên góp phần đáp ứng nhu cầu chăm sóc sức khỏe phụ nữ.

3.3. Ý nghĩa và vai trò: Là môn học chuyên ngành, giúp học viên nắm vững kiến thức, hiểu được hoạt động nội tiết có chu kỳ của buồng trứng và kinh nguyệt, phát hiện sớm các dấu hiệu của các bệnh lý sản phụ khoa và các bước khám phụ khoa để hạn chế được các biến chứng có thể xảy ra từ đó biết cách tư vấn được cho nữ giới và nam giới về sức khỏe sinh sản bình thường trên tình huống giả định một cách nhân văn.

4. Mục tiêu của môn học

4.1 Kiến thức

A1. Trình bày được các đặc điểm lâm sàng và cận lâm sàng của các khối u sinh dục

A2. Trình bày được cách khám phụ khoa.

A3 Trình bày được các hình thái viêm sinh dục.

A3. Trình bày được cách khám vú và hướng dẫn cách tự khám vú.

4.2. Kỹ năng

B1. Tư vấn được cho nữ giới và nam giới về sức khỏe sinh sản bình thường

B2. Nắm được các bước khám , thăm dò và chẩn đoán vô sinh.

B3. Biết được các phương pháp điều trị vô sinh hiện nay.

4.3. Năng lực và tự chủ trách nhiệm

C1.Yêu ngành, yêu nghề, tận tụy với sự nghiệp chăm sóc, bảo vệ, và nâng cao sức khỏe nhân dân, hết lòng phục vụ bà mẹ và trẻ em.

C2. Tôn trọng, đoàn kết, hợp tác với đồng nghiệp, giữ gìn và phát huy truyền thống tốt đẹp của ngành.

C3. Bảo đảm an toàn cho bà mẹ và trẻ em.

5. Nội dung của môn học

Chương trình chi tiết môn học

TT	TÊN BÀI HỌC	SỐ GIỜ					
		TS	LT	TH	Kiểm tra		
1	Đại cương về chăm sóc sức khỏe phụ nữ	3	3	0	0		
2	Chăm sóc phụ nữ viêm nhiễm đường sinh dục	3	3	0	0		
3	Đại cương vô sinh	2	2	0	1		
4	Vô khuẩn trong sản khoa	2	2	0	0		
5	Chăm sóc phụ nữ có khối u sinh dục và u vú	4	4	0	0		
6	Khám phụ khoa	2	2	0	0		
7	Khám vú	2	2	0	1		
Tổng số				30	15	15	02

6. Điều kiện thực hiện môn học

6.1. Phòng học Lý thuyết/Thực hành: Đáp ứng phòng học chuẩn

6.2. Trang thiết bị dạy học: Proje²tor, máy vi tính, bảng, phấn

6.3. Học liệu, dụng cụ, mô hình, phương tiện: Giáo trình, mô hình học tập,...

6.4. Các điều kiện khác: Người học tìm hiểu thực tế về công tác xây dựng phương án khắc phục và phòng ngừa rủi ro tại doanh nghiệp.

7. Nội dung và phương pháp đánh giá

7.1. Nội dung

- Kiến thức: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
- Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp.
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.

7.2. Phương pháp

Người học được đánh giá tích lũy môn học như sau:

7.2.1. Cách đánh giá

- Áp dụng quy chế đào tạo Cao đẳng hệ chính quy ban hành kèm theo Thông tư số 09/2017/TT-LĐTBXH, ngày 13/3/2017 của Bộ trưởng Bộ Lao động – Thương binh và Xã hội.
- Hướng dẫn thực hiện quy chế đào tạo áp dụng tại Trường Cao đẳng Y Tế Cà Mau như sau:

Điểm đánh giá	Trọng số
+ Điểm kiểm tra thường xuyên (Hệ số 1)	40%
+ Điểm kiểm tra định kỳ (Hệ số 2)	
+ Điểm thi kết thúc môn học	60%

7.2.2. Phương pháp đánh giá

Phương pháp đánh giá	Phương pháp tổ chức	Hình thức kiểm tra	Chuẩn đầu ra đánh giá	Số cột	Thời điểm kiểm tra
Thường xuyên	Viết/ Thuyết trình	Tự luận/ Trắc nghiệm/ Báo cáo	A1, A2, A3 B1, B2, B3 C1, C2, C3	1	Sau 12 giờ.
Định kỳ	Viết/ Thuyết trình	Tự luận/ Trắc nghiệm/ Báo cáo	A3, B3, C3	2	Sau 24 giờ
Kết thúc môn học	Viết	Tự luận và trắc nghiệm	A1, A2, A3, B1, B2, B3, C1, C2, C3,	1	Sau 30 giờ

7.2.3. Cách tính điểm

- Điểm đánh giá thành phần và điểm thi kết thúc môn học được chấm theo thang điểm 10 (từ 0 đến 10), làm tròn đến một chữ số thập phân.

- Điểm môn học là tổng điểm của tất cả điểm đánh giá thành phần của môn học nhân với trọng số tương ứng. Điểm môn học theo thang điểm 10 làm tròn đến một chữ số thập phân, sau đó được quy đổi sang điểm chữ và điểm số theo thang điểm 4 theo quy định của Bộ Lao động Thương binh và Xã hội về đào tạo theo tín chỉ.

8. Hướng dẫn thực hiện môn học

8.1. Phạm vi, đối tượng áp dụng: Đối tượng Cao đẳng Điều Dưỡng chính quy

8.2. Phương pháp giảng dạy, học tập môn học

8.2.1. Đối với người dạy

* **Lý thuyết:** Áp dụng phương pháp dạy học tích cực bao gồm: thuyết trình ngắn, nêu vấn đề, hướng dẫn đọc tài liệu, bài tập tình huống, câu hỏi thảo luận....

* **Bài tập:** Phân chia nhóm nhỏ thực hiện bài tập theo nội dung đề ra.

* **Thảo luận:** Phân chia nhóm nhỏ thảo luận theo nội dung đề ra.

* **Hướng dẫn tự học theo nhóm:** Nhóm trưởng phân công các thành viên trong nhóm tìm hiểu, nghiên cứu theo yêu cầu nội dung trong bài học, cả nhóm thảo luận, trình bày nội dung, ghi chép và viết báo cáo nhóm.

8.2.2. Đối với người học: Người học phải thực hiện các nhiệm vụ như sau:

- Nghiên cứu kỹ bài học tại nhà trước khi đến lớp. Các tài liệu tham khảo sẽ được cung cấp nguồn trước khi người học vào học môn học này (trang web, thư viện, tài liệu...)

- Tham dự tối thiểu 70% các buổi giảng lý thuyết. Nếu người học vắng >30% số tiết lý thuyết phải học lại môn học mới được tham dự kì thi lần sau.

- Tự học và thảo luận nhóm: là một phương pháp học tập kết hợp giữa làm việc theo nhóm và làm việc cá nhân. Một nhóm gồm 8-10 người học sẽ được cung cấp chủ đề thảo luận trước khi học lý thuyết, thực hành. Mỗi người học sẽ chịu trách nhiệm về 1 hoặc một số nội dung trong chủ đề mà nhóm đã phân công để phát triển và hoàn thiện tốt nhất toàn bộ chủ đề thảo luận của nhóm.

- Tham dự đủ các bài kiểm tra thường xuyên, định kỳ.

- Tham dự thi kết thúc môn học.

- Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học.

9. Tài liệu tham khảo

1. Sách Sản Phụ Khoa, Xuất bản lần thứ 4, nhà xuất bản Thành Phố Hồ Chí Minh 2021.

2. Hướng dẫn Quốc gia về các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản Hà Nội 2016 của nhà xuất bản Hà Nội.

3. Quyết định 2120/QĐ-BVTD ngày 30/9/2020 về việc Quyết định ban hành Tài liệu “kỹ thuật điều dưỡng” năm 2020 của bệnh viện Từ Dũ.

CHƯƠNG 1. ĐẠI CƯƠNG VỀ CHĂM SÓC SỨC KHỎE PHỤ NỮ

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 1

Đi cùng với nhịp sống ngày càng văn minh, hiện đại, chị em phụ nữ càng phải đối mặt với nhiều nguy cơ sức khỏe tiềm ẩn. Trong khi nhiều bệnh lý nguy hiểm không hề biểu hiện triệu chứng, việc khám sức khỏe định kỳ hàng năm sẽ giúp phụ nữ ngăn ngừa, phát hiện, và hạn chế tối đa nguy cơ mắc bệnh.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 1

Sau khi học xong bài này, người học có khả năng:

➤ *Về kiến thức*

- Trình bày được hoạt động nội tiết có chu kỳ của buồng trứng và kinh nguyệt
- Trình bày được chức năng sinh sản của nam giới bình thường

➤ *Về kỹ năng*

Thực hiện tư vấn được cho nữ giới và nam giới về sức khỏe sinh sản bình thường trên tình huống giả định một cách nhân văn.

➤ *Về năng lực tự chủ và trách nhiệm*

- Yêu ngành, yêu nghề, tận tụy với sự nghiệp chăm sóc, bảo vệ và nâng cao sức khỏe nhân dân, hết lòng phục vụ người bệnh.
- Tôn trọng, đoàn kết, hợp tác với đồng nghiệp, giữ gìn và phát huy truyền thống tốt đẹp của ngành.
- Thái độ cầu tiến rõ ràng, trung thực, khách quan cố gắng vươn lên để nâng cao trình độ chuyên môn.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 1

Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học thực hiện câu hỏi thảo luận và bài tập bài 1 (cá nhân hoặc nhóm).

Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (bài 1) trước buổi học; hoàn thành đầy đủ câu hỏi thảo luận và bài tập tình huống chương 1 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 1

- *Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:* Giảng đường
- *Trang thiết bị máy móc:* Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác
- *Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:* Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.
- *Các điều kiện khác:* Không có

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG 1

- *Nội dung:*

- ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
- ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
- ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.
- **Phương pháp**
 - ✓ *Điểm kiểm tra thường xuyên*
 - ✓ *Kiểm tra định kỳ*

* NỘI DUNG CHƯƠNG 1

1. Đại cương về sức khỏe sinh sản

Sức khỏe sinh sản (SKSS) là một trạng thái khoẻ mạnh, hài hoà về thể chất, tinh thần và xã hội trong tất cả mọi khía cạnh liên quan đến hệ thống sinh sản, các chức năng và quá trình sinh sản chứ không phải chỉ là không có bệnh tật hay tổn thương hệ thống sinh sản (Theo tổ chức Y tế Thế giới).

Như vậy, SKSS là sự hoàn hảo về bộ máy sinh sản, đi đôi với sự hài hoà giữa sinh học với tinh thần và xã hội.

2. Sức khỏe sinh sản phụ nữ

Bắt đầu từ tuổi dậy thì buồng trứng bắt đầu hoạt động có chu kỳ và thể hiện ra ngoài bằng chu kỳ kinh nguyệt. Chính những hormon sản xuất ra trong chu kỳ hoạt động của buồng trứng đã quyết định chu kỳ kinh nguyệt cho nên hai chu kỳ này có liên quan mật thiết với nhau.

2.1. Chu kỳ kinh nguyệt

- Kinh nguyệt là sự chảy máu có chu kỳ của tử cung đi đôi với sự rụng niêm mạc tử cung và chủ yếu là sự giảm Estrogen và Progesterol trong máu, nhưng vai trò của Estrogen là quyết định

- Đặc tính của kinh nguyệt: Theo qui ước chung, chu kỳ kinh nguyệt được tính từ ngày đầu tiên hành kinh (là ngày thứ nhất của chu kỳ kinh nguyệt) đến ngày trước khi có kinh lần sau (ngày kết thúc của chu kỳ kinh nguyệt). Nhưng trên thực tế, để dễ hiểu người ta thường tính chu kỳ kinh nguyệt từ ngày bắt đầu hành kinh lần này đến ngày bắt đầu có kinh lần sau

- Máu kinh nguyệt là máu không đông, kinh nguyệt có máu đông gặp trong trường hợp băng kinh

- Lượng máu kinh khoảng 40 - 100 ml

- Chu kỳ kinh nguyệt thường gặp là 28 - 30 ngày có thể có những chu kỳ kinh nguyệt dài hơn 35 - 40 ngày hoặc ngắn hơn 20 - 25 ngày

- Đặc điểm ra máu kinh nguyệt: Ngày đầu, ngày cuối ra ít những ngày giữa ra nhiều.

2.2. Hoạt động của buồng trứng